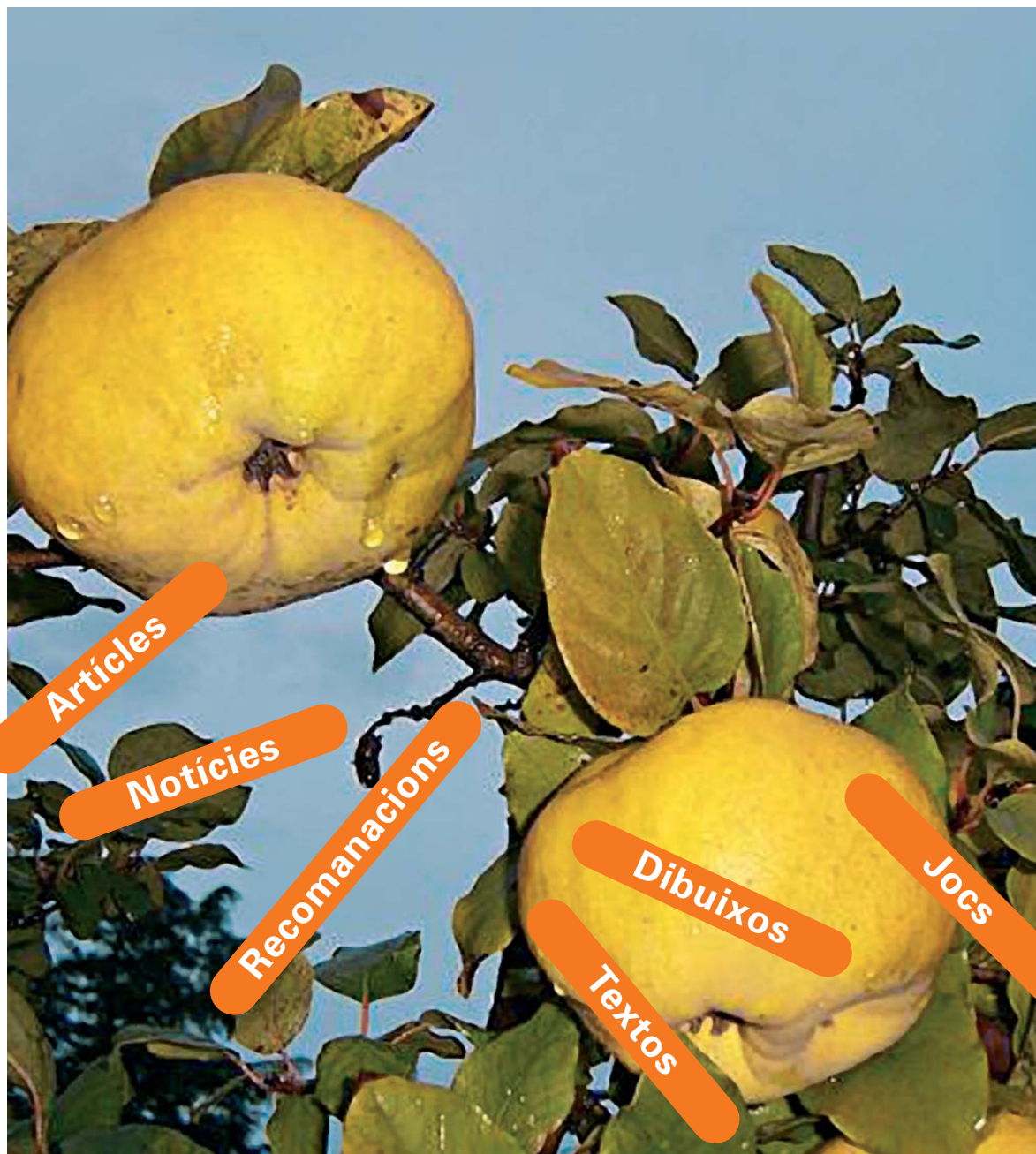


Sota el cel del Puig

Revista de l'IES Puig Castellar



núm 26 desembre 3^a etapa

Curs 2006-2007

Codony

El codony és un dels fruits més apreciats des de l'antiguitat per la seva capacitat de conservació en forma de confitura o de carn de codony.

Té propietats també curatives sobretot astringents, sobre els trastorns intestinals.



DITES POPULARS

Entre a un hort, a genollons, a collir codonys; codonys collits amb la punta dels dits. Si es diu ràpid, sempre s'acaba dient "codint collons".

A genollons pujava la costa. A genollons collia codonys. Codonys collits de la codonyera. Codonys collits per la punta dels dits. Codonys pelats per la punta del nas.

De genollons collia codonys, quant més m'agenollava, més codonys trobava. Quant més m'ajupia, més codonys collia.

De genollons collia, collia; de genollons collia codonys; quan m'ajupia codonys collia; quan m'aixecava codonys agafava.

Codonys collia la tia Maria de genollons, collia codonys de genollons.

Codonys collia a l'hort de la tia Maria.

EL CEL DEL PUIG et recomana

La confitura de codony



Ingredients:

1 kg de codonys

1 kg de sucre

aigua

Preparació:

Peleu i talleu els codonys. Poseu-los a coure a foc lent en una olla amb una mica d'aigua i el sucre.

Deixeu que cogui com a mínim durant 1 hora. Passat aquest temps, tritureu-ho. Resulta més autèntic si ho aixafeu amb una forquilla fins que us quedi una pasta, però si voleu anar més de pressa i no voleu que us hi quedin trossets, feu servir una batidora.

Serviu aquesta confitura freda, acompanyada d'uns quants talls de formatge.

Exòtics codonys

Encara que la tardor sigui l'època millor per a la recol·lecció dels codonys, podem disposar d'aquesta fruita fins ben entrat el mes de gener. Considerats com el símbol de la fertilitat a Grècia, on a les núvies se'ls hi oferia un d'aquests fruits en el dia de la seva boda, els codonys destaquen de seguida per la seva fragància, que ha estat utilitzada com a desodorant, per a donar perfum a moltes alcoves. No podem dir que resulten molt agradables al gust quan es mengen frescos, donada la seva aspror, però són molt útils per a formar compotes, o gelees i sobretot l'exquisida carn de codony, entre les que destaca el famós " codonyat " valencià. Totes aquestes preparacions van acompanyades de sucre, per la qual cosa resulten molt calòriques i s'han de tenir en compte amb règims aprimadors o si se sofreix obesitat. D'altra banda, resulten molt astringents, per la qual cosa ens seran útils per a detenir la diarrea, encara que han d'evitar-ho aquells que sofreixin de restrenyiment. Són també molt rics en vitamina C i en pectina, que és suavitzant de l'estómac, resultant molt adequat per a combatre la gastritis. Si volem, podem bullir les llavors amb aigua fins a aconseguir una gelatina amb propietats astringents per a cuitar la pell, tractar el mal d'angines o la inflamació dels ulls.

Els codonyers van ser cultivats per primera vegada en la regió caucàsica situada al costat de les proximitats del Mar Caspi i el Mar Negre. Apareix per primera vegada documentat l'any 600 aC i pareix que va ser cultivat amb anterioritat a les pomes entre el 200 i 100 aC.

POEMES DE TARDOR

Poema de la tardor

Ja se'n va l'estiu
I arriba la tardor,
Records encara vius
Bateguen al meu cor.

Quina tardor tan esperada,
Una nova etapa començo ara
Molt atrotinada i esverada
Amb molt d'entusiasme a la vegada.

Judith Albaladejo 1B

La tardor

La tardor ja ha arribat
i tot de color a canviat,
tot es molt més diferent
que en aquell estiu calent

No hi ha mosques ni mosquits
i els colors no són tan vius
els arbres semblen més petits
perquè s'ha acabat l'estiu.

HISTÒRIES FANTÀSTIQUES (PERÒ QUE SÓN VERITAT)

ELS GUANTS



ALBERT DURER: "Autoretrat" 1498

Ara que ve el fred la majoria de nosaltres es protegim les mans del fred amb guants, normalment de llana, però segur que no en sabeu la seva història, doncs aquí us l'expliquem.

Els guants eren utilitzats fa molts segles, però en els pobles d'Orient i de la conca del Mediterrani eren considerats més aviat com un atribut de reis i poderosos i com a peces de vestir dels sacerdots, que es cobrien amb diversos atuells per relacionar-se amb els seus déus.

Quan es va descobrir la tomba del faraó Tutankamon el 1922, els arqueòlegs van trobar entre els vestits que contenia, alguns parells de guants teixits en forma d'escames, els quals formaven part, sens dubte, del vestuari reial.

Romans i grecs també usaven guants, especialment per combatre el fred de les campanyes del nord d'Europa.

Però va ser a l'Edat Mitjana que els guants es van posar de moda. En quadres i miniaures veiem que els feien servir els viatgers, caçadors, cavallers, etc.. I en els segles IX i X trobem que les dames els usaven en les mateixes ocasions.

A més d'aquest ús pràctic, el guant que sempre havia estat símbol d'autoritat i poder,

es feia servir per transmetre les herències, eren les investitures dels senyors feudals i era donat en senyal de servei i fidelitat. El sentit és clar: si la mà és el membre que indica l'acció de l'home, el guant que la protegeix ve a ser com la mateixa mà. Donar el propi guant volia dir, doncs, estar disposat a obeir o a prestar un servei. Per això des d'aleshores, llançar el guant a la cara d'algú és un desafiament, una provocació al combat. Per la seva banda guerrers i cavallers completaven l'armadura amb guants de malla



de ferro o de cuir gruixut. Fins i tot va sortir un model especialment desagradable que duia grosses punxes de ferro i que convertia la mà en una arma contundent.

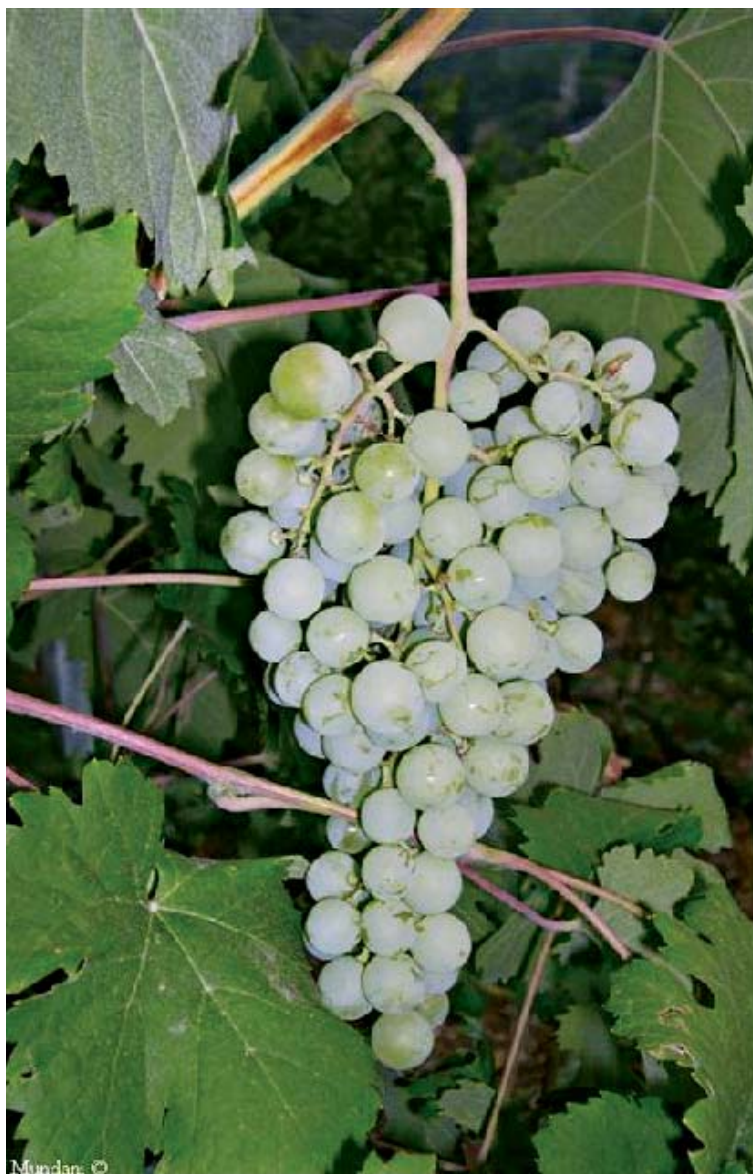
Cap al segle XII i XIV els guants es van anar fent servir més i més com a adorn, tant per als homes com per a les dones. I als segles XVII i XVIII van aparèixer una mena de guants, especialment els mitons que deixaven al descobert els dits. Més tard es van posar de moda per a les senyores una mena de guants que cobrien fins i tot els braços i eren d'una pell tan fina que en deien de "pell de pollastre".

Posteriorment a l'època de Napoleó els guants es feren de totes formes i materials: de cuir, seda, brodats, pintats, amb pedres precioses, tant per a homes com per a dones.

UNA RECEPTE CONTRA L'ENCOSTIPAT

EL VINAGRE: L'arma secreta de la naturalesa

El vinagre és un producte que es troba en totes les cuines del món com a condiment, però el vinagre té moltes més aplicacions. D'entre elles en citarem unes quantes que per la seva utilitat o curiositat us poden ser molt útils.



Per exemple és molt útil per calmar les picadures d'insectes com mosquits, vespes o abelles.

També es un bon remei per guarir les cremades del sol. Es fa una barreja d'aigua i vinagre en una proporció del cinquanta per cent, es mulla una tovallola petita amb aquesta solució i s'aplica sobre les zones cremades. Produeix una calma immediata del dolor pel seu efecte refrescant.

Va molt bé també per parar de cop el singlot. Us prepareu un got d'aigua amb unes goteres de vinagre i us el beveu.

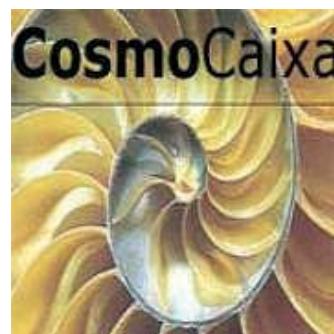
També serveix per rebaixar els nivells de colesterol.

Per perdre pes és ideal, per això és recomanable prendre aliments rics en vinagre com per exemple els variants, que són verdures conservades en vinagre, com tàperes, pastanaga, bitxo, col-i-flor, pebrot, cogombres, etc.

També es bona per remeiar els símptomes de la grip.

SORTIDA COSMOCAIXA

Era la primera sortida del curs. Hi anavem al Cosmocaixa, pero només la nostra classe, 1er B. Junt amb el tutor, en Juan Cazorla també ens hi acompanyava la Francesca. L'autocar, que ja ens esperava a l'entrada, va arribar amb una mica de retard. Sobre les deu va ser quan vam arribar-hi. El trayecte amb l'autocar em sembla que s'ens va fer una mica curt i tot! El primer que vam fer va ser esmorçar a l'entrada tots plegats. I després... cap al Cosmocaixa! Vam entrar-hi i ens van donar unes fitxes per completar-les durant la nostra trobada i que després les tindriem que portar a classe de socials ja que contava per nota. A l'entrar, vam baixar per una rampa amb forma d'espiral que portava fins a la planta -5 que era on estava el bosc inundat i, al costat les vitrines amb les maquines i objectes per tocar i provar. Vam arribar a baix del tot. Hi havia un arbre enorme. A continuació vam capficarnos dins el bosc inundat, que per cert hi feia molta calor i molta humitat. Després de veure-ho tot, vam sortir i ens van deixar una hora per poder estar-hi per aquella inmensa sala de materials. Ho vam provar tot. Sobre tres quarts de dotze, vam marxar cap al planetari. Va ser lo millor de tot! Encara que quan vam sortir a algú el van d'haver de castigar... Després de donar l'última volta vam marxar del Cosmocaixa ja que l'autocar ja ens esperava fora. I per la tarda no vam vindre a classe!



Judith Albaladejo (1ºB)

El passat dimarts 10 d'Octubre els alumnes de 1r B vam estar al CosmoCaixa el museu de les ciències de Barcelona.

Està molt bé, vam veure coses molt interessants als llocs on vam estar com el bosc inundat, el planetari y la sala de la matèria. Lo més interessant per a mi va ser el planetari, era una sala rodona en la que estavem sentats en unes butaques mig tumbades, amb una pantalla al sostre, tot estava a les fosques i en aquella pantalla es veien totes les constel·lacions mentre explicaven per un altaveu la història de cada una de aquelles constel·lacions.

Però la pena va ser que no vam poder anar a tots els llocs que hi han, com el toca-toca el clica i flash o la línia vermella, perque només hi vam estar de 10h a 14h aproximadament.

Iryna Mazuryk (1rB)

EL MEDITERRANI

El Mediterrani en perill

L'article de "La Vanguardia" del dia 3 de novembre ens informa sobre la situació del nostre mar Mediterrani.

La primera part ens parla sobre un fet que va passar a l'estiu de 2005 a prop d'una platja de Gènova (Itàlia) quan unes dues centes persones van haver de ser ateses per presentar uns símptomes semblants a la grip. Sembla ser que després de ser hospitalitzades, es va descobrir que la culpable era una toxina lliberada a l'atmosfera per l'alga "*Ostreopsis ovata*", que havia proliferat degut a les altes temperatures, les altes pressions i l'absència d'enemics naturals.

Aquest no és l'únic mal que pateix el Mediterrani perquè segons Enric Sala (ecòleg del Centre d'Estudis Avançats de Blanes) si a part de la gran mortalitat d'esponges i coralls afegiu l'escàs cabdal dels nostres rius i la construcció incessant de diques i ports que alteren els corrents marins.

En un futur no gaire lluny, les nostres platges poden que ja no resultin ni aptes per banyar-s'hi.

En la visita a l'Escola del Mar de Badalona, ens van parlar de la *Caulerpa taxifolia*, una alga tropical que està contaminant les nostres costes i desplaça espècies autòctones.

Per protegir el que ens queda dels ecosistemes mediterranis, Sala aboga per controlar la contaminació que arriba al mar de rius i ciutats, reduir les emissions contaminants que calenten l'atmosfera i, sobretot, assumir que als ecosistemes està tot connectat, i mentalitzar-nos de no deixar sense vegetació el nostre mar, perquè perdríem una gran riquesa.

Judith Albaladejo (1ºB)



El que afecta al Mediterrani

El Mediterrani moltes vegades està infectat per alguna cosa.

Una d'aquelles que el va afectar molt va ser una alga anomenada

Ostreopsis ovata, que va lliberar una toxina a l'atmosfera a l'any 2005 a Génova al nord-est de Itàlia. Això va afectar molt al mar Mediterrani i a la gent; les persones van sofrir molts símptomes, com tos febre congestió nasal, y algunes persones també dificultats per respirar.

També un problema són les grans plagues de meduses que en els últims estius han impedit el bany a moltes persones.

Un altre problema molt important es que les fàbriques llençen els seus residus contaminants als rius, i els rius que desenboquen al Mediterrani porten tota aquella contaminació al mar.

Una solució per no contaminar tant el Mediterrani es controlar les fàbriques i intentar que es redueixi l'emissió de tots aquets residus.

Iryna

CINFERÈNCIA AL PUIG

Microbiologia alimentària. Manipulació i conservació

La conferència sobre la microbiologia alimentària la va fer la doctora Mercedes Berlanga el dia 15 de Novembre, dins la Setmana de la Ciència 2006. En la conferència es va parlar dels problemes de les toxoinfeccions alimentàries, les raons d'aquells perills i si hi ha cap solució. Va ensenyar-nos la visió negativa i positiva dels bacteris.

La conferència va començar amb la visió negativa dels bacteris. Primerament va explicar les dues grans crisis, les vaques boges i la grip aviària, quin és l'agent que les provoca, un prió i un virus, respectivament. Va explicar els diferents factors per els quals actualment hem arribat a aquestes crisis, com per exemple els canvis sociològics, l'augment dels menjars fora de casa, l'envelliment de la població, etc. També va posar exemples del que ens podia passar si ingerim algun bacteri, virus o fong, com pot ser la diarrea, vòmits, febre, etc.

Encara que existeixen diferents tipus de microorganismes, la doctora Mercedes Berlanga va parlar sobretot de bacteris, és a dir, les infeccions. Va assenyalar diferents aspectes sobre els bacteris com a contaminants dels aliments encara que el seu aspecte sigui normal, les vies d'entrada al nostre organisme i la resistència que han desenvolupat als antibiòtics.

Per acabar amb la visió dolenta dels bacteris, va explicar pas per pas les mesures que es prenen perquè un producte pugui sortir al mercat i com els hem de conservar a casa nostre. Mentre anava explicant tot, entre els que estàvem allà escoltant, van anar passant mostres de bacteris i fongs que havia fet créixer ella dins plaques de Petri en el laboratori.

La part de la conferència que parla de l'acció beneficosa dels bacteris va ser molt més breu que no pas la de l'acció perjudicial. Va senyalar-nos que hi ha aliments fets per bacteris; que hi ha aliments probiòtics, amb els quals ingerim microorganismes vius (iogurt); que hi ha aliments prebiòtics, els quals afavoreixen la nostra flora intestinal. Va explicar que gràcies als microorganismes obtenim plantes transgèniques, que a l'actualitat són molt importants, ja que obtenim molts productes amb aquesta tècnica.

A l'acabar la conferència va deixar-nos una pregunta oberta sobre si els bacteris són dolents o beneficiosos. I vosaltres què en penseu?

Va acabar la conferència amb una frase que se'm va quedar gravada: l'última paraula la tenen els bacteris.

Saray Gonzalez 2n Batxillerat

RECETA PARA LA PAZ

INGREDIENTES

- 1 bote de conciencia social
- 4 cucharadas de amor en todo el mundo
- 2 cucharadas de diversidad racial
- 5 trozos de igualdad social
- 3 raciones de solidaridad para todos



PREPARACIÓN

El bote de conciencia social se ha de verter por encima de todas las personas del mundo. A continuación vertemos las 4 cucharadas de amor en todo el mundo, que quede todo el recipiente bien servido, sin olvidarnos de ningún rincón.

Después, nada de separar el mundo en dos mitades, ¡NO!, se ha de mantener el mundo bien unido, y así podremos echar las 2 cucharadas de diversidad racial.

Dejamos que repose la preparación durante 5 minutos.

Mientras transcurre el tiempo de reposo, vamos a meter al microondas los 5 trozos de igualdad social durante 5 minutos.

Transcurrido el tiempo de reposo y de preparación, ponemos los 5 trozos dentro del recipiente donde tenemos los demás ingredientes, lo movemos bien para que quede bien mezclado.

Después freímos las 3 raciones de solidaridad para todos a fuego lento, cuando lo hagamos hecho las ponemos encima de la preparación.

















































Una vez tengamos todos los ingredientes juntos metemos el recipiente al horno durante 15 minutos aproximadamente.

Al pasar el cuarto de hora veremos que la preparación ha concluido teniendo paz en todo el mundo, y lo tendremos bien unido.

ANA MARIA BALSERA MARÍN 4ºB

SOPA DE LETRES

Localiza dentro de la sopa los 16 países europeos representados por sus banderas.

K	A	I	A	I	F	V	U	U	F	V	U	O	T	A	L	A	R	V	T	A	E	T	K	O	G	I	T	I	U	
S	O	N	I	A	G	X	O	V	I	X	F	E	T	I	Ñ	E	I	S	U	E	C	I	A	U	S	J	U	Q	A	O
S	O	S	J	U	W	E	Y	O	I	Y	B	A	E	Y	A	D	A	J	O	M	U	T	O	V	I	C	R	U	Q	E
L	U	O		U	W	E		L	U	U		A	M	I		X	I	U												
R	C	U		D	R	L		A	S	O		M	N	D		E	P	E												
K	U	O		B	V	O		T	I	X		E	X	I		O	J	O												
I	N	G	A	N	D	E	A	Z	A	N	G	A	R	S	A	I	F	U	V	E	D	U	B	A	Ñ	U	A	A	G	V
I	D	I	S	L	A	N	D	I	A	A	E	I	S	Ñ	A	A	E	P	I	B	I	Q	A	D	E	F	A	L	J	E
D	O	J	A	Z	H	U	C	I	U	K	A	O	S	R	I	C	Q	E	A	R	O	F	T	E	X	I	B	E	A	Z
I	K	O		K	I	C		U	F	R		E	U	W		M	N	U												
E	W	Z		A	E	S		O	M	A		N	E	E		A	Q	I												
B	O	Q		A	J	J		E	Q	M		E	M	E		N	P	I												
I	Q	E	Q	R	I	O	M	A	D	V	O	A	A	V	I	A	Z	I	U	S	A	C	A	N	G	A	E	I	D	Z
O	E	W	O	P	E	N	Ñ	A	Y	I	X	A	O	C	N	O	T	L	O	T	A	D	E	S	I	I	A	H	I	
Y	P	A	U	B	X	O	G	O	P	C	A	E	V	M	A	I	S	I	P	E	H	A	M	U	B	A	B	E	A	D
S	A	X		E	P	N		U	S	D		A	M	E		U	N	C												
U	E	R		E	A	U		P	E	J		U	G	A		A	M	E												
F	W	N		R	U	A		R	E	L		W	E	C		I	A	L												
R	E	O	N	U	G	F	H	A	A	S	E	L	P	I	Q	O	E	J	B	I	U	T	O	H	G	A	U	C	I	G
A	U	Y	U	I	A	X	U	Y	K	I	A	X	I	C	F	I	E	P	Q	I	O	D	A	H	I	Q	S	U	C	E
G	C	B	O	W	E	I	I	M	U	J	O	K	L	I	L	A	Z	U	K	B	A	E	L	P	O	T	Y	R	E	W
I	R	H		R	A	U		D	L	U		E	A	O		G	R	O												
A	A	U		X	G	C		E	E	W		U	L	H		S	G	U												
N	N	T		V	U	N		O	K	V		O	A	G		R	U	Q												
A	I	D	N	A	L	N	I	F	E	U	O	W	Ñ	E	U	F	A	L	U	N	Q	E	D	I	I	F	B	O	E	V
U	A	U	L	U	G	Z	A	E	C	F	H	I	O	S	O	X	E	L	I	A	Q	O	W	M	C	O	Q	I	O	F
U	N	O	S	Q	O	V	O	J	U	I	B	P	U	V	A	G	O	A	O	W	O	X	A	C	J	A	I	O	F	T

L'OPINIÓ DELS NOSTRES ALUMNES

Hi ha vida cultural a Santa Coloma?

Per vida cultural entenc qualsevol activitat relacionada amb les arts, és a dir, el que englobaria pintura, música, literatura, teatre, cinema i coneixements en general, ja sigui aprendre un idioma o estudiar astronomia.

A Santa Coloma estem en una situació ben curiosa, estem dient que hi ha més vida cultural que abans; fa uns anys hi havia varis cinemes i ara no n'hi ha cap (oh sí! Tens la Maquinista al costat! O Montigalà!, cap dels dos no es troba a Santa Coloma). En teatre, música i idiomes tenim el que teníem fa anys, no hem guanyat gaire però tampoc no ho hem perdut (Oh! Que agraïts hem d'estar!). Quan a altres activitats culturals si que hi ha una major activitat, però es com si fem una casa de dues plantes tenint materials per fer una mansió; sí! Mireu tot el que hem fet!, no coi, mira tot el que podries haver fet.

Amb això no estic criticant l'actuació dels ciutadans, que s'ha esforçat per que facin la casa de dues plantes i no només d'una, sinó a l'Ajuntament, per posar escales mecàniques per tota la ciutat en comptes d'aprofitar aquesta enorme quantitat de "calers" en fer un bon cinema, amb sales per projeccions per a autors joves i amb ganes d'exposar el que van fent.

No crec que comparar sigui mai productiu, sempre podràs comparar amb un altre millot o un altre pitjor segons et convingui, el que s'ha de fer es mirar el que es pot fer i el que es fa.

Estic d'acord amb l'Andreu en que de mica en mica es van fent projectes, coses noves que enriqueixen la cultura colomenca, però no puc considerar la situació cultural a Santa Coloma com a rica, diguem que per a mi te un aprovat pelat.

Senyor Muñoz, menys escales mecàniques i més cinemes!

José Luis Álvarez Culebras – Batxillerat 201

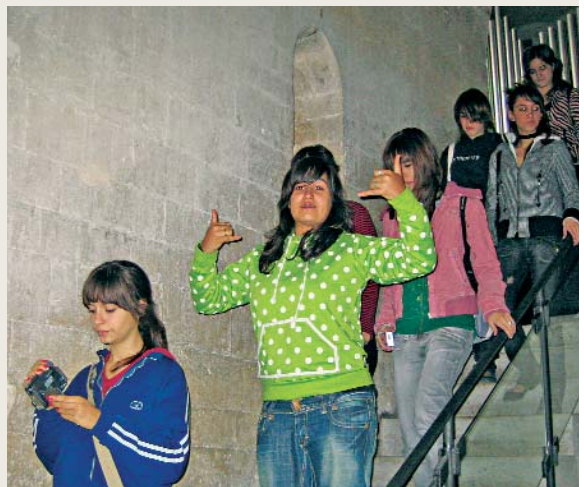
EL VIATGE A ITÀLIA

Els alumnes del nostre centre van anar a Itàlia, a les poblacions d'Osimo i de Castelfiardo, dintre del projecte d'intercanvi cultural i acadèmic entre l'Institut d'aquestes poblacions i el nostre. Aquí us mostrem algunes de les fotografies dels llocs que van visitar.





EL VIATGE A ITÀ





US DESITGEM BONES FESTES!



Sota el cel del Puig

Revista de l'IES Puig Castellar

Gràcies per la vostra inestimable col·laboració
I recordeu, envieu tot el que volgueu publicar a rferna29xtec.net