

A TOUBA DO BRIÓN



*Revista do
I.E.S. VAL MIÑOR
Nº 1
Xuño 2006*

E.N.L.

Soneto da Touba do Brión

*Da touba no fondo escóitase un eco
que enche de gozo ao vello brión.*

*Daralle a merenda a ese lambón
ou andará Marica con ansia de meco.*

*Tiñas que saber, meu pobre babeco,
que outra sopa ferve nese turbillón.
@s moz@s do insti pasaron á acción...
Xa teñen revista, non foi o ano en seco.*

*Deses con enxulía ten varios artigos
de opinión, e un cómic estilo oriental,
un conto sinistro, fotos dos amigos...*

*...a portada é chula e o nome, total.
Non veñas dicindo que che súa o figo;
coma esta revista non atopas tal!*

(O bardo Seguroatodorrisco)

Manoel Lugrís Freire

Nace en Sada, en 1863, foi un histórico galeguista, avogado, comediógrafo, poeta e agrarista.

Foi o fundador do primeiro xornal escrito integramente en galego da emigración, "A GAITA GALEGA" que se editou na Habana entre os anos 1885 e 1889. Esta foi unha das mostras do seu compromiso galeguista que manifestou durante a súa estancia en Cuba onde emigrou con apenas 20 anos.



Na Habana foi elixido membro da xunta directiva do Centro Galego e alí publicou o seu primeiro poemario (*Soidades*, 1894), prologado por Curros Enríquez. Tamén escribiu a súa primeira obra dramática: *A costureira da aldea*.

Regresou de Cuba en 1896, instalouse na Coruña, onde participou en tódalas iniciativas comprometidas coa lingua e política galega, relacionándose cos rexionalistas da cidade, sendo o primeiro en utilizar nun mitin a lingua galega (1907) en Betanzos, nun acto do Sindicato Solidariedade Galega, do que tamén foi fundador.

Edita en 1901 o seu poemario *Noitebras* e figurou entre os patrocinadores da Escola Rexional de Declamación (1903), da que sería presidente e na que a excepción dunha obra de Salinas, a totalidade dos espectáculos realizados polo cadro contaron con títulos da súa autoría: *A Ponte* (1903), *Minia* (1904) e *Mareiras* (1904). Alén de figurar como o primeiro escritor teatral en utilizar a prosa, é o máximo representante do teatro social ou de tese, preocupado por fornecer ós textos da nova entidade, cunha forte carga reivindicativa e rompedores co costumismo imperante. Ademais do teatro tamén escribiu en prosa co pseudónimo de Asieumedre, numerosos relatos breves que serían compilados en 1909 no volume *Contos de Asieumedre* e aínda publicaría unha *Gramática do idioma galego* (1922), primeira escrita en galego.

En 1923 ingresou no Seminario de Estudos Galegos cun discurso sobre Pondal. Foi fundador da Real Academia Galega, da que chegou a ser presidente en 1934, posto ao que renunciaría un ano máis tarde por problemas de saúde. Nesa década, colaborou, na redacción do anteproxecto do Estatuto de Autonomía, en representación do Partido Galeguista. Tras o conflito bélico, que provocou a persecución da actividade galeguista, Manuel Lugrís morreu na Coruña en 1940.

Manoel Lugrís tratou case tódolos xéneros literarios, pero o que máis destaca é a súa obra teatral, xa que foi a primeira en prosa galega. Con "SOIDADES" inaugura a súa faceta poética seguida de "NOITEBRAS", "ARDENCIAS", e "AS MARIÑAS DE SADA".

As revistas galegas "A NOSA TERRA", "A GAITA GALEGA", "EL ECO DE GALICIA", entre outras, foron os espazos nos que se publicaron numerosos artigos de Lugrís, asinados baixo distintos pseudónimos como: Asieumedre, L.U.Gris, K.ñoto e Roque das Mariñas.

Pola actualidade que aínda hoxe teñen as súas reflexións neste apartado presentámosvos algunhas liñas do seu artigo "Comentario ó libro ¡Non máis emigración!", de Ramón Armada Teixeira, publicado en "A gaita gallega" (Ano Primeiro, Tocata 4ª, pp. 1-2; A Habana, 11-10-1885) e asinado co pseudónimo Roque das Mariñas:

" O aporósoto lírico-dramático que tén por nome o qu'encabeza iste artículo, leva un fin dino d'os laudes d'os bos gallegos; digo, leva dous: gabar á Sociedade de Beneficencia de naturás de Galicia, e pintar os malos resultados qu'os nosos peisanos recollen d'a mal fadada emigracion.

¿Ataca e resolve con sorte o libriño de qe trato esta última e tan cacareada cuestión? Eu penso que non, e penso aínda máis; creio qu'esto solo pode resolverse en folletos y-artículos de periódicos, máis de ningunha maneira n-un libro que leva por ouxeto o engayolar ô púbrico e pintar sômente pasiós ou costumes, pro nunca resolver custiós sociás de semellante trascendencia.

A emigración, segun algús, é unha lei histórica á que obedeceron os pobos, dende os comenzos d'o mundo hastr'os nosos días; segun outros, é rempuxada pol-as necesidades, pol-a moita pobraición e pol-o mal goberno. A esto último, y-ô primeiro conceuto, penso eu q'obedece o q'os nosos peisanos deixen o fogar por outras terras. Denlle ô pobo gallego todo o que pide Curros Enríquez n-unha tenra poesía d'Aires d'a miña terra, e si despois non amaina a manía d'abandonar o nativo fogar, deixade a ese pobo, pois:

*"A civilización y-as anduriñas
D'unhas terras á outras van e
ven:
Querer que non emigren e
matalas,
O mesmo ven a ser."*

(Curros Enríquez).

Siguirei á diante n-o exámen d'o libriño "Non máis emigración." A amizade que me liga ô autor, impídeme de que non sexa mui longo n-os laudes que n-esta ocasión merece.

N-o cuadro primeiro d'o primeiro auto, "A tascar", penso de min qu'o autor debía estenderse un pouquiño máis, pois ven a ser o prólogo, ou a esposición d'a obra en que se d'a á conecer ô púbrico o novelo de fio que n-as seguintes escenas se desenvolve. Non penso, por iso, qu'esto sea un defeuto de talla, defeuto que queda dispensado ô lér os seguintes cuadros, entr'os que merecen mil aprausos os nomeados "Cousas d'a emigración" e "Volta ô fogar", n-os que se pinta d'unha maneira que non merece tacha, as escenas que suceden cando o emigrado, despois de mil infertunios, retorna ô colo d'a familia.

Faltábame por decir o máis importante. A obra de Chumín está escrita n-a mimosa lingua gallega; n-esa lingua con q'os anxeños deben parolar n-o ceo.

O linguaxe é enxebre, anque de vez en cando cheira un pouquiño a castelán. A versificación é tamén manífica e de bon xeito pra pôrlle música. Têñ versións que valen calquera cousa, e non poden resistir o desexo de dar a conecer algun. Escarrancho ó libro —con perdon— e ô vultuntun saco este anaco d'o duo qu'entre Marica e Xan cantan n-o cuadro segundo d'o primeiro auto:

"XAN"

*Si xa tiñas
N-os ollos as bagoiñas
Dispostas pra m'engañar,
Y-ô vertelas
Procatabas que con elas
Meu amor ibas pillár,
Pra de cote
Deixarme sobr'o gañote
A ilusión d'aquel querer,
¿A qué ferías
O meu peito con falsías?
¡Trasn'ou demo de muller!»*

Carla e Thays, 4º ESO diver.

RECOLLIDA DE LIXO

@s alumn@s de 3º da E.S.O, entre outros, tiveron unha xornada de recollida de lixo no instituto. Tamén fixeron carteis de concienciación que pegaron no centro. Aínda que podemos comprobar que a pouca preocupación que temos por coidar o entorno no que nos movemos tódolos días segue sendo algo cotiá.



Alumn@s 3º ESO B

Tarde ou cedo tod@ porc@ acaba no seu cortello.

Se queres vivir nun vertedoiro non obrigues @s demais



Se es un/a porc@ o instituto non ten a culpa.
¿Queres este futuro? As papeleiras serven para algo?



Alumn@s 3º ESO A

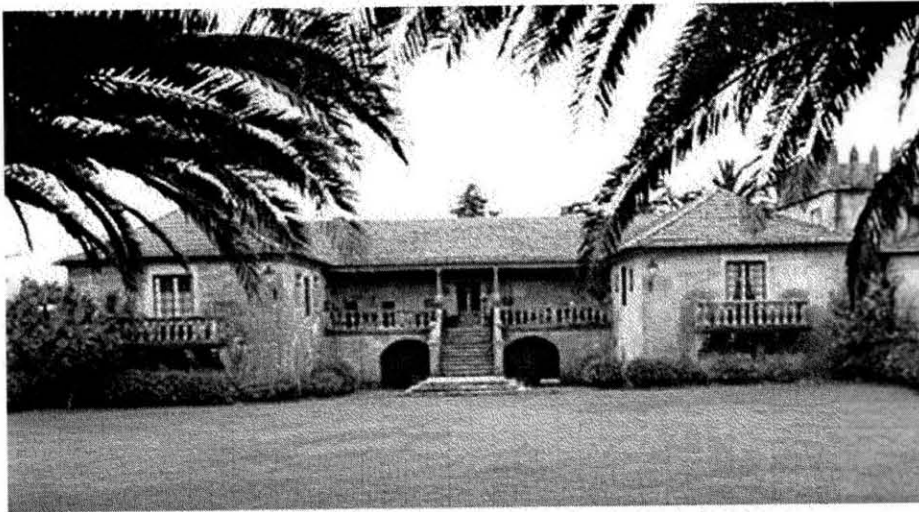
PAZOS DE NIGRÁN

Pazo Cadaval de Urzáiz:

Pazo situado no lugar de Grolos. Construído no S. XVI.

Na construción os elementos máis destacables son:

- Planta en U
- Escaleira e balconada na fachada principal.
- Catro escudos coa heráldica dos fundadores.
- Hórreo e capela do século XVIII.



Pazo da Touza:

Pazo situado na parroquia de Camos no Lugar de A Touza. Construído a fins do S XVI e reformado no S XVIII.

Os elementos construtivos máis destacables son:

- A escalinata.
- A balconada e a torre ameada.



Pazo das Pías:

Pazo situado na parroquia de San Pedro da Ramallosa. Construído no S. XII. Fundado pola familia Arias.

Os elementos construtivos máis destacables son:

- Planta en L que se ergue en dúas alturas.
- Porta principal adintelada, con molduras e flanqueada por dúas columnas dóricas.
- Ameas decoradas, balconada e escudos de armas.



Pazo de Cea:

Pazo situado na parroquia de Nigrán no lugar de Cea. Construído no último terzo do S.XVI.

Os elementos construtivos máis destacables son:

- Planta en L e escalinata de pedra que conduce á solaina.
- Portalón de acceso á finca, con 3 escudos de armas (1813).
- Hórreo, pombal e fonte mural (brasonada).



No Catastro de Ensenada, atopamos a seguinte demarcación da Freguesía de San Fiz de Nigrán, 1753.

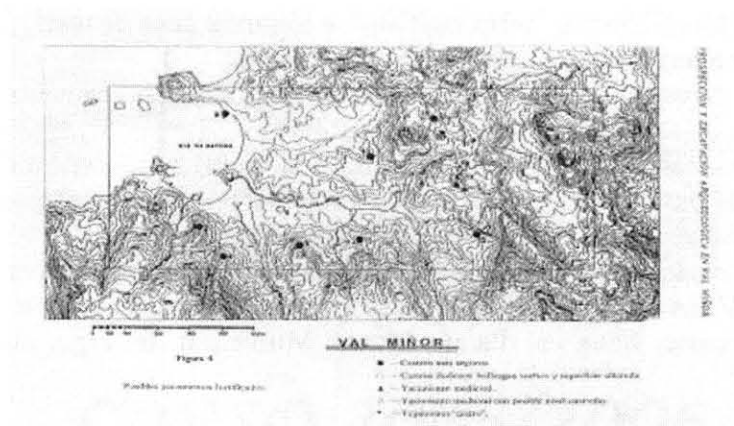
"Esta freguesía é realenga, anexa á xurisdición de Baiona e suxeita á súa xustiza.

Esta freguesía ten dende Levante a Poñente a cuarta parte dunha legua e de Norte a Sur a sexta parte da outra, e de circunferencia unha legua, que para camiñalas precísase unha hora e media: Linda polo Levante coa freguesía de Santa Eulalia de Camos, por Poñente coa de San Xoán de Panxón e o mar, e ó Norte coa freguesía de San Mamede de Priegue e polo Leste as de Santiago de Parada e a de San Pedro da Ramallosa, principiando a súa demarcación no mar seguindo dende ela polo río que se chama de Canido ata a levada de auga que sae del ós muíños de Mallón, dende o cal segue a demarcación ó marco da Baía de Texosa, dende aquí sae dereito a outro que se atopa en Barxa de Gaianda, que é unha pedra movediza e segue ó sitio do monte de Lagares, onde hai outra pedra movediza que serve de marco e vai dereito a outro que se atopa no sitio de Cabaleiros, que é unha pedra fundamental; dende esta demarcación ó sitio de Fontela e dende este sitio ó de concello e segue encadeado ó monte que se chama do Concello, onde fai de marco un peñasco grande fundamental e une en dereitura a unha pedra laxa que se atopa onde nomean a Pedreira de afora, dende cuio sitio se ve outro marco que está no sitio de As Sobreiras dende o cal prosegue dita demarcación a outro marco que se atopa no propio sitio das Sobreiras e vai dereito a unha pedra laxa fundamental que se atopa no lugar de Don Juan Francisco Pestaña, veciño da vila de Vigo, dende o cal segue a outra pedra laxa, e dende este mojón segue ó monte que chaman de Condomínguez, que tamén é un peñasco e vai dereito ós campos de Rouco, onde se atopa outra pedra e segue ó sitio da Barcalleira, e segue ó sitio de Leal de Seixas, onde se atopa unha pedra movediza interna na parede que vai á facenda de Don Juan Alonso. Desde este mojón a outro que se atopa no sitio do Río e segue a Baía de Vilameán, e é unha pedra movediza posta na facenda de Juan Guntín e segue a outro que está na beira do mar e é unha pedra branca fundamental onde fenece a demarcación.

Existen 3000 ferrados de terra de todas as especies da seguinte maneira: 50 ferrados de sementeira de regadío de primeira, 200 de segunda, 900 de terceira, etc, etc,".

Cachi e Xoán 4º ESO diver.

ARQUEOLOXÍA EN MONTEFERRO



A continuación presentámosvos un informe dos restos arqueolóxicos atopados en Monteferro e proximidades, para divulgar e dar a coñecer un dos recunchos históricos do Val Miñor.

PETRÓGLIFO DAS PENISAS PEQUENAS: Situado no vértice oeste do promontorio, accédese dende o barrio da Bouzavella ao monumento aos “Mártires do Mar”, ou ben dende o camiño que dende as últimas casas da beira sur de Monteferro chega ata o mesmo petróglifo. Ten unha superficie gravada de 3,90 x 2,20m e conta cos seguintes gravados:

- No norte un rebaixe rectangular de 19 x 26 cm.
- Ao lado deste, microcoviñas de 2 cm de ancho a máis pequena e 13 cm a maior.
- Tres podomorfos de 20, 21 e 23 cm de longo que incluso teñen rebaixados os dedos.
- Na parte sur, unha coviña illada de 8 cm de diámetro e 3 cm de fondo.
- Ao lado destes motivos, 17 muíños rupestres e outros dous rebaixes.

É ata o de agora o petróglifo no que se dá maior concentración de muíños rupestres.



A Penas Pequenas, Monteferro

(Fotografía Nigral) con edición e anotacións a gravados rupestres por Xosé Antón LEM

XACEMENTO ROMANO DE MONTEFERRO: Situado a unha altitude entre 39 - 40 metros sobre o nivel do mar, na ladeira noroeste de Monteferro, cara a praia de Patos, case no istmo que une a península coa costa. Na escavación feita por Soledad Prieto Robles en 1993, localizouse este xacemento que conta con muros de lousa local e un sistema de canalizacións para a auga escavados na rocha que irían cubertas con lousas, co fin de evitar a entrada da auga nas casas. Entre os restos materiais atopados temos:

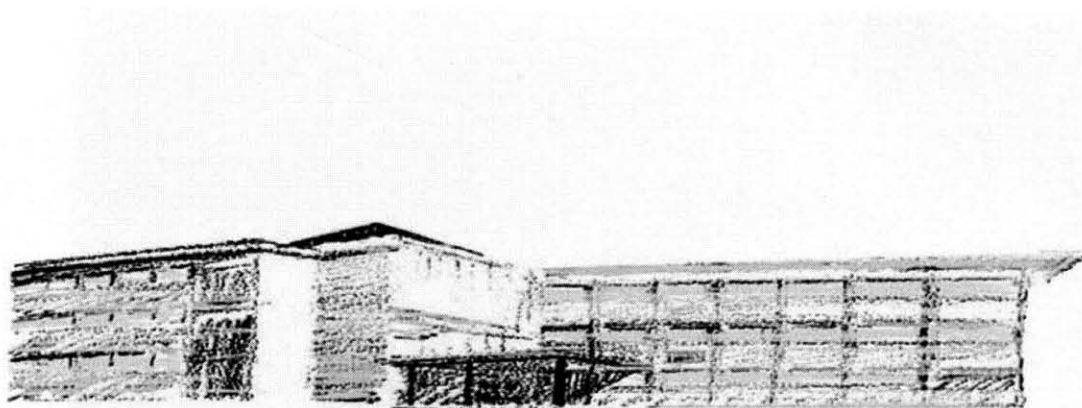
- Materiais de construción: ladrillos, tellas, laxes de lousa.
- Cerámica: ánforas, concos, "terra sigillata", e algunha pesa de tear.
- Pesas de pesca feitas en cuarcita, muíños, afiadores.

A súa datación corresponderíase cunha etapa tardía do imperio romano (S.III - V).

Ademais destes restos arqueolóxicos, conviría non esquecer outros situados nas proximidades do monte e que hoxe en día están soterrados no núcleo urbano antigo de Panxón, como acontece co **ASENTAMENTO ROMANO** dos S. III - IV, tamén cómpre destacar o xa arrasado **CASTRO DE PANXÓN**, onde tamén se atopaba, nunha das súas ladeiras, unha **VILA ROMANA** da que se conservan un mosaico e a **ARA ROMANA** dedicada a Mercurio, hoxe en día no Museo Municipal de Vigo, atopada na praia de Panxón.

BIBLIOGRAFÍA:

- Costas Goberna, J.M.; Domínguez Pérez, M. e Rodríguez Sobral, J.M.: "Nuevos gravados rupestres en el litoral sur de la ría de Vigo" Rev. do Museo Municipal Quiñones de León, nº 3 - 4, Vigo, 1987.
- Costas Goberna, Hidalgo Cuñarro, Sobra J.M., Viñas Cue, Ricardo: "Raíces de Nigrán", ed. Concello de Nigrán, 1996.
- Méndez Quintas, Eduardo: "Cavidades entre a Idade de Bronce e o Paleolítico" en "As Covas de Vincios" ed. CMMC de Vincios, 2005.
- Vilar Pedreira, Xosé Lois: "Os muíños naviculares de soporte fixo". Rev.de Estudios Miñoranos, nº 1, 2001.



CURSO 2005/2006

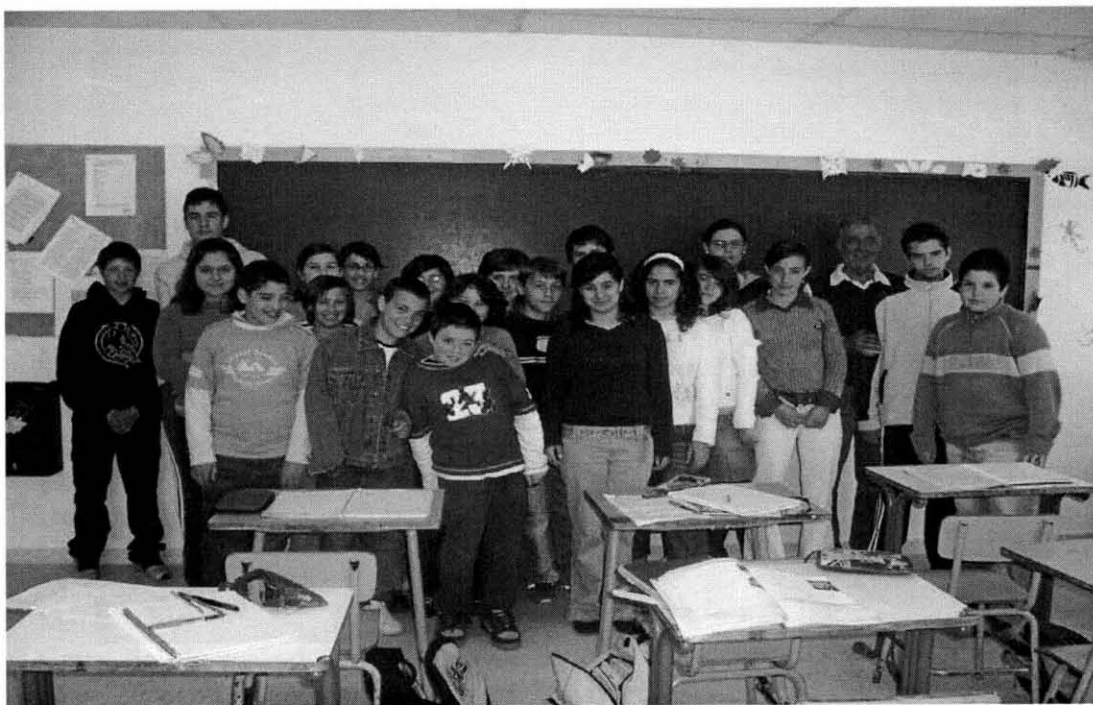


1º ESO A

Páx. 12



1º ESO B



1º ESO C



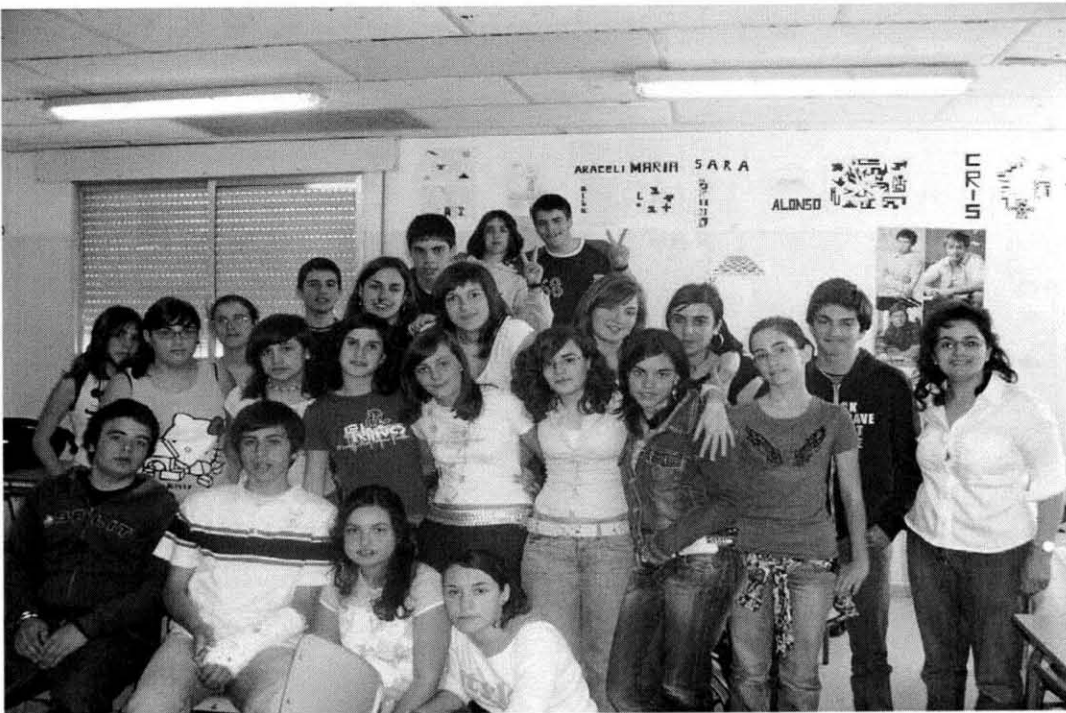
2º ESO A



2º ESO B



2º ESO C



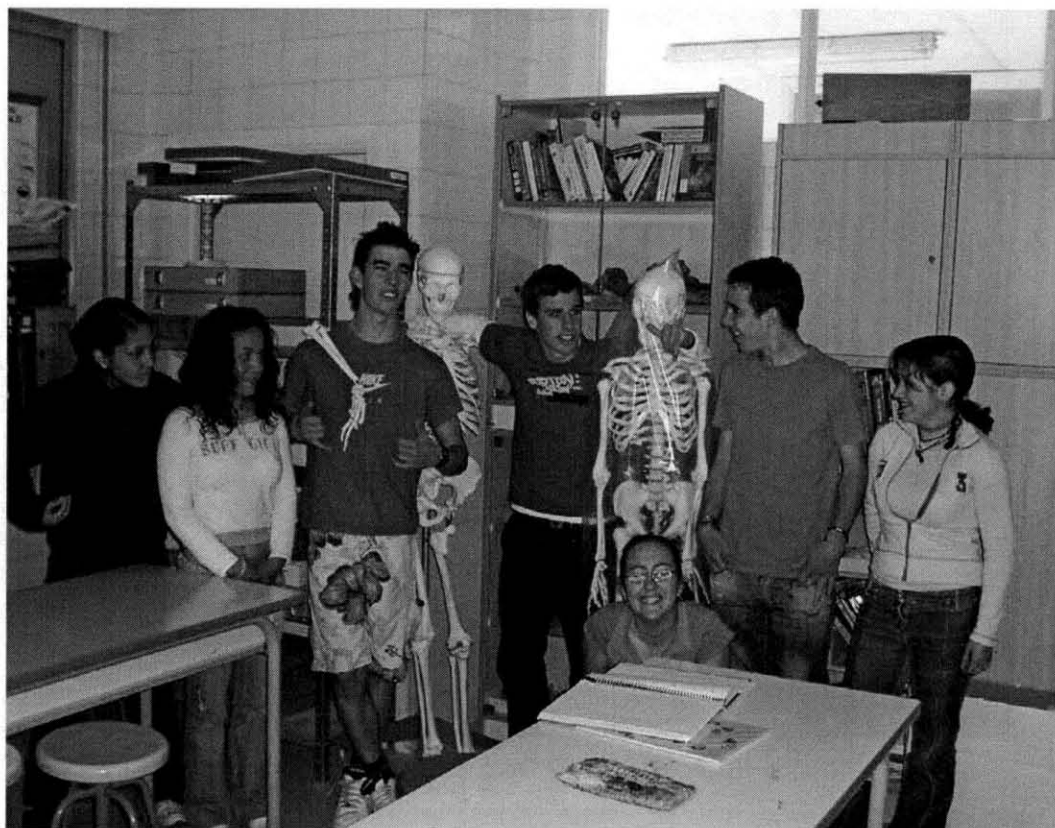
3º ESO A



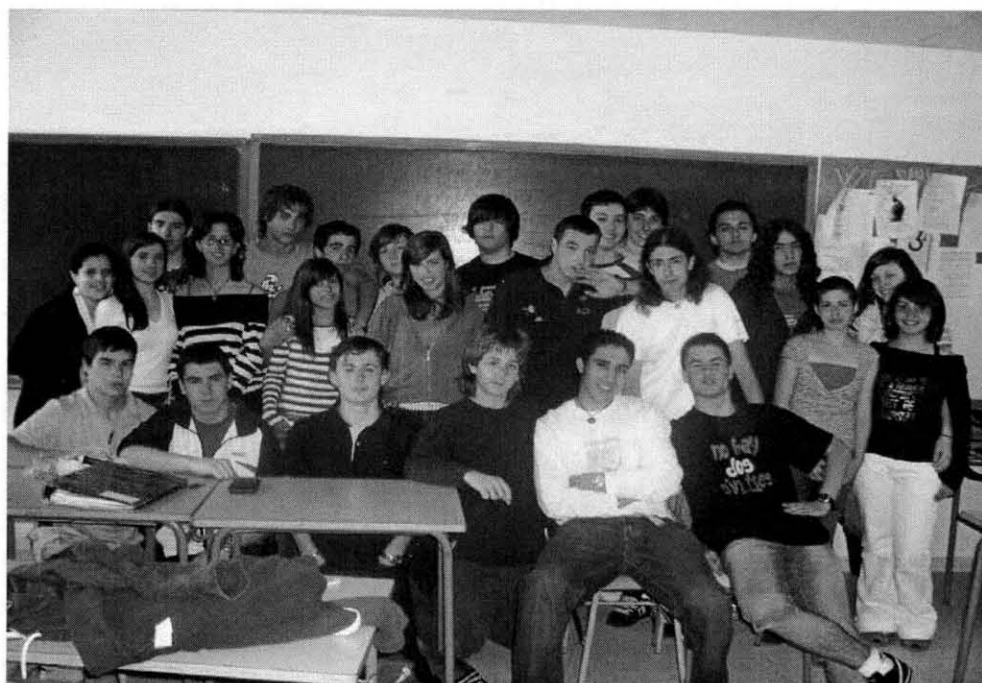
3º ESO B



3º ESO C



3º ESO D



4º ESO A



4º ESO B



4º ESO D



1º Bacharelato A



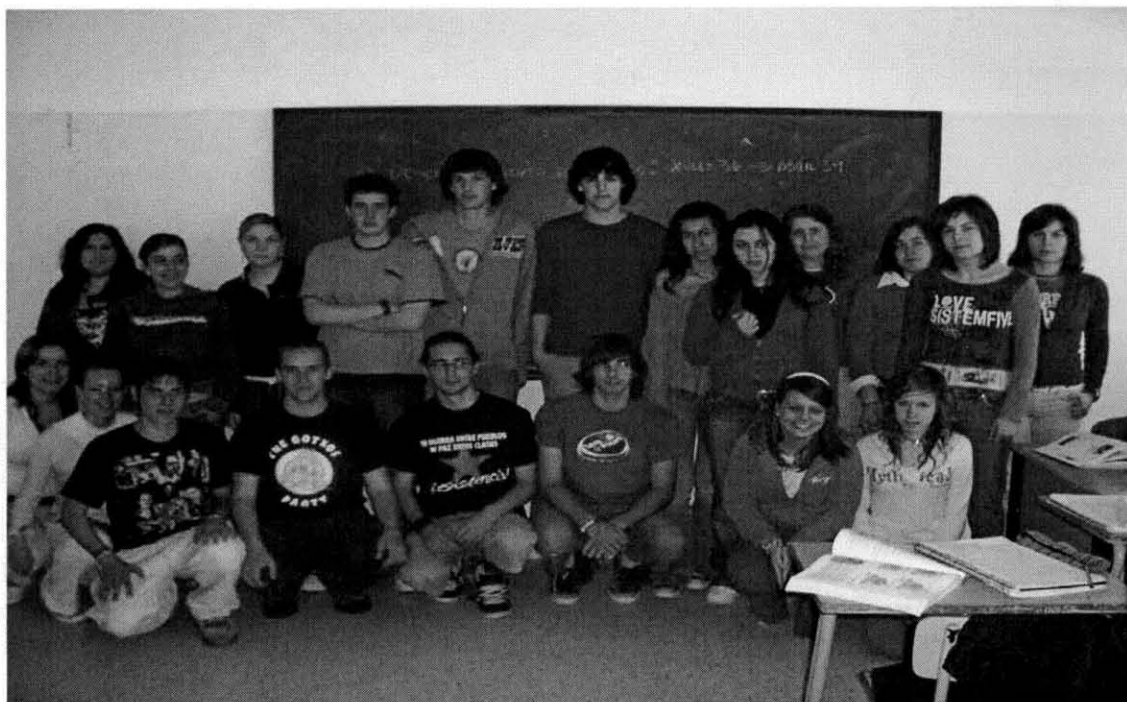
1º Bacharelato B



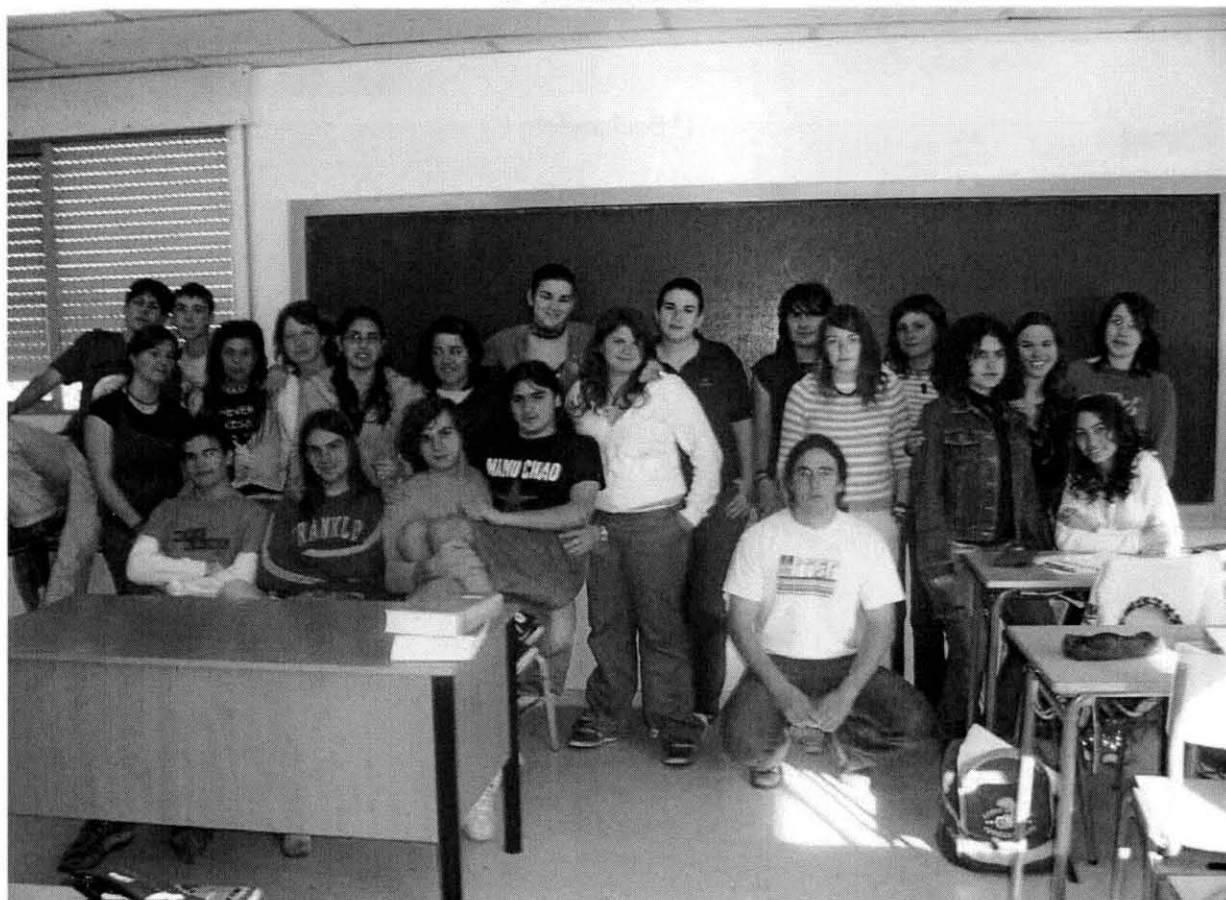
1º Bacharelato C



2º Bacharelato A



2º Bacharelato B

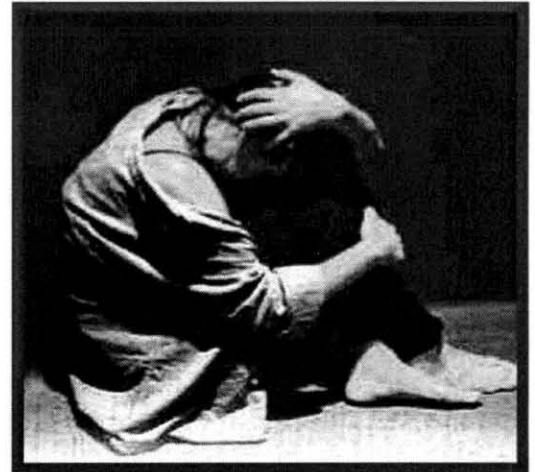


2º Bacharelato C

Eu pensei que podía
esperar ata o día
sen pensar o que sentía
non sei se cho agradecería,
máis ben o pensaría.
sabía que te amaría
ata o resto dos meus días
pero tamén pensei
que cando me viras
abrazaríasme.
¡Trabuqueime
ó namorarme!
Acostumeime
a terte no mencer
sen temer que sempre te amaría.

Espertei dese soño inerte
no que estaba submerxida
na loucura de amar
decidín do tema falar
e comezaches a berrar,
eu dixen:
non empeces a soñar
estupideces
dicías que me amarías
que non me deixarías
até a fin dosteus días,
pois comenza a acción
non deixemos que un cabrón
acabe co noso corazón
protexerémonos cun capazón
da violación e do maltrato
ós que estamos expostas
hai moito.
E, ¿Que fixemos ata agora?
¡Nada!
Nosoutras dominarémolos
como pensastes dominarnos
algún día,
quen o diría que hoxe en día
un maltratador sería maltratado
e ela loitaría por destruí-la
súa vida como pouco antes el o facía.
¡É noso o poder!, que sempre
tivemos e non usamos
non nos reprimiremos
loitaremos pola paz, liberdade
e igualdade, todo iso que vós
quixestes roubar sen resultado
¡mirade!
Saíde e liberados amar e ser amados.

Laura Martínez Otero. 4º ESO



MALOS TRATOS

TITULARES PARA NON DURMIR

PERDE OS SEUS DEREITOS LABORAIS POR
NON ACEPTAR UN EMPREGO DE PROSTITUTA.
SOUAD SOBREVIVIU O INFERNO:

O Cuñado de esta muller cixordana rociouna con
gasolina para repor a honra da familia.
A xove quedara embarazada sen estar casada.
SEGUNDO A ONU, UNHA DE CADA TRES
MULLERES FOI VÍCTIMA DE MALOS TRATOS

MÁIS DE 2.500 GALEGAS, ATACADAS POLA
SÚA PARELLA:
As mulleres do rural atópanse desprotexidas porque
carecen de centros específicos nos que
informarse para obter o amparo da Administración.
As mulleres sen papeis tamen é un colectivo moi
vulnerable e teñen moito medo a denunciálo.

70.000 MULLERES SOFREN PRESIÒNS
PARA CASAR Á FORZA EN FRANCIA E
35.000 RAPAZAS VIVEN EN FRANCIA BAIXO
A AMEAZA DA ABLACIÓN DO CLÍTORIS.
O Alto Consello da Integración propón ós poderes
públicos franceses permitir a diversidade cultural
pero "Ningunha práctica ou tradición que atente
contra os dereitos fundamentais da persoa".

Margarita Casás Lorenzo. 4º ESO

Rosas vermellas

E alí estaba eu, outra noite máis, esperando a que a porta soase de novo, esperando escoitar algo, como cada día.

Afinei o oído, unha porta, alguén subía as escaleiras moi amodiño, pero con xenio e inseguridade, o cruxir dunha porta, cada vez sentía o son máis e máis preto de min, e máis e máis e... de sócato!

-porque chegas tan tarde-dixo unha voz femenina, adormilada.

-a ti que coño te importa puta! Puta! puta!, choros, golpes, rexoubeos, tapei os oídos, coma cada noite, as miñas maus apretábanse máis e máis contra a miña cabeza, cada vez máis e máis forte... era frustantre...choros...puta!...golpes...máis e máis forte...choros...puta!...golpes...levanteime...mamáaaaaaa!!!

Eu tiña quince anos e tiña unha vida normal, non normal de todo, pero vamos, que normal, ía o instituto, fumabame uns chismes cos colegas, e voltaba a casa.

Non estudiaba moito, antes sí, pero agora xa non.

Miña nai era unha muller boa, de ollos verdes, moi fermosa, e meu pai, morrera fai uns anos por cousas de drogas, era un merda, igual que a miña vida.

So teño os colegas, eses si que valen, chamanme Lucki, Lucki Luck, en realidade chamome Carlos, chamanme así porque me gusta ese persoaxe, o vaqueiro valente e vencedor, aínda que eramos diferentes. El era moi valente e eu era un merdas, un cobarde, sempre safando de todo sen poñer a cara.

Gustame unha rapaza Sara, é moi calada é coido que anda demasiado metida nas drogas porque fuma moito, está en cuarto da Eso, e é moi intelixente, ou se cadra non tanto...

O CheLucas é o meu mellor amigo, chamamoslle así porque é un revolucionario de coidado, o moi cabron, conseguiu facer unha manifestación en Vigo en contra de non sei que carallada de protección de animais.

A min a política interesame moito, paso dos rapaces que lles importa unha merda. No meu instituto son popular e levome ben con toda a peña, ata cos pighos nenos de mama. Na miña casa e todo un caos, é unha merda de fogar, se é que se lle pode chamar así, e máis agora que só esta miña avoa e coido que...-quedei quedo, calado, non podía dicilo.

-continua porfavor-

-deixame en paz, non podo, marchó- collin a miña chaqueta e levanteime, marchei dalí, ninguén mo impediu.

Estaba destrozado, non paraba de escoitar voces na miña chota, entrei na casa e berrei:

-Sara, sara, estas na casa?-merda de muller- Saraaaaaaa!

-Estou aquí-dixo unha voz que proviña do sofá, unha voz delicada.

-que fas? E a comida?-es unha merda sabes?, levo todo o día buscandoche droga e ti estabas ahí tirada coma unha foca, estas gorda, gordísima, quero que adelgaces...

-vai a merda- e quedou tan tranquila,-isto non podía quedar así, mandárame a merda! A min!

Entroume unha rabia, tremenda levaba todo o día facendo mil movidas e ela alí tirada, apreitei os puños e os dentes, puta pensei, e as mesmas palabras saíron da miña boca, agarrei unha botella de viño, ela viume, comezou a correr- non cariño, perdoame, non

outra vez non! Noooooon!-Putá! Foca de merda!...

Mamáaaaa, mamáaa, non morras, querote, mamáaa... Espertei, estaba na cama, vovera soñar iso, estaba suando, eran as cinco da mañá, facía horas que voltara da comisaria.

-Cariño-a porta da miña habitación abriuse, unha liña de luz deslumbrabame-.

-Avoa, non pasa nada, volve a cama.

-Estás ben ceo?

-si moi ben, gracias.

A mañá seguinte non tiña nada que facer, saíra dar un paseo, quería ver o CheLucas, pero, coído que estaba no insitituto, era martes, eu aínda non estaba preparado para voltar, xa perdera a noción do tempo, a pesar de todo, estaba desexando voltar as clases.

Pola tarde, vovera ata o cementerio, sentei o carón dunhas tumbas. Mentres me agachaba, unha rosa esvaraba da miña man cara o vacio, ata caer na superficie de pedra da tumba, e no momento en que a rosa roxa, tocou o chan, sentin coma se me deran unha puñalada xusto no medio do corazón.

As rosas vermellas eran as favoritas da miña nai.

Sooume o movíl, non me derá conta, quedara alí quedo, pasmado, coma na comisaria, en trance.

-diga?

-Lucki, que tal meu?, acabo de chegar, queres quedar pola tarde? Gustaríame estar contigo, se é que non é demasiado pronto, pero se non non importa so quero que sepas que estou aquí e...

-e Che, seino, quedamos as cinco, aínda teño que voltar a comisaria.

Fun comer a casa. A comida, normal. A miña avoa, moi triste.

O chegar a comisaria saudei moi educadamente.

O policia de sempre dixome: Lucki rapaz, onte marchaches mal daqui e preocupachesme.

-vai a merda, se che preocupara, houberas feito algo antes de...-calei, e o dedo co que o estaba sinalando, xusto na cara, desapareceu e volvin a normalidade.

-Lucki, nos non tivemos a culpa de non chegar antes.

Esas palabras rebentaronme, unha bagoa brotoume dos meus ollos e agarreino do pescozo, golpeeino contra a parede e media ducia de policias rodearonme.

-Ti non tes nin idea! Chegar antes ? chegar antes ?, miña nai aguantou moitos meses da sua vida, e dixovolo, a primeira vez que os seus puños tocaron a sua cara, non lle

fixestes caso, voltou moitas veces máis a denunciálo e non a criades sodes uns cabrons, a xustiza non existe, so existe o beneficio para os ricos, puxechedeslle vixiancia, malditos mamóns, pero non chegades a tempo non?, morreu porque o dixo ela loitou e vos non a axudastes, sabiades que se ela abría a boca matabaa seguro e en vez de estar calados e metelo na cadea directamente, colledes e interrogadelo sodes uns malditos merdas... arrastrabame polo chan, chorando con toda a miña forza, coma se quixera morrer, ou voltar o pasado, voltar aquela noite.

Despois duns minutos de silencio, no que so se me escoitaba a min chorar, o policia dixo:

-veña, so pasou unha semana e media, veña rapaz non pasa nada... aínda non o tes asumido, é normal-dixome poñendome a man na espalda.

Non puider nin replicarlle, estaba demasiado débil emocionalmente.

-Contanos o demais e será suficiente o teu testimonio para que lle caían moitos máis anos, pero tes que contarnos todo o que pasou.

-collin aire e comecei: Levanteime da cama, a baldosa do meu cuarto estaba conxelada. Oia choros e máis choros, golpes, abrin a porta do meu cuarto, andei polo frio pasillo, moi amodiño, moi amodiño-as bagoas continuaban, caendome polo rostro, ardiame a cara como se a estivera a por nun fornello de lume o roxo vivo, e o corazón latíame tan forte coma se acabara de correr miles de quilómetros- estaba morto de medo, e os golpes continuaban, escoitaba a miña nai chorar moi forte, o chegar a porta da habitación asomei a cabeza porque estaba entre aberta e...alí estaba el cunha botella na man, tiña levantada, estaba a punto de golpeala, ela estaba nun rincón do seu cuarto, encoxada, chorando, moito, moito, morta de medo, estaba sangrando polo labio e berraba- non por favor, non o fagas, prometote que non vou dicir nada nunca máis, Sebas por favor....

-dixecheslle que che pegaba a policia- berroulle el- o corazón latíame cada vez máis forte, quería entrar alí e matalo, matalo, pero non podía nin moverme, estaba conxelado, xa vira máis veces como lle pegaba pero nunca dunha forma tan brutal, con tanta, tantísima violencia.

-porque mentes mariña, eu querote, sintoo, sintoo -e baixou a botella moi amodiño- meu amor, querote, por favor, non quero facerche dano, porque o ocomplicas todo? A policia non tiña que saber nada, dixechesme que me perdoabas.

-é certo, meu amor, é certo, sintoo, non debín decirlles iso.

-mentiches es unha puta mentireira- e a violencia voltoulle o corpo- colleu de novo a botella e cun golpe seco na parede rompeuna.

-non por favor, non, o fagas, Lucky meu amor querote- ela sabía ben que eu estaba alí-.

-a quen queres? Quen e Lucky?

-Lucky e Carlos o meu fillo, non te acorda que o chaman así?, tranquilo meu amor.

-Non te creo! Puta! Andas con outro!

E o moi cabrón, matouna, colleu a botella e comezou a mallar nela máis e máis ela xa deixara de resistirse, morrera, ela sabía que morrería, despedirase de min. E el seguía mallando no seu corpo inerte.

Eu quedei de pedra e corrín, comecei a correr pola rúa adiante, co frío da noite chamando pola xente, pero ninguén parecía escoitarme, de sócato unha moza saíu da casa, e acto seguido aparecestes. Onde estaba a vixiancia?, sempre hai vixiancia, pero morren miles de mulleres.

-iso é todo? Que fixo el logo?

-marchar pola porta de atrás, nin sequera reparara en min.

-sería o crime perfecto se non fora por ti, porque un amigo seu que trincamos, proporcionáballe unha coartada e non daba o perfil, era un informático exemplar e moi responsable.

- Calquera pode ser un maltratador, calquera- repliqueille con dureza.

-pero hai máis probabilidades de que a xente que é ...

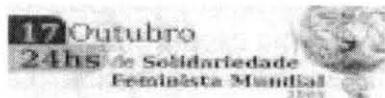
-cres que me importa?, o unico que me importa e que miña nai morreu fai unha semana e media en mans dun maltrador que non da o puñeteiro perfil, e dende ela xa morreron cinco mulleres máis, e serán máis porque coa vixiancia non arranxades nada- dixenlle cun ton sarcástico, e collín a miña chaqueta, coma sempre e marchei fumar uns chismes co meu colega, a falar con el da vida, porque era o que me quedaba.

Na actualidade, teño 32 anos e levo unha plataforma en contra da violencia cara as mulleres, que garante a integridade e o avance das mulleres na sociedade, sen perfis de homes maltratadores, so maltratadores.

Agora si son un verdadeiro Lucky Luck.

Eire, 3ºESO A.

FEMINIZACIÓN DA POBREZA



A pobreza é a carencia de recursos necesarios para satisfacer as necesidades dunha poboación ou grupo de persoas específicas, sen tampouco ter a capacidade e oportunidade de producir estes recursos por si mesmos-as.

Por exemplo para un/ha cidadán-a dun país desenvolvido, ser pobre significa non ter automóbil, casa de verán, etc, mentres que nun país non desenvolvido ou en vías de desenvolvemento, significa non ter que comer, vestir, ou con que curarse. Sen embargo, nas súas respectivas sociedades, os-as dous-as son pobres, porque pertencen ó escalón máis baixo da distribución da Renda per Cápita.

En canto ás diferenzas de xénero a pobreza tamén repercute de distinto xeito. Na maioría das empresas un home cobra máis que unha muller polo mesmo traballo, tamén hai traballos nos que non contratan a mulleres por posibles embarazos. É por iso que a porcentaxe de mulleres que viven na pobreza absoluta é maior que a porcentaxe masculina, pero tamén a isto se suma que nalgúns países ténselle prohibido traballar aínda que non exista un home na casa.

As causas que provocan a existencia de maior número de pobres no grupo feminino -aínda que a resposta é moi complexa- son:

- Os procesos de cambio familiar. Aumento de familias monoparentais.
- O paro e a precariedade no emprego das mulleres.
- A desigualdade salarial de mulleres e varóns.

Durante os anos 80 e 90 os datos dispoñibles revelan cambios importantes en relación cos modelos familiares vixentes na sociedade actual. O cambio non é drástico, pero si sitúa a España na mesma tendencia que outros países europeos. Boa parte deste cambio ten o seu fundamento en posibles rupturas matrimoniais que xeneran un bo número de mulleres separadas ou divorciadas con fillos ó seu cargo. Simultaneamente, produciuse un incremento substancial de fogares encabezados por nais solteiras. Nestes feitos tiveron como principal consecuencia, incrementos importantes no número de fogares cuxo sustentador principal é unha muller. Segundo o Boletín Estatístico de datos Básicos do Ministerio de Asuntos Sociais de 1998, a porcentaxe de sustentadoras principais de fogares pasou de ser un 12,2% en 1990, a un 19,4% cinco anos despois.

As familias monoparentais con fillos menores de idade, aínda que son unha porcentaxe pouco relevante do total de fogares en España, presentan a situación relativa máis desventaxosa. Os seus ingresos se sitúan máis de quince puntos por debaixo da media do conxunto de fogares e a súa taxa de pobreza é a máis alta. Esta alcanza xa case unha terceira parte das familias monoparentais, cunha incidencia relativa notablemente superior que a que presentan os restantes tipos de fogares.

En canto ós países pobres, algúns países desenvolvidos prestalles axudas por simple conveniencia, beneficios económicos, ou ben xerar unha opinión pública positiva, polo que esta axuda corrupta non poderá paliar as diferenzas existentes no planeta.

De feito para aclararvos estas ideas temos as seguintes conclusións:

Unha caixa de balas = Vacinar un/ha neno-a contra as seis doenzas máis comúns e letais.

Armar e manter un soldado = Garantir a educación de 80 nenos-as.

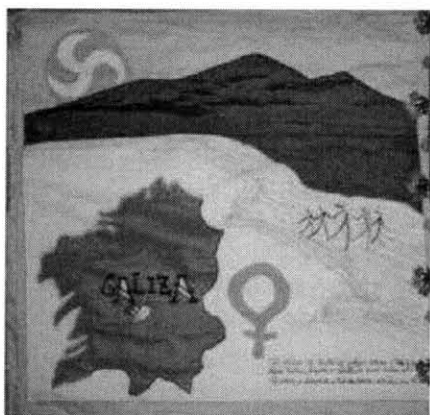
Un submarino nuclear = 50 hospitais = Atender as necesidades dunha cidade con 450.000 casas.

Un portavións = Erradicación definitiva de enfermidades = 1500 garderías.

Un destrutor = Electricidade para 13 cidades e 19 aldeas = Facer unha cidade para 5000 habitantes.



A Marcha Mundial das Mulleres é unha organización que comprende diferentes asociacións feministas do mundo. Como protesta das discriminacións que sufrimos as mulleres, realizamos unha manta mundial, cos anacos aportados polas asociacións dos distintos países.



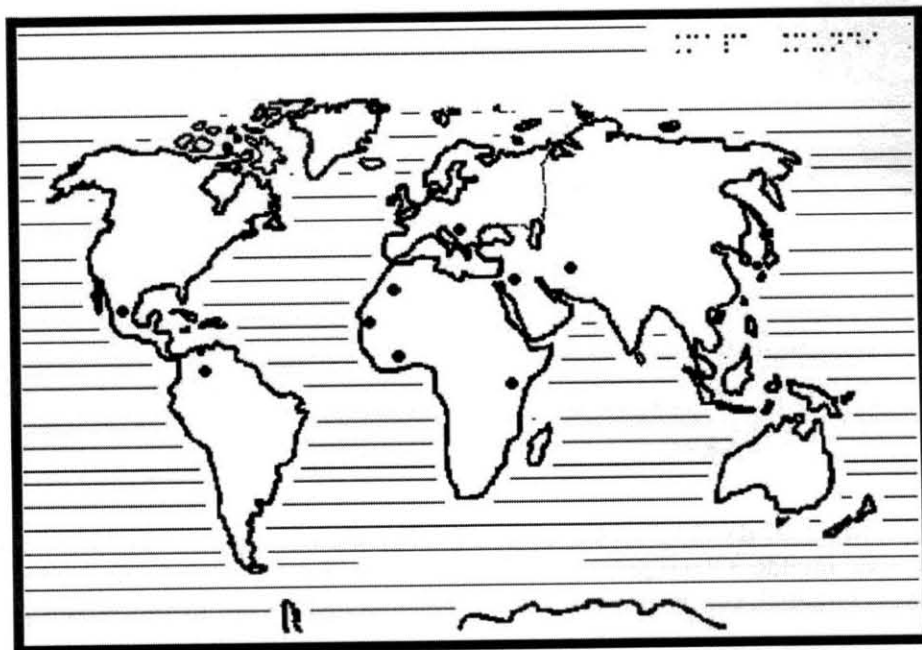
Anaco de manta que representa á Galiza

Dado que en Galiza nos atopamos con anacos de tódalas comarcas, fixemos a Manta Galega, que tedes na parte de abaixo e na que vos marcamos o anaco que representa ó Val Miñor, realizado o curso pasado polas alumnas de 3º de Diversificación.



Enma e Lucía, 4º ESO A.

CONFLITOS NO MUNDO



- Lugares en conflito na actualidade.

@s alumn@s de alternativa de 4º da E.S.O temos como obxectivo prioritario para este ano reflexionar e coñecer os conflitos internacionais máis próximos a nós, coa finalidade de traballar a prol dun mundo máis solidario e pacífico.

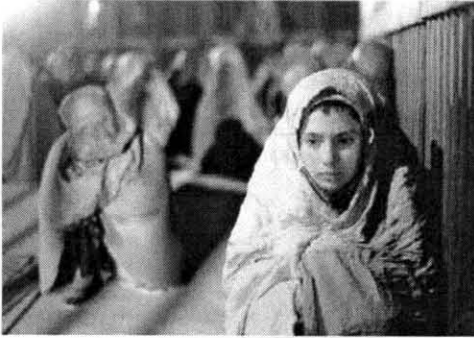
Para coñecer as zonas máis conflictivas das últimas décadas procuramos datos nas enciclopedias, recompilamos todas as informacións que nos permitiran achegarnos a eses países dun xeito sinxelo e comprensible. As películas que mellor reflicten estes conflitos foron as de *Osama*, *Baran* e *Hotel Ruanda*.

Nelas reflíctense moi ben as torturas, os traballos forzados tanto de nen@s coma de adult@s, e a discriminación tanto de sexos coma de culturas nas que goberna o país unha minoría, que apoiándose na violencia, xustifica a súa superioridade en principios pouco racionais.

BARAN: reflicte a situación d@s inmigrantes afgáns no país veciño de Irán.

@s persoas que escapan do réxime talibán non teñen máis remedio que emigrar aos países veciños. En *Baran*, reflíctese a solidariedade que xorde entre un mozo iraniano e a familia da protagonista, cando o pai viúvo rompe unha perna e non pode seguir traballando. Na proxección vese como os inmigrantes son duramente explotados por xefes sen escrúpulos que aproveitando a súa situación de irregularidade non lles dan ningún tipo de prestación social.





OSAMA: Reflicte a situación no Afganistán talibán. Afganistán, país situado no sueste de Asia, foi dende sempre unha zona moi conflictiva, por constituír o paso natural entre Asia e Europa. As invasións de pobos veciños será constante, polo que os conflitos étnicos, entre pobos con distintas relixións e costumes, serán continuos ao longo da súa historia.

Na historia máis recente, Afganistán quedou baixo a órbita da URSS despois de que Inglaterra intentara eliminar a influencia rusa mediante o envío de tropas anglo-indias á zona. A independencia de India e Paquistán provocará o enfrontamento con este último

pola rexión de Pashtunistán. O final da década dos 60, despois de tres anos de seca, que provocaría a morte de máis de 80.000 persoas, chegoulles axuda humanitaria de EEUU, URSS e China, coincidindo cun cambio de réxime. A monarquía será substituída por unha república, que no 1978 se fará soviética, provocando a resistencia armada dos musulmáns. No 1979 a URSS ocupará Afganistán ata a súa retirada no 1989, sen conseguir deter a guerra civil. No 1992 os islámicos, cunha organización baseada nos compoñentes étnicos e relixiosos ocupan o poder. No 1994 entran en escena os talibáns, grupo integrado por estudantes de teoloxía procedentes do sur do país que toman Kabul no 1996. O seu goberno basearase na imposición da súa concepción restritiva do Islam: Radical separación de sexos en público, prohibición ás mulleres de ocupar un posto de traballo, persecución de actividades "impías" (salas de xogo, consumo de alcohol), modificación da lexislación penal para aplicar leis máis severas e a pena de morte.

Á catástrofe humanitaria ocasionada pola guerra, sumouse en febreiro de 1998 a dos terremotos que sacudiron o norte do país e causaron máis de 5000 mortes.

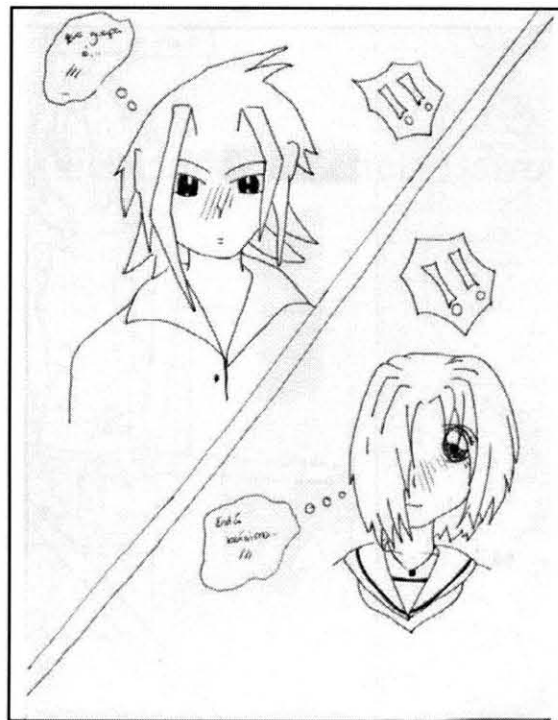
RUANDA E BURUNDI: Reflicte o enfrontamento étnico no que os hutus tratan de exterminar aos tutsis de Ruanda, antiga colonia belga do sur de África centrorienta onde os tutsis chegaron a ser a elite superior, aínda que non eran máis do 16% da poboación. Os tutsis constituíron un grupo gandeiro que arrendaba as reses aos agricultores que lles pagaban cos produtos do campo. Coa independencia desta zona, 1962, os agricultores hutus rebeláronse contra os tutsis que se refuxiaron en Uganda, pero un ano despois estes regresan a Ruanda organizados en guerrillas, que serán masacradas polos Hutus, ao tempo que milleiros de vítimas hutu, procedentes de Burundi, refuxiábanse en Ruanda. No 1990, Bélxica e varias nacións centroatricanas enviaron tropas a Ruanda para opoñerse aos invasores exiliados tutsis procedentes de Uganda. No 1994, despois de rematar as negociacións de paz entre a Fronte Patriótica de Ruanda, que apoia aos tutsis, liderada por Habyarimana e o presidente de Burundi, Ntaryamira, morreron nun sospeitoso accidente aéreo, realizado polo exército hutu de Ruanda, segundo a ONU.

Durante os meses seguintes, ao redor de 500.000 tutsis ruandeses foron masacrados, comezando unha guerra civil que non remataría ata que a Fronte Patriótica de Ruanda presionase ao exército de Ruanda cara o Noroeste en dirección a Zaire, cara a onde fuxiron 1,2 millóns de ruandeses. En xullo de 1994, restablecido o goberno pola Fronte Patriótica, calculouse que a cuarta parte da poboación, 2 millóns de persoas, morreron ou abandonaran Ruanda. Alternativ@s 4º ESO.



CÓMIC







Angeles Fernandez e Leticia Barros 1º bacharelato A

ETERNA PRISIÓN DE CARBALLO

Pablo estaba celebrando o seu corenta aniversario, bailando, bebendo... en resumo: gozando, cando de súpeto, sentiu como se esvaecía. Ao instante seguinte atopábase tendido nunha branda e comfortable superficie, rodeado da máis absoluta escuridade. Intentou levantarse e deu unha forte cabezada contra unha dura e inamovible tapa que soaba a madeira, madeira de carballo. Unha intensa dor estendeuse pola súa columna vertebral coma unha praga de lagostas. "Onde carallo estarei?" Tentou lembrar...; o último recordo que residía no seu atordado cerebro era o de estalo a pasar moi ben na súa festa de aniversario, e agora alí estaba, quen sabe onde, atrapado e dorido. Comezou a palpar ao seu redor. Atopábase nunha caixa pouco máis grande que o seu corpo, tiña a cabeza apoiada nunha comfortable almofada e estaba vestido cun traxe moi elegante, e seguramente tamén moi caro. Non recordaba estar vestido así, na festa levaba unha camiseta de manga curta e un pantalón frouxo. Entón caeu na conta. Atopábase nun ataúde! Comezou a asustarse. Que facía nun ataúde? "Non estou morto, iso seguro" razoou sen moita convicción, pero entón, por que estaba alí pechado e non de festa coa súa familia e amigos?

"Será isto a morte? Unha eterna prisión de madeira?" Pensou na familia, os seus dous fillos e a súa muller. O seu fillo máis pequeno tiña catro anos, e a súa doce e inocente mirada facía emocionarse ao máis duro e negro corazón, podería algún día aprenderlle a andar en bicicleta? Seu fillo máis grande, porén, xa tiña 15 anos. Preguntouse con certa melancolía se tería a sorte de atopar un amor como o atopou el, como a súa muller. Pensou nos miles de solpores gozados na súa engaioladora compañía, o vento axitando moi suavemente o seu pelo, o sol vermello arrincando do seu louro cabelo os reflexos máis fermosos, e os seus suaves murmurios cativando o ouvido dun mozo namorado. Comezou a chorar desesperadamente. Pasaran moitos anos dende a última vez que chorara tanto. A branca almofada comezaba a mollarse coas bágoas dun home abatido cando reaccionou. Deixou de chorar. Intentou desesperadamente autoconvencerse de que non se atopaba nun ataúde, pero entón, onde?

Decidiu que se ía buscar unha posible saída, era mellor non intentar saber onde se atopaba, unha idea absurda, pero ben acollida polo seu desesperado cerebro. Palpou os bordos da caixa coa esperanza de atopar unha forma de abrir a pesada tapa, mentres, a idea de atoparse nun ataúde ía aflorando na súa mente, aínda que loitaba contra ela con toda a súa forza de vontade. Pasou unha hora aproximada na frenética busca dunha posible salvación, e a cada segundo que pasaba, a desesperación ía medrando na súa mente. Rematou por derrubarse, a idea do ataúde invadiuno por completo, mais non intentou atopar o porqué, simplemente berrou con todas as súas forzas. A histeria íase estendendo dende o seu cerebro, empezando nas mans e rematando nas pernas. Como se os movementos do seu corpo non foran dominados por el mesmo comezou a rabuñar na tapa da súa abafante prisión e a coucear contra ela fortemente, a pesar da intensísima dor que isto lle producía. A cada rabuñada

íanse esgazando a pel e as unllas dos dedos, facéndoo sangrar cada vez máis. Axitaba as pernas cunha forza impresionante, ata que golpeou brutalmente o xeonllo dereito contra a sólida superficie de madeira, provocado así unha dor increíble e punzante. A impresionante dor atordoulle os sentidos e mareouno. Parou de rabuñar na tapa para tocar o inmensamente dorido xeonllo, descubriendo así que afundira a rótula co seu impetuoso golpe. Non remataba de crelo, atrapado nun ataúde, cun xeonllo roto e os dedos sangrando.

“Que carallo, total morrerei de fame ou de sede!; de que se morrerá antes?” Pablo nunca se vira tan preto da morte, de feito, nunca pensara na posibilidade de morrer, aos seus corenta anos sabía perfectamente que era lei de vida, pero tan de súpeto... quedou calado, quedo. Lembrou. A súa vida comezou a debuxarse na súa mente acontecemento tras acontecemento, dende os seus primeiros records ata a súa derradeira festa de aniversario. Lembrou con nostalxia o seu primeiro cigarro fumado; aqueles cigarros que lle roubaba a seu pai e fumaba cos seus amigos agochados en calquera parte, tamén aquelas revistas eróticas usualmente roubadas a calquera quiosqueiro, a súa primeira masturbación, a súa primeira relación sexual... Lembrou o enterro da súa nai, nunca vira na cara de seu pai unha expresión tan triste e pechada, esas expresións que non che deixan deducir o que pasa pola cabeza do seu dono, algo insólito nel, unha persoa normalmente forte e alegre, mais nunca superou a morte da súa muller. Un mes despois caeu terriblemente enfermo, vencérase ante a idade. Dous meses despois morrera na cama dun hospital, Pablo lembrou as súas últimas palabras: “Non chores fillo, déixame marchar sabendo que non chorarás por min. Vouche dicir unha cousa, eu nunca crin na vida despois da morte, pero espero estar equivocado. Quero atoparme coa miña muller, quero volver abrazala”. Lembrou a voz do seu pai, unha voz resgada polo paso do tempo e apagada pola agonía do seu último día de vida. “Meu pai era un bo home” meditou mentres lembraba o tacto da súa rugosa e áspera pel, esa pel curtida pola experiencia e o traballo. Chorou. Pensou que chorar nese momento era estúpido, mais non parou. Sabía perfectamente que chorar, berrar, coucear e rabuñar non ía servir de nada, pero fíxoo de todos modos. Entre os estúpidos movementos bruscos que Pablo realizaba coa totalidade do seu corpo magoou máis o nocello e os dedos, e tamén magoou un cóbado e a fronte. Notaba a húmida quentura do sangue esvarando brazo abaixo, dende a punta dos dedos, ata chegar a mancharlle o peito. A dor que se estendía dende os golpes e feridas ata o resto do corpo estaba empezando a marealo. Lembrou a comida, non soubo por que, pero de súpeto a fame ocupou o primeiro lugar nos seus pensamentos. Tamén tiña sede. Pasar quen sabe canto tempo berrando sen parar secáralle tanto a boca e a gorxa que ao respirar notaba como se lle cravaran milleiros de cristaliños diminutos na irritada carne da traquea. Intentou falar, sen saber se para falar consigo mesmo ou se para falar cun alguén imaxinario. As palabras non saían da súa boca, os insistentes intentos de articular algo que non soara coma un gruñido só lle provocaban máis dor e unha terrible sensación de impotencia. Inconscientemente volveu buscar na súa memoria. O primeiro que recordou foron as horas que tiña pasado na cociña da súa casa cociñando coa súa muller. O pensamento de non volvela ver, xunto co pensamento de non volver comer unha comida coma aquelas que facían xuntos golpeouno no máis profundo da alma coma un pesado martelo. A fame seguía a golpear o seu estómago cada vez máis forte, morrería de fame? “Non, inda non teño a fame suficiente como para morrer”, pensou, mais, como sabelo? Como podería saber canta fame se tiña cando chegaba o momento da morte? Pablo nunca antes morrera de fame... ao pensar iso entroulle a risa. Nese momento un chiste tan malo e falto de graza coma aquel produciulle moitísima graza. Riu e riu con

sonoras gargalladas, sen case decatarse do estúpido que resultaba expresar tanta felicidade nunha situación coma aquela. Na súa mente espertou a idea de que estaba a volveirse tolo, e isto produciulle máis graza aínda. Pouco a pouco, as dores do seu magoado corpo, a fame e a sede foron invadindo de novo o seu angustiado cerebro. Parou de rir cun último son áspero e grave, pois o feito de pasar varios minutos sen parar de forzar a gorxa fixolle sentir coma se lle arrincaran unha tira de cera da xa magoada traquea. Rendeuse, antes era consciente de que non ía poder saír daquel escuro habitáculo, pero aínda así non se rendera ante calquera posibilidade de fuxida. Quería relaxar o corpo, pero a dor non llo permitía, tensáballo tódolos músculos e facía que a dor non se limitara ás zonas feridas, senón que agora se estendía pola totalidade do seu organismo, atordando así os seus sentidos e mareándoo aínda máis. O mareo fíxose máis e máis intenso. Notou como se unha forte presión lle esmagara o estómago, e esta presión foi subindo ata atravesar a dorida gorxa, e comezou a vomitar a amarga bile que esperaba no seu interior ansiosa por saír. O feito de ter vomitado mingouo aínda máis as súa forzas, e o seu corpo terriblemente ferido permaneceu inmóbil, sumido na mortífera quentura e suavidade do interior do ataúde. Notaba a dor con máis intensidade que antes, notaba a roupa e os brazos manchados de sangue, notaba a fronte e o cóbado magoados e inchados, e a perna, simplemente non a sentía. O fedor e a calor que a bile derramada sobre o seu corpo lle producía, facía moito máis insoportables os segundos, que cada vez pasaban máis lentos.

Pablo tiña os ollos pechados, e dentro da escura prisión non había nin o máis mínimo indicio de luz, no entanto divisou un poderoso resplandor, o resplandor máis potente que vira nunca. Notaba a forte luz, máis no cerebro que nos ollos, e esa luz comezou a desaparecer lentamente. Seguía notando dores por todo o corpo, e sentía unha suor terriblemente fría que o ía cubrindo moi rápido. “Xa está, vou morrer”. Seguiu escurecendo ata a súa totalidade moi lentamente, e a vida desprendeuse da alma, e voou, voou moi lonxe do corpo, un corpo que permaneceu cuberto de sangue e bile ata a súa descomposición.

Andrés Meixide González 3º ESO C
2º premio de literatura xuvenil Minerva 2006

Drogas

Coloquialmente, enténdese por droga unha substancia ilegal, aínda que droga é calquera substancia ou preparación de medicamentos de efecto estimulante, deprimente, narcótico ou alucinógeno; como os psicofármacos, que son medicamentos que actúan sobre a actividade mental. Estes fármacos son imprescindibles para moitas enfermidades que padecen un problema psiquiátrico, pero á súa vez tamén poden constituír un perigo para quen as consume, se fai un mal uso das mesmas.

O concepto droga tamén fai referencia ás substancias que introducidas por calquera vía de administración, poden alterar o sistema nervioso central e poden chegar a xerar dependencia.

Dentro do grupo dos fármacos temos:

- **Tranquilizantes maiores, neurolépticos ou antipsicóticos:** Indicados principalmente para pacientes con problemas de esquizofrenia e con trastornos psicóticos. Os neurolépticos facilitan a recuperación cognitiva coa diminución de pensamento psicótico e paranoia. Os seus efectos secundarios son: sedación, tremores, rixidez, arritmias, aumento de peso, visión borrosa, etc. Exemplos: Haloperidol, Dogmatil, Sinogan, etc.
- **Hipnóticos:** Están indicados para inducir o sono en caso de que o paciente sufra de insomnio. Os efectos secundarios son: sedación, relaxación muscular, perda de memoria, de carácter reversible. Exemplos: Dermodar, Noctamid. Estes barbitúricos están en desuso debido a gran dependencia que crean.
- **Tranquilizantes menores:** Estes psicofármacos utilízanse en caso de trastornos de ansiedade, crise de angustia, fobia, desintoxicación de drogas, efectos secundarios: Sedación, dependencia física e trastornos da memoria. Exemplo: Tranxilium, Valium, Trankimacin, Lexatin.
- **Antidepresivos:** Os antidepresivos utilízanse en casos de trastornos de ansiedade e para combater a fatiga. Ademais, os fármacos antidepresivos tamén se usan para combater a ansiedade, crises de angustia, trastorno obsesivo-compulsivo. Os efectos secundarios son: sequedades bucal, hipertensión, tremores e, ás veces, problemas sexuais. Exemplo: Anafranil, Seprom, Vandral, Prozac, etc.
- **Anfetaminas:** Tipo de fármacos que adoitan presentarse en cápsulas, comprimidos ou po. Ao igual que a cocaína, en doses baixas, crean sensación de enerxía e resistencia física, insomnio e perda do apetito. En doses moi elevadas poden provocar sensacións de pánico, alucinacións, taquicardias e por en perigo as nosas vidas.

Como drogas raras temos:

Po de Anxo: Coñécese con este nome a fenciclidina (PCP) aínda que se lle dan outros nomes po cósmico. Detrás deste inocente nome, agáchase unha droga que xurdiu dende os anos 60 como anestésico, sobre todo para animais, pero deixouse de empregar ao descubrir os seus efectos secundarios. É un po branco, cristalino, soluble en auga, ou alcohol e de sabor amargo.



1. Popper: Trátase dunha droga que se presenta en estado líquido e se costuma inhalar, esta droga tivo moito éxito entre os "gays" xa que produce dilatación anal.
2. 2-CB: Na rúa coñécese co nome de especial Cake ou Nexus. Vendese en cápsulas amarelas ou pastillas de cores. É un alucinógeno que proporciona experiencias de tipo psicodélico e potencia o rendemento sexual. Os seus efectos poden producir trastornos de tipo mental.
3. Licor de Heefmann: Trátase dunha bebida composta por tres partes de alcohol e unha de éter. Tivo moito éxito entre as clases sociais elevadas polo seu poder para producir embriaguez e alucinación.
4. Ketamina: A Ketamina líquida foi desenrolada a principios dos anos 60 como anestesia. A Ketamina en po xurdiu nos anos 70 e nos 80 pasou a chamarse Vitamina K rexurdiu nos anos 90 como Special K. É un líquido translúcido derivado do PCP. Xeralmente estas drogas inhálanse ou fúmanse. Aínda que non producen efectos permanentes, un baixón de Ketamina produce alucinacións profundas, distorsión visual.
5. LSD: E dietilamida de Ácido Lixérsico, extráese dun parasito da flor do centeo (O gran corvo ou cornello), ten un sabor amargo, preséntase en anacos de papel secante (trippys). Os seus efectos son impredecibles, xa que depende do estado de ánimo da persoa. Se a persoa está deprimida, o máis posible é que experimente estado de pánico, paranoia, vertixe, desorientación. Outro gran risco para o consumidor é sentirse quen de realizar cousas imposibles. Hai moitos casos documentados de consumidores que se tiran pola fiestra.
6. Cocaína: Substancia que se extrae das follas da planta da coca. Preséntase en forma de po branco, que se consome habitualmente por inhalación. Os seus efectos son a diminución do cansazo, do sono e do apetito, provocando sensación de sociabilidade e euforia. Xera dependencia e, consumida en doses altas, provoca taquicardia, sudación, convulsións e pon a nosa vida en perigo, facéndonos experimentar os efectos contrarios aos anteriores: cansazo, tristeza e irritabilidade.

QUEM COMPRA DROGAS FINANCIA A VIOLÊNCIA.



Yoli e Melissa, 4º ESO diver.

ALMANAQUE D@ LABREG@

XANEIRO

Amig@ e viño, o máis antigo.
A bo viño, non hai mal bebed@r.
Coa lúa de Xaneiro, vese a formiga no carreiro.

FEBREIRO

Febreiro camiseiro, non dá boa meda nin bo palleiro.
Carnavais na praza, pascuas na casa.

MARZO

Os de Palmeira beben caña pola cunca da vieira.
O viño do Ribeiro fai andar ao lixeiro.



ABRIL

Abril frío: moito pan e pouco viño.
Polo Abril, xa só poda o labreg@ ruín.
Pola festa de San Telmo, o cabalo e o viño sae ó camiño.



MAIO

Viña entre viñas, e casa entre veciñas.
Hórreo no camiño, alegre @ peregrin@.

XUÑO (SAN XOÁN)

Quen xaxúa en San Xoán, ou é tol@ ou non ten pan.

XULLO (SANTIAGO)

Maínzo raro, espigas ao carro; maínzo mesto, nin no carro nin no cesto.



AGOSTO

A chuvia en Agosto non é chuvia, é mel e mosto.
No agosto, nin viño nin muller nin mosto.

SETEMBRO

@ que bebe viño chéirallo o fociño.
O pan que foi ben sachado enche o hórreo do seu am@.

OUTUBRO

Muller costureira, home troiteiro, nin boa meda nin bo palleiro.
Da boa nai busca filla, e da boa cepa enxerta a viña.

NOVEMBRO (SANTOS)

O viño bebelo a modiño, gotiño a gotiño.
En Novembro cavar non se che lembre, a aixada de cavar emprégaa en aburatar.

DECEMBRO (NADAL)

No Carballiño, bo pan e bo viño.
Se Nadal nada, sinal de boa anada.



Ana Méndez e Ana Mosquera 4ºESO Diver.

ÍNDICE

SONETO DA TOUBA DO BRIÓN	2
MANOEL LUGRÍS FREIRE	3
RECOLLIDA DE LIXO	5
PAZOS DE NIGRÁN.....	7
ARQUEOLOXÍA EN MONTEFERRO	10
CURSO 2005/2006	12
MALOS TRATOS	22
ROSAS VERMELLAS	23
FEMINIZACIÓN DA POBREZA	27
CONFLITOS NO MUNDO	29
CÓMIC	31
ETERNA PRISIÓN DE CARBALLO	35
DROGAS	38
ALMANAQUE D@ LABREG@	40

<http://centros.edu.xunta.es/iesvalminor>