

## Senegal e Gambia

### "Insieme" Senegal

*...Lo sapevate? Il Senegal è il Paese di provenienza di una delle più numerose comunità di immigrati in Italia. Viaggeremo a ritroso sulle loro orme, per conoscere la cultura, le tradizioni, la società e i costumi di questo Paese.*

*Il Senegal è anche uno stato molto interessante dal punto di vista naturalistico, dove la vegetazione cambia in un batter d'occhio. Si passa dal deserto del confine Nord con la Mauritania, alla foresta della Casamance. Le sue coste - un Paradiso tanto per gli uccelli che qui nidificano in inverno, quanto per i viaggiatori, che possono godere di spiagge bianche, acque blu e l'ombra dei baobab che si elevano verso il cielo.*

*Senza dimenticare la cucina, nota per esser la migliore dell'Africa occidentale: imperdibile l'esperienza di mangiare yassa da un piatto gigante, condiviso con altre 5 persone.*

*Che dire del Gambia? Altra lingua, altra cultura, ma stesso calore e stessa ospitalità. E' il più piccolo stato africano; con la sua forma allungata sembra un bastoncino nel cuore del Senegal. Sulla mappa, visti insieme, i due Paesi disegnano una forma che ricorda la bocca di un leone...*

### 1° giorno

Ritrovo in aeroporto in base all'operativo del volo e partenza in direzione di **Dakar**.

Arrivo in **nottata**, incontro con il mediatore locale e trasferimento con mezzi privati fino all'hotel **Espace Thialy**. Il tempo previsto per il trasferimento è di circa mezz'ora.

Sistemazione e pernottamento.

*Presso l'Espace Thialy, ha sede l'associazione d'appoggio alle relazioni interculturali in Senegal. L'associazione è gestita in cooperazione tra francesi e senegalesi con l'obiettivo di creare una dimensione di scambio, di comunicazione, di transizione tra le culture in un'atmosfera rilassante e familiare, oltre che cordiale, culturalmente stimolante e dove è possibile incontrare volontari di associazioni e ONG senegalesi, francesi, belghe, spagnole, tedesche che operano in Senegal.*

### 2° giorno

Al **mattino** colazione, momento di conoscenza del gruppo e primo contatto con la realtà senegalese.

Partenza per **Kafrine**, nel cuore del Senegal, vicino a Kaolack. Incontro con i responsabili del progetto **COMI**.

Accoglienza e sistemazione nelle camere.

Spiegazione della gestione e del funzionamento del **Centre d'accueil**.

Cena e spettacolo TamTam e danze della cultura wolof.

*Il COMI si pone come obiettivo il miglioramento delle condizioni di vita dei beneficiari sotto il profilo economico, sociale e sanitario, sostenendo un aumento del livello di reddito e dei servizi di base, e puntando sul rafforzamento dell'associazionismo contadino e femminile.*

### 3° giorno

Al **mattino**, dopo colazione, Tour nella foresta: visita della valle Bao Bolong, il braccio del fiume Gambia, le dighe antisale.

Pranzo al centre d'accueil Pakalà.

Al **pomeriggio** tour nei villaggi dell'Associazione per scoprirne la cultura, i costumi ed i luoghi tradizionali:

**-Ndiobene Diagle:** visita dei luoghi tradizionali e della cultura locale (pratica della circoncisione, matrimonio...)

**-Ndiobene Taiba:** visita delle strutture fornite dall'Ong Comi, previste nel progetto in corso

**-Ndankh,** unico villaggio di etnia Peul, conoscenza del processo di lavorazione del cotone (dal filo alla paigne) presentazione dei prodotti artigianali con accompagnamento musicale- chora e tam tam.

Cena al centre d'accoglienza Pakalà.

Pernottamento.

### 4° giorno

Dopo colazione, visita del villaggio centrale dell'Associazione, **Ndiao Bambaly:**

la piazza del mercato settimanale, la pietra Mam Deich, i tre cimiteri rispettivamente collegati alle tre caste presenti (forgerons, griots, hommes simplex) i siti megalitici, la lavorazione dell'arachide (primo prodotto coltivato nella valle, detta bacin arachidier dopo l'epoca della colonizzazione) e la preparazione tradizionale del **tchaf** (arachidi tostate e salate).

Visita delle strutture di base del villaggio: Poste de Santé statale edella scuola statale.

Pranzo al *centre d'accueil Pakalà*.

Al **pomeriggio** visita nei villaggi circostanti:

**-Keur Mallé:** visita dei luoghi tradizionali del villaggio;

**-Bambaly:** presentazione delle attività dei villageois, problemi e difficoltà riscontrate, organizzazione *villageoise in groupement* per piccoli progetti, esempio della coltivazione della banana;

**-Ndoily:** spettacolo calebasse, presentazione delle attività artigianali.

Cena al *centre d'accueil Pakalà*.

Spettacolo di lotta tradizionale e canti dei Griot.

### **5° giorno**

Colazione e partenza con mezzi privati per la **Casamance** (circa 250 km).

Incontro con i responsabili del **progetto KDES**, sistemazione nel **campment** di **Coubanao** e benvenuto con animazione musicale.

Presentazione dell'associazione e del programma dei successivi due giorni.

*Casamance è una regione del Senegal, a sud del Gambia, che include il Fiume Casamance. Ziguinchor oltre ad essere la terza città del Senegal è il capoluogo di regione.*

*Caratterizzato dal caldo, con montagne e colline a sud-est, l'economia della Casamance si basa largamente sulla coltivazione del riso e sul turismo. Ha anche delle eccellenti spiagge lungo la sua costa, particolarmente a Cap Skirring.*

*La popolazione del clan Jola è il gruppo etnico dominante in Casamance.*

*La Casamance è una regione molto verde caratterizzata da una vegetazione molto ricca e da precipitazioni circa doppi rispetto a quelli di Dakar.*

### **6° giorno**

Visita alla cooperativa produttrice di sciroppi e succhi di frutta.

Pranzo al **campment**.

Visita al **Centro Internet - ADEN** (*Projet d'Appui au Désenclavement Numérique*).

Cena presso il **campement** di Coubanao e pernottamento.

### **7° giorno**

Prima colazione presso il **campement**.

Partenza (accompagnati da una guida del KDES) per la visita ai progetti in corso: Liceo di Coubanao, *Case des tout-petits* (Asilo) e a quelli terminati.

Pranzo e nel **pomeriggio** partenza per **Ziguinchor**, visita al mercato; partenza per **Kap Skirring** con arrivo in serata. Sistemazione presso il **campment** mussuawn, cena e pernottamento.

*Kap Skirring località famosa per le sue spiagge le più belle dell'Africa occidentale.*

### **8° giorno**

Intera giornata di relax al mare a **Kap Skirring**.

### **9° giorno**

Colazione, **mattinata** di relax al mare. Dopo pranzo, partenza per la capitale del Gambia, **Banjul** (200 Km c.a.).

Sistemazione in hotel e serata libera per la visita della città e del caratteristico e mercatino.

*Banjul (in passato Bathurst) è la capitale del Gambia, ed ha una popolazione di 34.589 abitanti, anche se con le zone periferiche raggiunge 523.589 abitanti. È situata sull'isola di ST. Mary, nel punto in cui il fiume Gambia sfocia nell'Oceano Atlantico.*

*Nel 1816, i britannici fondarono Banjul come avamposto commerciale e base per l'espansione del commercio di schiavi. Venne chiamata Bathurst in onore di Henry Bathurst, segretario dell'Ufficio Coloniale, ma il nome cambiò in Banjul nel 1973.*

*Banjul è la principale area urbana del Gambia ed è il centro economico ed amministrativo della nazione. Come quarta nazione più densamente popolata dell'Africa, il Gambia ha più di un'area urbana. La lavorazione delle arachidi è l'industria principale.*

### **10° giorno**

Dopo colazione, visita al museo nazionale d'arte africana del Gambia e visita del **mercato di Serrecunda**, il più grande di tutto il paese. Al **pomeriggio**, relax in spiaggia, cena e rientro in serata in hotel.

### **11° giorno**

Partenza per **Somone** con il caratteristico attraversamento del fiume Gambia in battello. Arrivo in serata, sistemazione e cena presso la casa costruita da uno dei venditori del giornale di strada italiano **Terre di Mezzo**, adibita anche alla ricezione turistica. Incontro con la famiglia.

*Somone è un piccolo villaggio di pescatori sulla Petite Cote. Luogo ideale per un po' di relax al mare, e per la visita dei vicini Joal-Fadiuth e del Sine Saloum*

### **12° giorno**

Escursione al caratteristico villaggio di **Joal-Fadiuth**. Pranzo al villaggio e nel primo **pomeriggio** ritorno a Somone e relax in spiaggia. Cena in hotel e in serata spettacolo di musica e balli.

*Joal Fadiunth villaggio famoso per la tolleranza religiosa e per la convivenza pacifica tra cristiani e mussulmani.*

### **13° giorno**

Relax in spiaggia a Somone e possibilità per chi lo desidera di fare escursione nel delta del **Sine Saloum** in piroga, con pranzo in un villaggio di pescatori. Rientro in serata a Somone.

### **14° giorno**

Dopo colazione, **mattinata** di relax al mare, pranzo e partenza per **Dakar**. Nel **pomeriggio**, visita del **Lago Rosa** e cena in ristorante in riva al lago. In serata, sistemazione all'Espace Thialy.

*Si tratta di un fenomeno raro: il lago deve il suo colore rosa ad alcuni microrganismi e presenta un'elevata salinità. Incontrerete i "raccoglitori di sale" e le popolazioni fulani che vivono nei paraggi del lago.*

### **15° giorno**

Dopo colazione, in **mattinata**, visita del **progetto Yaakar** nel quartiere Medina di Dakar. Pranzo e nel **pomeriggio** visita alla città di Dakar.

Rientro in hotel, cena e pernottamento.

**Il Centro di Formazione di Medina** è impegnato con i giovani del quartiere di Medina sulla marginalità sul commercio equo solidale e sull'ospitalità turistica.

### **16° giorno**

Colazione e partenza per **l'isola di Gorée**. Pranzo sull'isola e rientro a Dakar.

*L'isola di Gorée è dichiarata dall'UNESCO "Patrimonio mondiale dell'Umanità" nel 1978. L'isola è il simbolo della schiavitù delle popolazioni nere: da qui partivano tra il XVII e il XVIII secolo i tanti africani che sarebbero diventati schiavi nelle Americhe e nelle isole atlantiche. Gorée è situata a tre chilometri al largo dalla costa di Dakar.*

Ultime ore dedicate allo shopping per il centro della città e in base all'operativo del volo trasferimento in aeroporto.

Partenza per l'Italia.

Il presente programma può essere soggetto a variazioni, sia prima che in corso di viaggio, in base al clima, alle esigenze dei viaggiatori e delle persone che ospitano il gruppo di viaggiatori.

Delle attività previste durante il viaggio, non sono da considerarsi facoltative le visite alle comunità e ai progetti.

### **Note di viaggio**

Per informazioni sui documenti necessari, sulle vaccinazioni obbligatorie e/o consigliate, il clima, l'abbigliamento..., consultare il documento *Prima di partire..*

### **Amici di viaggio**

L'associazione di volontariato "Insieme nelle terre di mezzo onlus" nasce a Milano nel 2003 ed è composta da lettori e redattori del giornale. L'associazione condivide i valori del giornale e organizza incontri, eventi, manifestazioni locali e nazionali con la finalità di sensibilizzare l'opinione pubblica e la società civile sui temi da sempre patrimonio del

giornale. Inoltre, sostiene i venditori del giornale con azioni dirette di aiuto pratico ed economico. Nel luglio 2004 nasce anche la sezione di Roma di "Insieme nelle terre di mezzo onlus". I Gruppi cittadini di Roma e Milano, operano su direttrici condivise, secondo l'ispirazione comune dettata dallo Statuto, ma con attività diversificate a seconda del contesto locale.

### **Referente locale**

Per i viaggi con minimo 8 persone è previsto l'accompagnatore dall'Italia; inoltre, in loco è prevista sempre la presenza di un referente locale.

### **Quota progetto**

**La quota progetto** di 50 euro a viaggiatore sarà da versare direttamente in loco. In parte sarà versata al **Centro di formazione professionale di Medina** come aiuto alle attività già svolte. L'altra parte verrà versata al centro **Kdes** per finanziare le attività e i progetti attivi in Casamance.

### **Livello di difficoltà**

Il viaggio richiede un medio livello di adattamento. I trasferimenti sono stati pensati per non risultare eccessivamente faticosi, le sistemazioni sono presso *campement* (campeggi con bungalow) a gestione familiare, o guesthouse locali. Le sistemazioni sono dignitose ed essenziali.

Non è possibile garantire l'accessibilità alle persone diversamente abili nelle strutture di accoglienza o di trasporto. Non vi sono controindicazioni per persone adulte o anziane, a condizione che siano in grado di seguire tutte le tappe previste nell'itinerario.

I pasti sono consumati presso ristoranti locali (prediligendo quindi cibi cotti) e presso i *campment*.

### **Quando**

Il presente programma è valido per le date sotto indicate:

| 2008- 2009                         |
|------------------------------------|
| <b>19 luglio- 04 agosto</b>        |
| <b>09 agosto - 25 agosto</b>       |
| <b>12 settembre - 28 settembre</b> |

Le date di partenza e/o arrivo possono subire delle variazioni in base alla disponibilità dei posti sui mezzi di trasporto scelti al momento della prenotazione.

È possibile concordare altre date rispetto a quelle proposte: per maggiori informazioni

vedere il documento *Come viaggiamo*, consultabile sul sito internet o richiedibile

direttamente in agenzia

## Quote

quote a persona per 16 gg  
per un gruppo

| VOCE  | DA 8 A 9<br>PERSONE | DA 10 A 11<br>PERSONE* | OLTRE 12<br>PERSONE* |
|---|---------------------|------------------------|----------------------|
| <b>Quota organizzativa-<br/>tecnica e servizi<br/>d'agenzia</b> | 300,00              | 300,00                 | 300,00               |
| <b>Cassa comune</b>   | 900,00              | 810,00                 | 740,00               |
| <b>Quota progetto</b>   | 50,00               | 50,00                  | 50,00                |
| <b>COSTO TOTALE<br/>DEL PACCHETTO</b>                           | <b>1250,00</b>      | <b>1160,00</b>         | <b>1090,00</b>       |

\* Accompagnatore dall'Italia previsto con 8 persone

### **Il costo totale espresso comprende:**

- compensi di intermediazione;
- assicurazione medico- bagaglio;
- materiale informativo e formazione pre e post-viaggio;
- pernottamenti in strutture locali come da programma;
- tutti i pasti;
- trasporti interni in auto o pulmino privato;
- vitto, alloggio e compenso del referente locale presente per l'affiancamento durante tutto il viaggio;
- accompagnatore dall'Italia (solo sulla base di un gruppo di minimo 8 persone) ingressi ai musei come indicato nel programma.

### **Il costo totale espresso NON comprende:**

- il volo aereo\* di A/R, prenotabile presso l'agenzia ViaggiMiraggi (quota indicativa a partire da 700,00 euro tasse escluse);
- eventuali spese di spedizione dei biglietti aerei e/o dei visti;
- eventuali supplementi di carburante
- spese personali, extra in genere e quanto non espresso nelle voci sopra indicate.

\* **il costo del volo** dipende dalla quotazione del biglietto al momento della prenotazione ed è soggetto a riconferma al momento dell'emissione.

## **Le quote sono soggette a riconferma al momento della prenotazione.**

### **Condizioni di realizzazione**

Il numero minimo di partecipanti richiesto per la realizzazione del viaggio con accompagnatore è di 8.

Il viaggiatore sarà informato 15 giorni prima della partenza del raggiungimento o meno del numero minimo di partecipanti.

### **Iscrizioni**

Per il termine e le modalità di iscrizione consultare il documento *Come viaggiamo*.

### **Informazioni**

Per maggiori informazioni, è possibile rivolgersi presso la sede principale dell'agenzia e/o i punti informativi convenzionati.

Per conoscere quelli più vicini, basta consultare l'elenco pubblicato nel sito [www.viaggiemiraggi.org](http://www.viaggiemiraggi.org).

Chiamare lo 049 661551 o 049 8751997 o scrivere a [viaggi@viaggiemiraggi.org](mailto:viaggi@viaggiemiraggi.org).

Le condizioni generali di viaggio sono reperibili in agenzia o sul nostro sito.

Con la collaborazione tecnica dell'agenzia "Viaggi e Miraggi ONLUS per il Turismo Responsabile";  
per informazioni: [www.viaggiemiraggi.org](http://www.viaggiemiraggi.org)  
Polizza assic. RC n° 749-14-506964 stipulata con  
CAES-Assimoco  
Inviato alla Provincia di Padova ad Aprile 2008