

SMILE magazine



PERIODICO DELL'ASSOCIAZIONE SMILE AFRICA ONLUS - anno 7 - nr. 2 - Aprile 2015

**Aiutaci anche tu donando IL 5x1000 e scrivendo nella Tua Dichiarazione
dei redditi il nostro C.F. 01330220292**

Un progetto
per un
sorriso!

don't forget
to smile





GRAZIE X 5

**5 X MILLE,
GRAZIE PER AIUTARCI A
REALIZZARE UN SORRISO**

C.F. 01330220292



EDITORIALE

di Andrea Tomasi

L'INESORABILE PASSARE DEL TEMPO

La vita scorre veloce, tra i problemi legati alla famiglia, alla salute, alle proprie finanze da amministrare con occulatezza, al lavoro, etc.; quando ci si può permettere di fermarsi in attimo, ci si domanda: "Cos'ho fatto fino ad ora? Quanto tempo è passato?"

A volte le risposte che ci si dà lasciano l'amaro in bocca perché non si è riusciti a guardare oltre al proprio "orticello" avendo l'impressione di non lasciare traccia del proprio passaggio in questa vita, in questo mondo, se non nel ricordo delle persone care più strette.

Per quanto sia vero ciò che diceva Madre Teresa di Calcutta, ovvero che "non possiamo sempre fare grandi cose nella vita, ma possiamo fare piccole cose con grande amore", è altrettanto vero che la nostra presenza nel mondo potrà essere testimoniata dal segno del nostro passaggio in opere che avremo realizzato per gli altri in quanto in queste risiede l'immortalità.

L'ideale narrato dalla mitologia medievale della fonte dell'eterna giovinezza non risiede in una pozione o in un incantesimo bensì nell'operato e nella testimonianza che quotidianamente un individuo, con le proprie gesta altruistiche, lascia ai posteri.

A volte però non è semplice e diretto arrivare o maturare la coscienza e il desiderio di lasciare il segno del proprio passaggio mediante una testimonianza di azioni per il bene altrui. Occorrono sensibilità ed esperienze che aprano gli occhi, facendo comprendere l'importanza che ogni individuo ha nel suo ruolo di appartenenza ad un disegno sociale superiore.

Tutti, per quanto non ne siano consci, hanno delle responsabilità e dei compiti all'interno del tessuto sociale del quale fanno parte; questa diventa l'occasione per lasciare il vero segno tangibile alle generazioni future del nostro passaggio e del nostro impegno.

Qui risiede la nostra possibilità di essere eterni, di non svanire nel nulla quando l'esperienza terrena arriverà al capolinea. Inoltre donare e vivere intensamente con e per il nostro prossimo, ci fa sentire per sempre giovani e utili. Il sorriso e la riconoscenza di chi riceve ripaga e non fa sentire stanchezza per tutto ciò che abbiamo fatto.



VITA ASSOCIATIVA

3. Chi è Smile Africa e come opera

4. Presi per mano e accompagnati

5., 6. Volontariato per dare vita al cambiamento

ATTIVITA' ED EVENTI

7. Le prossime attività dell'Associazione

VITA AFRICANA

8. Incontrare l'Africa a casa nostra: ricetta "Baccalà alla menta"

9. Incontrare l'Africa a casa nostra: fiaba "Il colibrì coraggioso"

AGENDA E CONTATTI

10. Mettersi in contatto o sostenere Smile Africa Onlus

**SOSTIENI IL SOSTEGNO,
SOSTIENI IL VOLONTARIATO
DEVOLVI IL TUO 5X1000 A SMILE AFRICA ONLUS
CODICE FISCALE 01330220292**

CHI E' SMILE AFRICA E COME OPERA

Brevi cenni sulla storia e l'operato passato, presente e futuro dell'Associazione e dei Suoi Volontari

CHI E' SMILE AFRICA?

Smile Africa è un'associazione On-lus che opera in Italia e nei paesi in via di sviluppo.

L'Associazione nasce nel 2007 dal desiderio di un gruppo di amici di aiutare e sostenere le persone più deboli, indifese e in stato di necessità.

Il nome Smile Africa è dedicato al sorriso di due fratelli, Giada e Denny, che hanno insegnato il rispetto e l'amore per la vita a tutti coloro che hanno incontrato.

COME OPERA

In Italia l'Associazione è impegnata su svariati fronti: educativi, formativi, di assistenza alla persona e di sensibilizzazione ai temi del volontariato.

Nei paesi in via di sviluppo Smile opera per il miglioramento delle condizioni di vita delle popolazioni con progetti di formazione scolastica, igienico-sanitari e creazione d'impresa.

Al fine di realizzare le proprie iniziative vengono promosse raccolte fondi mediante la partecipazione a feste, fiere, manifestazioni sportive, l'organizzazione di mostre, spettacoli teatrali, musicali e di cabaret, l'animazione di serate di beneficenza, le attività in centri commerciali e per aziende.



PROGETTO "FENICE" - ADOZIONI A DISTANZA

Come la fenice che rinasce dalle sue ceneri, anche l'Africa ha il potere di rinascere. Speranza di questa rinascita sono i bambini che, grazie all'istruzione e a condizioni di vita migliori, possono fare molto per lo sviluppo della loro terra.

Condividendo questo progetto, puoi aiutarci a fornire il sostegno economico necessario a questi giovani in grave stato di povertà, permettendo loro di frequentare strutture scolastiche dove, oltre a ricevere l'educazione e la formazione scolastica, possono contare su una cura dell'igiene e una particolare attenzione alle loro condizioni sanitarie, nonché la certezza di un pasto al giorno.

In Africa i ragazzi hanno un grande desiderio di studiare, forse perché percepiscono che è l'unica strada per uscire da uno stato di miseria che non lascia altrimenti sbocchi.

Perché tutto ciò si realizzi è possibile sottoscrivere l'adozione di un bambino o sostenere un'adozione cumulativa di una Scuola dell'Infanzia e Primaria Inferiore con una quota annua di € 210,00 comodamente versabile tramite bollettino sul conto corrente postale n. 0000 8476 3325, o con bonifico IBAN: IT52 W 07 6011 2200 0000 8476 3325

La quota permette di provvedere a: divisa scolastica, materiale didattico, cibo, visita al dispensario, pastiglie contro la malaria, cura dell'igiene.

*"...La mano di chi riceve
sta sempre sotto
alla mano di chi dà..."*

PRESI PER MANO E ACCOMPAGNATI

Riflessioni di una delle educatrici del Progetto "Insieme Cre.Attivamente"



Foto: Francesca Mauro

Abbiamo quindi aiutato i ragazzi coinvolti nel progetto a raggiungere uno sviluppo armonico del proprio io e l'accettazione di sé stessi, promuovendo contemporaneamente il rapporto con i pari e gli adulti di riferimento.

Da un punto di vista individuale, questa esperienza mi ha permesso di approfondire la conoscenza di un'età delicata quale l'adolescenza, in cui l'individuo è bersagliato da una grande quantità di richieste e di stimoli da parte del mondo esterno, che lo portano a doversi confrontare con nuove problematiche.

Una di queste è proprio trovare un metodo di studio personale per poter svolgere in maniera efficace gli esercizi scolastici e seguire le lezioni in aula.

Il progetto Cre.Attivamente non ha arricchito solo i ragazzi ma ha permesso anche a noi educatori di crescere, sia sul piano emotivo che su quello professionale.

Francesca Mauro

Insieme Cre.Attivamente è un progetto completo dedicato a ragazzi con diversi gradi di disabilità, che appartengono ad un'età difficile e delicata come l'adolescenza.

Le attività previste riguardano una parte di doposcuola e una dedicata a un laboratorio teatrale.

Ogni ragazzo che è entrato a fare parte di questo gruppo è stato preso per mano, con il suo vissuto e le sue difficoltà scolastiche.

Da un lato gli è stato insegnato un metodo di studio personalizzato che ci auguriamo possa essergli utile per tutta la vita.

Dall'altro, grazie al laboratorio teatrale e a diverse uscite extra scolastiche, abbiamo cercato di educare ogni ragazzo nel senso più completo del termine, quindi non solo dal punto di vista scolastico ma anche esperienziale.



Foto: un momento di Insieme Cre.Attivamente

VOLONTARIATO PER DARE VITA AL CAMBIAMENTO

Riflessioni sull'attività di volontariato svolta quotidianamente dalle persone impegnate nel Terzo Settore

Si sa che fare del bene fa bene, oltre che l'esperienza, sono anche gli studi scientifici a confermarlo. Recenti ricerche, come quella pubblicata sulla rivista BMC Public Health nel 2013, hanno dimostrato, infatti, che praticare volontariato giova alla salute: diminuisce stress e colesterolo, aumenta autostima e benessere psichico, e addirittura rende longevi. Fare volontariato ha molti vantaggi, e nessun effetto collaterale. Ognuno è invitato a provare quest'esperienza, mettendo a disposizione il tempo e le competenze che desidera, nulla di più.

Innanzitutto, ci si inserisce in un'ambiente dove potersi confrontare liberamente. Collaborare con un'associazione significa entrare a far parte di un gruppo di amici, di una famiglia. Fare volontariato aiuta a entrare in contatto con gli altri, a comunicare e a comprendere il prossimo. Si impara così a socializzare, ad avere il coraggio di prendere parola, a esporsi liberamente senza il timore di essere giudicati. Si impara inoltre a confrontarsi con persone diverse, con idee, età, status sociale differenti. Si ha quindi la possibilità di mettersi in discussione, di aprire la mente a nuove idee e opinioni, di allargare la propria visione del mondo.

In secondo luogo, aiutare gli altri fa crescere. Offrire il proprio contributo per migliorare determinate situazioni fa maturare, in tutti i sensi: a livello personale, professionale e sociale. Si ha l'opportunità di ampliare la propria prospettiva e visione tanto di se stessi quanto delle persone circostanti, e del mondo in generale. È un modo per imparare quali sono le proprie potenzialità, per aumentare la propria autostima e per dare il proprio contributo per qualcosa di importante.

Altro aspetto non meno importante dei precedenti, il volontariato offre uno spazio dove coltivare le proprie passioni. I campi in cui opera sono davvero tanti e all'interno di una stessa associazione ci sono moltissime mansioni che si possono ricoprire: in Smile Africa c'è chi è educatore, chi si occupa del reparto comunicazione, chi di fotografia, chi di contabilità, eccetera. Per molti volontari l'Associazione è diventata un luogo dove poter coltivare le proprie passioni, per crescere, sbagliare, migliorare e per molti giovani diventa anche un modo per prepararsi a entrare nel mondo del lavoro.

Proseguendo, si tratta di un'esperienza che aiuta a riflettere sulla propria vita. Aiutando gli altri si ha modo di interrogarsi su ciò che si ha, sulle

C.F. 01330220292



Nella Dichiarazione dei redditi scrivi il Codice Fiscale di Smile Africa Onlus che trovi qui di lato per destinare il Tuo 5x1000 al sostegno dei Progetti che l'Associazione sta portando avanti.

Permetterai a popolazioni africane di ricevere istruzione e sanità, e alle fasce più deboli della nostra società di ricevere un aiuto nella quotidianità.

Smile Africa, i suoi volontari e i beneficiari dei suoi interventi Ti ringraziano sentitamente.

Associazione Smile Africa Onlus
Via L. Einaudi n. 69 - 45100 Rovigo
tel. e fax 0425 475375 - cell. 328 8766551 - web: www.smileafrica.it - email: info@smileafrica.it



Foto: dalla rete, immagine sul Volontariato

proprie fortune, sulle persone che si hanno attorno. Ci aiuta ad apprezzare ciò che ci circonda e a dare il giusto valore e peso alle cose e alle situazioni della vita.

Il volontariato è un antidoto alla superficialità. Fare volontariato aiuta a ridimensionare la nostra percezione di ciò che è realmente importante e ciò che non lo è. Molte volte ci lasciamo abbattere o scoraggiare da piccoli ostacoli, che in un momento particolare della nostra vita possono apparire insormontabili. Quest'esperienza aiuta a calibrare l'ago della bilancia. Non solo, si ha anche l'occasione di impiegare in modo più proficuo il tempo che spesso viene dedicato a mansioni di dubbia utilità.

È un'occasione unica per provvedere all'umanità presente e futura: essere al mondo significa anche essere responsabili del mondo. Volontariato vuol dire offrire un contributo personale all'umanità intera, e non solo alla persona che

direttamente si aiuta. Ogni gesto proteso all'altro in maniera gratuita e amorevole funge da esempio per chi ci circonda. Infine, il volontariato consente di aprirsi a nuovi sbocchi professionali. Molti datori di lavoro, negli ultimi anni, sono sempre più interessati ad assumere persone che abbiano fatto esperienza di volontariato. Quest'impegno denota responsabilità, oltre a contribuire allo sviluppo e potenziamento di varie capacità. Aiuta infatti a lavorare sulla leadership personale, sulle capacità di lavorare in team, allena la creatività, le capacità di trovare nuove soluzioni e strategie. Inoltre, in un'associazione, si ha l'opportunità di allargare il proprio giro di conoscenze.

Non c'è un vero motivo per non fare volontariato. A volte, non conoscendo, ci si limita e ci si preclude la possibilità di vivere un'esperienza gratificante ed educativa al tempo stesso.

Redazione

LE PROSSIME ATTIVITÀ DELL'ASSOCIAZIONE

Si avvicina la domenica dedicata a tutte le mamme. Smile Africa e i suoi membri, sempre attenti e sensibili a riconoscere il valore e la loro importanza come fulcro delle famiglie, anche quest'anno sarà in piazza Vittorio Emanuele II a Rovigo col proprio stand, presso il quale i volontari dell'associazione offriranno a chiunque volesse lasciare una piccola offerta un omaggio floreale per le mamme e forniranno informazioni su tutte le attività che l'Associazione realizza e promuove.

Continua il corso di formazione dal titolo "La comunicazione: nuovi strumenti e strategie per l'innovazione nel volontariato" aperto a tutti che tratta i vari aspetti della vita e delle problematiche che i volontari si trovano ad affrontare nello svolgimento delle loro attività solidali.

Proseguono le attività di raccolta, riaccomodamento e distribuzione di vestiario e giocattoli per bambini di famiglie che versano in condizione di dissesto economico, che va sotto il nome di Progetto Arcobaleno.

Il progetto Insieme Cre.Attivamente (doposcuola e laboratorio scenografico-teatrale per giovani con lievi disabilità cognitive o disturbi dell'attenzione) volge, insieme all'anno scolastico, alla fine del suo cammino. In occasione del termine

delle attività, i giovani inseriti nel progetto metteranno in scena presso il teatro "Al Duomo" in Rovigo una rivisitazione dell'opera "Il giro del mondo in 80 giorni" di Jules Verne.

Prosegue continuativamente il Progetto Fenice per il sostegno a distanza che, in Tanzania, permette a molti bambini di frequentare le scuole, poter avere un pasto garantito al giorno, ricevere le profilassi contro le maggiori cause di mortalità in Africa, abbigliamento e materiale didattico per poter frequentare la scuola.

In Africa proseguono anche i lavori per il mantenimento e, a breve, l'ampliamento del piccolo ospedale dispensario realizzato dalla nostra Associazione per mezzo del progetto "Hope of Life".

Queste sono solo alcune delle iniziative in cui Smile Africa è costantemente impegnata. Tutte queste attività richiedono impegno e dedizione quotidiana quindi si invita tutti coloro che fossero interessati a conoscere maggiormente le attività o volessero prestare un po' del proprio tempo e capacità a queste iniziative, a contattare l'Associazione mediante i vari indirizzi e numeri di telefono che si possono trovare a pagina 14, nella sezione "Contatti".

La Redazione di Smile Magazine



INCONTRARE L'AFRICA A CASA NOSTRA

Conoscere la cultura africana mediante una ricetta africana

BACCALA' ALLA MENTA

LA CUCINA AFRICANA

La cucina africana è a base anche di pesce, soprattutto nelle isole e nei paesi che si affacciano sul mare particolarmente pescoso, ma anche dove i laghi e i fiumi abbondano di pesce. La tilapia nilotica, chiamata poisson capitain, è molto apprezzata e diffusa in Africa. Particolarmente delicato è il suo profumo e il suo sapore quando è affumicata. In genere il pesce viene cotto alla brace, con spezie aromatiche e piccanti. Molto buone sono le crocchette di pesce e di verdure, cotte in tutte le maniere. Fortunati quelli che possono trovare il pesce saka-saka (il pesce affumicato è accompagnato da foglie di manioca cucinate come spinaci, il tutto cotto con olio di palma). Da non perdere, le famose banane fritte, le patate dolci anch'esse fritte e la manioca bollita e fritta.



INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- Baccalà, 6 pezzi da 125 gr. ciascuno
- Cipolla, 150 g
- Patate, 300 g
- Olio d'oliva, 1 dl
- Acqua, q.b.
- Prezzemolo, 35 g
- Menta fresca, 35 g
- Zenzero, 7 g
- Aglio, 2 grossi spicchi
- Pepe bianco macinato, 7 g
- Sale

PROCEDIMENTO

1. Soffriggete nell'olio la cipolla tagliata in julienne in un tegame di coccio (tajine).
2. Aggiungete circa 1/2 litro d'acqua, le patate sbucciate e tagliate a pezzi regolari, gli spicchi d'aglio tritati, il prezzemolo e la menta a foglie, quindi unite il baccalà e coprite a filo con acqua calda.
3. Quando inizierà a bollire aggiungete un pizzico di sale e spolverate con le spezie.
4. Coprite con il coperchio e lasciate cuocere a fuoco lento finché il baccalà sarà ben cotto.

INCONTRARE L'AFRICA A CASA NOSTRA

Conoscere la cultura africana mediante una fiaba per i più piccoli

UNA FIABA AFRICANA: "IL COLIBRÌ CORAGGIOSO"

Un giorno nella foresta scoppiò un grande incendio. Di fronte all'avanzare delle fiamme, tutti gli animali scapparono terrorizzati mentre il fuoco distruggeva ogni cosa senza pietà. Leoni, zebre, elefanti, rinoceronti, gazzelle e tanti altri animali cercarono rifugio nelle acque del grande fiume, ma ormai l'incendio stava per arrivare anche lì. Mentre tutti discutevano animatamente sul da farsi, un piccolissimo colibrì si tuffò nelle acque del fiume e, dopo aver preso nel becco una goccia d'acqua, incurante del gran caldo, la lasciò cadere sopra la foresta invasa dal fumo. Il fuoco non se ne accorse neppure e proseguì la sua corsa sospinto dal vento.

Il colibrì, però, non si perse d'animo e continuò a tuffarsi per raccogliere ogni volta una piccola goccia d'acqua che lasciava cadere sulle fiamme.

La cosa non passò inosservata e ad un certo punto il leone lo chiamò e gli chiese: "Cosa stai facendo?". L'uccellino gli rispose: "Cerco di spegnere l'incendio!".

Il leone si mise a ridere: "Tu così piccolo pretendi di fermare le fiamme?" e assieme a tutti gli altri animali incominciò a prenderlo in giro. Ma l'uccellino, incurante delle risate e delle critiche, si gettò nuovamente nel fiume per raccogliere un'altra goccia d'acqua.

A quella vista un elefantino, che fino a quel momento era rimasto al riparo tra le zampe della madre, immerse la sua proboscide nel fiume e, dopo aver aspirato quanta più acqua possibile, la spruzzò su un cespuglio che stava ormai per essere divorato dal fuoco.

Anche un giovane pellicano, lasciati i suoi genitori al centro del fiume, si riempì il grande becco d'acqua e, preso il volo, la lasciò cadere come una cascata su di un albero minacciato dalle fiamme.

Contagiati da quegli esempi, tutti i cuccioli d'animale si prodigarono insieme per spegnere l'incendio che ormai aveva raggiunto le rive del fiume.

Dimenticando vecchi rancori e divisioni millenarie, il cucciolo del leone e dell'antilope, quello della scimmia e del leopardo, quello dell'aquila dal collo bianco e della lepre lottarono fianco a fianco per fermare la corsa del fuoco.

A quella vista gli adulti smisero di deriderli e, pieni di vergogna, incominciarono a dar manforte ai loro figli. Con l'arrivo di forze fresche, bene organizzate dal re leone, quando le ombre della sera calarono sulla savana, l'incendio poteva dirsi ormai domato.

Sporchi e stanchi, ma salvi, tutti gli animali si radunarono per festeggiare insieme la vittoria sul fuoco.

Il leone chiamò il piccolo colibrì e gli disse: "Oggi abbiamo imparato che la cosa più importante non è essere grandi e forti ma pieni di coraggio e di generosità. Oggi tu ci hai insegnato che anche una goccia d'acqua può essere importante e che «insieme si può» spegnere un grande incendio. D'ora in poi tu diventerai il simbolo del nostro impegno a costruire un mondo migliore, dove ci sia posto per tutti, la violenza sia bandita, la parola guerra cancellata, la morte per fame solo un brutto ricordo".



METTERSI IN CONTATTO O SOSTENERE SMILE AFRICA ONLUS

VUOI SCRIVERE LE TUE IMPRESSIONI O UNA LETTERA A SMILE MAGAZINE?

Manda una email a:
redazione.magazine@smileafrica.it
o una lettera in busta chiusa a:
"Smile Africa Onlus, Via L. Einaudi, 69
45100 ROVIGO"



SMILE AFRICA ONLUS

Sede Legale e Operativa: Via L. Einaudi, 69 - 45100 Rovigo
Telefono e Fax: 0425 475375 - Cellulare: 328 8766551-
Sito Web: <http://www.smileafrica.it> - Email: info@smileafrica.it

PER SOSTENERE SMILE AFRICA ONLUS:

DEVOLVI IL TUO 5X1000 (C.F. 01330220292)

OPPURE FAI UNA DONAZIONE SUI CONTI CORRENTI:

- IBAN: IT05D0335901600100000061790 presso Banca Prossima SpA (Gruppo Intesa Sanpaolo SpA),
Piazza P. Ferrari, 10 - 20121 Milano
- IBAN: IT52W0760112200000084763325 Conto Corrente Postale n. 000084763325

SMILE MAGAZINE

Direttore Editoriale: Flavia Azzi (*Volontaria di Smile Africa Onlus*)

Impaginazione e Grafica: Andrea Tomasi, Giorgia Viola, Annalisa Brizzante (*Volontari di Smile Africa Onlus*)

VUOI ENTRARE IN SMILE AFRICA?

Entrare nel gruppo di volontari di Smile Africa Onlus è molto semplice, non richiede particolari caratteristiche o abilità, non impone limiti di età né di altro tipo; occorre solo essere motivati da un forte desiderio di far del bene per il prossimo, sia quest'ultimo un bambino africano o un ragazzo disabile.

Smile Africa è più di un'Associazione, è un gruppo di amici che insieme si impegnano, divertendosi, per fare del bene.

Se dovessi essere interessato a conoscere di più l'Associazione ed entrare a farne parte, scrivici o telefonaci ai contatti che trovi riportati qui sopra.

*Ciò che abbiamo fatto solo per noi stessi muore con noi.
Ciò che abbiamo fatto per gli altri e per il mondo
resta ed è immortale.*

Harvey B. Mackay



Utente: SmileAfrica Rovigo
Gruppo:
Associazione Smile Africa Onlus



Smile-Africa



@SmileAfricaRO



www.smileafrica.it

SMILE
magazine

Associazione Smile Africa Onlus
Via Luigi Einaudi n° 69 - 45100 Rovigo
Tel. e Fax +39 0425 475375
M. +39 328 8766 551
info@smileafrica.it

SMILE AFRICA MAGAZINE Periodico a distribuzione gratuita dell'Associazione Smile Africa Onlus
Registrazione presso Tribunale di Rovigo n. 04/09 - Reg. Stampa (35/09 RAA - 1054-09 cron.) del 11/05/2009 - Direttore Responsabile: Micaglio Gaetano
Stampato presso Grafiche Rodigine s.n.c., - Via della Scienza, 35 - Rovigo