

Africa chiama Nuova Europa

Il notiziario è a cura di:
Brunella Locatelli,
Gloria Facchinetti,
Davide Berti.
Direttore Responsabile:
Don Gabriele Filippini

Associazione Harambee Onlus - Viale delle Betulle, 1 - 24050 CALCINATE (Bg) - Tel. 035.843.741
www.onlus-harambee.com - E-mail: info@onlus-harambee.com
Aut. Tribunale di Bergamo n. 36 del 31/07/2001 - Stampa: Gamedit srl - via Aldo Moro, 8 - 24030 Curno (Bg)

DAL CONGO IL RESOCONTO DELLA NOSTRA INARRESTABILE LAURA ZAMBALDO

Da un anno mi trovo ad Isiro, una cittadina della provincia orientale della Repubblica Democratica del Congo.

E' la capitale del distretto dell'Alto-Uele; immersa nella foresta tropicale ha un clima caratterizzato da due stagioni: quella delle piogge (da marzo a dicembre) e quella secca (da dicembre a marzo)

La popolazione è essenzialmente composta da agricoltori, piccoli allevatori, commercianti e agenti dell'amministrazione statale.

Isiro era un grande centro economico con una ricca coltivazione di caffè, cotone, olio di palma. Purtroppo con la nazionalizzazione, avvenuta nel 1974 per mano del presidente Mobuto, piano piano tutto cominciò a decadere e ormai da diversi anni non esiste più un'attività agricola-industriale. Questo ha portato mancanza di lavoro sia per gli agricoltori come per chi lavorava nelle fabbriche. Anche gli impiegati statali, come gli insegnanti e gli infermieri, sono ora pagati con salari molto bassi.

Delle cinque banche che esistevano e funzionavano rimangono solo gli edifici e così pure per l'ufficio postale. Da qualche mese una banca ha riaperto..... speriamo!!

L'aeroporto dopo gli anni della guerra ha iniziato a funzionare normalmente, ma con un solo volo settimanale. Le strade, a causa dell'erosione e della mancata manutenzione, sono diventate delle piste e della ferrovia che collegava Isiro con il fiume Congo rimangono solo il nome e i binari coperti dalla boscaglia.

La merce arriva grazie al trasporto su camion o grazie a giovani che percorrono in bicicletta dai 500 agli 800 km per arrivare ai confini con l'Uganda o con il Sudan.



I pochi veicoli appartengono a qualche commerciante e alle missioni.

Le uniche strutture sanitarie che riescono a funzionare sono quelle gestite dalla chiesa cattolica o protestante.

GAJEN (gruppo appoggio a giovani e bambini in necessità)

Gajen è nato circa 20 anni fa proprio per dare un aiuto rivolto alle persone più deboli: i bambini denutriti e le loro mamme. Queste arrivano al centro con i loro piccoli (circa un centinaio al giorno) in condizioni tali che a volte, purtroppo, non è possibile fare niente; non ci sono parole per esprimere che cosa si prova dentro al cuore.

A volte succedono invece dei miracoli ed è bello vedere un bimbo guarito, con il sorriso, gli occhi luminosi e la mamma contenta...è una grande ricompensa!

E' Fratello Domenico, della congregazione della Consolata, a portare avanti il centro con tanto amore e tanta dedizione. E non si occupa solo di questo. Un giorno alla settimana va a far visita alle prigioni e agli altri ospedali, portando sempre con sé cibo e conforto.

segue a pagina 2





Gira con la sua vecchia Land Rover e ovunque lo chiamino si ferma per ascoltare e di solito...aiutare. Lui dice che si rallegra pensando al miracolo della Provvidenza e all'aiuto di tanti buoni amici che lo sostengono.

Ora anche noi di Harambee siamo tra questi amici che lo stanno aiutando.

Con le vostre donazioni abbiamo costruito un piccolo edificio con un forno. L'idea è venuta pensando proprio al pane quotidiano di cui tutti noi abbiamo bisogno. Le mamme che si fermano al centro per il periodo di recupero per i loro bambini, hanno la possibilità di imparare a cucinare il pane o altre cose come dolcetti e biscotti.

L'idea iniziale era di fare solo formazione ma poi, vedendo che i dolcetti erano apprezzati, abbiamo iniziato una piccola produzione. Ed ecco che con dei semplici barattolini di latta che andrebbero buttati, riusciamo a dare una forma ai nostri dolcetti. E da questo passeremo ad altro!

Alcuni negozietti in città, per darci una mano, hanno iniziato a venderli e così con grande sorpresa stiamo "sforando" leccornie per 3 giorni la settimana.

E' la prima, piccola entrata per il centro ed e' poco, ma noi la viviamo come una conquista. Ivo è un laico della Consolata che lavora qui da qualche anno. Sarà lui a portare avanti la formazione e la produzione.

E tutto questo arriva dalle vostre mani che generosamente hanno donato e che, tramite le nostre, sono riuscite a dare un po' di coraggio a queste donne abbandonate a loro stesse e una speranza di futuro migliore per i loro bimbi.

A tutti voi il nostro grazie e la nostra umile riconoscenza!

Laura Zambaldo



DAL MALAWI UN NUOVO PROGETTO PER L'IRRIGAZIONE

Con l'obiettivo di ottenere più di un raccolto annuo e quindi ridurre il rischio di carestie, spesso legato alla scarsità o viceversa all'eccesso di piogge, il gruppo Tiyende Pamodzi vuole sperimentare l'utilizzo di pompe a pedale per l'acqua, laddove i campi da coltivare siano vicini ad un corso d'acqua.

Per il primo anno di sperimentazione cinque saranno le famiglie candidate a ricevere le pompe e per questo adeguatamente istruite da un agronomo di riferimento il quale, peraltro, avrà anche il compito di supervisionare il conto bancario che ognuna di tali famiglie avrà l'obbligo di aprire, con l'obiettivo di imparare il risparmio, in vista del presunto guadagno che i previsti tre raccolti annui dovrebbero poter garantire.

Pertanto, con un costo relativamente contenuto che si aggira intorno ai 1500/2000 euro (l'eccessiva svalutazione del kwacha, la moneta locale, non consente un preventivo esatto) sarà possibile aiutare non solo lo sviluppo dell'agricoltura (e quindi scongiurare lo spettro della fame sempre in agguato) ma anche la nascita di una nuova mentalità, capace non solo di provvedere ai bisogni dell'oggi ma anche di pensare a quelli di domani... : la strada da percorrere per raggiungere tale meta è senza dubbio lunga, ma... IL SENTIERO SI APRE CAMMINANDO...

A quanti ci permettono di...camminare...insieme...

ZIKOMO! GRAZIE!

Marina Zanotti e il gruppo Tiyende Pamodzi



INVIACI LA PER COMUNICARE

La posta elettronica è immediata ed economica. Mandaci il tuo indirizzo email a info@onlus-harambee.org nella nostra mailing list per comunicazioni, con...

DA CHANG'OMBE IL RINGRAZIAMENTO DI SUOR FLORA

In occasione della scorsa Pasqua, Harambee ha lanciato la vendita di uova di cioccolato con decorazione personalizzata, devolvendo il ricavato all'acquisto di kit scolastici per i bambini della scuola di Chnag'Ombe (Dar es Salaam, Tanzania), che hanno così potuto cominciare l'anno di studi con la necessaria dotazione di materiale. Suor Flora oggi scrive per ringraziare tutti Voi:

Carissimi amici e soci di Harambee, scrivo questi poche righe per dirvi che vi siamo grate per il sostegno che ci offre la vostra associazione e soprattutto per l'aiuto ai nostri bambini della scuola di Chang'ombe.

In Tanzania c'è un detto che recita "kutoa ni moyo na si utajiri" cioè "dare il cuore e non la ricchezza". Il vostro contributo ai nostri bambini ci

aiuterà a venire incontro alle loro necessità, come l'acquisto di un kit scolastico. Credo che ciò che avete fatto per questi bambini, lo avete fatto con la fede in nostro Signore che è morto e risorto per noi e spero che domani possiate essere orgogliosi di avere partecipato a restituire la dignità a chi oggi è afflitto dalla povertà miserabile, dalle malattie e dall'ignoranza.

L'iniziativa delle uova pasquali diventa vita nuova per i nostri bambini, nelle nuove aule della loro scuola che si sta ultimando.

Grazie ancora

Suor Flora



**TUA MAIL
CARE CON TE**

ica è il mezzo più
nico per comunicare.
no indirizzo a
e.com: verrai inserito
ist e riceverai le nostre
garbo e senza assillo.

In questo numero vi proponiamo semplici idee su come utilizzare alcuni dei deliziosi prodotti alimentari in vendita presso la nostra Bottega di Calcinatè

Miele Mille fiori dal Messico: a tavola, all'aria aperta, con gli amici... un aiuto concreto alle tue difese immunitarie!

Il miele è un ottimo alleato per la salute: contiene sostanze con una spiccata azione battericida. E se a questa bontà della natura decidessimo di aggiungere della frutta... la nostra salute ci ringrazierebbe! Vi proponiamo quindi una buonissima macedonia al miele, un modo alternativo per proporre la frutta in occasioni importanti, magari assecondando i gusti sofisticati di alcuni commensali, ma anche per convincere i più piccoli della bontà della frutta e quindi come ricetta quotidiana da proporre in alternativa al classico cesto a centro tavola. Servita calda o fredda è sempre buonissima e dolcissima, grazie all'aggiunta del miele.



INGREDIENTI

Banane bio: 2, Uva bio: 300 gr, Lamponi bio: 200 gr, Ananas bio: 3 fette, Miele Mille fiori dal Messico Equo e solidale: 60 gr, Succo di limone bio: 1, Burro fresco: 80 gr, Brandy: 1 bicchiere, Nocchie bio: 1 pugno

RICETTA E PREPARAZIONE

Sbucciate le banane e tagliatele a rondelle. Lavate l'uva e staccatene gli acini, sgocciate l'ananas e tagliatelo a pezzi. Mettete tutto in una terrina e unite il succo di limone. In una pirofila sciogliete il burro, il miele Mille fiori del Messico e il brandy. Fateli scaldare, poi unite le banane e fatele insaporire 1 minuto a fuoco moderato. Quindi unite i lamponi, l'uva e l'ananas. Fate sobbollire per 30 secondi, quindi servite dopo aver cosperso di nocchie tritate.

Consigli

Per chi non gradisce la macedonia calda, potrà gustarla dopo averla passata in frigorifero per un quarto d'ora.

Ecco qualche informazione più dettagliata sul nostro prodotto e sul suo produttore. La cooperativa Mielles del Sur è nata nel 1980, in seguito ad un percorso iniziato da trentacinque piccoli produttori di una zona centrale del Chiapas che decisero di organizzarsi per avviare la vendita dei loro prodotti. Si tratta, appunto, di piccoli produttori (statutariamente non superano i due ettari di terreno), che posseggono qualche decina di arnie ciascuno e alternano questa attività con altre produzioni agricole, come caffè, fagioli, mais, ortaggi. I soci sono tutti di origine indigena, delle etnie tzeltal o tzotzil. Le donne, una ventina, partecipano indirettamente, di solito integrando le attività con produzione di artigianato. La Cooperativa offre servizi ai soci (formazione, controllo del processo produttivo e acquisto di strumenti per l'apicoltura) ed alle fasce più povere della popolazione, anche grazie al sostegno di una Ong chiamata Despartar.

La pasta continua ad essere la base della nuova "piramide alimentare"

Il farro è il cereale più resistente e può essere coltivato al naturale. La sua genuinità e robustezza si ritrovano nella pasta di farro che è altrettanto energetica rispetto a quella di grano, ma con una maggior quantità di proteine e alte dosi di calcio e fosforo, utili per le ossa e i muscoli. Sperimenta la nostra ricetta con la PASTA AL FARRO della cooperativa agricola IRIS, tonno, pomodori fresco e pesto di rucola: fai risaltare il gusto a favore della salute!!

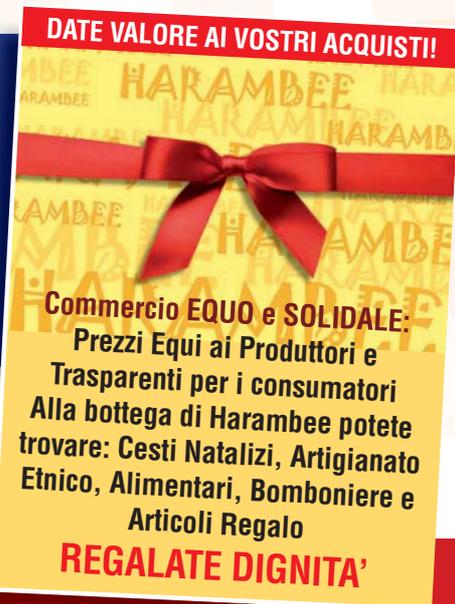
INGREDIENTI: - per 2 persone

160 gr. di mezze penne al farro, 120 gr. di tonno in scatola, 2 pomodori, 1 mazzetto di rucola, 1 spicchio d'aglio, olio extra-vergine, sale grosso

RICETTA E PREPARAZIONE

Lavare bene le verdure. Asciugare la rucola con una centrifuga per insalata. Tagliare a cubetti il pomodoro e sminuzzare grossolanamente la rucola, togliendo i gambi duri. Nel frattempo far bollire l'acqua per la pasta. In un mortaio iniziare a creare il pesto di rucola aggiungendo qualche grano di sale grosso per far sprigionare il profumo e il succo alla rucola; il sale aiuta anche a mantenere il colore ben verde. Quando la rucola è ridotta in poltiglia aggiungere olio extra-v. a filo. Buttare la pasta e lessarla al dente (6 minuti circa). In una padella mettere qualche cucchiaio di olio extra-v., uno spicchio d'aglio, che poi toglierete, e i cubetti di pomodoro fresco. Far cuocere 2-3 minuti e aggiungere il tonno sgocciolato dal suo liquido di conserva. Far cuocere altri 2 minuti e spegnere la fiamma. In un piatto piano disporre il pesto di rucola decorando a piacere. Completare con le penne e il pomodoro e tonno. Aggiungere qualche fogliolina di rucola fresca come decorazione, e un filo di olio extra-vergine a crudo.

Qualche informazione su prodotto e produttore. La pasta al Farro della Cooperativa Agricola Iris è fatta con il migliore Triticum Dicoccum coltivato in Italia. Questo grano è una varietà robusta e resistente al freddo adatta per terreni aridi e ventosi, ma non per coltivazioni intensive, garantendo ritmi e rese esclusivamente naturali. Il Triticum Dicoccum è un antichissimo cereale già coltivato all'epoca degli Etruschi e trova il suo habitat naturale sulle colline del Centro-Nord Italia. Il farro è il cereale meno calorico in assoluto (335cal/100 gr). La pasta di farro possiede un alto contenuto di fibre che consentono il controllo dell'appetito e per questo è sempre più spesso consigliato nelle diete dimagranti. La pasta di farro inoltre ha un bassissimo tenore di colesterolo e contiene calcio, importante per prevenire l'osteoporosi. La pasta di farro ha un gusto particolarmente ricercato e rappresenta una valida alternativa per chi non tollera il glutine del grano duro. Iris propone la pasta di Farro sia nella versione semi integrale, che si presenta più chiara, sia in quella integrale, che si presenta più scura.



HARAMBEE



Associazione o.n.l.u.s. e Cooperativa
Viale Betulle, 01 - 24050 Calcinatè (Bg)
Tel. e Fax 035/843.741
www.onlus-harambee.com
info@onlus-harambee.com

Per effettuare donazioni ai progetti e per i sostegni a distanza, utilizzate solo il seguente codice IBAN:
IT260 07601 11100 0000 1363 8259

RICORDATE CHE I VERSAMENTI SONO FISCALMENTE DETRAIBILI!