

# campana

juny 2002 - número 25

## olimpíades escola casàs 2002



El 31 de maig d'enguany es va celebrar una nova edició de les Olimpíades, una cita ineludible per a l'escola, gràcies a la qual es fan més forts els llaços que uneixen tots els membres que la componen: mestres, alumnes, pares... Un any més cal destacar-ne el caràcter festiu, l'alegria i esportivitat de tots els participants i la bona organització d'un acte que, sens dubte, esdevé un referent per a altres centres educatius.



També és necessari destacar l'emotivitat que any rere any domina la cerimònia d'acomiadament dels alumnes de sisè, als quals, des d'aquestes pàgines, desitgem molt bona sort.

● antonia dueñas p5  
FOTOGRAFIES: ISABEL CERÓN 2n i 6è



## de nou la cantata!

El 6 de juny els nois i noies de cinquè de la nostra escola van participar a la cantata que es va fer a l'Auditori, en la qual intervingueren vuit-cents alumnes de diferents escoles de Barcelona i de la comarca.

Aquesta activitat, que té més de vint-i-cinc anys d'història, s'ha anat realitzant al llarg del temps amb diferents formats i programes. L'origen de la cantata són unes trobades que, a iniciativa dels mestres de música, van començar a dur a terme algunes escoles municipals, entre elles la nostra. En aquestes trobades, que es feien a les escoles mateixes, s'intercanviaven els repertoris que cada centre treballava, fet que possibilitava alhora que els diferents centres i alumnes es coneguessin. L'èxit d'aquestes reunions va fer que s'hi anessin afegint la resta d'escoles municipals i que l'organització global l'assumís l'Institut Municipal d'Educació. En aquesta segona etapa, ja organitzada

més oficialment, s'escollia una determinada temàtica i el repertori hi estava supeditat. Les cantates se celebraven a escenaris pròpiament musicals, com ara el Palau de la Música o el Liceu.

Al cap d'uns anys la filosofia d'aquestes trobades va canviar, de manera que es van començar a treballar cantates ja existents adequades a infants, com per exemple *Bàstia i Bastiana* de Mozart (que es va fer al Liceu abans que s'incendiés), *La comèdia del gall* de Michael Hurd al MNAC, o *L'ocell dau-rat* de Mompou, *Les vistes al mar* de Toldrà, etc., que, respectivament, es van anar fent al Palau o a l'annex del Palau Sant Jordi. En totes aquestes trobades només hi participàvem les escoles municipals de primària i secundària que, com sabeu, sempre han tingut una gran tradició pel que fa als ensenyaments artístics com és el cas dels de música. A partir del curs 1996-1997 aquesta activitat es va obrir a totes les escoles

de primària de Barcelona, fossin o no municipals. Aquest canvi va comportar també modificacions respecte al contingut, ja que es va optar per encarregar per a cada una de les trobades següents una composició nova amb un fil argumental, com és el cas de *La Rambla de les Flors*, *La ciutat dels sorolls* o *El capità Pococatepelt* que, després d'interpretar-les al MNAC, els nostres nens i nenes van repetir a l'escola durant la Setmana de la Solidaritat que el curs 1998-1999 vam dedicar a la gent gran.

A partir del curs 1999-2000, les posteriors cantates -com ara la del *Mil·leni* i *La tonalitat de l'infinit*- ja s'han interpretat al nou Auditori de Barcelona.

Aquest any, la cantata triada ha estat escrita per **Eduard Márquez** i les lletres de les cançons les ha escrit **Joan Barril**. La composició musical és d'**Antoni Olaf-**

**Sabater** i la direcció és a càrrec de **Pep Prats**. El títol d'enguany és **43 minuts i 31 segons amb Yoli Pastitxet**.

Els pares que anàreu a l'Auditori a escoltar els vostres fills i filles el passat dia 6 de juny us va trobar en un plató de ràdio on es feia un magazine amb la presentadora, la Yoli, que entrevistava a un famós músic, en Pau-Joan Ferrández. Espero que gaudíssiu d'aquesta cantata.

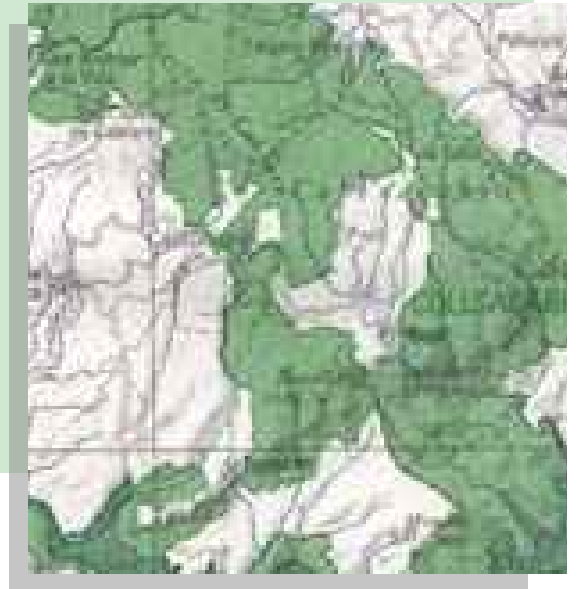
Tots aquells que no tingueu el vostre fill o filla a cinquè però que sentiu curiositat per saber què és això de la cantata, us convidem a la festa de final de curs, el 21 de juny a la tarda, a l'escola.

● **núria seguro i capa**  
mestra de música escola casàs

# les colònies de tots!

Un cop més les famílies de l'escola hem passat junts un cap de setmana: hem anat de colònies a Rupit. Hem gaudit de la natura, d'activitats de lleure i aventura i, sobretot, de la companyia i convivència amb les nenes, nens, mares i pares de l'escola. Us animem a tots a participar-hi l'any vinent. No hi falteu!

● àngels crugeira 1r



# dies de teatre



Coincidint amb l'acabament del curs, hem viscut uns dies de molt teatre a l'escola. Tots els nens i nenes, des dels petits fins els més grans, ens han deixat bocabadats i ens han fet viure la màgia de l'espectacle. L'entrega ha estat total: el treball dels actors, la imaginació dels muntatges, els vestits i decorats,...

El primer dia vam veure una colla d'animalons amics d'un "follet valent" sota un fantàstic arc de Sant Martí, que cantaven i ballaven d'allò més bé: eren els de primer.

Un conte misteriós, de llum i ombres per "encendre la nit", fet pels nens

i nenes de tercer, als quals ens hagués agradat sentir millor (tranquils, que l'any vinent tindrem micros per a tothom!). I els nois i noies de cinquè i sisè, que han hagut d'estudiar força per oferir-nos les cinc interessants històries d'un "bon doctor".

El segon dia, ja amb les millores de so que ha subvencionat l'AMPA, vam poder gaudir d'uns "músics de Bremen" de P5 i segon molt divertits, i d'un "malalt imaginari" que va fer les delícies de tothom, amb duet operístic inclòs!

Un aplaudiment per als actors, per a l'Anna que és la monitora de l'activitat... i gràcies a tots per la vostra col·laboració!

● gamma marco 1r  
FOTOGRAFIES: ISABEL CERÓN 2n i 6è



# s.o.s.galgos.com

La perspectiva de les vacances estiuenques es troba darrere d'un fet menyspreable: l'abandonament d'animals domèstics. En efecte, no són poques les famílies que en no saber què fer durant les vacances amb l'animal que ha conviscut amb elles tot l'any opten per abandonar-lo. Així és com recompensen els bons moments compartits, i la companyia i l'afecte que normalment aquests animals proporcionen sense esperar res a canvi.

Desgraciadament, l'abandonament d'animals no és un fet aïllat i l'arribada de les vacances no és l'únic fet que el provoca. Molts animals també s'abandonen quan ja deixen de ser

útils per realitzar aquella tasca per a la qual van ser adquirits. Aquest és el cas de Carlo el Sevillano, un llebrer que moltes vegades podem veure acompanyat per la seva nova ama, l'Elena, a la porta de l'escola. Ell mateix –amb les seves pròpies paraules, de marcat accent sevillà– explica breument la seva trista història:

"Hola, soy Carlo el Sevillano y os voy a contar cómo ha sido mi vida hasta ahora:

Nací por tierras de Andalucía, serví fielmente a mi amo –un cazador– y cumplí con mi trabajo. Pero cuando él ya no me necesitó (o yo ya no rendía lo suficiente, no lo tengo muy claro), me abandonó. Inmediatamente después pasé a ser carne

de cañón: me sentí despreciado por la gente del lugar, que sólo quiere a los galgos cuando somos útiles a nuestros amos. A partir de ese momento, mi vida en libertad se convirtió en una sucesión de penalidades: estaba siempre hambriento y debía buscar algo que echarme a la boca entre las basuras; a veces era mordido por perros más agresivos que yo que, también abandonados, pretendían arrebatar-me lo que había encontrado para comer...

No sé cómo, pero sobreviví a tantas penurias y tuve la suerte de que me rescatara una mujer que me quería mucho a mí y a los de mi raza: ella me cuidó y dio de comer. Sin embargo, como no podía hacerse cargo de mí para siempre (tenía otros tres galgos más), se puso en contacto con la asociación S.O.S. Galgos, que me consiguió a mis nuevos amos de Barcelona

(Elena, Roberto, Martí y Annabel), con los que soy muy feliz, pues me siento seguro y querido. ¡Hasta estoy aprendiendo catalán!

Aprovecho esta ocasión para decirlos también que me encantaría que conociérais a los de mi raza: somos algo felinos (por nuestra inteligencia, buena vista, carácter individualista y por gustarnos tan poco el agua), pero somos mucho más dóciles que los gatos; podemos correr muy velozmente y somos de muchos colores: blancos, negros, moteados, de color canela como yo... ¡venga, animaos y poned un galgo en vuestra vida!

Carlo.

● elena beardo 5è

# els rellotges de sol

El rellotge de sol de l'escola, situat a una paret encarada a sud, és un rellotge de sol vertical.



Com tots sabeu, al pati de la nostra escola hi ha un antic rellotge de sol, un artifici que serveix per mesurar el temps i que, com tots els d'aquest tipus, té el seu origen en un passat llunyà. Pensem que és interessant que coneguem la història d'aquests instruments, lligada a la necessitat de l'home de mesurar el temps.

## Introducció

Ens podem imaginar una cultura sense rellotges? De ben segur que no. L'home, des de sempre, ha necessitat mesurar el temps i l'enginy li ha proporcionat en cada moment els mitjans per a fer-ho.

Al començament, la mesura del temps estava íntimament lligada a l'astronomia. Des de la percepció dels canvis constants de la llum del sol fins a l'acurada mesura de la posició dels estels, tots els mètodes utilitzats depenien del cel. El cel era rellotge i calendari: el sol, la lluna i els estels marcaven el pas de les hores i dels dies.

## Història

El sentit del temps de l'home de les caveres no deuria anar gaire més lluny del simple fet de distingir la llum del dia de la foscor de la nit. Mentre tenia llum, l'home podia dedicar-se a satisfer les seves necessitats bàsiques, mentre que la nit no la podia utilitzar més que per a dormir.

Quan l'home caçador i nòmada va anar deixant pas a les sedentàries comunitats del Neolític, la vida se li va complicar un xic, ja que les tasques del camp i la cura del bestiar exigien previsió i organització. Així, li calia saber quin era el millor moment per sembrar i quan havia de fer la collita. Era necessari, doncs, inventar el calendari.

Igual que el sol ens indica clarament la unitat *dia*, per comptar períodes més llargs de temps l'home primitiu va haver de fixar-se en la lluna, que li va proporcionar una manera ideal per agrupar dies, formant períodes de temps més llargs que va anomenar llunes o mesos.

El cicle complet dels canvis aparents de la forma de la lluna va ser l'origen del mes, i hom va anomenar *setmana* a la quarta part del cicle lunar. A partir d'aquí,

es va decidir que els 29,5306 dies que té el mes lunar es convertirien en 29 o 30 i, per això mateix, la setmana passà de tenir 7,38265 a tenir-ne 7.

Ningú no sabia que la terra havia donat una volta al sol, però sí que la natura havia completat un cicle que a continuació es tornaria a repetir. Aquest va ser el primer concepte d'any, marcat per les estacions.

L'home del Neolític, ocupat en un treball regular i obligat a establir contacte amb altres per comerciar, necessitava dividir el temps entre la sortida i la posta de sol. Nosaltres estem acostumats a tenir el dia fraccionat en 24 hores, però aquesta divisió és completament convencional; no hi ha cap fenomen astronòmic que hagi servit de base per fer-ho així. Fins i tot les hores no han tingut sempre la mateixa durada. A l'estiu les nits són curtes i els dies llargs, mentre que a l'hivern passa al revés.

Les primeres civilitzacions numeraven les hores d'alba a alba. A Egipte, en canvi, les numeraven de mitjanit a mitjanit, tal com fem nosaltres. No obstant això, la divisió del dia en 24 hores, de les hores en 60 minuts i dels minuts en 60 segons prové del sistema sexagesimal dels babilonis.

## El sol compta les hores

Els primers procediments per saber l'hora del dia es basaven en la trajectòria del sol (d'est a oest), mitjançant l'observació de les ombres que projecten els seus raigs (de sud a nord).

(Abans de continuar parlant de rellotges de sol, és important conèixer el significat de certs mots: a) *Latitud*: És la distància (en la Terra) que hi ha des d'un lloc (en el nostre cas, Catalunya) a l'Equador, mesurada per l'arc de meridiana que va des de aquest lloc (Catalunya) a l'Equador. Val a dir que la nostra latitud és 41°. b) *Colatitud*: És l'angle d'inclinació que es calcula restant la latitud a 90°. Així, doncs: colatitud = 90° - 41° = 49° (Catalunya)).

El rellotge de sol més senzill i més antic és el *gnòmon* (que dona nom a la gnomònica, l'art de construir rellotges de sol), que consisteix en un pal anomenat estil (inclinat en un angle igual a la latitud del lloc) clavat sobre una superfície plana horitzontal, damunt la qual se'n projecta l'ombra.

L'ombra de l'estil té dues característiques que van canviant a mesura que canvia el dia: la llargada i la posició. En el gnòmon allò que indica l'hora és la

llargada, ja que l'ombra més curta del dia correspon sempre al migdia, i la longitud de l'ombra és més gran prop de la sortida o la posta del sol.

La dificultat d'haver de distingir entre la llargada i la posició de l'ombra obligà els caldeus a desenvolupar un altre instrument més difícil de construir però més fàcil d'interpretar: l'*hemisfèric*. És un gnòmon al qual s'ha canviat la superfície plana on es projecten les ombres per una hemisfèrica, dividida en tants sectors com hores té el dia, de manera que no és la llargada de l'ombra la que compta: és la posició de la punta de l'ombra la que ens diu l'hora.



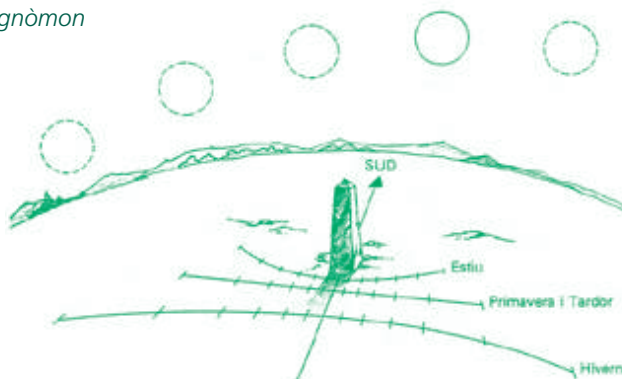
Seguint l'evolució dels rellotges de sol hauríem de mencionar els *equatorials*, que consisteixen en un semicercle dividit en 12 parts iguals (hores), al centre de la curvatura del qual hi ha l'estil. Aquest semicercle té una inclinació respecte al terra d'un angle igual a la colatitud del lloc i, evidentment, orientat a sud.

L'altre rellotge de sol important és el *quadrant horitzontal*, que seria l'evolució més directa del gnòmon, ja que es projecten les ombres paral·leles al terra però l'estil (encarat a nord) té un angle d'inclinació igual a la latitud del lloc. Les 12 divisions de les hores parteixen des d'on està clavat l'estil, cadascuna amb una separació de 15°; la meitat de la superfície són les 12 del migdia.

En una relació dels rellotges més importants no pot faltar el *quadrant vertical* que es penja a la paret (encarada

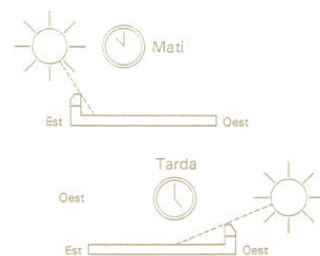


## gnòmon

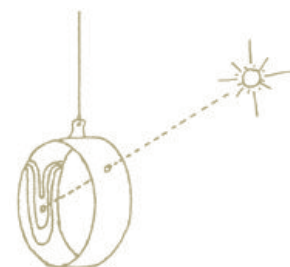


a sud) i té l'estil inclinat en un angle igual a la colatitud del lloc; les divisions del quadrant són iguals que l'horitzontal. El rellotge de sol vertical s'utilitzava més per a les masies perquè la majoria tenien la façana orientada a sud, però amb el temps el seu ús es va estendre a la ciutat. De fet, a Barcelona hi ha avui dia una bona representació que encara es conserva en bon estat. Un bon exemple i que ens toca de prop és el **rellotge de sol de la nostra Escola Casas**. Per acabar farem esment d'alguns rellotges de sol portàtils que, a la seva època, van tenir molta utilitat:

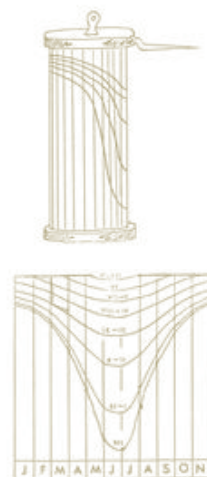
**Tutmosis III** – És el rellotge de sol portàtil més antic; data de l'any 1500 a. C.



**L'anell** – Consistia en un anell amb un forat a la part superior perquè hi entrés el sol. A l'interior (al cantó contrari inferior) hi tenia el quadrant.



**De pastor** – Era cilíndric i a la part superior estava fixat l'estil.



**Quadrant d'Íptic** – Eren dues fustes planes collades en angle recte, enllaçades per un fil segons l'angle de latitud i colatitud, i en les superfícies un quadrant nord i un de sud en l'angle corresponent, respectivament.

# l'estiu i la salut dels nens



**L'estiu és una època de relaxament i d'esbarjo per a les famílies. Es produeix un canvi en el nostre ritme de vida habitual i es porten a terme activitats fora de casa i molt sovint a l'aire lliure, que comporten un increment del risc de patir accidents i determinades malalties.**

**També durant aquesta època augmenta el nombre d'hores que les nenes i nens passen a casa, ja que ni van a l'escola ni fan cap mena d'activitat extraescolar. Aquest fet comporta que augmenti el risc que el nen pateixi accidents domèstics i intoxicacions per ingesta de productes com ara detergents, lleixiu o medicaments. Per tant durant aquests mesos s'han d'extremar les mesures habituals de prevenció contra aquests tipus de problemes.**

En aquest article només es parlarà dels factors que tenen influència sobre la salut dels nostres fills i que són més específics d'aquesta època de l'any.

## Exposició al sol

Atès que en un número anterior d'aquesta publicació ja va aparèixer un article amb recomanacions per a prevenir els problemes derivats d'una exposició excessiva al sol, tan sols inclourem un petit recordatori d'algunes mesures bàsiques de protecció:

- Evitar les hores de màxima intensitat solar, entre les 12 del migdia i les 4 de la tarda.
- Portar samarreta, gorra i ulleres per protegir-se del sol, encara que hi hagi núvols.
- Posar-se crema fotoprotectora d'índex 15 o superior abans de l'exposició solar i després de cada bany. Recordeu que la protecció s'ha d'aplicar a tot el cos, incloent-hi la part superior de les orelles i les parts interiors de les extremitats.
- Recordeu que els para-sols no donen una protecció eficaç contra el sol, ja que la roba no és un teixit compacte i els raigs de sol la travessen parcialment. Per això, encara que el nen es trobi sota un para-sol, sempre cal aplicar-li un protector solar.
- Quan els nens s'exposen al sol, convé no

aplicar cosmètics, perfums i colònies que porten alcohol, per evitar l'aparició de possibles problemes de pell.

## Picades d'insectes

Els insectes abunden sobretot en llocs amb aigües estancades, com ara els aiguamolls i els estanys, i on viuen animals. Per aquest motiu, abans d'anar al camp o en algun altre lloc on preveiem que hi pot haver insectes, és aconsellable aplicar als nens un repelent a tot el cos, i en especial a les zones que no queden cobertes per la roba. Les picades d'insectes poden provocar reaccions al·lèrgiques i d'altres tipus, a causa de les substàncies que inoculen a la pell. En cas que la picada ja s'hagi produït, a les farmàcies disposen de preparats adequats que en la majoria dels casos són suficients per a reduir la inflamació produïda i solucionar el quadre en pocs dies. Cal remarcar, però, que en determinades persones aquesta reacció pot ser extremament intensa i que, per tant, han d'anar al metge perquè els prescriu el tractament que han de rebre. Un altre lloc on els nens poden ser picats pels insectes, i en especial pels mosquits, és a les ciutats. Les picades s'acostumen a produir especialment a la nit, i es poden evitar posant aparells repel·lents d'insectes al dormitori del nen.

## Hidratació i nutrició

Si bé és cert que la **hidratació** correcta dels nens s'ha de garantir durant tot l'any, és a l'estiu quan cal dedicar-hi una atenció especial. La temperatura ambiental més elevada i les activitats que desenvolupen els nens durant aquest període fan que es produeixi més sudoració i que el risc de deshidratació sigui més alt. Per aquest motiu, cal estar ben segurs que el nen beu prou aigua i, en la mesura del possible, aigua freda. S'hauran d'evitar sempre les begudes excessivament glaçades i, en especial, quan el nen està fent la digestió.

Un altre factor a tenir en compte és que durant l'estiu s'ha de continuar mantenint una **dieta correcta i equilibrada**, que

inclogui tots els principis necessaris per al creixement dels nostres fills, amb abundància de fruites i verdures. La dieta mediterrània és ideal per a assegurar una nutrició correcta als nostres fills. No hi ha cap problema a substituir, de tant en tant, els plats fets a casa per entrepans o per menjar ràpid, però sempre s'ha d'intentar equilibrar la dieta diària incorporant als àpats següents els aliments que no figuraven al primer.

Amb la finalitat de prevenir les **toxifeccions alimentàries** (intoxicacions provocades pels microbis que hi pot haver als aliments o per les toxines que generen) és recomanable evitar els plats que es puguin contaminar amb més facilitat com ara els que duen salses i preparats amb ou (maioneses, crema catalana i d'altres). Aquests preparats només es poden prendre fora de casa si són envasats o bé si s'han fet servir ous pasteuritzats a l'hora de cuinar-los. Altres consells a tenir en compte són: conservar els aliments en un lloc ben refrigerat i extremar la cura en el rentat de les fruites i les hortalisses que es consumeixin crues.

## Activitats realitzades a les platges i les piscines

Amb la finalitat d'evitar possibles accidents que puguin provocar l'ofec del nen, és fonamental el seguiment d'una sèrie de consells que s'exposen a continuació:

- Cal que el nen aprengui a nedar quan més aviat millor.
- Quan anem a banyar-nos a les platges, esculleres i llocs desconeguts, s'ha d'evitar que el nen es llanci a l'aigua de cap. De vegades, pot semblar-nos que hi ha menys profunditat de la que realment hi ha o hi pot haver roques o altres obstacles que no es veuen des de la vora.
- En determinats punts del mar, hi pot haver corrents imperceptibles des de la platja, susceptibles d'emportar-se els nens mar endins. Quan ens banyem amb ells, millor fer-ho en llocs ben coneguts i evitar els dies en què la mar no està prou calmada.
- Les sabatilles d'aigua són imprescindibles per a evitar les reliscades i prevenir el

contagi de fongs. És recomanable que el nen en porti posades fins i tot a les dutxes dels vestuaris.

- Quan el nen es trobi en una piscina, se l'ha de vigilar de prop, encara que aquesta sigui poc profunda. A la piscina juguen plegats nens de diverses edats, i els jocs dels més grans poden provocar que els més petits pateixin caigudes i cops.
- Els "manguitos", els suros i els flotadors proporcionen al nen una protecció molt relativa i no són prou garantia perquè els pares deixin de vigilar-lo mentre és dins de l'aigua. Cal recordar que, jugant, el nen pot manipular aquests artefactes i se'ls pot treure o bé se'ls pot posar de manera inadeguada.
- S'ha d'evitar que el nen corri per la vora de la piscina, perquè pot reliscar i caure a l'aigua.
- Quan el nen entra a l'aigua és molt important assegurar-se que no s'està buidant la piscina. El corrent que genera aquest procés el pot arrossegar i fer que s'enfonsi.

Finalment, també convé recordar que a les edats dels nostres fills –sobretot a la dels més petits– la curiositat i l'aventura són el centre de les seves vides. Això fa que, en molts moments, el seu comportament sigui imprevisible, per la qual cosa es multiplica el risc de patir accidents. Per aquest motiu, cal estar sempre vigilant per a evitar aquestes situacions de risc i actuar ràpidament quan ja s'han produït.

● **josé luis martínez alonso p4**  
metge especialista en medicina preventiva i salut pública

## parlar per parlar

### no cal rentar-nos les mans

Des de ben petits ens ensenyen hàbits alimentaris, d'ordre, higiene... Per exemple, rentar-se les mans, un hàbit quotidià (o assimilat) pels adults i en procés d'interiorització (d'assimilació) pels més petits que, no obstant això, no està reflectit en gairebé cap pel·lícula o programació infantil.

Efectivament, els personatges de la televisió es disposen, per exemple, a dinar, berenar, sopar o dormir directament, sense rentar-se mai les mans... Les pel·lícules infantils o els dibuixos animats adreçats als més petits haurien d'ensenyar i reforçar molts hàbits que les mares, pares i educadors mirem de transmetre cada dia. Ni en Teo, ni en Novita, ni en Pingu..., ni d'altres personatges que ens mostren moltes situacions reals, acostumen a passar pel bany abans de seure's a taula.

És clar que, a més del sabó i l'aigua, hi ha altres hàbits per ensenyar, però un de tan fonamental com aquest caldrà tractar-lo encara que fos colateralment o subliminalment... Per desgràcia, de moment no és així.

Per tant, haurem de continuar treballant família i escola en solitari aquest i altres hàbits bàsics, fins que guionistes i televisors deixin de rentar-se les mans sobre aquests temes. Deu ser que unes mans plenes de brutícia constitueixen una dosi complementària d'aliment per a qualsevol criatura.

Bon profit a tots!

● **mercè lafont p3 i p5**

## la recepta



### CUSCÚS (més fàcil i ràpid que bullir pasta)

Plat tradicional de l'Àfrica del Nord a base de sèmola de blat (encara que pot variar el cereal) i que s'acostuma a acompanyar amb tota mena de guisats sucosos.

#### El·laboració

• La manera més ràpida i senzilla de preparar-lo és posar la sèmola en un bol i afegir-hi aigua salada calenta fins a cobrir-ne tots els grans. Es tapa i s'espera una estona. JA ESTÀ!!

• Passats tres, cinc minuts, només ens caldrà desgranar-lo amb ajuda d'una cullera de fusta (jo faig servir una forquilla

d'acer inoxidable), tot rasant-ne la superfície amb delicadesa i deixant els grans solts.

• Amb la calor de l'estiu, és ideal per a fer una "amanida de pasta" diferent. Encara que sigui sèmola de blat com la pasta italiana, té un gust i una textura propis i inconfusibles.

• Podeu observar que els grans de cuscús tenen la propietat d'absorbir líquid i inflarse de forma instantània (sobretot en calent); quan més líquid hi afegim, més s'anirà inflant.

• Aquesta propietat d'esponja ens permet de jugar molt amb les textures i les formes, tot depenent dels altres ingredients que utilitzem per a configurar el plat: en una amanida, el cuscús absorirà tota l'aigua i els grans i els vegetals quedaràn solts i curiosament units... En canvi, com a "plat de pasta", li va molt bé d'acompanyar-lo amb guisats (verdures, llegums, etc.) amb força suc, que s'anirà barrejant al plat a mesura que anem menjant.

● **joan datzira p4 i 1r**

# campana

juny 2002 - número 25

**ampa**  
associació de mares i pares d'alumnes **escola casàs**



**escola casàs**  
st. joan de malta, 44  
08018 Barcelona  
T. 933 00 42 65  
<http://bcn.es/escolacasas>

campana és un butlletí informatiu de l'ampa, associació de mares i pares de l'escola casàs

**coordinació:** albert navarro  
**correcció:** antonia dueñas  
**disseny gràfic:** joan bramona

**col·laboradors:** · elena beardo  
· isabel cerón  
· àngels crugeira