

# O Casino

BOLETÍN INFORMATIVO DA ASOCIACIÓN CULTURAL SAN MARTIÑO DE COUSO

## Limiar

**N**o número anterior, que era o número 4, figuraba por erro o número 5, que lle corresponde a este que se presenta agora. En total, co número 0 de presentación, este fai xa o sexto número de *O Casino*.

Neste número de *O Casino*, publicamos a primeira parte dun artigo sobre os nosos muíños, e que terá continuidade no seguinte número coa recopilación dos datos proporcionados polos nosos veciños sobre os muíños, iniciando o apartado de **HISTORIAS DE COUSO**, que anunciabamos no número anterior. As dúas partes do artigo foron preparadas e recopiladas por Montse, Olga, Eladio e José Luis.

Tamén temos dúas **COLABORACIÓNS LITERARIAS** de Noelia e Mari.

O apartado de **RECETAS DE COUSO** o inaugura Puri.

Tamén presentamos un resume, elaborado por Montse, da charla de D. Alberto Ribeiro, na festa do pote.

A todos eles gracias polas súas colaboracións. Animamos a todos os socios a seguir propoñendo ideas e aportando colaboracións.

Nestes días tamén preparamos, e aínda seguimos a preparar, documentación para solicitar diversas axudas para a Asociación Cultural. En primeiro lugar, apoiamos, xunto coas directivas da Comunidade de Montes e da Comunidade de Usuarios de Auga

de Couso, unha solicitude de axudas á Xunta de Galicia para a construción dunha casa para a Comunidade de Montes, tal e como se aprobara xa nunha asemblea anterior da mesma.

En segundo lugar, solicitamos unha axuda á Deputación de Pontevedra para o pintado das paredes interiores da Casa Cultural.

En terceiro lugar, estamos a preparar a documentación para as solicitudes de axudas para actividades culturais, tanto da Xunta de Galicia como da Deputación de Pontevedra.





¡Que non sexa por non intentalo! Algo acabará caíndo... supoñemos. Xa vos iremos contando como van estes papeleos.

Finalmente, lembramovos que, tal e como quedamos na asemblea anual, este ano haberá un segundo cobro de cotas, correspondente ao ano 2005. A principios do 2006 cobrarase, xa por adiantado, que é como debe ser, a cota dese ano.

## Neste exemplar:

- |          |                                                                       |
|----------|-----------------------------------------------------------------------|
| <b>1</b> | Limiar                                                                |
| <b>2</b> | Programación trimestral                                               |
| <b>4</b> | Os muíños (1ª parte) (preparado por Montse, Olga, Eladio e José Luis) |
| <b>7</b> | Colaboracións literarias (Noelia e Mari)                              |
|          | Recetas de Couso (Puri) • Charla de D. Antonio Ribeiro (Montse)       |
|          | Actividades realizadas                                                |

# PROGRAMACIÓN CULTURAL

<p>23-24 de abril</p>	<p><b>Exposición de traballos de arte floral e punto de cruz</b></p>  <p>Exposición dos traballos realizados nos cursos de arte floral e punto de cruz</p>
<p><b>Sendeirismo</b></p>  <p>Percorrido por cada un dos tres ramais da Rota dos Penedos de San Cibrán (6-13 km; 2-4'30 horas)</p>	<p><b>Domingo, 24 de abril</b>  <b>Domingo, 1 de maio</b>  <b>Domingo, 8 de maio</b>  <b>Ás 9'30 horas</b></p>
<p>Venres, 13 de maio, ás 21'30 horas</p>	<p><b>Charla sobre a restauración dos muíños de Cans</b></p>  <p>Os encargados da restauración dos muíños de Cans e doutras parroquias do Porriño darán unha charla sobre a súa experiencia</p>
<p><b>Día das Letras Galegas</b></p>  <p>Exposición sobre a vida e a obra de Lorenzo Varela.          Concurso de poesía e narrativa (ata o 5 de maio para presentar traballos)</p>	<p><b>Marte, 17 de maio</b></p>

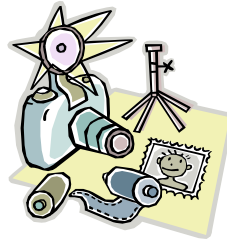
## 2º TRIMESTRE 2005

**Sendeirismo**

Percorrido polos muíños do Folón, no Rosal. Desprazamento ata alí en coche. Visita a un dos muíños rehabilitado e en funcionamento. (6 km; 2'30 horas máis o desprazamento en coche)

Domingo, 22 de maio,  
9'00 horas

Domingo, 5 de xuño,  
ás 9'30 horas

**II Maratón Fotográfico San Martiño de Couso**

Concurso fotográfico consistente en facer un número de fotos nun tempo determinado sobre temáticas decididas polos organizadores, ás veces coñecidas de antemán polos participantes e ás veces comunicadas no momento

**Sendeirismo**

Percorrido ata o cumio do Galleiro. Trasladarémonos ata o Confurco en coche, e desde alí comenzaremos a rota. Ida e volta: 24 km; 7 horas. Contando con empezar a marcha ás 10'00 horas e cunha hora para a comida, a volta está prevista para as 18'30 horas.

Domingo, 12 de xuño,  
ás 9'30 horas

Domingo, 19 de xuño,  
ás 10'30 horas

**Festa da Bicicleta**

Percorrido en bicicleta polos arredores de Couso para tódalas edades. Se te lembras de onde a tés, saca a túa bicicleta e Participa.

## OS MUIÑOS (1ª parte)

Neste número presentamos a primeira parte dun artigo sobre os muiños na que tratamos de expór a estrutura e funcionamento dos mesmos. Lóxicamente o seu funcionamento é coñecido sobradamente pola maioría dos veciños de Couso, pero pretendemos tamén que sirva para axudar a recopilar os nomes das pezas e partes do muiño, tal e como as recordan os nosos maiores. Nesta mesma liña, nunha segunda parte do artigo intentaremos ofrecer unha visión da actividade dos nosos veciños en relación cos muiños de Couso, basándonos nas súas colaboracións.

### Breve Historia:

Os primeiros muiños encontrados en Galicia datan do Neolítico e son muiños de man, chans onde se moían os grans fregando unha pedra contra outra. En época romana utilizáronse os muiños circulares de man que na alta Idade Media aumentaron en tamaño e pasaron a ser movidos por auga.

### A construción

O muiño é unha máquina que utiliza a forza da auga do río para moer o gran. Para iso move dúas grandes pedras e no medio o gran; estas grandes pedras son capaces de converterlo gran en fariña, sexa de centeo, trigo ou millo.

A maioría dos muiños de río galegos responden a un esquema común: pequena edificación de planta rectangular ou cadrada, na beira dun río ou elevada sobre el ata 500 metros pero que colle a auga necesaria para o seu funcionamento dese mesmo río por medio dunha levada, con tellado a unha ou dúas augas, muros de cachotería ou perpiaño en contados casos, con dous andares: un superior ao ras do chan, onde se realiza a transformación do gran en fariña e outro inferior á altura do río ou levada que é onde se instala o aparello motriz.

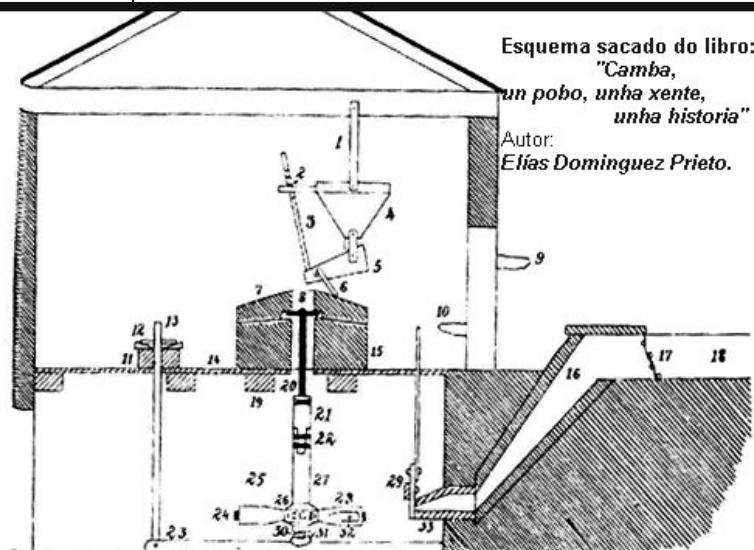
No lintel e nas xambas está inscrita a única decoración que se permite esta fábrica: unhas cruces sobre triángulo e as iniciais dalgún dos petrucios devanceiros.

Os muiños de río presentan dous tipos fundamentais: os de **rodicio** coa roda motriz horizontal, que son os máis antigos e abundantes e os de **bruia** coa roda motriz vertical, que son máis recentes e se coñecen co nome de aceas. O muiño destinado ao trigo denomínase muiño albeiro.

Hai dous sistemas de aproveitamento que afectan a súa arquitectura: muiño de canle ou de cubo.

Os de **canle**, a auga accede á bodega por un canal de pedra máis estreito e profundo canto máis se achega ás penas do rodicio precipitándose con forza. Este sistema acostuma a instalarse en ríos de caudal aceptable ou nos tramos medios e baixos dos regatos.

1. Sostén da muxega.
2. Regulador da cornizuela.
3. Sostén da cornizuela
4. Muxega. 5. Cornizuela
6. Tarabelo. 7. Moa. 8. Segurella
- 9 e 10. Pescas para apoiar os sacos. 11. Trabe do aliviadoiro.
12. Aliviadoiro. 13. Pau do aliviadoiro
14. Farneiro. 15. Pé ou Penedo.
16. Tanque ou cal. 17. Reixado.
18. Rego. 19. Trabes 20. Beo.
21. Eixe. 22. Argolas. 23. Pau do aliviadoiro ou freno. 24. Aro do rodicio. 25. Rodicio. 26. Cabazo.
27. Eixe. 28. Penla. 29. Pexadoiro. 30. Aguillón.
31. Porca ou couzoeira. 32. Culler das penlas. 33. Canela.

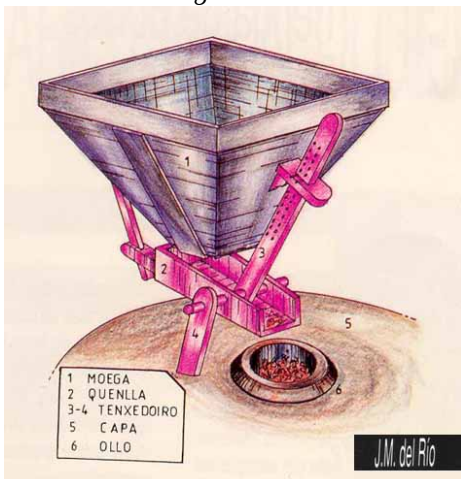


Os de **cubo** precisan dun almacenamento previo da auga e dunha saída abocada dun chorro que faga que supla a carencia do caudal regular. A auga almacénase no cubo ou funil de pedra arrimado ao muro posterior do muíño. A saída da auga do cubo estaba regulada pola **sateira**, conxunto de táboas de madeira que atoaban ou ceibaban a auga e podían manipularse desde o interior.

Un muíño de rodicio horizontal consiste no seguinte: a forza da auga que entra polo rego move o rodicio, ao chocar coas penlas, que son as que reciben o impulso da auga, que roza co penedo e a pedra.

### As pezas e partes do muíño

En relación cos aparellos para o gran, todos eles de madeira, está a **trabe** ou viga principal que sustenta o tellado do muíño; os **paos de muela**, ou muxega, dous listóns paralelos sostidos por un terceiro pendurado do teito nun dos extremos e co outro situado nunha das paredes do tronzo, sosteñen a modo de corredor regulable a **muega** ou caixón de madeira, con forma de tronco piramidal ou de funil onde se bota o millo, trigo ou centeo que se quere moer. A **quenlla**, canalíño de pao con forma de medio tubo, conduce o millo dende a muela ao ollo do muíño. Pendurado da moega está o **cacarexo** ou palitroque que finca na moa abaneando a quenlla e provocando a caída do gran.



Pasando ao sistema de trituración do gran temos o **pé**, cilindro de pedra posto no centro do **tremiñado** que serve de base fixa para moer o cereal; sobre el está a **moa**, roda de pedra de forma cóncavo-convexa que fricciona por rotación ao gran.

Segundo o tipo de cereal ao que estivese destinado primordialmente o muíño, a pedra da moa varía: as pedras negras ou do país son as máis estendidas entre nós, empregadas na moenda do millo; pero tamén están as albeiras ou brancas, destinadas ao trigo e centeo, pedras máis brandas. A súa existencia dá nome aos muíños albeiros.

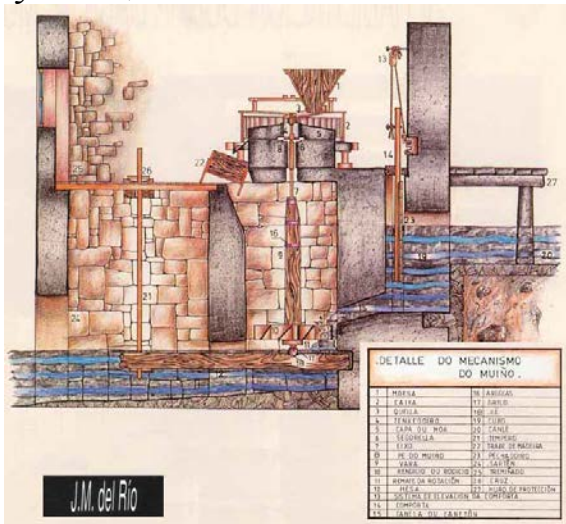
O **ollo** da moa, situado na parte central, pode ser **resaltado** se resaltado se presenta o borde remarcado na pedra a modo de beizo, que axuda a impedir que o gran salte fóra como consecuencia das vibracións efectuadas polo cacarexo. Pola parte interior presenta un escave, dependendo onde se agarra a **sigurella** que vén da adega. Entre a moa e máis o pé axustábase unha peza de madeira chamada **buxa**, feita de madeira deste pao, de forma circular esburacada no seu centro para deixar pasar a **sigurella**, ten unha dobre función: centrar o eixo da bodega e impedir que por este orificio caia o gran ao río. A madeira de buxo permitía resistir a temperatura que alcanzaba provocada pola fricción, sen arder nin consumirse. Coa escaseza desta madeira, botouse man da figueira por ser bastante resistente á calor aínda que non cambiou de nome.

Os dous niveis que definen o muíño son: o **tremiñado**, espacio limitado do piso do muíño onde cae a fariña, hai quen por extensión lle chama a todo o piso; pero a súa acepción estricte está delimitado polo tabique separador de pedra que ten por misión impedir que a fariña saia espaxada. Delimita a zona de moer propiamente dita dos espazos de estancia e convivencia do muíño e mesmo serve de improvisado catre arrimándolle un armazón de paos para tal efecto. Logo está a **bodega**, que vén sendo a cavidade baixo o piso, totalmente aberta que acolle o sistema de propulsión hidráulico e nela atópase o **reducio**: roda inicialmente de pao dentada de pequenas palas que abrazan como culleres a auga precedente da canle ou sateira, dependendo dos casos coñecidas como penas do **reducio**, e que posibilitan o movemento horizontal da roda ao bater nelas o chorro propulsor da auga.

O **reducio** e todo o conxunto que forma o eixo van centrados e basculantes enriba dunha peza de madeira chamada **arrieiro** e el asentado no chan da

bodega. Isto conséguese gracias á existencia de dúas pezas a penas visibles dende o exterior chamadas **grilos**, especie de aguillóns de ferro incrustado no arrieiro e no remate da vara do reducio, que é o que permite suspender centradamente todo o sistema mecánico. Antigamente eran simples croios do propio río adaptados. O grilo incrustado no arrieiro recibe tamén o nome de **obradoiro**.

O eixo ou sistema de transmisión da forza consta das seguintes partes: a **vara do reducio**, ou pao tronco cónico que incrusta no reducio con caras hexagonais e únese ao arrieiro polos grilos, comunicando este co **lovete**, pao circular que forma a parte central do eixo e que dá o testigo á **sigurella**, peza de ferro que atravesando o pé do muíño por un orificio chamado **sésigas**, máis a buxa, incrusta nos escabes da moa suspendéndoa para que poida xirar. O amarrado das tres pezas, lovete coa vara do reducio máis a sigurella efectúase mediante **argolas ou sunchos**, aros de ferro a medida que apertan centrada e encaixadamente as xuntas. Estes sunchos facíanse no ferreiro soldadas “a caldeá”, procedemento este de poñelos a altas temperaturas para a súa unión co posterior enfriamento, sen necesidade de remaches.



Todo o sistema mecánico descrito compléméntase co seu control dende o remuiñado mediante a **cruceta**, pao que sobe directamente dende o lateral do arrieiro co que conxiona o tremiñado. É aquí onde se controla a baixada e a subida do reducio que á súa vez sobe ou baixa a moa, mediante cuñas que aportan a altura precisa.

A **cruceta** recibe este nome pola figura de cruz que representa no tremiñado co cruce transversal do pao

no que apoian as cuñas. Dado o peso do que se trata, para levantar ou baixar a cruceta mediante cuñas apaláncase con outro pao ao efecto chamado **calcadoiro**. O mesmo pao servía ás veces para calcar no millo da muela e desatragantar a saída.

Eran aparellos secundarios da estrutura: o **pousadoiro**, pedra situada á porta do muíño para axudar a levar á cabeza ou ao lombo os sacos de millo ou fariña; o **banco do burro**, cabaleta de pao de catro patas para soste a moa cando se baixa para picala; a **pa**, que provista dun rabo longo era utilizada para botar a auga dentro ou fóra da canle dende o interior do muíño. Hai casos de pas sen mango que obrigan a saír fóra e interpoñer unha táboa na canle.

Como o gran de trigo ou centeo ou millo baixa pola muxega remata triturado entre as pedras. A zona do muíño onde vai o rodicio chamase **inferno**, realmente é por onde sae a auga a gran presión e choca coas penlas do rodicio, facendo xirar deste xeito a moa, que realmente é a que tritura. A peza de atrás é para deixar pasar máis ou menos auga, ou tapar simplemente. O **freo** levanta máis ou menos a pedra do penedo podendo moer máis fino ou baixándoo de todo impedirlle que xire. O **tarabelo** salta sobre a pedra e fai vibra-la **cornizuela** para que vaia deixando cae-lo gran. Os muíños teñen mecanismos para detectar cando se termina o gran, incluso tamén para levanta-la pedra para arranxala, cando se pon lisa.

O río recóllese nunha presa, logo desvíase por un rego ata un tanque por onde a auga penetra con forza no muíño para move-lo rodicio e normalmente ten un **quebradoiro** para desviar outra vez a auga ao río.

Os muíños poden ser **comunitarios**, neste caso cada veciño dispón dunhas horas prefixadas para usalo e reciben o nome de muíños de herdeiros. Tamén poden ser de **propiedade particular** e entón reciben o nome de maquías por chamarse así a cantidade de gran que cobran por moer (a maquia era sobre unha libra -600 gr. por cada once quilos- e onde se alugaban a cambio de fariña).

Cando viñan os picadores traían un cotás (martillo-pico), un pico de dúas puntas e un ferro por un lado cabeza e por outro cuña – para levantar a moa.

En canto aos tipo de fariña, unha vez cargada a muela e botado a andar, o gordo da fariña regulábase na cruceta e na caída da quenlla: levantando a moa a fariña saía máis viva e baixándoa máis muda. Tiñamos varios tipos de calidades: o **óleo**, fariña que cae arrende o pé, moi fina e que servía de papas para os nenos; logo a fariña propiamente dita; o **farelo**, máis lonxe do pé, fariña brava con carapas do gran de millo; o picón, grans machucados e non mudos.



SECCIÓN DO ALZADO DUN MUIÑO J.M. del Río

Cómpre ter coidado cando se deixa o muiño a moer só, non vaia ser que moa en van, sen millo, xa que roza directamente no pé e desgástase moito máis. Debemos facer o labor con xeito: cargar a muela de millo, botar a auga dentro, baixar o cacarexo, regular a quenlla para que vaia botando a cantidade axeitada –se vai moito a fariña é viva ou mesmo embola- e graduar a cruceta, se a moa está moi levantada os grans saen desfeitos, se está baixiña sae a fariña máis muda e fina. Finalmente cando se remata, desmoer o muiño coa vasoira para que quede totalmente limpo, botar coa pa a auga fóra e introducir a fariña no saco.

Os muiños foron pezas moi importantes na economía e no desenvolvemento da vida nas aldeas, así como do seu folclore, e das súas lendas. Hoxe, cubertos moitos por hedras e silvas, fálannos dun pasado que se vai e da utilización de novos medios técnicos para moe-lo millo, o trigo ou o centeo.

No muiño xurdiron cancións, refráns, contos e ata unha danza: “a muiñeira”. Unha muiñada era unha antiga xuntanza festiva de mozos e mozas en torno aos muiños, mentres se esperaba pola vez para moer.

Traballo elaborado e recopilado por Montse, Olga, Eladio e José Luis, en base á seguinte bibliografía:

- Pagán Vázquez, Gonzalo. *Muiños de Xabriña*. Deputación de Pontevedra, 2003.
- Sampedro Fernández, Andrés. *Tódolos muiños da terra galega*. Asociación Galega para a Cultura e a Ecoloxía, 1990.
- Páxinas web: *Os muiños dos ríos galegos* (<http://centros.edu.xunta.es/iesaslagoas/slorenfi/venosg12.htm>) e *Os muiños de auga en Moaña* (<http://moana.patentes.com/gl/folclore/muinos.htm>).

## Colaboracións literarias

¡Qué bonito é terte preto!  
Sempre estás ao meu carón  
Sempre axudas no que podes  
E falo de corazón.  
Os fillos somos rebeldes  
Facémosvos sufrir  
E ás veces por orgullo  
Non vos queremos decir  
O moito que vos queremos,  
A falla que nos facedes  
Que moitas veces precisamos  
Que vos nos aconsellede  
Teño que darche-las gracias  
Porque sempre estás ahí  
Cada vez que te preciso  
A túa desposta é sí  
Non ha imada máis hermoso  
Que unha aperta túa  
Moitas veces miro ao ceo  
E falando coa lúa  
Pídolle que te ilumine  
Para segui-lo camiño  
Pola noite e polo día  
Como ti sabes: con valentía  
Sen pedirme nada a cambio  
Trouxechemes a este mundo  
Criáchesme e educáchesme  
Cun gran amor profundo  
És unha entre un millón  
É-la estrela máis fermosa  
És todo o meu corazón  
É-la xoia máis valiosa  
GRACIAS MAMÁ POR TODO  
CANTO FAS POR MIN E  
GRACIAS A TI TAMÉN AVOA  
PORQUE NUNCA ME DECHE-LA ESPALDA  
QUEROVOS

Adicado a tóda-las nais e en especial a Modesta e Anuncia  
Noelia B. Groba

## Recetas de Couso

### *Spaghetti en salsa*

#### Ingredientes para 6 persoas:

½ kg de spaghetti  
2 cenorias  
2 porros  
1 cebola grande  
Salsa de tomate caseira  
Aceite de oliva  
Sal  
½ kg de carne picada

Preparación: picar a cebola, os porros e as cenorias, rehogar no aceite, poñer sal, engadir a carne e deixar que se faga a fogo lento removendo de cando en vez.

Engadir a salsa de tomate e dar unhas voltas.

Cocer aparte en auga fervendo con sal os spaghetti, escurrir e misturar coa salsa ben quente, dar unhas voltas e deixar reposar de 3 a 5 minutos.

*Puri*

## Anotacións da charla do día 19 de marzo por Alberto Ribeiro

Os tres tipos de sandías que se cultivan pola zona son a Klodine (a máis grande), a Charleston (a que máis produce) e a Baby (a máis cativa).

Para plantar de maneira adecuada as sandías, temos que sementar primeiro en tarriño pequenos só con terra, sen abono, e regar ténndoas dentro dun invernadeiro.

Mentras salen faremos fora unha .... con capa de terra, capa de abono, capa de terra e capa de abono, e regamos ben.

Despois trasplantamos as plantiñas na .... e xa non volvemos a regar máis.

O mellor sitio para plantar as sandías é aquel onde dea o sol pola mañá e sombra pola tarde.

Abono para frutais e plantas: BAYFOILÁN.

Para loitar contra o becho da cebola, de mazá, pulgón das árbores, rosais, para o escarabajo das patacas: CONDIFOR.

Para a folla rizada dos frutais (pexegueiros,...): PORMOSOL.

Abono composto de potasio, fósforo, nitróxeno para plantas e hortalizas: TRIPLE-15.

Para tratar os podridos: SUMILIX.

O tipo de cenoria que sae mellor "A Nantesa".

O mellor guisante para plantar "senador de ....".  
Plantalo en 3 regos, 16 ....., 1 paquete.

O pemento de Rems é o mesmo pemento que o de Guláns.

*Montse*

## Actividades realizadas

**D**omingo, 23 de xaneiro: Sendeirismo. Visitamos os muíños de Couso e os muíños restaurados de Cans. Participaron 11 persoas.

**D**omingo, 6 de febreiro: Elaboración de produtos gastronómicos propios do Entroido e concurso de disfraces. Jaime gañou o concurso cun disfraz de bruxo. Este ano parece que houbo máis participación.

**D**omingo, 13 de febreiro: Entroido de Guláns. Elaborouse unha carroza para participar no Entroido de Guláns cun honroso segundo premio.

**D**omingo, 20 de febreiro: Sendeirismo. Fixemos o Sendeiro Histórico de Mos, partindo da igrexa de Santa Olaia de Mos, e percorrendo os camiños ata cruzar o Sendeiro das Greas e, desde alí, chegar á Caseta. Desde alí contemplamos as espectaculares vistas, tanto do val da Louriña como do de Pontearas. O retorno o fixemos pola outra aba do monte atravesando un área recreativa. En total 14 km. Participaron 10 persoas.

**C**ontinuaron os cursos de punto de cruz (luns) e arte floral (venres).

**D**omingo, 13 de marzo: Sendeirismo. Percorrido polos arredores de Couso: Veiga de Chans, por detrás da canteira de Prebetong ata os límites co monte de Xinzo, e retorno enfronte do depósito de auga da estrada a O Confurco. 7 km e 9 participantes (8 persoas e máis "Rocky").

**S**ábado, 19 de marzo: Festa do Pote. Bebida e comida en abundancia, excelentemente preparada por Xelo, o que



Ile temos que agradecer o seu traballo, así como a tódalas persoas que, voluntariamente, participaron na preparación deste encontro dos veciños. Boa conversa e troula. Pola tarde charla sobre horta e frutais e pola noite queimada, a protagonista da festa.

### PARTICIPADE:

**Para facerse socios só hai que poñerse en contacto con algún membro da Directiva da Asoc. Cultural.**

**Podedes achegar tódalas vosas colaboracións e deixalas no buzón da Casa Cultural ou darllas a calquera membro de Directiva**