

SMILE magazine



PERIODICO DELL'ASSOCIAZIONE SMILE AFRICA ONLUS - anno 7 - nr. 1 - Gennaio 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



5 X MILLE



**UN GESTO SEMPLICE,
MA CHE CAMBIA LA VITA**



**SOSTIENI SMILE AFRICA ONLUS DEVOLVENDO IL TUO 5X1000 PER LA REALIZZAZIONE
DI PROGETTI A FAVORE DEI PIU' DEBOLI E INDIFESI IN ITALIA E IN AFRICA**

CODICE FISCALE 01330220292

EDITORIALE

di Flavia Azzì

CRONACHE DI UN'INVOLUZIONE

L'idea di progresso è spesso quella che si associa all'avanzare degli anni. L'aspettativa è che, man mano che il tempo passa, si vada verso un miglioramento complessivo della società e della mentalità; ci si aspetta che la tecnologia ci permetta di diventare individui più colti e preparati. In realtà, e ne siamo tutti consapevoli, non è davvero in tale direzione che stiamo progredendo. Abbiamo accolto, negli ultimi cinquant'anni, un numero esorbitante di novità, che si sono inserite nel nostro quotidiano a un ritmo che si fa sempre più frenetico. "Progresso" però, dal mio punto di vista, non significa procedere tesi all'avvenire ignorando ciò che è stato, ma integrare i vecchi modelli ai nuovi, individuando quali, tra tutti, funzionano e quali no. È palese ormai la necessità di recuperare una dimensione analogica, la dimensione del reale contatto umano, della comunità.

Di fronte agli ultimi avvenimenti di cronaca, riflettendo sui pensieri, desideri e speranze espressi da molti, ci si chiede, se invece di evolvere stiamo piuttosto assistendo a un' involuzione della specie. Credo non ci sia ragione di essere così pessimisti, poiché le basi e le premesse per un reale sviluppo umano ci sono tutte. Bisogna indagare, piuttosto, circa la volontà di realizzare dei cambiamenti, più o meno radicali. Cambiamenti che, come sempre, cominciano dal piccolo e dal quotidiano. In un libro, che tra l'altro consiglio a tutti di leggere, dal titolo Shantaram, di Gregory David Roberts, viene posto un interrogativo che spiega molto bene la gravità di certi atteggiamenti (considerati banali e di poco conto, con nessuna conseguenza): si chiede, infatti, cosa accadrebbe se, ogni volta che si sta per compiere un'azione, tutti, al mondo, agissero in tale modo. Considerato, inoltre, che l'essere umano apprende per imitazione, credo sia di fondamentale importanza promuovere atteggiamenti virtuosi, etici, evolutivi. Quest'anno, quindi, comincia all'insegna dell'etica, sperando che atteggiamenti evolutivi, che segnalino il rispetto dell'essere umano e dell'ambiente, possano essere sempre più adottati e condivisi.



VITA ASSOCIATIVA

3. Chi è Smile Africa e come opera

4. Sotto una buona stella

5., 6. I bisogni soddisfatti da nuove figure professionali

7., 8. Cre. Attivamente si impara

9. I prossimi viaggi in Africa di Smile

ATTIVITA' ED EVENTI

10. Smile Magazine diventa semestrale

10. Prossime attività dell'Associazione

VITA AFRICANA

11. Incontrare l'Africa a casa nostra: ricetta "Melanzane e Lenticchie"

12., 13. Incontrare l'Africa a casa nostra: fiaba "Il gallo meraviglioso"

AGENDA E CONTATTI

14. 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..."*

SOTTO UNA BUONA STELLA

Riflessioni sulle attività svolte e in programma dell'Associazione

Il 18 Aprile Smile Africa compirà otto anni. Nel suo lungo percorso l'Associazione si è evoluta incrementando l'impegno rivolto alle persone in stato di maggiore difficoltà. Sono stati affiancati, alle attività svolte nei paesi in via di sviluppo, numerose iniziative a livello locale destinate a famiglie in condizione di dissesto economico e a giovani con problematiche di apprendimento e socializzazione. Il gruppo di volontari si è ampliato accogliendo elementi dotati di professionalità specifiche atte a realizzare tali nuovi progetti. Quest'anno comincia con ottimi propositi e rinnovata energia, derivante anche dagli eccellenti riscontri fino ad oggi ottenuti, dopo i primi mesi di avvio dei nuovi interventi. Ci sono tutti i presupposti, quindi, affinché questo 2015 possa essere un anno di realizzazione di importanti obiettivi.



Foto: repertorio (fonte: dalla rete)



Foto: repertorio (fonte: dalla rete)

Negli anni precedenti sono state portate a termine grandi imprese (scuola e ospedale in Tanzania, avvio d'impresa in Mozambico, progetti scolastici in Brasile, eccetera): quest'anno ci vede investiti da una grande carica positiva e motivazione, con già in mente nuovi progetti, prevalentemente in Italia, e gli strumenti per realizzarli. Consapevoli che per concretizzare ambiziosi obiettivi occorrono sempre maggiori risorse, ci stiamo impegnando attivamente per reclutare e formare nuovi volontari. Sembrerà prematuro questo discorso, ma ci sentiamo sufficientemente positivi e motivati per affrontarlo. L'Associazione è sempre in movimento e le persone che necessitano aiuto sono sempre di più: questo ci dà lo stimolo per impegnarci e crescere sempre maggiormente, e ci incoraggia a portare a termine tutto ciò che ci siamo prefissati.

Andrea Tomasi

I BISOGNI SODDISFATTI DA NUOVE FIGURE PROFESSIONALI

Un nuovo progetto di Smile Africa per la cooperazione internazionale in Tanzania

UNA SCUOLA PROFESSIONALE PER CREARE QUELLE FIGURE DI CUI L'AFRICA HA BISOGNO

Nel corso degli anni Smile Africa ha cercato di sviluppare sempre nuovi progetti mirati a far fronte alle necessità individuate durante i viaggi dei volontari nelle missioni dove l'Associazione opera.

Dopo aver portato a compimento e avviato il piccolo Ospedale di Chipole, denominato "Hope of Life" (per il quale ora si sta progettando e definendo i dettagli di realizzazione di un'ampliamento n.d.r.), si è evidenziata la necessità di creare nuove figure professionali nella medesima zona. Questa esigenza ha indotto

i volontari a sviluppare un progetto che, oltre a soddisfare il bisogno immediato delle figure professionali utili alla gestione e manutenzione del piccolo ospedale, potesse offrire agli individui formati una professionalità spendibile in tutta la zona di residenza, senza dover ricorrere ogni volta all'intervento dei volontari, aumentando l'autonomia della società tanzanese.

Il nuovo progetto, denominato "Costruiamo Insieme: strumenti per l'autonomia", è stato ipotizzato durata biennale e prevede, nel corso del primo anno, la ristrutturazione di un edificio sito presso il Convento Benedettino di St. Agnes a Chipole, per creare un centro per la realizzazione di attività di formazione professionale nei settori: agricoltura e allevamento, edilizia e impiantistica, assistenza igienico-sanitaria di cui si sente l'esigenza nel territorio, ma che risulta totalmente assente nel sistema formativo locale del Distretto di Songea che comprende una popolazione di oltre 100.000 abitanti distribuiti su una superficie di circa 33.000 kmq. I corsi di formazione saranno rivolti a giovani dai 16 anni in avanti e adulti, con priorità rivolta alle donne in particolare per quanto riguarda l'assistenza igienico-sanitaria e la coltivazione – allevamento; questa attenzione rivolta alle donne, che vivono una condizione di subalternità come lavoratrici e come persone, si concretizzerà anche inserendo nel piano di studi elementi di diritto del lavoro e delle pari opportunità rivolti a tutti i corsisti, tenendo conto della cultura locale e del contesto sociale. Le attività saranno tenute presso una struttura esistente che sarà ristrutturata e che dovrà diventare punto di riferimento e motore per l'avvio al lavoro e all'imprenditorialità delle persone formate attraverso la realizzazione di corsi formativi e attività di tirocinio sul campo. L'edificio, che sarà predisposto nel corso della prima annualità del progetto, è messo a disposizione gratuitamente dalle suore benedettine del Convento S. Agnes. Il progetto di recupero e adattamento verrà elaborato da un ingegnere e un architetto, entrambi volontari dell'Associazione Smile Africa Onlus; la direzione lavori sarà effettuata da un professionista locale con la

PROGETTO "COSTRUIAMO INSIEME: STRUMENTI PER L'AUTONOMIA - I anno"

PIANTA PIANO TERRA
Scala 1:300

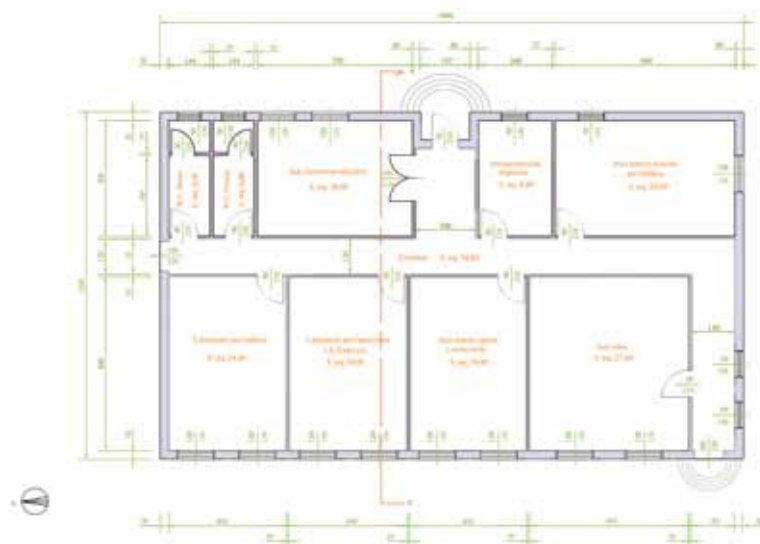


Foto: Planimetria della Struttura scolastica

supervisione di personale tecnico individuato anche in questo caso tra i volontari di Smile Africa; in tal modo si intende creare un forte coordinamento tra la progettazione fatta in Italia da tecnici italiani e la realizzazione dell'opera che sarà effettuata da parte di maestranze locali. Infatti per la ristrutturazione dell'edificio, si ritiene necessaria l'assunzione in loco di muratori, manovali, idraulici, piastrellisti, falegnami, elettricisti, imbianchini; gli operai tanzanesi saranno seguiti per l'impostazione del lavoro e durante le fasi più critiche della costruzione da volontari di Smile Africa, nell'ottica della realizzazione in rete di obiettivi comuni. Per quanto riguarda i materiali, la maggior parte verrà acquistata direttamente nel distretto di Songea, mentre quelli per l'impiantistica elettrica, idraulica e sanitaria saranno di provenienza italiana, spediti tramite containers in Africa. Allo scopo di realizzare in modo efficace le attività formative, l'edificio da ristrutturare sarà composto da 4 aule, di cui una attrezzata per le esercitazioni in ambito igienico-sanitario, 2 laboratori per le attività di elettricista, idraulico e falegname; si prevede inoltre un'ampia area esterna attrezzata per le attività legate all'edilizia (muratori – carpentieri – imbianchini) e all'agricoltura (coltivazione – allevamento), la costruzione di 4 box ad uso "bottega artigiana" e annesso un appezzamento di terreno da suddividere in lotti, ciascuno coltivato da uno studente del corso di agricoltura per mettere in pratica le competenze man mano acquisite. Il centro sarà dotato inoltre di una sala polifunzionale per riunioni-audiovisivi-biblioteca, di un locale ad uso ufficio, di un magazzino e dei necessari servizi igienici. Sull'area su cui insiste il fabbricato, la cui superficie è pari a circa 5.000 mq, si inizieranno le opere di sistemazione del terreno e del sistema fognario. Successivamente si procederà con la ristrutturazione dell'impiantistica. Contemporaneamente al lavoro di messa in funzione degli impianti e delle rifiniture interne, si procederà a preparare la piattaforma e ad installare i box che funzioneranno da "bottega artigiana", a delimitare i lotti e a preparare il terreno pronto per le coltivazioni da parte degli studenti.

La realizzazione del progetto comporta il coinvolgimento attivo dell'amministrazione del Distretto di Songea, del Centro di Sanità "Hope of Life", del Convento S. Agnes e dell'Orfanotrofio presente presso lo stesso convento; in particolare il fabbricato da ristrutturare che ospiterà il Centro sarà fornito gratuitamente dal Convento S. Agnes, l'amministrazione locale sarà coinvolta per l'informazione, la diffusione del progetto nel territorio, in ogni istituzione poi verranno realizzate le attività di tirocinio.

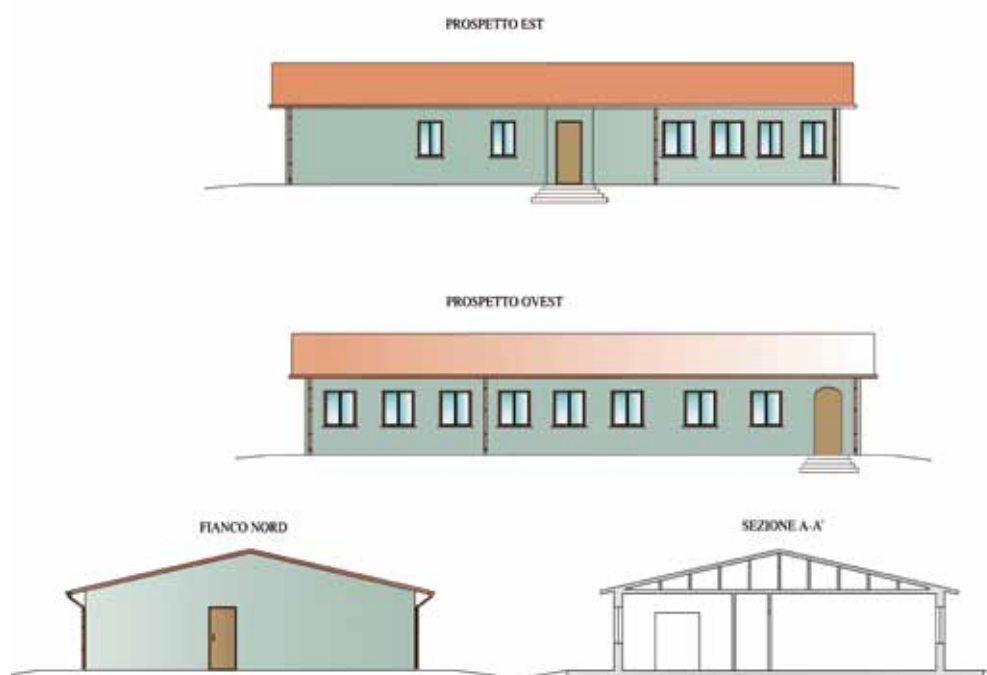


Foto: Prospetti della Struttura scolastica



Foto: lo stabile esistente messo a disposizione dal Convento Benedettino di St. Agnes a Chipole per accogliere la Scuola di Formazione Professionale oggetto del Progetto descritto nell'articolo

CRE.ATTIVAMENTE S'IMPARA

Le Educatrici e la Psicologa che gestiscono il progetto, raccontano l'avanzamento dell'attività

COS'È INSIEME CRE.ATTIVAMENTE?

Il Progetto Insieme Cre.Attivamente è nato per dare risposta a un bisogno molto sentito dai ragazzi delle scuole superiori e dalle loro famiglie. L'obiettivo è infatti quello di supportare gli studenti nei loro compiti a casa per indirizzarli verso un percorso di autonomia e autogestione di tutto quello che riguarda il loro impegno scolastico. Durante le attività il team educativo e i volontari di Smile Africa Onlus aiutano concretamente i ragazzi nell'individuazione del metodo di studio più adatto a ognuno di loro e nell'organizzazione e gestione del materiale scolastico, dall'utilizzo del diario alla programmazione dello studio pomeridiano in vista di un compito in classe. Gli studenti frequentano per due pomeriggi a settimana il doposcuola presso la scuola IIS E. De Amicis a Rovigo e una volta a settimana partecipano al laboratorio teatrale e scenografico che li porterà, a fine anno scolastico, all'interpretazione dello spettacolo teatrale "Il giro del mondo in 80 giorni".

Il progetto è rivolto a ragazzi con disabilità lieve congenita e acquisita, con Disturbi Specifici dell'Apprendimento (DSA), oppure che rientrano nella categoria diagnostica dei "Disturbi da deficit di attenzione e da comportamento dirompente", o, infine, che sono portatori di bisogni educativi speciali. Inoltre, il progetto Cre.Attivamente, iniziato ad Aprile 2014 e ripartito a fine Settembre 2014, è stato ampliato e aperto a nuovi ragazzi coinvolgendo a gennaio 2015 venti alunni delle scuole secondarie di primo e secondo grado.

Cre.Attivamente prevede anche la presenza regolare di una psicologa che, con cadenza quindicinale, conduce degli incontri di gruppo per i genitori dei ragazzi con l'obiettivo di confrontarsi e acquisire elementi di riflessione, nonché spunti sul loro "essere genitori" e sulle difficoltà ad esso correlate.

Infine, sono previsti per l'équipe incontri di supervisione di lavoro, condotti dalla psicologa, per monitorare, ed eventualmente riaggiustare, il progetto pensato per ciascun ragazzo all'inizio dell'anno scolastico sulla base di esigenze o cambiamenti emergenti.

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

Tali incontri sono altresì utili al fine di dedicare uno spazio in cui tutti i membri del gruppo di lavoro possano condividere le proprie esperienze, difficoltà, dubbi ed esperienze positive e vincenti.

Cristina De Zan
Francesca Francato
Cristina Maniero

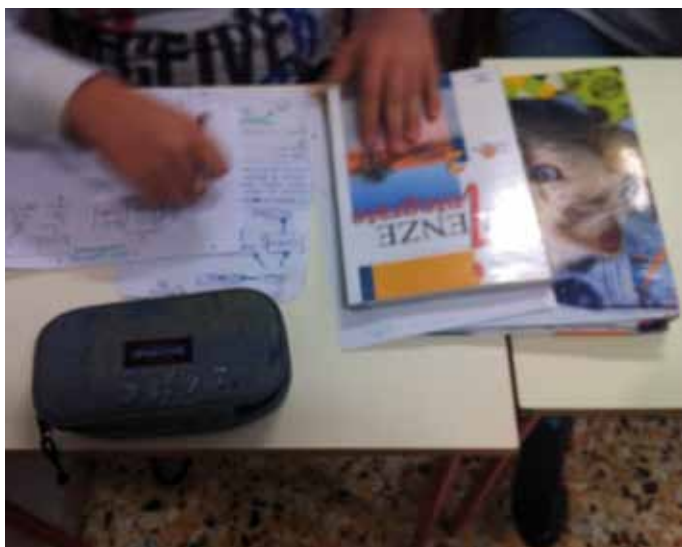


Foto: alcuni momenti del progetto



Foto: alcuni momenti del progetto

I ragazzi hanno in varie occasioni confidato di apprezzare e trovare utile l'aiuto loro offerto, trovando in questo contesto nuovi amici e vissuto nuove esperienze. Anche il riscontro con genitori e insegnanti è stato decisamente positivo, avendo questi riconosciuto l'utilità del progetto e notato un effettivo miglioramento nei ragazzi. Da parte di alcuni ragazzi sono inoltre arrivate delle proposte per incontrarci in momenti al di fuori del contesto di doposcuola e di laboratorio, al fine di condividere un'esperienza più ludica e divertente insieme. Ad esempio, una sera di febbraio, in concomitanza con le vacanze di Carnevale, ci siamo incontrati per una serata al bowling che i ragazzi hanno molto apprezzato: è stata un'occasione per conoscerci meglio e per rendere più unito e coeso il gruppo.

Cristina De Zan

IL PUNTO

Sia dal punto di vista professionale che umano sono molto contenta e grata di poter far parte del team educativo del progetto e di aver potuto conoscere questi splendidi ragazzi e le loro famiglie. Trovo che sia un'esperienza molto formativa e appagante, inoltre è molto piacevole osservare come questi ragazzi, ognuno con le proprie modalità, siano via via notevolmente migliorati e maturati sotto i vari aspetti: scolastico, comportamento, fiducia, sicurezza, autonomia...

Pur essendo un gruppo di adolescenti eterogeneo per età, scuola di appartenenza, con difficoltà e peculiarità proprie, i ragazzi si sono ben integrati e inseriti. Come educatori e volontari, prima di ogni cosa, abbiamo sempre accolto ogni partecipante al progetto cercando di valorizzarne i talenti, incoraggiandolo, prestando ascolto, con rispetto e attenzione, in modo da creare così i presupposti per un ambiente relazionale, affettivo, positivo e contenitivo, proficuo per l'apprendimento.



Foto: alcuni momenti del progetto

I PROSSIMI VIAGGI IN AFRICA DI SMILE

Proseguono i progetti di cooperazione internazionale nei paesi in via di sviluppo di Smile Africa

L'Associazione negli ultimi tre anni ha affiancato, alle attività nei paesi in via di sviluppo, diversi interventi in Italia per far fronte alle emergenti problematiche generate dalla crisi economica e occupazionale. Sono rimasti comunque di prioritaria importanza anche i progetti avviati e tuttora in fase di studio da realizzare nelle missioni all'estero, in particolar modo in Tanzania, dove le speranze di vita e di sviluppo sono ancora molto limitate. Il nostro impegno è volto a operare con serietà, precisione e trasparenza: per tale motivo è necessaria la presenza costante dei nostri volontari in Africa. I progetti in fase di studio riguardano in primo luogo il piccolo ospedale-dispensario denominato "Hope of Life", realizzato e avviato dalla nostra Associazione tra il 2010 e il 2013. La struttura, sita a Chipole, nel sud della Tanzania nella regione di Songea, necessita di un ampliamento che permetta di raddoppiare gli ambienti per le degenze e un polo operatorio, in quanto il più vicino dista oltre 100 km e non è facilmente raggiungibile. Tale implementazione richiede valutazioni tecniche da effettuare in loco da parte dei nostri volontari. È da precisare che l'opera era stata realizzata, in fase di prima edificazione, con struttura modulare appositamente per consentire eventuali ampliamenti. In secondo luogo, come accennato nelle pagine precedenti, Smile si è impegnata per redigere un progetto complesso, dal nome "Costruiamo Insieme: Strumenti per l'Autonomia", che prevede la realizzazione di una struttura scolastica e

il relativo avvio dell'attività formativa, da attuarsi sempre a Chipole. La finalità del progetto è di formare figure professionali attualmente assenti, quali: operatori socio-sanitari da impiegare nel piccolo ospedale-dispensario "Hope of Life"; operatori edili; elettricisti; idraulici; falegnami. Il progetto è particolarmente importante, e centrale per lo sviluppo della zona, in quanto va a formare figure professionali che si riveleranno utili per l'economia e la crescita dell'intera regione di Songea. Il convento benedettino di Sant'Agnes di Chipole ospita un orfanotrofio che offre accoglienza a una cinquantina di bambini senza famiglia. Le condizioni in cui questo versa hanno indotto i nostri volontari a intervenire, con un aiuto concreto e tangibile, a livello igienico-sanitario. A tal fine, stiamo valutando quale possa essere il modo più efficace di operare e ciò richiede un sopralluogo accurato da parte dei nostri volontari. Infine, prosegue, dal 2007, il progetto "Feniche" che consiste nel sostegno a distanza a favore dei bambini poveri di Moanza, affinché possano frequentare la scuola gestita dai Padri Missionari Canossiani. Anche in questo progetto è necessaria la supervisione e la presenza in loco dei volontari di Smile. Ci fa piacere evidenziare il fatto che i volontari sostengono a proprie spese il costo del viaggio, impiegando i periodi di ferie in queste trasferte indispensabili per la realizzazione dei progetti di Smile Africa. A loro, quindi, va, da parte di tutti noi, un ringraziamento speciale.

Redazione



Foto: repertorio

LE PROSSIME ATTIVITÀ DELL'ASSOCIAZIONE

Smile Africa Onlus non si ferma mai e aspetta volontari e simpatizzanti a sostenere le attività promosse

Smile Africa è sempre attiva su più fronti. Ad oggi l'Associazione è ancora impegnata nel progetto Insieme Cre.Attivamente, di cui si è parlato anche nelle pagine precedenti, e nel progetto Arcobaleno. Quest'ultimo consiste nella raccolta, sistemazione e distribuzione di abbigliamento, accessori e giochi per bambini di famiglie in condizione di dissesto economico, segnalate dagli assessorati alle politiche sociali dei comuni della provincia di Rovigo. A breve sarà avviato un corso di formazione dedicato prettamente a volontari e aspiranti tali, ma comunque aperto a tutti, non solo agli associati. La finalità del corso è quella di creare una nuova classe di volontariato più responsabile e formata, preparata a far fronte alle necessità incombenti a livello sociale. In Aprile sarà celebrato l'ottavo compleanno dell'Associazione e successivamente Smile Africa sarà presente in piazza Vittorio Emanuele, a Rovigo, col proprio stand in occasione della Festa della Mamma. Saranno raccolti fondi e verranno omaggiate delle piante di Nuova Guinea a tutti coloro che

sosterranno l'Associazione con un'offerta. Sarà occasione inoltre per presentare Smile, e le sue attività e progetti, a chiunque vi si volesse avvicinare. In merito, di nuovo, al progetto Insieme Cre.Attivamente, si ricorda che, al termine dell'anno scolastico, sarà proposto dai giovani coinvolti nell'attività di doposcuola lo spettacolo teatrale Il giro del mondo in 80 giorni, ispirato all'omonimo romanzo di Jules Verne, presso il Teatro Al Duomo di Rovigo.

La Redazione di Smile Magazine



Foto: repertorio



Foto: repertorio

INCONTRARE L'AFRICA A CASA NOSTRA

Conoscere la cultura africana mediante una ricetta africana

MELANZANE E LENTICCHIE

LA CUCINA AFRICANA

Il piatto che vi proponiamo in questo numero è tipico della cucina egiziana.

Questa cucina nasce dall'unione tra la tradizione mediterranea e quella mediorientale, fa grande uso di aromi e spezie da sapori forti ed intensi ma non particolarmente piccanti.

Nella cucina locale, il cumino ed il coriandolo sono le spezie più usate, si fa molto uso di legumi tra cui fave e lenticchie, preparati in umido o lessati come minestre e conditi con olio o salse locali.

Molto utilizzato è anche il sesamo, che è la base sia di un condimento salato che di vari dolci.

Un pranzo egiziano inizia sempre con l'assaggio di vari antipasti che devono stuzzicare l'appetito.

Le verdure più utilizzate dalla cucina egiziana sono le melanzane.



INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 100 g di lenticchie
- ½ cucchiaino di sale
- 250 g di melanzane
- 4 spicchi d'aglio
- 1 peperoncino piccante fresco
- 2 cucchiaini di olio vegetale
- 4 cucchiaini d'acqua
- 10 foglie di menta

PROCEDIMENTO

Immergete le lenticchie in acqua bollente e lasciatele così per 2 ore. Scolatele, copritele con acqua fresca, aggiungete il sale, portate ad ebollizione e cuocete, a pentola coperta per circa mezz'ora. Scolatele. Tagliate le melanzane per il lungo in 4 pezzi e quindi tagliate questi in pezzi da 5 cm l'uno.

Schiacciate insieme l'aglio e il peperoncino piccante, friggeteli quindi nell'olio vegetale fino a doratura.

Aggiungete al composto di aglio e peperoncino nella casseruola, le lenticchie, i pezzi di melanzana e l'acqua. Continuate a friggere per circa 2-3 minuti fino a che la melanzana è cotta.

Aggiungete le foglie di menta, mescolate il composto una volta sola con un cucchiaino e rimuovete dal fuoco.

INCONTRARE L'AFRICA A CASA NOSTRA

Conoscere la cultura africana mediante una fiaba per i più piccoli

UNA FIABA AFRICANA: "IL gallo meraviglioso"

Mancava poco al tramonto, il cielo, tutto colorato di arancio, prendeva in prestito dalla notte il suo travestimento più enigmatico. Nella città pervasa dal rumore di un torrente, un vecchio vicino a morire chiamò il suo unico figlio e gli disse: "Ascolta mia dolce creatura, presto ti lascerò per ricongiungermi con i nostri antenati. Ho pensato a te, io ti lascio in eredità il gallo meraviglioso che ha fatto la fortuna di mio padre, affinché assicuri anche per te la ricchezza. Grazie a lui potrai avere una vita felice e fare sempre l'elemosina ai poveri. Non è un gallo che si incontra in tutti i pollai. Da più generazioni viene tramandato di padre in figlio. Tu veglierai d'ora in poi su di lui con molto impegno". Morto che fu il padre, il figlio organizzò un grandioso funerale dove convocò i parenti e gli amici. Trascorso il periodo del lutto, il giovanotto decise di partecipare col suo gallo da combattimento a molti tornei, dove si trovò a lottare con i migliori galli del mondo. Per molti anni il gallo vinse tutti i combattimenti, procurando al suo proprietario fortuna e considerazione. Tutti i re lo volevano comprare, ma egli non accettò di sbarazzarsene nemmeno quando glielo avrebbero acquistato a peso d'oro. Diventato potente e ricco, costruì un immenso palazzo sulle rovine della sua vecchia capanna di paglia. Aveva tanti servi e procurava molto lavoro alla gente che aveva d'intorno. Creò una scuola per i fanciulli del villaggio dove apprendevano la conoscenza di molte discipline. Questo successo non avvenne senza suscitare molte gelosie! Una sua vicina, invidiosa della sua felicità, decise di rendergli la vita più dura. Ella ebbe l'idea di seminare del mais da portare al gallo e questi si precipitò sui chicchi appetitosi e non smise di mangiarli finché non fu sazio: diventò così grasso che poteva appena camminare.

Fu a quel punto che la crudele donna andò a far visita al suo vicino e gli disse: "Il tuo gallo ha rubato il mio mais e non mi è rimasto niente da mangiare". Il giovane, imbarazzato, rispose: "Cara amica, calmati, ti pagherò il tuo mais!"

"No!" esclamò lei "no, no e poi no! Io rivotoglio il mio mais, quello che il tuo gallo ha mangiato! Uccidi il tuo gallo e rendimi il mio mais!"

L'atmosfera era tesissima, piena di elettricità, come quando sta per scatenarsi un temporale. L'ingannatrice, piena di collera, resa cieca dalla cupidigia, si mostrò irremovibile. Disperato il giovane gli offrì tutte le sue ricchezze, il suo palazzo, i suoi gioielli, i suoi diamanti, al fine di salvare il gallo, ma non servì a farle cambiare idea. Imperturbabile, la donna considerava la sua decisione non negoziabile. Il problema fu portato davanti al garante della legge che ascoltò la discussione. Gelosi come erano, tutti i membri della Giuria richiesero la morte del colpevole che con la pancia piena sonnecchiava nell'orto; andarono a prenderlo e lo sbuzzarono. I chicchi di mais furono restituiti alla proprietaria ma intanto il povero volatile, non resistendo alle ferite, morì.



INCONTRARE L'AFRICA A CASA NOSTRA

Conoscere la cultura africana mediante una fiaba per i più piccoli

Crudelmente provato da questa ingiustizia, il giovane deperì a vista d'occhio. Colpito dal dolore, era distrutto e ogni giorno più triste. Sotterrò in segreto il cadavere del gallo dietro il suo palazzo e, ferito nel profondo dell'animo, si rinchiuso per molti mesi nella sua abitazione. Un giorno, nel posto dove riposava il gallo, nacque un mango dai frutti allettanti.

La vicina invidiosa, che era ghiotta e sfrontata, andò a chiedere un frutto al proprietario del mango, che non rifiutò. La donna fece venire il suo unico figlio e lo spinse a mangiarne anche lui. Così ne colsero molti, al posto di uno solo.

Il giorno dopo, al levarsi del sole, in assenza del proprietario dell'albero, il figlio della donna cattiva andò di nuovo, questa volta senza autorizzazione, a cogliere i deliziosi frutti.

Salito in cima al mango, sceglieva quelli più maturi e li mangiava, ma stupidamente lasciava cascare i noccioli e le bucce in terra. Il proprietario dell'albero, tornando dalla sua passeggiata, si accorse del fanciullo appollaiato lassù su un ramo dell'albero; questi masticava un frutto e sembrava completamente indifferente alla sua presenza.

A un tratto un mango, sfuggito dalle mani del ladruncolo, cascò sulla testa del proprietario. Furioso e assetato di vendetta, l'uomo batté il gong e radunò tutto il villaggio. Appena tutti furono riuniti, egli dichiarò minaccioso: "Chi ha mangiato i miei manghi deve restituirmi!" Tutti i presenti approvarono. Informata dell'Assemblea, la madre del colpevole



si presentò tutta trafelata e disse al proprietario: "Bene ti restituirò i tuoi frutti!" Ma lui, ricordandosi della morte ingiusta del gallo, le disse "Oh donna, poiché la tua giustizia fu buona per il passato, questa lo sarà di nuovo in questo giorno. Io ti reclamo proprio quei frutti che sono stati mangiati da tuo figlio". Il Consiglio dei saggi riconobbe ch'egli era in diritto di esigere una giustizia equa. Piangendo e supplicando il suo vicino, la donna offrì tutti i suoi poveri beni in cambio della vita del figlio. Niente da fare, secondo la legge, il ragazzo doveva subire la stessa sorte del povero gallo. Tuttavia l'uomo dichiarò che era pronto a perdonare tutte le cattiverie passate. Egli si ritirò dunque nel suo palazzo, lasciando salvo il figlio della vicina.

Scioccata da tutta quella confusione, risparmiata dalla sorte, ma vergognandosi, la donna comprese che suo figlio doveva la vita a quest'uomo. Supplicò allora il cielo di liberarla della sua gelosia e dei suoi passati misfatti. Il destino le aveva dato una dolorosa lezione ed ella comprese infine che l'invidia distrugge chi la nutre. Il giorno dopo questo fatto, il mango cominciò a dare dei frutti d'oro. Si dice che ne fornisca ancora.

a cura di Flavia Azzi

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.

*"Se tutti lavorassero per il proprio pane e niente più,
ci sarebbe abbastanza cibo e tempo libero per tutti...
I nostri bisogni si ridurrebbero al minimo, il nostro cibo
si semplificherebbe. Allora mangeremmo per vivere,
anziché vivere per mangiare."*

Mahatma Gandhi



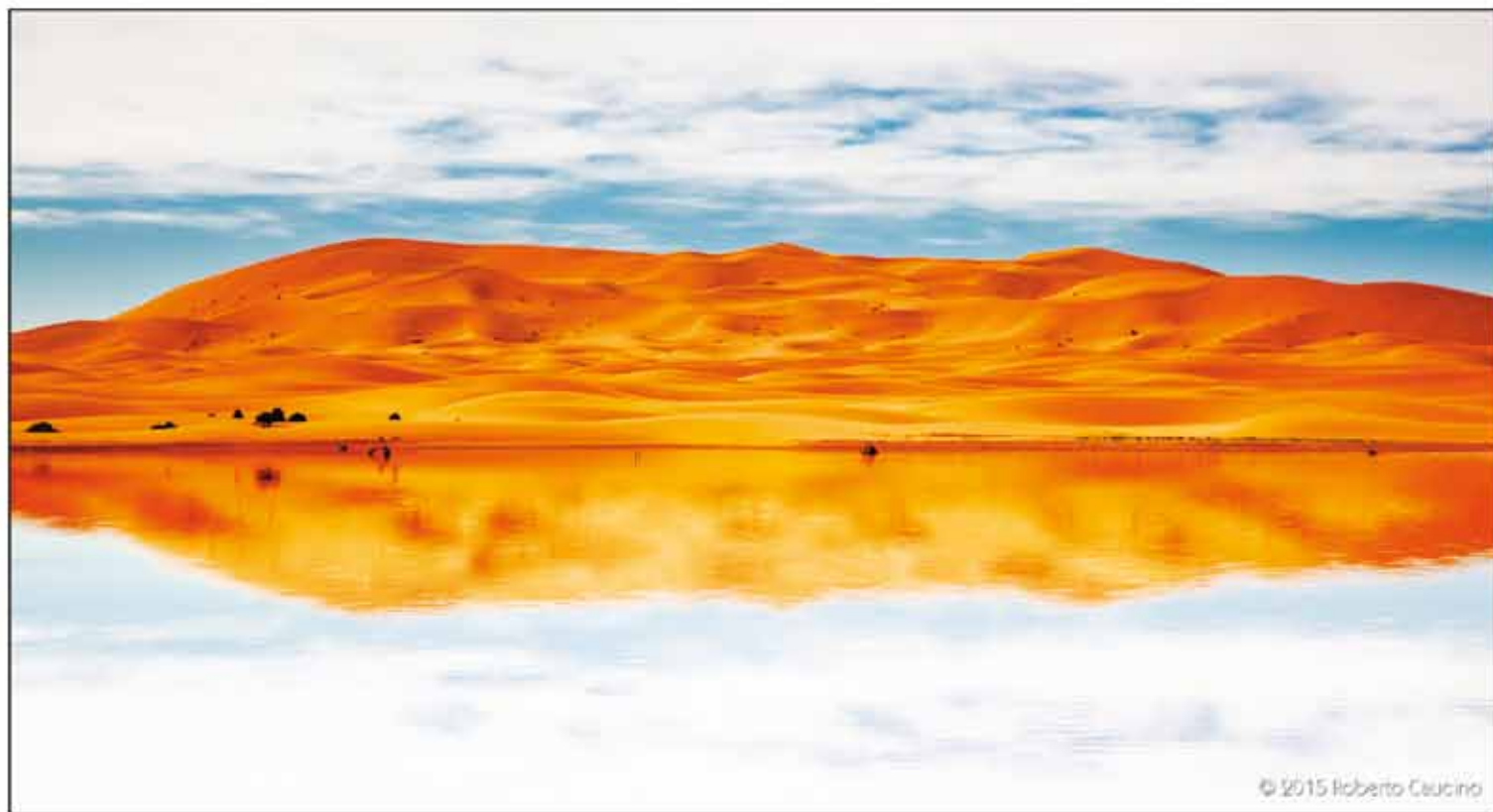
Utente: SmileAfrica Rovigo
Gruppo:
Associazione Smile Africa Onlus



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