



EL SOBERANO



SUMARIO

* EDITORIAL:	
Antonia Nieto Jiménez y Rosario Reina Jiménez.....	Pág. 1
* EXPERIENCIAS PERSONALES:	
"Cuando yo era chica..." . Josefa Simeón Rubiano.....	Pág. 2
"Mi infancia fue muy dura..." . Robledo Fernández V.....	Pág. 2
"Yo soy la que hago..." . Carmen Almena Díaz.....	Pág. 3
"Mi infancia fue..." . Isabel Nieto Domínguez.....	Pág. 3
* ¿CÓMO SE HACÍA...?:	
La cal. Angeles Filgueras y Robledo F. Granados.....	Pág. 4
El chozo. Josefa Simeón Rubiano.....	Pág. 5
* VILLANCICOS:	
"Nosotras por estas fechas" . Robledo Sayavera Martín...	Pág. 6
"Y esta noche,..." . Manuel Fernández Granados.....	Pág. 7
* DICHOS Y REFRANES.....	Pág. 8
* POESIAS:	
El abuelo. María Cantos Campano.....	Pág. 10
Cambio de hora. Rosario Reina Jiménez.....	Pág. 11
* NUESTRA OPINION:	
Equilibrio ecológico y actividades económicas.	
José Antonio Montañez Rico.....	Pág. 12
Cuidemos nuestro tesoro. Rosario Rodríguez Saavedra....	Pág. 12
El Parque Natural. Rocío Fernández Navarro.....	Pág. 13
Recogida selectiva de Basuras. Fernando Navarro Marín..	Pág. 13
* AZARTAJONES.....	Pág. 14
* TRABALENGUAS.....	Pág. 15
* RECETAS:	
Tortillas en caldo.....	Pág. 16
Manteca "colorá".....	Pág. 17
Torta de hornazo.....	Pág. 18
* REMEDIOS CASEROS:	
Recopilados por Josefa M. Sayavera y Carmen García P..	Pág. 19
* PÁGINA ABIERTA:	
La educación hace libre a los hombres y mueve a los	
pueblos. Coordinadora Proeducación.....	Pág. 20
Una historia Natural. José Antonio Silva García.....	Pág. 22
* ASÍ HABLAMOS EN LA SIERRA NORTE.....	Pág. 24

CONSEJO DE REDACCIÓN:

- . Gracia Corona Luque.
- . Carmen Florido Fernández.
- . Carmen García Pérez.
- . Angeles Moruno Romero.
- . Antonia Nieto Jiménez.
- . Rosario Reina Jiménez.
- . Ana Rodríguez Gómez.
- . Robledo Sayavera Martín.
- . Josefa Simeón Rubiano.
- . Josefa Torrado González.
- . José T. Fernández García.
- . Francisco Vera Díaz.

DIRECCIÓN:

C.P. EPA Constantina.
C/ Hermosa Baja; S/N. Apdo 88.
Tlfno: 588 18 29.
Constantina-41450.
SEVILLA.



DISEÑO, IMPRESIÓN Y ENCUADERNACIÓN:

Taller de Prensa.
Centro de Adultos de Constantina.

Constantina, Diciembre de 1.997.

EDITORIAL

Cuando somos niños, tenemos todos los sentidos abiertos a lo que nos rodea; nuestra misión es, por naturaleza, mirar, observar, imitar y aprender todo lo que sea de los demás y de nuestros propios errores, incluso querer superarnos.

Después, vamos creciendo y llegamos a esa edad crítica, donde, - creemos saber más que nadie, que nos comeríamos el mundo, porque - nuestro instinto juvenil y optimista nos hace ver que nada es difícil y que todo podremos conseguirlo. Nos encontramos con muchos caminos abiertos (a excepción de todos aquellos que nacen en un mundo bajo el poder de la incomprensión y la intolerancia). Pero aquellos de nosotros que un día tuvimos la oportunidad de elegir, y no lo hicimos correctamente -porque nadie es perfecto o las circunstancias de la vida no nos lo permitieron- y perdimos la ocasión de llegar - un día a donde queríamos, necesitamos otra oportunidad y, ya que no podemos volver atrás en el tiempo, algo que se adapte a nuestros intereses, como es el Centro de Adultos.

Pero no comprendemos cómo los políticos que nosotros elegimos para que velen por nuestros intereses, poco a poco vayan recortando - los presupuestos en Educación y se olviden de la labor que realizan los Centros de Adultos, principalmente en el campo de la animación - sociocultural.

Muchas mujeres, que ya sus hijos son mayores, disponen de tiempo libre, comienzan a sufrir los primeros problemas de salud, entrando en el túnel negro de la depresión. Tras muchas vueltas, estas mujeres deciden ir al Centro de Adultos. El cambio es radical y... ¡míla groso!. Estas mujeres se sienten mucho más útiles; con sus experiencias pueden ayudarles a otras compañeras y consiguen ver un rayo de luz al final de su túnel particular.

Este año, los Centros de Adultos han sufrido ciertos cambios y, como no nos conformamos con el único sentido de aprender a leer, escribir o sacarse el graduado que se le quiere dar a la Educación de Adultos, decidimos crear la Asociación de Alumnos de este Centro para así, todos unidos, luchar por nuestra EDUCACION y hacerle ver a nuestros políticos la gran labor que todos estos Centros realizan - en la sociedad.

Y como entre nosotros, nos da lo mismo tener dieciocho, treinta o sesenta años y todos nos tratamos de tú a tú, colaborando y compartiendo, surgió la idea de formar una Asociación que organice con un voluntariado propio todo lo que desde "arriba" se nos quiere ir quitando poco a poco.

Por eso, en estos días nos estamos reuniendo y realizando los primeros trámites para constituir la Asociación de Alumnos "EL SOBERAO" del Centro de Adultos de Constantina.

Antonia Nieto Jiménez y

Rosario Reina Jiménez.

EXPERIENCIAS PERSONALES

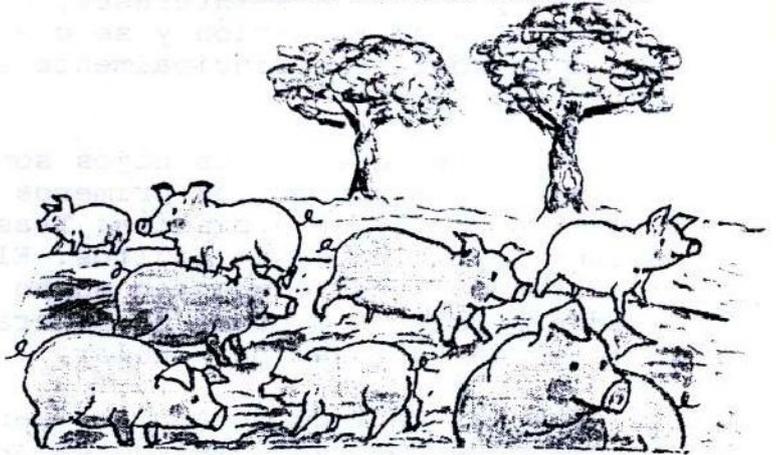
Cuando yo era chica, pasé una infancia nada feliz. Me crié sin padre y mi madre tenía que trabajar para poder llevar la casa. Yo iba al campo para traer leña porque no podíamos comprar carbón. También cogíamos lo que daba el campo, como por ejemplo: lengua de buey, hinojo y algo más.

Mi vida cambió cuando empecé a trabajar, no es que ganara mucho dinero pero por lo menos quitaba una boca que alimentar en casa y al mismo tiempo llevaba algún dinero, qué falta hacía.

Después, me fui con una familia numerosa. Desde entonces ya lo iba pasando mejor; fue la primera vez que fui a la playa y me lo pasé muy bien. Nos metíamos en el fango a coger cangrejos y coquinas. A partir de entonces fue cambiando mi vida. Ahora ya me voy sintiendo más feliz.



Josefa Simeón Rubiano.



Mi infancia fue muy dura, igual que todas las personas de mi edad, por culpa de la guerra, que hoy lo piensas y te parece mentira: pasábamos tanta hambre que mi padre mató un gato para darnos de comer y aquel día pasé más hambre que ninguno porque, cada vez que miraba la olla, me acordaba de los ojos tan grandes que tenía el gato, cuando lo desollamos mi hermana y yo.

Tan arrastrada era la vida que hasta las suelas de las alpargatas se quedaban atrás de malas que eran. Yo estaba cuidando una piara de cochinos y era tan chica que ni sabía los cochinos que tenía. Me acuerdo que unos "salamanquinos" me preguntaban:

- Rubita, ¿cuántos cochinos tienes?
- 3 veces 50, y 20 más.-le contestaba yo-.

También recuerdo que mi padre me daba piedrecitas y me decía que cogiera una por cada 50 cochinos que contara, porque antiguamente se contaba el ganado cada 50 animales.

Robledo Fernández Vargas.

Yo soy la que hago nueve de doce hermanos. Cuando era chica, - mis padres se iban a trabajar y nos quedábamos solos. Mi padre trabajaba en una tarazana y ganaba poco dinero por eso no teníamos para comer ni para ropa ni zapatos; nos poníamos la ropa que nos daban. Vivíamos en una casa muy pequeña: sólo tenía dos habitaciones, no tenía luz y nos alumbrábamos con unos candiles que se hacían con aceite y una torcía.

Yo nunca he ido al colegio, porque no había dinero para poder comprar lápices y cuadernos para todos. A la edad de diez años me fui a trabajar a cuidar una niña porque sus padres se fueron a coger aceitunas y, cuando acabaron de trabajar los padres de la niña, no me dieron dinero, sino me compraron ropa y zapatos.

Yo me casé a la edad de diecisiete años y me fui al campo. Allí se ganaba poco pero, poquito a poco, fuimos juntando algo de dinero y a los cuatro años nos vinimos al pueblo.

Ahora vivimos un poco mejor; la vida ha cambiado mucho, gracias a Dios. Ahora voy al Centro de Adultos de Constantina y estoy muy contenta de saber leer y escribir.

Carmen Almena Díaz.



Mi infancia fue, poco más o menos, como la de otra niña de - mi edad. No tuve nunca ninguna maestra ni nunca supe lo que era, pero hace cuatro años asisto al Centro de Adultos y me siento muy contenta porque tengo muy buenas compañeras y dos maestros que son estupendos; tienen más que paciencia con nosotras por eso todas estamos muy contentas y estamos aprendiendo mucho. Ya sabemos leer y antes no sabíamos nada.

Yo hablo por mis compañeras y por una servidora, que cada día me alegro más de haberme apuntado.

Isabel Nieto Domínguez.

¿CÓMO SE HACÍA...?

LA CAL

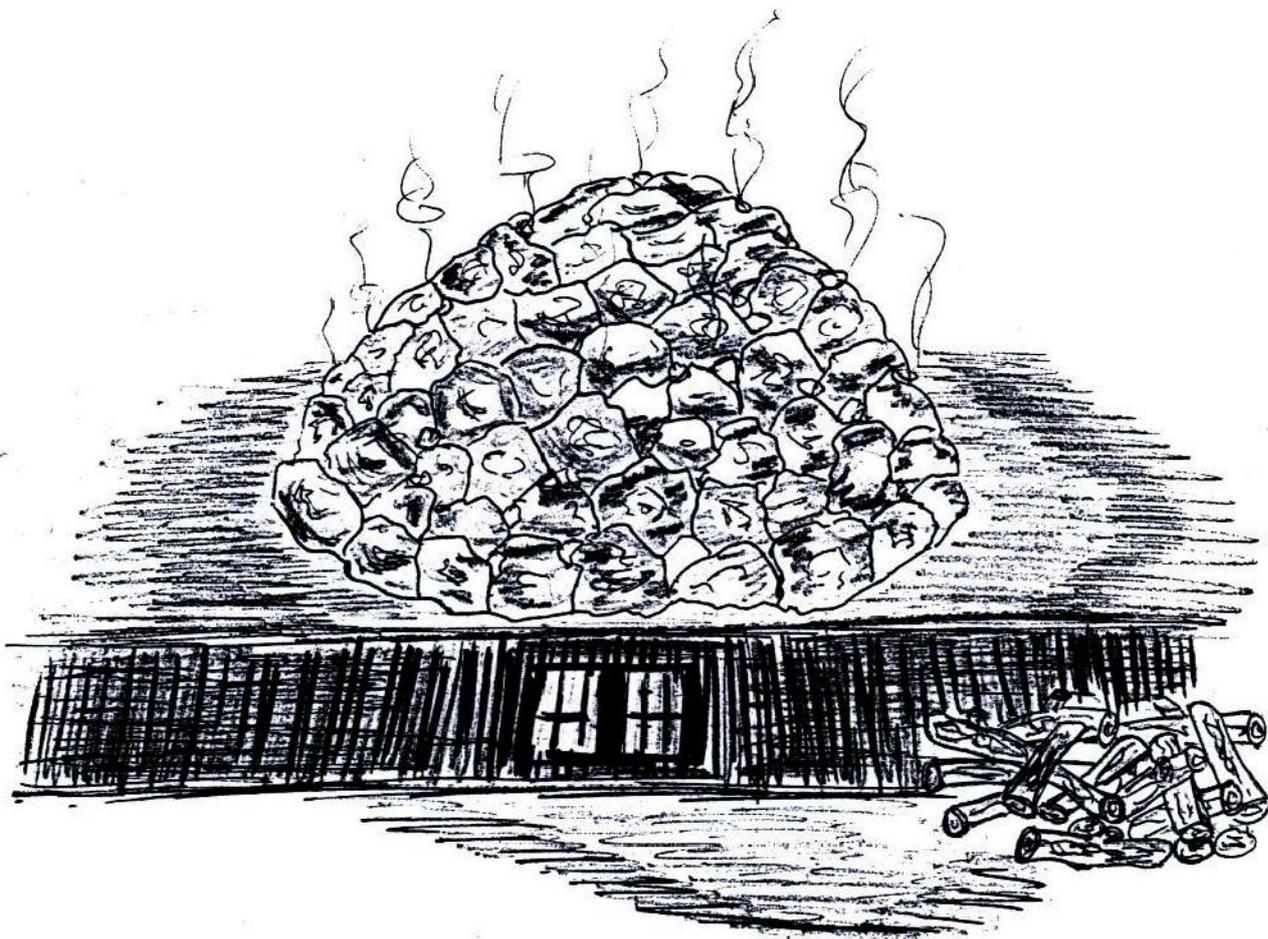
Antiguamente era más corriente que hoy día la costumbre de encalar o, como decimos nosotras, blanquear las paredes. Pero no todo el mundo sabe cómo se hace la cal.

Primero hay que coger las piedras calizas de una cantera. Se abre el barreno, se carga con dinamita y se dispara.

A continuación se arma la calera, poniendo las piedras labradas en círculo, de manera que asienten bien unas con otras y amontonándolas hasta hacer una bóveda, que quede con una puerta por debajo para meter los haces de leña.

Después de armada, hay que ripiarla, que quiere decir rellenarla con piedras más chicas para que no le quede ningún agujerito a la bóveda.

Cuando está cubierta por completo, se va por leña y se tiene ardiendo un día entero y, cuando están cocidas las piedras, se dejan enfriar unas cuarenta y ocho horas.



La cal se compraba por basta o por fina, según fuera para albañiles o para blanquear y se pedían medidas de una quartilla, media fanega, ... Luego se echaba en un cubo de zinc o en un bidón, se cubría de agua y no se dejaba de remover para que no se hiciera la gransa, es decir, que no se haga arenilla. Cuando ya se quedaba pastosa, es que estaba lista para blanquear.

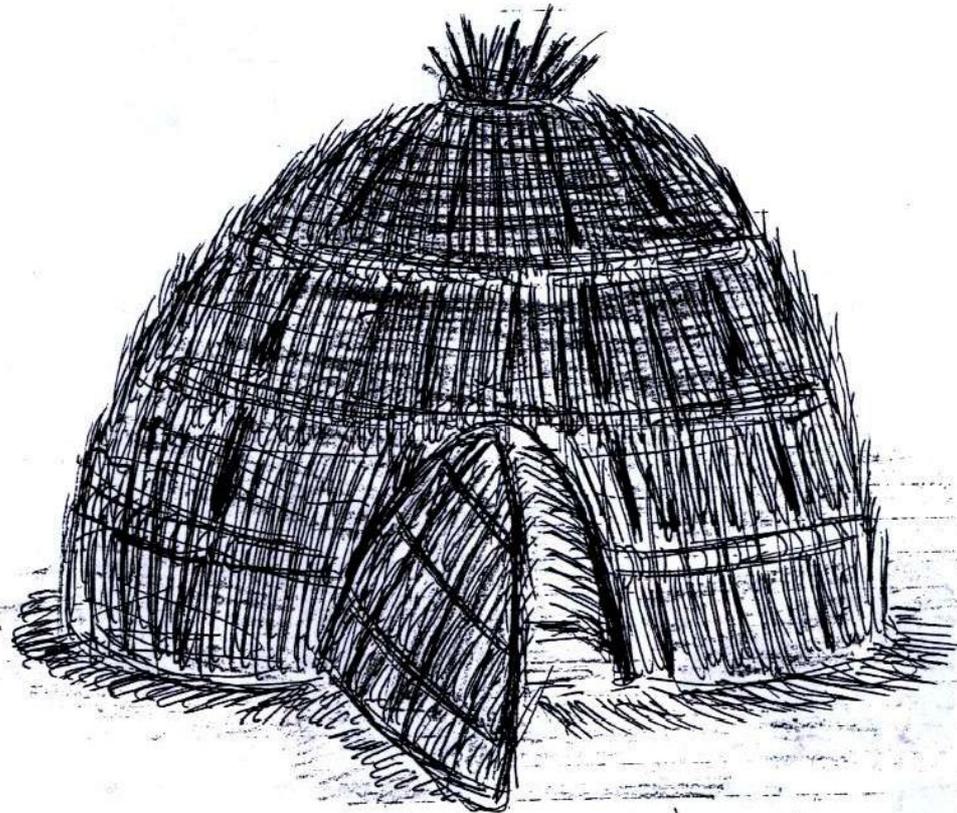
Pero todo esto hay que hacerlo con mucho cuidado que no nos salpique, porque la cal hierve y puede quemar.

Los chozos son las casas que nos hacíamos las personas que trabajábamos en el campo, como por ejemplo los porqueros, cabreiros, vaqueros, etc. y que teníamos que quedarnos allí donde estaba el ganado.

Yo recuerdo que para hacer los chozos se necesitaban, principalmente, varas y juncos.

Primero se cogían algunas varas que estuvieran derechas, a una altura arreglado a lo alto que quisiéramos el chozo. Luego había que cortarlas en la punta para ponerlas de pico y así poderlas clavar en el suelo.

Pero estas varas tienen que ser verdes, para así poderles dar la forma adecuada, cogiéndolas todas en la parte alta del chozo, que se llamaba cumbrero.



Después se entremetían los juncos y se les hacía una especie de costura con los mismos juncos o con tomiza, para que se quedaran bien cogidas, de manera que cuando lloviera pudiera resbalar el agua.

Dentro del chozo, se ahondaba un poco el suelo para poner en el centro las brasas. Algunas personas, incluso ponían piedras para que así se conservara mejor el calor.

Como muebles, lo único que teníamos en el chozo, eran los camahechos, los cántaros, la tinaja para el pan y los avíos de la cocina. También teníamos, colgado de un gancho que se ponía por debajo del umbral, el candil.

Y con esto pasábamos largas temporadas, al cuidado del ganado, sin ir apenas al pueblo y sin ver a otras personas por allí.

Josefa Simeón Rubiano.

VILLANCICOS

Nosotras por estas fechas
hacemos todas un portal
en nuestro Centro de Adultos
con amor y prosperidad.

Duérmete mi bien
que mientras que duermes
yo te arrullaré.

El Centro de Adultos,
el Centro de Adultos
te viene a cantar
con mucha alegría y felicidad,
con mucha alegría y felicidad.



Duérmete mi bien
que mientras que duermes
yo te arrullaré.



Duérmete tú, chiquitín.
No llores ni tengas pena
que está aquí el Centro de Adultos
"pa" cantarte en Nochebuena.

Duérmete mi bien
que mientras que duermes
yo te arrullaré.

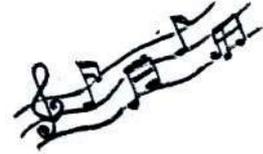
Como todos los años hacemos
venimos aquí a cantar
para que ustedes nos vean
y se puedan animar.

Duérmete mi bien
que mientras que duermes
yo te arrullaré.

Robledo Sayavera Martín.



A tu casa llegan campanitas
ni te llaman ellas,
ni te llamo yo,
que te llaman los campanilleros
de la Nochebuena
de esta población.



Y esta noche, es Nochebuena
y en una noche grande
no se "pué" dormir,
no se "pué" dormir,
no se "pué" dormir
que ha nacido,
que ha nacido el niño,
que ha nacido el niño
y lo traemos aquí.



Pastores venid,
pastores llegad
a acompañar,
son las campanitas
de los campanilleros
de esta madrugada.

El día de año nuevo,
por la mañana, se cristianará,
se cristianará, se cristianará
y el pueblo quedará invitado,
quedará invitado, para acompañar.

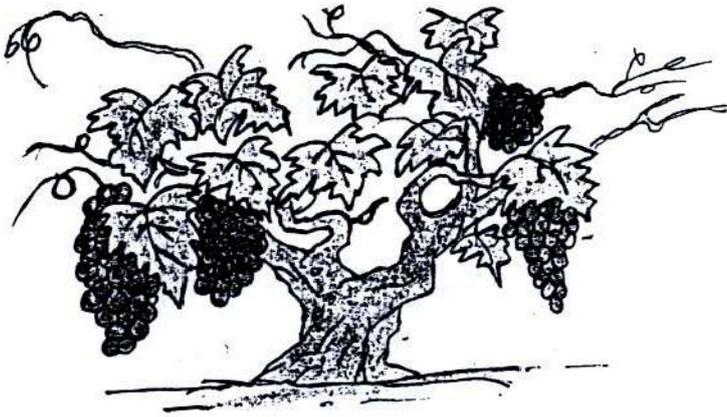
Y en la iglesia y en la sacristía
de esta grande, hermosa y libre ciudad,
y libre ciudad, y libre ciudad
y el niño, el niño Jesús
el niño Jesús, ¿cómo se llama?
Le responde con alegría:
se llama Manuel, se llama Manuel.



El niño, el niño Jesús,
el niño Jesús se llama Manuel.

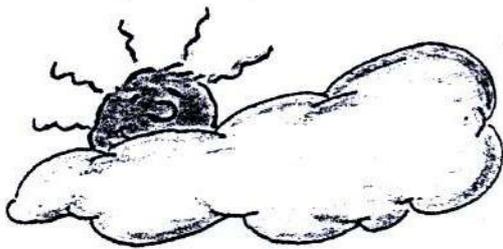
Recopilado por Manuel Fernández G.

DICHOS Y REFRANES



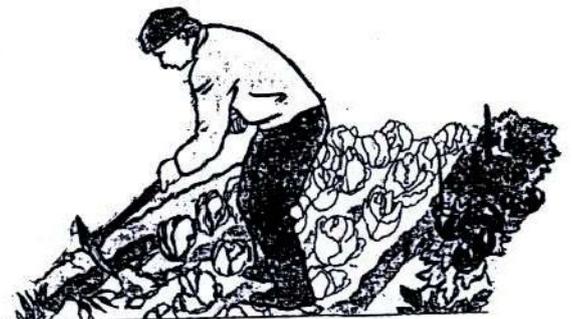
Vino que del cielo vino,
vino por un retamar,
vino porque le convino,
el vino cuando vendrá.

Todo lo tiene Mariquilla Andrea:
puta, borracha, alcahueta y fea.

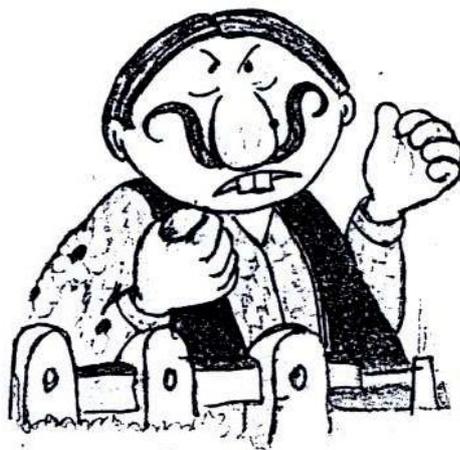


Candilejo al anoecer,
agua al amanecer.

Recógete verdolaga
recógete un poquito,
que ni la huerta es tan grande
ni el hortelano tan rico.

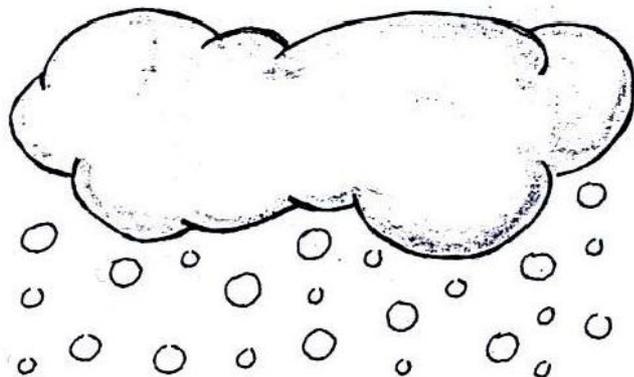


Según San Andrés
el que tiene cara de bruto,
lo es.



De necios y porfiados
viven los letrados.

La campana se conoce por el son
y a la mujer por la voz.



Para los Santos,
nieve en los altos.

EL ABUELO

¿Quién dice que en la vida
no hay milagros?
¿Qué el paso de los años
te hace viejo,
se agota de tu cuerpo la energía,
y poco a poco te vas quedando quieto?

Quien esto diga no sabe lo que dice
o no ha tenido en su vida un nieto.
En mí ha obrado el cielo un milagro.

Mi nieto me ha traído nueva vida
y me gustan sus mismos juegos,
sintiéndome ya libre de esa carga
que tantos desengaños me pusieron.

Me siento como él y, su inocencia,
metiéndose muy dentro de mi pecho
hace que vea más bonito el campo
y que mire unas veces hacia el cielo.

¡Cuántas cosas me dice con sus ojos!
¡Cuántas con sus dulces balbuceos,
con su risa pura, su llanto
y ese algo que yo sólo comprendo!

Es que al venir al mundo me trae
el alma que se me iba sin saberlo.
Hoy la siento en mí cuando mira
y siento el corazón como da vuelcos
cuando me llama con su vocecita
y me señala un sitio allá en el suelo.

¡Con qué nueva alegría corro a su lado
y con que placer yo me revuelco!

¿Quién puede decir que yo soy viejo?.

María Cantos Campano.



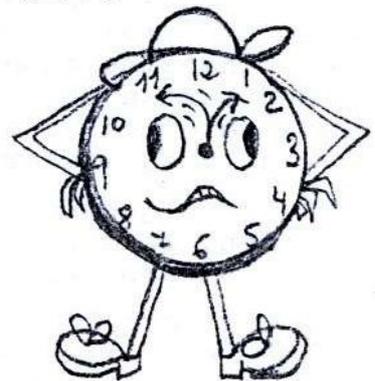
Ya nos cambiaron la hora
mire usted ¿que le parece?
en el reloj son las doce,
pero ayer fueron las trece.
Qué fácil es para el hombre,
tener el tiempo en sus manos,
parar una hora al año
parece casi sobrehumano.

... que es para ahorrar energía,
... que es por el bien del futuro,
... que un día nos dará alegría
podernos ahorrar unos duros.

Pero piensen ustedes señores,
que el sol todo el año es el mismo;
unas veces nos da calor
y otras nos tiene fríos.

No es bueno jugar a ser Dios,
no es bueno gastar con derroche
pero, lo que no gastamos de día
estamos gastando de noche.

Rosario Reina Jimenez



NUESTRA OPINION

EQUILIBRIO ECOLOGICO Y ACTIVIDADES ECONOMICAS

En la Sierra Norte de Sevilla, siempre ha reinado la armonía entre todos los vecinos hasta que, en el año 1.986, la hicieron Parque Natural. Entonces, aparecieron los ecologistas y agentes forestales, que son los encargados de mantener el equilibrio ecológico, del que estamos hablando.

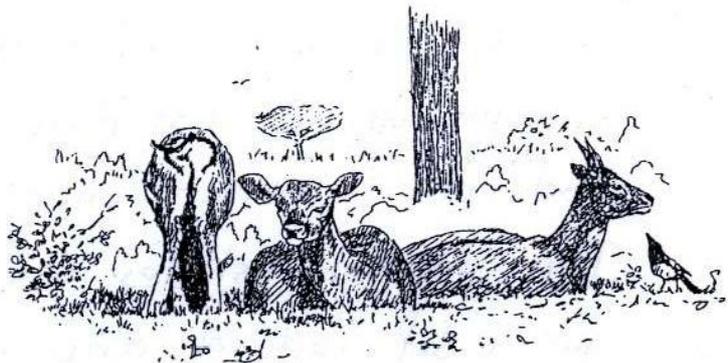
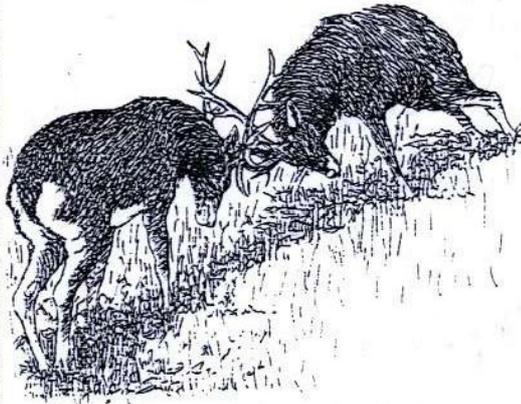
Los ecologistas son los que no quieren que se realicen las actividades económicas que tradicionalmente se han venido desarrollando, estén bien o mal.

Los adentes forestales están encargados de que los propietarios de las fincas pidan los permisos para realizar los trabajos, como: poda de árboles, arranque de monte, arreglo de caminos, ampliación de cortijos, etc, y supervisarlos una vez terminados.

Hay un proyecto de ley, para aprobar próximamente, en que se dice que los propietarios no pueden decidir los animales que pueden meter en sus fincas, ni la cantidad, ni tampoco hacer libremente cualquier trabajo.

Personalmente opino que no hay equilibrio ecológico, por parte de las personas encargadas de hacerlo posible. Algún día todo esto explotará por algún sitio.

José Antonio Montañez Rico.



CUIDEMOS NUESTRO TESORO

La Sierra Norte tendríamos que considerarla como un tesoro an daluz, en la que podríamos destacar algunas piedras preciosas, que así podríamos llamarlas, a nuestros cultivos o a nuestros ríos y animales que tenemos en nuestro cofre; por ejemplo, árboles: olivos, encinas, quejigos, alcornoques, pinos, eucaliptos, etc; animales como venados, jabalíes, toros, conejos, meloncillos, etc; riveras como la del Huéznar, el Retortillo, el Viar, etc.

Todo esto es un brillante en bruto que tendríamos que conservarlo en una urna de cristal para que no le diera ni el aire. Decimos, a veces, cuando matan a alguien que son unos criminales, pero nosotros también tendríamos que considerarnos como tales, a veces, cuando hacemos cosas que no debemos hacer. Hay árboles que no se pueden cortar pero, nosotros, pasamos de lo que nos dicen, y hacemos lo que mejor nos da la gana, pero no es así porque todo tiene su vida y su misterio.

Todos queremos mantener el medio ambiente vivo para poder vivir bien, pero hay algunas leyes como tener que pedir permiso para tocar los árboles o quemar el pasto que se seca en el verano.

Queremos nuestro Parque Natural vivo y bonito pero todos tenemos que cuidarlo para que esté siempre igual y podamos dejarlo a nuestros hijos como nos lo dejaron nuestros padres.

Rosario Rodríguez Saavedra.

EL PARQUE NATURAL

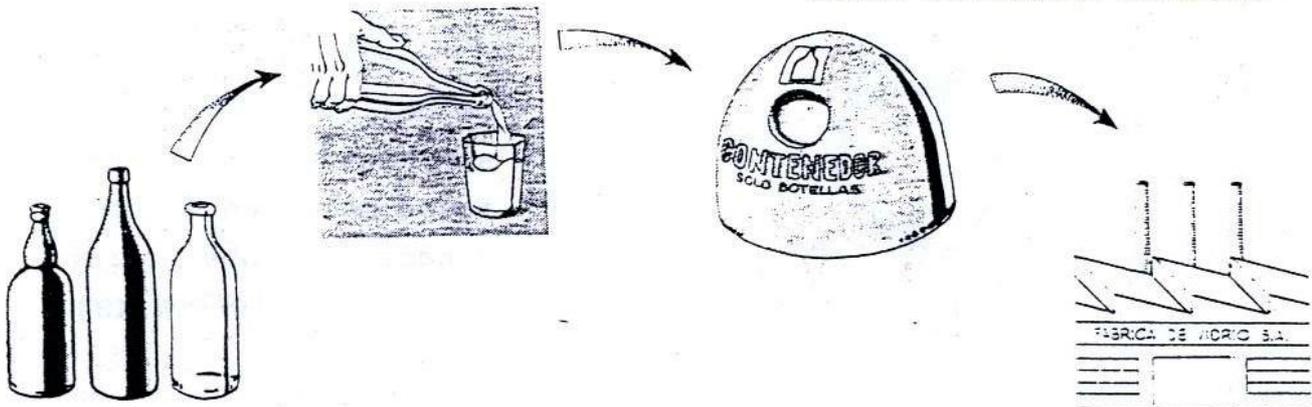
Todo lo que se refiera al cuidado y a la conservación de nuestro espacio natural, el medio ambiente, es un interés especial para todo el ser humano ya que dependemos de él.

Por ello, el Parque Natural Sierra Norte, como otros muchos, trata la conservación y restauración de gran parte de Sierra Morena ya que, a decir verdad, la necesidad se hacía ver. Deterioro de paisajes: coches viejos, cristales, escombros y basuras de todo tipo, incluyendo electrodomésticos de gran tamaño, y otros objetos que dañan el paisaje de nuestra sierra. Por otro lado, la deforestación, debido a incendios o por otras causas. También el tema del peligro de extinción que corren algunas aves y mamíferos; como por ejemplo: el águila, el buitre, el buho real, lobos, conejos, etc.

Todo ello ha de ser corregido y controlado antes de que sea demasiado tarde, aunque desgraciadamente mentalizar a los habitantes será bastante complicado. Los ayudantes del medio ambiente ya están poniendo algunos remedios, aunque algunos no son del agrado de todos. También hay que comprender que el hombre que coma de su ganado, por ejemplo ovino, y le suelten alrededor de sus dominios una manada de lobos, ha de protestar. Al mismo tiempo, se prohíben alambradas altas y con una cuadrícula espesa, por lo que meloncillos, ginetas, zorros y demás cazadores nocturnos no dejan que la población campesina efectúe, con la debida tranquilidad, la cría de su ganado.

También un problema que está dando mucho que hablar es el desmonte de las fincas para ser sembradas. A veces, los permisos no son concedidos, al igual que el descorche de alcornoques, que ayuda considerablemente en la economía agrícola.

Rocío Fernández Navarro.



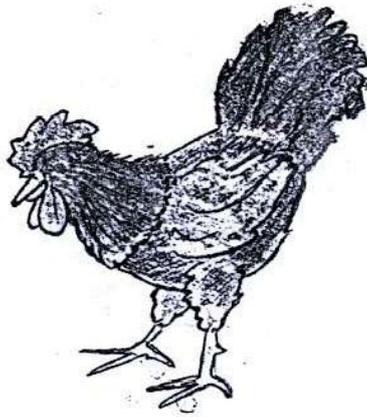
RECOGIDA SELECTIVA DE BASURAS

Se debería potenciar y educar a la población sobre la necesidad de separar las distintas basuras, colocando diferentes contenedores para que depositemos los distintos tipos de basuras. Así, podríamos ahorrar materia prima, ya que si recuperamos y reciclamos los plásticos que no sean biodegradables, el vidrio, los cartones y papeles, evitamos la tala indiscriminada de árboles.

Por otro lado, las pilas, que al contacto con el medio ambiente dañan considerablemente, tanto al agua como a la tierra, si nos concienciamos de depositarlas en los sitios apropiados estaríamos evitando una contaminación perjudicial. De igual modo, se debería recoger muebles y aparatos electrodomésticos que se arrojan en cualquier sitio del campo.

De esta forma todos no beneficiaríamos.

Fernando Navarro Marín.

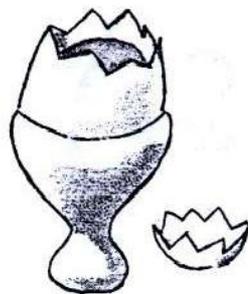
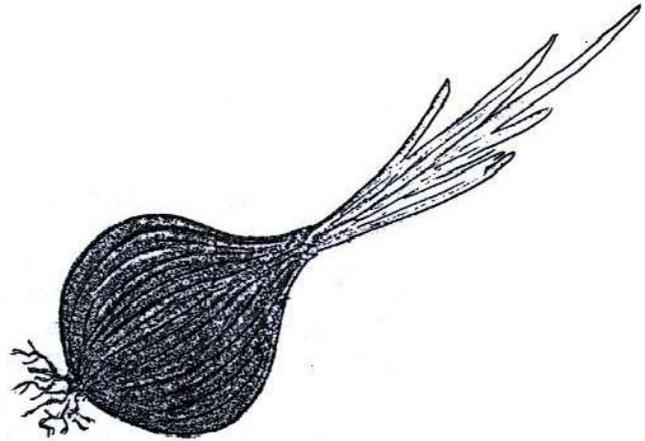


Alto, altanero
gran caballero,
gorro de grana,
capa dorada,
espuelas de acero.

(El gallo)

Capita sobre capita,
color de paño francés;
aquel que no lo adivine
bastante tonto es.

(La cebolla)

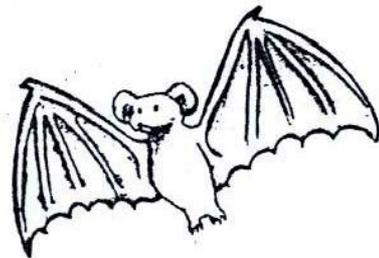


De bello he de presumir,
soy blanco como la cal
todos me saben abrir
y nadie me sabe cerrar.

(El huevo)

Estudiantes que estudiáis
los libros de biología
¿qué animal es el que vuela
y tiene pecho y cría?

(El murciélago)

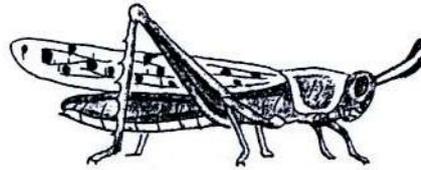


TRABALENGUAS



Un cigarrón pitracón
atado por una pata pitraca,
eì picarón se fue
en busca de una corbata
y acostarse con una mujer.

Recopilado por Aurora
Caballero Ramírez.



Al "lao" allá del río
tiene mi tío un quiquirijoná;
traigo los calzones rotos
y "descosios"
de coger quiquirijones
del quiquirijoná de mi tío.

Recopilado por Eva María
Rodríguez Raposo.

Yo tenía un cigarrón pitracón
lo agarré por la pata pitraca.
El ciagarrón se me fue pitroqué
porque quería corbata pitraca,
un corte de pantalón pitracón
y una chaqueta de pana pitracana.
Recopilado por Robledo de la Torre.

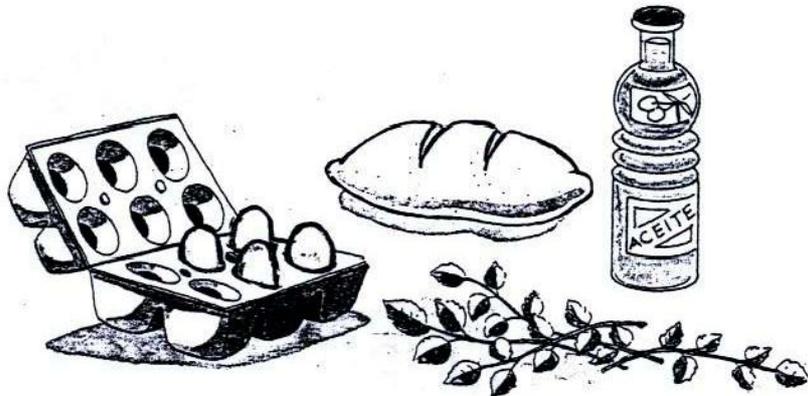


RECETAS

TORTILLAS EN CALDO

Ingredientes:

- 2 ó 3 huevos.
- ajos.
- pan rallado.
- rebanada de pan.
- comino.
- azafranada.
- perejil.
- hierbabuena.
- sal.



Preparación:

Se baten los huevos y se les echa ajo, hierbabuena, perejil, todo muy bien picado, y sal. A continuación, se le va añadiendo pan rallado, poco a poco, para que no se endurezca.

Cuando esté hecha la masa, se van haciendo las tortillas y se fríen hasta que doren.

Mientras, se va haciendo un majado con dos dientes de ajos fritos, perejil, comino, azafranada, sal y el pan frito.

Se pone a calentar agua en una perola y se le agrega el majado que tenemos preparado. Cuando este caldo esté hirviendo, le echamos las tortillas fritas, dejándolas en cocción, pero por muy poco tiempo porque si no, se ponen muy blandas.

Por último, rectificamos de sal y ya están listas para comer.



MANTECA "COLORÁ"

Ingredientes:

- 1 Kg. de pella o de manteca blanca de cerdo.
- 6 ó 7 dientes de ajos.
- 1 cucharadita de comino.
- 1 cucharadita de orégano.
- 1 cucharadita de pimienta negra en granos.
- 2 cucharadas soperas de vinagre.
- 1 cucharada sopera de sal.
- 1 cucharadita de pimentón picante.
- 100 gr. de pimentón dulce.
- 1 hoja de laurel.



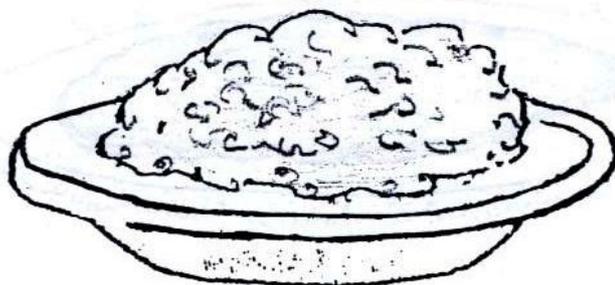
Preparación:

Se echa la pella partida a trocitos en una cazuela o sartén y la hoja de laurel. Se pone al fuego y se deja hasta que estén fritos los chicharrones.

Por otro lado, se hace un majado con todos los ingredientes, menos el pimentón dulce y el picante.

Cuando se compruebe que están casi derretidos los chicharrones, se le echa el majado y se deja un rato para que tome el gusto. Después, se saca el laurel y se le echa el pimentón dulce y el picante, y se apaga la candela.

Se deja enfriar y, cuando esté cuajada, se puede ya comer.



TORTA DE HORNAZO

Ingredientes:

- 1 vaso de aceite frito y frío.
- 1 vaso de leche.
- 1 vaso de azúcar.
- 3 vasos de harina.
- levadura.
- matalauva molida. (una cucharada sopera en la masa)
- ajonjolí.
- azúcar y canela.

Preparación:

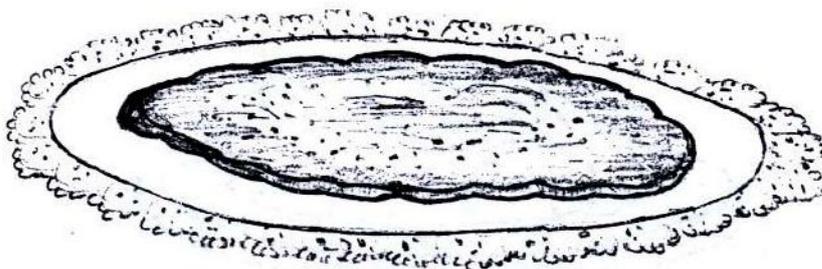
Mezclamos el vaso de aceite, de leche, de azúcar y la levadura. Después, se bate todo muy bien. A continuación, echamos la mezcla en un recipiente y se le va agregando la harina hasta que se hace la masa.

Luego, le echamos a esta masa una cucharada sopera de matalauva molida y volvemos a amasar para que quede todo bien mezclado.

Después se unta mantequilla al molde que vayamos a utilizar y se pone en él la masa que ya teníamos preparada, agregándole por en cima el ajonjolí.

A continuación, lo metemos en el horno, primero en la parte de abajo, hasta que comprobamos que al pinchar la masa, ésta no se pega a la aguja y luego en la parte de arriba para dorarla.

Cuando lo sacamos del horno, espolvoreamos por encima con canela y azúcar y la dejamos enfriar.

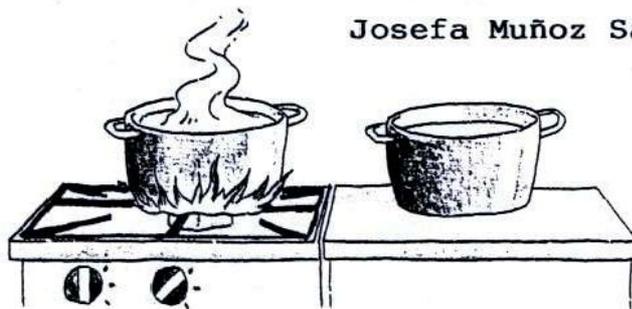
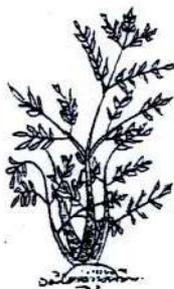


REMEDIOS CASEROS

A lo largo de la historia, muchas dolencias se han pretendido curar gracias a los remedios caseros. Sin embargo, ello no quiere decir que hoy día tengan utilidad. Con lo cual ni aconsejamos ni desaconsejamos su uso. Tan sólo pretendemos recoger un testimonio de épocas pasadas.

PARA EL DOLOR DE MUELAS

Se coge la raíz del hinojo y se lava muy bien para quitarle toda la tierra. Luego, cocemos la raíz y se le echa un poquito de azúcar al agua. Se toma como una infusión.



Josefa Muñoz Sayavera.

PARA CALMAR LA TOS

Se ponen unas hojas de laurel a cocer. En el agua echamos una o dos cucharadas de miel. Por último, tomamos el agua de la cocción todo lo caliente que podamos.



Josefa Muñoz Sayavera.

PARA EL DOLOR DE BARRIGUITA DE LOS NIÑOS

Cuando un niño chico lloraba porque le dolía la barriguita se le daba comino cocido con un poquito de agua y azúcar. De esta manera también se le quitaba el dolor.

Carmen García Pérez.



PAGINA ABIERTA

Continuando con el ofrecimiento que, desde la revista, se hace a todo el pueblo, publicamos, en primer lugar, un comunicado de la Coordinadora Proeducación y, posteriormente, una colaboración sobre el Núcleo Temático que, durante el presente trimestre, se ha venido desarrollando en el Centro.

LA EDUCACIÓN HACE LIBRES A LOS HOMBRES Y MUEVE A LOS PUEBLOS.

Esta máxima, que nos puede resultar un tanto utópica y manida, se ha cumplido en Constantina.

Hemos podido comprobar cómo nuestra población, en tantas ocasiones apática y falta de empuje, hasta el punto de dejarse pisotear y perder muchas oportunidades para su desarrollo y progreso, en esta ocasión, ha dicho basta y se ha lanzado a la calle a reclamar ni más ni menos que sus derechos a una educación digna.

Aunque parezca injusto, estamos acostumbrados a que la Administración no otorgue a cada ciudadano lo que le corresponde en justicia, sino lo que es capaz de exigir, y no entiende otro lenguaje. Esta vez los constantinenses han exigido y se han hecho escuchar.

Han sido memorables todas esas jornadas de lucha, en las que todos, sin discriminación de edades ni de ideas, hemos participado en manifestaciones multitudinarias, concentraciones, encierros..., hasta que nuestras voces han sido escuchadas.

Niños, jóvenes, adultos, ancianos, todos nos hemos sentido implicados en el problema educativo de nuestra comunidad. Se ha palpado en el ambiente, en la preocupación, en la asistencia a los actos convocados por la Coordinadora.

Cada constantinense ha aportado su granito de arena.

Hemos podido ver pancartas con todo tipo de lemas, desde las realizadas por los pequeños, hasta las de las "abuelas" de la E.P.A., que han participado en todos los actos con gran entusiasmo exigiendo escuelas dignas para sus niños.

La postura de los comerciantes ha sido muy positiva, cerrando sus negocios durante las jornadas de lucha. Y qué decir de los trabajadores que, abandonando sus tareas, se incorporaban al paso de las manifestaciones, o proferían frases de apoyo. Y de las madres con niños pequeños, que no han dudado en acudir con ellos a manifestaciones y encierros, ya que en definitiva se estaba poniendo en juego su futuro educativo.

Tampoco debemos olvidar a la KTV, que ha colaborado intensamente con el pueblo desde el primer instante.

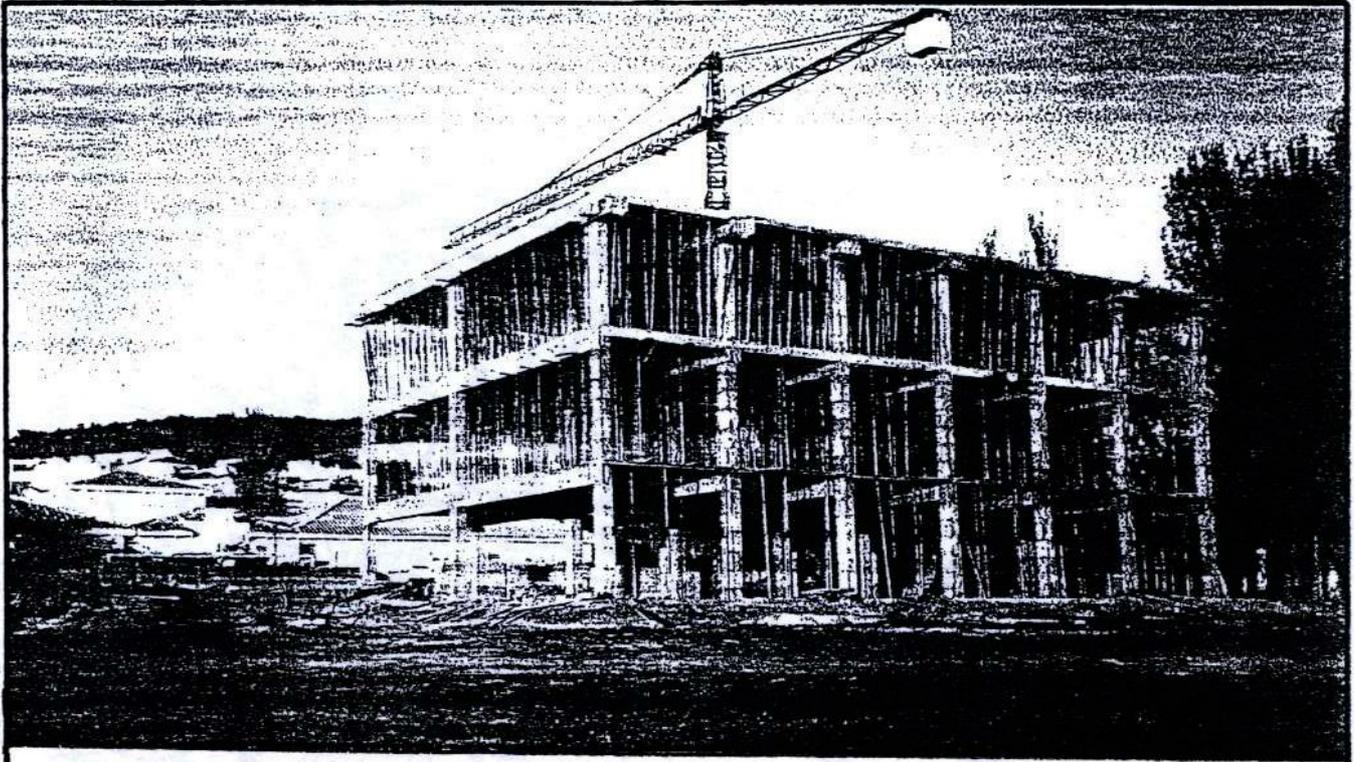
Realmente podemos sentirnos orgullosos, esta vez hemos actuado como un pueblo responsable y preocupado por su futuro, y que no está dispuesto a dejarse arrebatarse lo que en justicia le corresponde.

Y podemos preguntarnos qué se ha conseguido con nuestra lucha. Pues de momento no nos parece poco:

Ahí tenemos la primera fase del Centro de Primaria, que se está ejecutando a buen ritmo y aunque tal vez no esté finalizada para el presente mes de Noviembre, como prometió la Delegación, sí se puede asegurar que lo estará en fechas muy próximas.

Los proyectos de la segunda fase del Colegio de Primaria y del Instituto de Secundaria, ya están en marcha.

Por tanto se han logrado nuestros primeros objetivos.



En la imagen, obras de la primera fase del nuevo Centro de Primaria

Debemos felicitarnos todos por lo que juntos hemos sido capaces de conseguir, pero no debemos bajar la guardia en ningún momento, pues si los compromisos de la Administración no se cumplen, o vemos que no se nos otorgan nuestros derechos, tendremos que volver a la lucha, porque ya saben en Sevilla que Constantina no es un pueblo apático que se aguanta con las injusticias, que algunos habían llegado a pensar.

Gracias a todos y felicidades.

Constantina, Noviembre de 1.997.

LA COORDINADORA PROEDUCACIÓN.

UNA HISTORIA NATURAL.

Llegó a la casilla, con el capote chorreando y el sombrero caído hasta los ojos.

Josefa lo recibió con un gesto de incredulidad en sus pequeños ojos. ¡Por Dios Santo, llevas tres días en el monte!

Por toda contestación, Tomás dejó el zurrón junto a las cantare^{ras} y se dispuso a darse un calentón en la candela.

Tras quitarle el aparejo a Petronila, su burra, estuvo picando las migas...

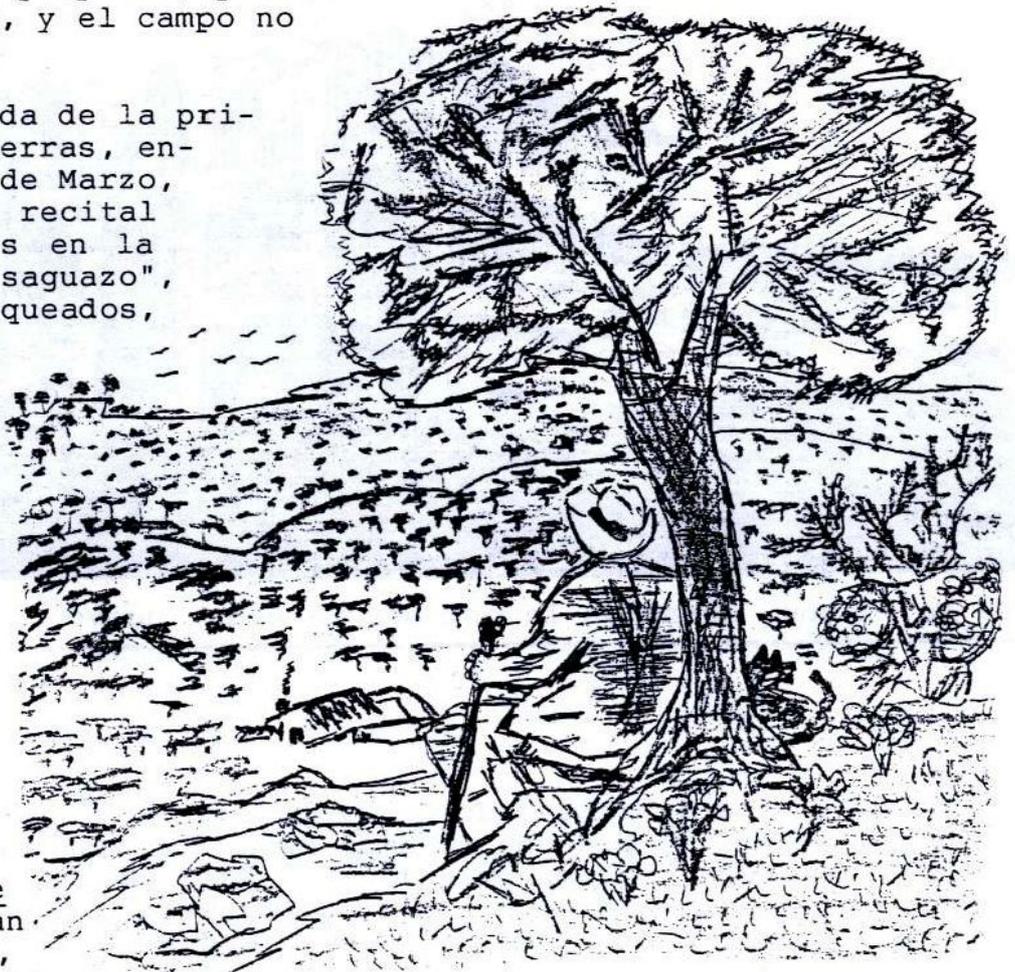
Aquellos fríos días de Febrero, el campo estaba duro y para conseguir "bajar" alguna patirroja, había que andar lo suyo. El celo no estaba propicio, por el frío y el agua, y el campo no "cantaba".

Con la llegada de la primavera, las sierras, entrando el mes de Marzo, darían todo un recital de vida: flores en la jara y en el "saguazo", almendros blanqueados, cantos de jilgueros y charmarines.

Habría que aprovechar el día y pistear a los conejos y a las liebres. Algún "aguardo", daría un respiro a la despena...; la cosa de los conejos se estaba poniendo fea. En el pueblo los pagaban muy baratos y, en el campo, los señoritos te echaban a los civiles.

En estas elucubraciones andaba Tomás, mientras preparaba las migas canas. Días pasados, anduvo en un barranco, donde se hizo gazpacho en el hueco de una piedra.

Su mente no paraba de trajinar. Tenía que fundir plomo en la lata y recargar los cartuchos, tenía que apilar la leña para el cisco, revisar las colmenas antes de que llegara el mes de Marzo...



- Si tu cuerpo diera lo que piensa, no tendríamos que vivir en chozos -farfulló Josefa-.
- ¿Tú te crees que con la cabaña que nos dan, podemos tirar para la quincena?

Ensoberbecida, Josefa continuó su retahila mientras con el "jorcón", meneaba el "jergón de cafullos".

Para no escucharla, Tomás, pasado el aguacero, se salió a liar un cigarro y acompañado de Domingo (un perro pulgoso, tan feo de pinta, como bueno cazando), llegó al collado y miró la sierra.

Maldita sea -pensó- Tanta tierra, tantas bellotas, tanto corcho, los guarros, los ciervos, los zorzales, los conejos...; las perdices, las colmenas; tanto... y de tan pocos.

Se caló el sombrero y, apurando el cigarro, tomó la trocha que llevaba al huerto. En el camino, levantó una liebre encamada y volvió a pensar...

- Ellos tienen fincas, cartuchos, puestos y perreros... yo, con una escopeta y un hacha, tengo que buscarme la vida, perseguido por los guardas y por los civiles... -maldita sea-.

Recogió poleo, orégano, setas y faisanes. Cazó respetando escrupulosamente los ciclos naturales. Nunca me trajo un nido, ni un pajarito. Eso, era quitarse la comida para mañana, solía decir. Taló para hacer cisco, hizo boliches y castró colmenas. Vareó los olivos y crió cochinos, ovejas y cabras. Nadie le dijo que vivía en una zona protegida... Él, y otros como él, nos la legaron.

Hoy, el llamado hombre civilizado, encierra a los venados y a los guarros en recintos; los alimenta y cobra por matarlos en monterías donde vale más el modelo y la escopeta, que el cazador. Hoy, se prohíbe sacar leña del encinar o recoger algunas plantas, que disfrutaban capitales extranjeros.

Estoy seguro, que si mi abuelo Tomás viviera, volvería a exclamar:

- ... ¡Maldita sea! ...

José Antonio
Silva García



ASI HABLAMOS EN LA SIERRA NORTE

- Arcusón: Cántaro hecho a base de metal de zinc, con asa y un pi torro, que sirve para guardar el aceite.
- Atajarre: Cinta ancha de lona que se usa para sujetar el aparejo de los burros, pasando por debajo del rabo del animal.
- Barbián: Persona de comportamiento violento. Bruto.
- Cabrillas: Quemaduras superficiales que salen en las piernas, - por no protegerlas, cuando se está sentado al calor del brasero.
- Cubierta: Manta, normalmente de lona, que se coloca para cubrir los aparejos de las bestias.
- Chozo: Vivienda propia de los pastores que se solía hacer a base de varetas de jara y con juncos o palmas.
- Deíla: Funda de piel para la mano de los segadores, de manera que cubre tres dedos juntos, dejando el dedo índice con otra protección aparte.
- Elfa: Adelfa.
- Entenao: Hijo que se aporta a un nuevo matrimonio, procedente de otro anterior.
- Fletá: Utensilio que usan los albañiles para extender la mezcla.
- Faldiguera: Bolsillo de los pantalones.
- Garapuyo: Ramas de un árbol que son más salientes que las demás.
- Garguear: Respirar de forma dificultosa o de manera entrecortada, después de haber hecho un esfuerzo.
- Infernillo: Aparato consistente en una base metálica, con cuatro patas y un depósito de petróleo con una torcía, que se utilizaba para cocinar.
- Jincha: Herramienta usada para cavar los pies de los olivos o de las cepas.
- Lata: Vareta de palo de monte, para hacer el armazón del chozo.
- Mastranto: Hierba parecida al poleo, de hoja más grande y áspera y olor distinto, que se cría en los regajos.
- Orza: Tinaja pequeña que se usaba para guardar la manteca o para los quesos en aceite.
- Picorrilla: Campanita que se le pone a los chivitos.
- Pito: Polaina hecha con trozos de cuero.
- Repela: Pasar el dedo por la patilla o por el cuello a contrape-lo.
- Socolar: Cortar o talar las ramas de un árbol.

1998

ENERO

L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

FEBRERO

L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

MARZO

L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

ABRIL

L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

MAYO

L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

JUNIO

L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

JULIO

L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

AGOSTO

L	M	X	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

SEPTIEMBRE

L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

OCTUBRE

L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

NOVIEMBRE

L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

DICIEMBRE

L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

**EL CENTRO DE ADULTOS DE
CONSTANTINA OS DESEA**

FELIZ AÑO 1.998

