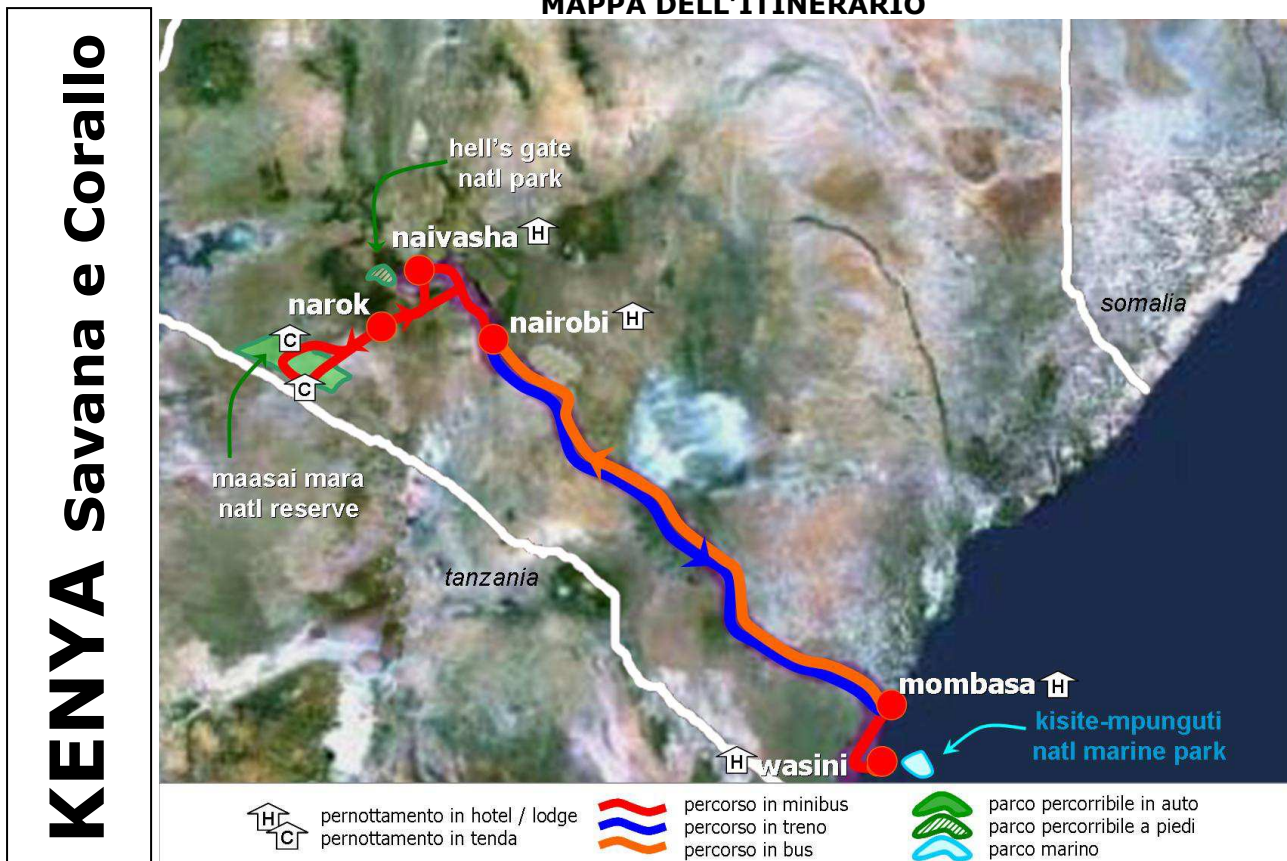


KENYA Savana e Corallo

MAPPA DELL'ITINERARIO



Perché viaggiare responsabile?

Un viaggio di turismo responsabile si basa su principi di equità economica, tolleranza, rispetto, conoscenza e incontro.

Porta a visitare le bellezze naturali, storiche e artistiche del paese visitato, dando però un "valore aggiunto" al viaggio: l'incontro con le popolazioni locali è visto come momento centrale dell'esperienza turistica, rendendo il viaggio un'imperdibile occasione di conoscenza di un altro popolo, delle sue tradizioni, dei suoi usi e costumi, in un'ottica di scambio culturale.

Un viaggio responsabile mira a sostenere le economie locali dei paesi di destinazione utilizzando, per quanto possibile, servizi locali e lasciando dunque la maggior parte dei proventi turistici alle popolazioni locali.

Le comunità visitate sono protagoniste nella gestione del viaggio o di una parte di esso, nonché dirette beneficiarie dei risultati economici che ne derivano.

IL VIAGGIO:

Il Kenya è stato a lungo considerato la meta turistica per eccellenza fra i paesi dell'Africa Orientale: mare e spiagge paradisiache, parchi con animali selvaggi e natura lussureggiante, etnie leggendarie come i maasai, stabilità politica ed economia in crescita, pur con

distribuzione ineguale della ricchezza. Quello che vi proponiamo è un viaggio di conoscenza, ma anche e soprattutto un'intensa esperienza umana, guidati dagli ex-bambini di strada dei centri della Koinonia Community di Nairobi.

Questo viaggio è pensato per dare la possibilità di scoprire le diverse sfaccettature della realtà keniota. Qualche giorno è dedicato alla capitale Nairobi, una delle maggiori metropoli africane, per conoscere la realtà in cui vive la sua popolazione anche attraverso le visite a centri di accoglienza per bambini di strada ed alle baraccopoli di Kibera e Riruta.

Dalla capitale ci sposteremo nella Rift Valley, culla dell'umanità, fino alla riserva nazionale del Maasai Mara, la più famosa del Kenya e forse dell'intero continente africano. Un'occasione unica per scoprire le colline ricoperte da soffici prati, il fiume Mara pieno di ippopotami, coccodrilli e diverse varietà di flora e fauna; ogni anno questa zona è teatro della grande migrazione degli gnu, quando un milione di esemplari si spostano tutti insieme alla ricerca di nuovi pascoli, ed i grandi predatori cacciano con maggior possibilità di successo. Due indimenticabili giorni di safari fotografico, per apprezzare la ricchissima flora e fauna e avvistare, con un po' di fortuna, i *big five*: leoni, leopardi, bufali, elefanti e rinoceronti.

Dalla savana ai grandi laghi salati: vicino al lago Naivasha, dove gli ippopotami pascolano tra i papiri ed i giacinti, proveremo l'emozione unica di pedalare fra gazzelle e giraffe all'interno dell'Hells Gate National Park, dove i più avventurosi si potranno anche spingere nell'impressionante canyon che dà il nome al parco. Raggiungeremo infine la costa, dove incontreremo la storia e la cultura *swahili*, oltre a godere l'incanto dell'isoletta corallina di Wasini, sul confine con la Tanzania.

PROGRAMMA DI VIAGGIO:

1° GIORNO

Partenza dall'Italia, pernottamento in aereo.

2° GIORNO

In mattinata arrivo a Nairobi e incontro con l'accompagnatore italiano. Ci trasferiamo in centro città: la capitale del Kenya, con i suoi alti grattacieli e l'architettura moderna, presenta fortissimi contrasti già visibili osservando la gente che la popola: ragazze in tailleur e tacchi e uomini d'affari in giacca, cravatta e vari cellulari, mentre per la stragrande maggioranza della popolazione è evidente che trovare ogni giorno qualcosa da mangiare può essere un problema. Dopo esserci sistemati in hotel raggiungeremo il quartiere periferico di Dagoretti, ed alla Shalom House incontreremo un responsabile della Koinonia Community; la Shalom House è un centro polifunzionale dove hanno sede molte attività (associazioni, scuole professionali, etc) avviate negli ultimi dieci anni da Koinonia. Avremo un'introduzione sulla storia di questa comunità e sui progetti: Kivuli Street Children Community, Anita's Home, Shalom House, Ndugu Mdogo, Africa Peace Point, etc. Pranziamo alla caffetteria della Shalom House. Nel pomeriggio rientreremo in centro città per la cena ed il pernottamento in *hotel*.

3° GIORNO

Mattinata a spasso per il centro di Nairobi: visiteremo il coloratissimo City Market, dove avremo modo di osservare artigianato proveniente soprattutto dal Kenya ma anche da molti altri Paesi africani: maschere, statue in legno e in pietra saponaria, magliette e camicie, parei, sandali, monili vari.. non mancheranno le occasioni di negoziazione! Ci trasferiremo quindi in periferia, nella baraccopoli di Riruta Satellite, dove ha sede il Kivuli Street Children Project, un centro residenziale che ospita una sessantina di ex bambini di strada. In compagnia di un responsabile visiteremo gli spazi comuni e ci racconteranno le varie attività che si svolgono al centro e, dopo il pranzo nella caffetteria del centro, potremo osservare i laboratori artigianali dove i ragazzini imparano un mestiere (batik, palloni, biglietti e altri oggetti in carta riciclata, intaglio del legno, meccanica, etc). Nel pomeriggio rientreremo in centro città prima di provare la calda e teatrale ospitalità africana, a cena dalla famiglia di Kamau. Pernottamento in *hotel*.

4° GIORNO

Dopo colazione lasceremo la città e, viaggiando in minibus, continueremo sull'altipiano per una cinquantina di chilometri, fino ad affacciarci sulla spettacolare vista della Rift Valley, l'immensa

fenditura nella crosta terrestre che attraversa l’Africa dalla Tanzania fino al Sudan: si dice che sia qui che è iniziata la storia dell’umanità! Resteremo all’interno della Rift Valley per i successivi quattro giorni. Scenderemo la scarpata che in meno di mezz’ora ci porterà dal clima fresco dell’altipiano a quello caldo e polveroso della valle. Raggiungeremo Narok, ultima cittadina di una certa rilevanza prima della savana, pranzeremo e approfitteremo per fare la spesa per i pasti dei giorni successivi. Dopo un altro centinaio di chilometri saremo quindi all’entrata della Riserva Naturale del Maasai Mara. Il Mara, uno dei parchi kenyoti in terra maasai e forse il più conosciuto del Paese, offre, in un’area sufficientemente contenuta, savane, praterie, verdi colline e fitte foreste. Animali selvaggi in abbondanza, fra cui tutti e cinque i *big five* (leone, leopardo, elefante, rinoceronte, bufalo), e la grandiosa migrazione degli gnu, dal vicino Serengeti in Tanzania attraverso il fiume Mara, per raggiungere i verdi pascoli kenyoti. Ci sistememo in un campeggio vicino all’Ololaimutiek Gate, prepareremo la cena ed allestiremo il campo; pernottamento in *tenda*.

5° GIORNO

Game drive nella riserva all’alba, orario di caccia dei predatori. Passeggeremo nei dintorni della pozza degli ippopotami, lungo il fiume Mara, con l’accompagnamento di un ranger del parco, osservando la vita di questi goffi e feroci animali e quella dei loro principali nemici: coccodrilli e altri predatori. Pranzeremo a picnic nei pressi di un gate. Prima del tramonto raggiungeremo un campeggio vicino al Talek Gate e prepareremo il campo. Ceneremo in un piccolo ristorante di Talek, e pernosteremo in *tenda*.

6° GIORNO

Game drive all’alba ai confini della riserva. Dopo una tardiva colazione partiremo per Narok, dove pranzeremo, e da qui proseguiremo fino a raggiungere la cittadina di Naivasha e le sponde del lago. Qui ci si sistememo in bungalows sparsi in un parco di acacie fra scimmie, colobi bianchi e neri, e marabù; una bellissima area campeggio degrada con un prato verde fino alla riva del lago, lambita da papiri e giacinti e frequentata da bufali ed ippopotami: dal tramonto all’alba la zona costiera è inaccessibile alle persone, per permettere agli animali di uscire dall’acqua e cercare il cibo tra la fitta vegetazione. Cena e pernottamento in *hotel*.

7° GIORNO

Con la guida luo David Kilo esploreremo l’Hell’s Gate National Park, un parco in cui non si trovano i grandi carnivori ed è quindi possibile l’entrata in bicicletta o a piedi. Pedaleremo quindi, nelle praterie circondate da pareti e pinnacoli di roccia, fra zebre, gazzelle, antilopi, giraffe e facoceri. Pranzeremo a picnic nel parco, facendo attenzione ai numerosi branchi di babbuini, e ci avventureremo lungo il corso del torrente alla base del canyon che dà il suo diabolico nome al parco. Rientreremo infine per la cena ed il pernottamento in *hotel*.

8° GIORNO

David Kilo ci accompagnerà in una gita in barca sul lago, dove potremo osservare molti uccelli (fenicotteri, cicogne, aquile, etc) e pescare (o acquistare il pesce dai pescatori locali!). Faremo poi una passeggiata per la Crescent Island National Reserve, in mezzo agli animali. Pranzeremo in un ristorante affacciato sul lago, e poi partiremo per rientrare a Nairobi per la cena ed il pernottamento in *hotel*.

9° GIORNO

Giornata dedicata a Ndugu Mdogo (in swahili *piccolo fratello*), centro di prima accoglienza per bambini di strada della Koinonia Community, che ha sede nella baraccopoli di Kibera, una delle più grandi e densamente popolate di Nairobi. Saremo ospiti di Jack, il responsabile del centro, e dei bambini. Ci racconteranno l’attività che gli operatori della Koinonia Community mettono in piedi per avvicinare questi bambini ed il processo di recupero: dopo un periodo al centro, durante il quale si cerca di entrare in contatto con le famiglie di origine dei ragazzini per valutare se ci siano le condizioni per il loro reinserimento, in caso negativo i ragazzini vengono assegnati ad altri centri della Koinonia, come Kivuli a Riruta Satellite o Ndugu Mdogo Kerarapon subito fuori dalla città verso Ngong. Il centro è gestito in modo molto partecipativo, con i ragazzi che sono responsabili, oltre che della propria igiene personale, dell’igiene collettiva e della preparazione dei pasti (aiutati da alcune ragazze del quartiere).

Trascorreremo la giornata giocando e cantando con i piccoli maghi che ci faranno tornare al mondo fatato dell'infanzia, e ci accompagneranno a spasso per Kibera; pranzeremo tutti insieme al centro. Nel pomeriggio rientreremo in città per recarci alla stazione ferroviaria, dove ci imbarcheremo sul treno che ci porterà a Mombasa. La ferrovia keniana, costruita dagli inglesi, ha mantenuto un'aura del fascino del periodo coloniale: su carrozze sferraglianti personale in livrea servirà la cena, mentre all'esterno scorrono le immagini della campagna e dei parchi attraversati, e dormiremo in cuccetta.

10° GIORNO

In mattinata arriveremo a Mombasa, la caotica capitale della costa keniana. Qui il traffico è molto intenso, l'inquinamento alto, e le temperature non aiutano: tutto l'anno è piuttosto caldo e umido. Partiremo in minibus verso sud e, dopo aver passato il fiume a Likoni, ci dirigeremo lungo la costa, fino a giungere a Shimoni, un piccolo villaggio non lontano dal confine con la Tanzania. Qui potremo visitare le *Slave Caves* (grotte degli schiavi): il progetto turistico che ruota attorno alle grotte, molto ben gestito, è portato avanti da un'associazione di villaggio che sostiene economicamente gli insegnanti e promuove campagne sulla salute. Una barca ci condurrà sull'isola di Wasini, prospiciente Shimoni, e ci sistemereemo nel lodge dove saremo ospitati nei giorni sull'isola. Circondata da una barriera corallina, è un paradiso per le immersioni e per la pesca d'altura (*marlin* e *barracuda* del vicino canale di Pemba). L'isola stessa è interamente in corallo fossile! Avremo un po' di tempo per fare una passeggiata tra le sabbiose stradine del paese, prima della ricca cena e del pernottamento al *lodge*.

11° GIORNO

Dopo un'abbondante colazione partiremo per una gita in *dhow* (l'imbarcazione tipica di questa parte di oceano, con la caratteristica vela triangolare) nel Parco Marino di Kisite-Mpunguti. Questo parco è costituito da un'area marina comprendente quattro isolotti circondati dalla barriera corallina. Normalmente si avvistano delfini nel canale di Shimoni, e tra agosto e ottobre anche una varietà di balene. Altra fauna acquatica: la murena e le tartarughe di mare. Avremo a disposizione l'attrezzatura da *snorkeling*, ma potremo anche semplicemente farci cullare dall'acqua cristallina, o passeggiare sugli isolotti di sabbia bianca che emergono solo in condizioni favorevoli di marea. Rientrati a Wasini, avremo il resto del pomeriggio libero per passeggiare per l'isola e visitare il *Coral Garden* (giardino di corallo), antiche formazioni coralline fossilizzate sulle quali mangrovie e altre piante acquatiche hanno creato vere e proprie sculture, cangianti con le maree. La comunità femminile dell'isola ha avviato e gestisce un progetto turistico, come nel caso delle grotte di Shimoni, e ha costruito una passerella in assi di legno rialzata rispetto all'acqua. Cena e pernottamento al *lodge*.

12° GIORNO

Giornata di relax sull'isola di Wasini: in compagnia di George exploreremo il centro dell'isola, dove sorgono estese piantagioni di palme da cocco, ed il villaggio di pescatori. Pasti e pernottamento al *lodge*.

13° GIORNO

Lasceremo l'isola di Wasini, per rientrare a Mombasa in minibus. Arrivati in città ci sistemereemo in hotel, ospitato in un bel palazzo coloniale, e poi partiremo a piedi per l'esplorazione della città in compagnia di una guida. La Old Town (città vecchia) è un'oasi all'interno della città, vicina al porto, abitata quasi esclusivamente da una comunità musulmana, e con poca circolazione di auto; il quartiere, oltre ad ospitare i più accreditati antiquari della città e alcuni ristoranti (indiani, swahili) degni di nota, presenta la caratteristica architettura swahili: costruzioni in calce bianca, perennemente macchiata dall'umidità del mare, con balconi e finestre decorati in legno splendidamente intagliato. Un'altra caratteristica dell'architettura locale sono le porte, sempre in legno, recanti decorazioni in forma di bassorilievo ed i cui motivi sono tipici di una delle innumerevoli etnie che sono passate di qui. Passeggeremo per le stradine della città vecchia, visiteremo la popolare zona del Grande Mercato, dove saremo invitati ad assaggiare ogni sorta di frutto esotico esposto, e ci rinfrescheremo nei parchi cittadini sorseggiando il latte di cocco. Infine ceneremo in un ristorante in città vecchia e pernosteremo in *hotel*.

14° GIORNO

Partiremo in autobus per rientrare a Nairobi: il paesaggio è sempre meno verde, gli alberi più bassi, e le moschee sono via via sostituite dalle chiese; cominceremo a salire verso le vaste aree collinari che ospitano i due parchi nazionali dello Tzavo, attraversati dalla Nairobi-Mombasa, fino a giungere all'ampia zona industriale della periferia sud-est della capitale, e infine alla stazione. Cena in città e pernottamento in *hotel*.

15° GIORNO

Se l'orario di partenza del volo per rientrare in Italia lo permette, dedicheremo l'ultima giornata a passeggiare per il centro di Nairobi: potremo visitare il mercato maasai, fare una breve passeggiata all'*arboretum*, un bellissimo parco cittadino con piante centenarie provenienti da ogni parte del mondo, ritrovo abituale dei giovani di Nairobi, e pranzare alla caffetteria del YMCA (ostello), un'oasi rinfrescante e tranquilla, dove avremo anche la possibilità di fare un tuffo in piscina. Ci trasferiremo quindi all'aeroporto per il rientro in Italia.

Il programma di viaggio può subire variazioni sia per quanto riguarda gli incontri che l'itinerario. Tali modificazioni possono essere determinate dalla momentanea indisponibilità delle comunità ospitanti o da variazioni delle condizioni sociali ed ambientali che si determinano nel momento in cui si effettua il viaggio.

PRINCIPALI DISTANZE:

Nairobi - Maasai Mara	<i>minibus</i>	273 km
percorso all'interno del Maasai Mara	<i>minibus</i>	150 km
Maasai Mara - Naivasha	<i>minibus</i>	178 km
Naivasha - Nairobi	<i>minibus</i>	50 km
Nairobi - Mombasa	<i>treno</i>	423 km
Mombasa - Shimoni a/r	<i>minibus</i>	160 km
Mombasa - Nairobi	<i>bus</i>	423 km
	TOTALE	1657 km
	media/giorno	118 km

PROGETTI SOSTENUTI

Una percentuale del costo dei servizi in Kenya viene accantonata come *quota progetti*, un aiuto concreto per la realizzazione di progetti ad opera di associazioni locali o comunque operanti sul territorio. Il sostegno avviene, oltre che con la *quota progetto*, anche con altri metodi, a seconda della tipologia. Durante questo viaggio vengono sostenuti, attraverso la *quota progetto*, due a scelta tra i seguenti:

Koinonia Community, fondata dal padre comboniano Renato Kizito Sesana e formata da giovani professionisti e studenti di Nairobi; il viaggio supporterà attraverso una parte della quota progetto uno tra i tanti avviati in più di dieci anni di attività della Koinonia Community, da selezionare in base alle visite effettuate ed alle necessità del progetto stesso, tra cui:

- ***Shalom House***: centro di aggregazione per attività di pace, con pensione, mensa, ristorante italiano, sale riunione, internet point, varie associazioni e una scuola di informatica; il supporto può avvenire con la fruizione di pasti e pernottamenti
- ***Kivuli Street Children Project***: centro residenziale per bambini di strada, nella baraccopoli di Riruta Satellite, Nairobi; il centro accoglie laboratori professionali, scuole di lingue e di informatica, e un'officina meccanica; il supporto può avvenire attraverso l'incontro con la comunità e con la fruizione di pasti e pernottamenti e con la *quota progetto*
- ***Ndugu Mdogo***: Ndugu Mdogo (*piccolo fratello* in kiswahili) ha il suo centro di prima accoglienza a Kibera, Nairobi: qui i ragazzini di strada possono restare alcuni mesi durante i quali il centro valuta se sia possibile il loro reinserimento in famiglia; il supporto può avvenire con la fruizione di pasti e con la quota progetto

- La Casa di Anita: comunità di bambine di strada a Ngong; come Kivuli ma per bimbe, è posto fuori città per evitare al massimo le tentazioni dello slum per le ragazzine (prostituzione); la caratteristica di questa comunità è quella di ospitare le bimbe in famiglie naturali, in modo che possano avere genitori adottivi e fratelli e sorelle adottivi (i figli biologici delle tre coppie); il supporto può avvenire attraverso l'incontro con la comunità e con la fruizione di pasti e pernottamenti e con la quota progetto
- GtoG Collection (Get TOgether Girls): è un progetto avviato da Grace all'interno della Casa di Anita, e consiste in una scuola di sartoria per le ex ospiti di Anita: realizzano su ordinazione abiti e borse che vendono a Nairobi e in Europa; il supporto può avvenire attraverso la quota progetto.

MODALITA' DI EFFETTUAZIONE DEL VIAGGIO

Accompagnatore italiano e vari accompagnatori locali; l'accompagnatore italiano è un accompagnatore non professionista che funge da coordinatore e mediatore linguistico-culturale.

Trasporti interni in minibus con autista, oltre a spostamenti in taxi, *matatu* (minibus pubblico), treno, autobus e barca.

Pernottamenti in hotel / lodge ed in tenda; in generale il bagno e la doccia sono privati ed i pernottamenti sono previsti in camera doppia.

Pasti in ristoranti, comunità, cooperative, a picnic. Si richiede collaborazione per la preparazione dei pasti durante i picnic.

Eventuali richieste particolari vanno segnalate in anticipo (vegetariani, intolleranze alimentari, etc).

E' richiesto ottimo spirito di adattamento e reale motivazione a conoscere lo stile di vita kenyota.

COSTO DEL VIAGGIO

Calcolato su 12 persone: € 1600 + \$ 245 + volo aereo

Calcolato su 10 persone: € 1715 + \$ 250 + volo aereo

Calcolato su 8 persone: € 1805 + \$ 250 + volo aereo

Calcolato su 6 persone: € 1835 + \$ 275 + volo aereo

Calcolato su 4 persone: € 1955 + \$ 285 + volo aereo

Costo volo aereo a partire da € 700 (tasse incluse)

La quota comprende:

- tutti i pernottamenti
- pasti e bevande (escluse bevande alcoliche)
- biglietto dell'autobus tra Mombasa e Nairobi; matatu (minibus locali) e taxi in città
- tutte le entrate ai parchi e riserve, inclusa l'entrata dei mezzi e degli autisti
- accompagnatore italiano
- guide locali
- percentuale a sostegno dei progetti visitati
- noleggio del/dei minibus con autista (per i giorni previsti dal programma), incluse tutte le assicurazioni
- carburante
- biglietto del treno tra Nairobi e Mombasa
- assicurazione medica (con un massimale di 30.000 €)
- assicurazione contro annullamento del viaggio
- organizzazione tecnica
- spese di segreteria

La quota non comprende:

- visto d'ingresso in Kenya (50\$)
- mance
- spese personali
- noleggio dell'attrezzatura da campeggio (se necessario)
- tutto quanto non espressamente indicato ne 'La quota comprende'

Nota: la cifra stabilita prevede un certo tipo di vitto e alloggio e nel caso si desiderino delle sistemazioni diverse, il maggior valore sarà a carico del cliente.

NUMERO MASSIMO PARTECIPANTI: 12

NOTIZIE UTILI

BIMBI: In generale l'itinerario è adatto anche a viaggiatori con **ragazzi sopra i 12 anni**, purché animati da molta curiosità e disponibili alla pazienza nei lunghi spostamenti in minibus: i *game drive* e le passeggiate nei parchi li ricompenseranno!

CLIMA: Dal momento che il Kenya si trova più o meno a cavallo dell'equatore, non esiste sostanziale differenza di clima tra una stagione e l'altra. Va detto, tuttavia, che in alcune stagioni (aprile-giugno e novembre-dicembre) le precipitazioni sono più frequenti. Questo può avere un impatto soprattutto sulla percorribilità di alcuni tratti (sterrate fangose), per cui il programma potrebbe essere modificato, anche all'ultimo minuto, per tener conto dello stato delle strade.

Il clima di Nairobi e della Rift Valley è fortemente influenzato dalla sua altitudine (si trova infatti a 1600mt), per cui in generale di notte fa piuttosto freddo e di giorno, se c'è il sole, molto caldo; nelle stagioni delle piogge (marzo- luglio, ed in misura minore ottobre-novembre) anche di giorno può essere piuttosto freddo e umido.

Nella riserva del Maasai Mara esiste una stagionalità dovuta alle migrazioni delle mandrie (soprattutto di gnu e zebre) verso e dal vicino Serengeti (in Tanzania): lo spettacolo della migrazione, soprattutto ad agosto-settembre, è unico. Di contro, in alcuni periodi dell'anno nella riserva ci sono molti meno animali. Questo toglie poco, comunque, al fascino della riserva stessa.

Nella zona del lago Naivasha, il clima è molto caldo e polveroso durante il giorno, ma piacevolmente fresco la sera.

Sulla costa, da Mombasa a Wasini, fa molto caldo tutto l'anno, e spesso è umido. A Wasini, essendo un'isola, è spesso ventoso. Durante i mesi delle piogge le immersioni sono sconsigliate perché il fondo, agitato per il maltempo, è fangoso ed i pesci poco visibili, e possono esserci molte alghe.

CHE COSA PORTARE: Zaino, zainetto, magliette, maglie medio peso, almeno una maglia/pile pesanti, una giacca antipioggia, scarpe comode per camminare, sandali, costume da bagno, occhiali e creme da sole, copricapo, sacco a pelo, sacco lenzuolo, un asciugamano, una torcia a batteria, repellente per le zanzare, una zanzariera da sistemare sul letto, binocolo per vedere gli animali (può essere sostituito da una macchina fotografica con un buono zoom).

Nota: gli organizzatori mettono a disposizione alcune **tende da campeggio**, ma potrebbero essere necessarie altre tende e materassini: contattare l'agenzia prima della partenza per accordi.

Si raccomanda di consultare la "MiniGuida del Turista Responsabile – edizione Kenya" per info dettagliate sull'abbigliamento consigliato, soprattutto per le donne, al fine di non risultare irrispettosi nei confronti della cultura locale.

DOCUMENTI: Per entrare in Kenya sono necessari il *passaporto* ed il *visto turistico*. Il passaporto deve avere corso di validità di almeno 6 mesi dalla data di entrata nel paese. Il visto turistico costa 50\$, vale 3 mesi e può essere richiesto prima della partenza oppure in aeroporto all'arrivo a Nairobi.

VALUTA: La valuta locale è lo scellino kenyota (KSh oppure KES) suddiviso in 100 centesimi. Lo scellino viene colloquialmente chiamato *bob*. E' consigliabile controllare il cambio prima della partenza. Per cambiare contante (euro o dollari) o travellers' cheque è necessario rivolgersi alle banche o agli uffici di cambio autorizzati (conservare la ricevuta per eventuali controlli). Esistono, in tutte le città e cittadine del paese, banche con sportelli automatici dove è possibile prelevare valuta locale con la carta di credito (purché abilitata al prelievo all'estero); viceversa, i pagamenti con carta di credito sono accettati molto di rado. Nelle zone

rurali, anche molto ampie, può essere difficile trovare una banca o anche solo un ufficio cambio.

Il visto in aeroporto si acquista in dollari ed in euro.

Le entrate ai parchi sono generalmente da corrispondere in dollari (ma in generale espongono anche il prezzo in valuta locale).

Si ricorda che è illegale cambiare il denaro per strada.

FUSO ORARIO: Il fuso orario del Kenya è 3 ore avanti rispetto al meridiano di Greenwich, quindi 2 ore avanti rispetto all'Italia. Non esiste l'ora legale, di conseguenza quando in Europa c'è l'ora legale il Kenya è avanti di 1 sola ora rispetto all'Italia.

ELETTRICITA': La corrente elettrica è erogata a 240V e le prese sono a due fori. Non aspettatevi di trovare una presa di corrente in tutte le pensioni o case private.

TELEFONI & INTERNET: Per telefonare dall'Italia al Kenya è necessario comporre il prefisso +254 cui far seguire il numero desiderato preceduto dal prefisso della località senza lo 0. Per telefonare dal Kenya in Italia digitare il prefisso +39 seguito dal numero dell'abbonato.

Esistono ovunque *posti telefonici pubblici*, con telefoni a moneta o a scheda: spesso sono semplici gabbiotti. In alternativa si può acquistare una scheda telefonica per il cellulare. Telefonare e anche ricevere telefonate sul proprio cellulare italiano è estremamente costoso.

Anche gli *internet point* abbondano nel paese, e potrete collegarvi ad un costo variabile, intorno ai 2.5 KShs al minuto: in generale le connessioni sono molto lente ed instabili, tranne in alcuni posti a Nairobi, dove è anche possibile collegarsi con il proprio portatile.

LA SALUTE DURANTE IL VIAGGIO: Non ci sono vaccinazioni obbligatorie per entrare nel paese, ma la vaccinazione contro la febbre gialla è raccomandata (oltre che essere obbligatoria se si proviene da paesi dove questa malattia è presente). A Nairobi la malaria non è un rischio comune, mentre in altre zone del paese è più diffusa; si consiglia di consultare il proprio medico per decidere se e quale profilassi seguire. In ogni caso, è consigliabile prendere qualunque precauzione per evitare di essere punti dalle zanzare.

Inoltre in questo paese sono frequenti i disturbi gastro-intestinali, principalmente dovuti al caldo ed all'igiene alimentare. E' consigliabile quindi seguire qualche precauzione igienica come bere acqua in bottiglie chiuse ed evitare di mangiare verdura cruda, frutti di mare e frutta non sbucciata. Inoltre è necessario non esporsi con la testa al sole senza copricapo, e le bevande fredde e l'aria condizionata dovrebbero essere ridotti al minimo. Consultare il proprio medico per valutare se conviene fare la vaccinazione antitetanica e antiepatite.

E' sempre bene avere con sé una piccola farmacia da viaggio, con aspirina (o analogo antipiretico/ antidolorifico/ antinfiammatorio), antistaminici, antibiotici e disinfettanti intestinali, lozioni anti-insetti, creme solari ad alta protezione, cerotti, antisettici.

LINGUE/ETNIE: Le lingue ufficiali sono kiswahili e inglese. Il kiswahili è una lingua 'inventata' per permettere lo scambio tra tribù di etnie differenti, mentre l'inglese deriva dal periodo della colonizzazione. Chiunque abbia seguito almeno qualche anno di educazione primaria parla inglese, anche se ovviamente non ci si può aspettare un inglese proprio oxfordiano. Nelle zone rurali, desertiche, isolate, prevalgono le lingue proprie dell'etnia che vi abita: ovviamente, più ci si allontana dalle strade principali meno si ha la probabilità di incontrare gente che parli anche qualche parola d'inglese.

Le etnie principali del Kenya sono maasai (Maasai Mara, Amboseli), kikuyu (Nakuru, Naivasha, Mt Kenya), meru (tra Meru ed Embu), luo (Kisumu, Naivasha), turkana e samburu (Rumuruti), akamba (o *ukambani*, all'Amboseli e nella zona delle Taita Hills), swahili (lungo la costa), amu (a Lamu). Sulla costa sono presenti numerose colonie arabe ed indiane, oltre a profughi somali. A Nairobi sono presenti tutte le etnie kenyote, e si trovano profughi rwandesi e del Centrafrica.

Questo itinerario permette una profonda interazione con le comunità locali, soprattutto quelle dei quartieri più poveri di Nairobi: è particolarmente importante tenere a mente alcuni consigli di buon comportamento (vedi MiniGuida del Turista Responsabile - edizione Kenya).

LA CUCINA: La cucina kenyota dell'interno non è molto varia: il piatto nazionale, che troverete ovunque, è il *nyama choma*, ovvero carne alla griglia (manzo, pollo, tacchino, montone) condita con un po' di sale. Come contorno, l'*ugali* (polenta bianca), il *sukumawiki* (spinaci piccanti), patatine fritte. Per la colazione, tè o caffè con i *mandazi* (frittelle leggermente dolci). Nella zona del lago Naivasha si può gustare il *pesce di lago*. Nella regione del Mt Kenya molti piatti sono a base di fagioli neri. A Nairobi ci sono ristoranti di varie cucine del mondo, in particolare da segnalare l'etiope (dove si può gustare lo *zighini*).

Un discorso a parte merita invece la cucina *swahili* che si trova lungo tutta la costa: una cucina ricca e molto curata, in cui abbondano le ricette di pesce, insaporite con numerosissime spezie e che riflette appieno le contaminazioni arabe e indiane. Per quanto riguarda le bevande, oltre all'*acqua* (verificare sempre che la bottiglia sia chiusa con sovrappacco di plastica integro: per chi non è abituato all'acqua della zona un'imprudenza può significare un fastidio per tutto il viaggio), si beve *soda* (termine generico che include tutte le bevande gasate) oppure *birra* (la marca locale è la Tasker). Quasi ovunque si trovano anche *superalcolici*, ma attenzione che ne circolano, soprattutto nei quartieri poveri o nelle baraccopoli delle grandi città, di illegali, che mandano all'ospedale quando non sono addirittura letali. Un posto di riguardo lo merita il tè, spesso preparato con latte e zenzero (il *chai* indiano).

Infine da non dimenticare la *frutta tropicale*: banane, ananas, mango, papaia e cocco, sono spesso il protagonista ideale della colazione.

DA LEGGERE: Vi consigliamo qualche link e qualche lettura per pregustare le atmosfere che ritroverete durante il vostro viaggio:

www.kizito.blogspot.org

Informazioni aggiornate sulla situazione in Kenya e Zambia, viste dall'occhio di chi ci vive; a cura di Padre Renato Kizito Sesana

www.amaniforafrica.org

Amani supporta dall'Italia le attività della Koinonia Community, anche attraverso l'organizzazione di campi estivi di lavoro

The Black Pinocchio - Le avventure di un ragazzo di strada, di Giulio Cederna e John Muiruri, percorso fotografico a cura di Giuliano Matteucci - 2005 - Giunti Editore

Questo libro e lo spettacolo teatrale "Pinocchio Nero" raccontano con parole, gesti, disegni e fotografie la storia dei chokora, i ragazzi-spazzatura degli slum di Nairobi. Una storia collettiva che prima d'oggi non era mai uscita dai confini dei ghetti.

In Africa, di Raffaele Masto - 2003 - Sperling & Kupfer Editore

L'Africa che conosciamo dai giornali e dalle televisioni è una realtà che compare in modo intermittente come teatro dell'ennesimo colpo di stato, di conflitti presentati come scontri tribali o di periodiche catastrofi naturali. Eppure il continente nero meriterebbe di essere conosciuto meglio dell'Occidente, che con il colonialismo ne ha pesantemente condizionato lo sviluppo economico e con la globalizzazione continua a influenzarne le dinamiche sociali e politiche. Perché questo immenso paese, con la sua popolazione giovanissima e desiderosa di cambiamento, rappresenta senza dubbio il futuro dell'umanità. In questo reportage, Raffaele Masto ha condensato un'esperienza giornalistica di quindici anni ... La sua indagine dei fatti storici, appassionata e ricca di informazioni, mantiene sempre in primo piano le vicende umane che vi si intrecciano: quelle dei bambini guerriglieri, dei profughi, dei sopravvissuti a lotte così esasperate da vanificare la distribuzione fra vittime e carnefici. E questo non è solo il risultato di una scelta narrativa, ma della convinzione che non sarebbe possibile comprendere una realtà così drammatica, complessa e vitale senza mettere in gioco le proprie emozioni.

Occhi per l'Africa, di Renato Kizito Sesana - 1999 - EMI

Oggi il mondo è pronto ad abbandonare l'Africa come un continente inutile... Non c'è quindi più speranza per l'Africa? Non c'è speranza se si legge la storia attraverso le statistiche economiche, gli indici di borsa, la voglia di profitto. Ma c'è speranza se si guarda alto sull'orizzonte. La speranza più grande è fondata sulle risorse umane. C'è un'Africa che è fatta di gioia, di saggezza antica, in cui i rapporti umani sono al centro della vita. Un'Africa in cui i figli del continente, insieme a uomini e donne arrivati da fuori, stanno vivendo nuove esperienze di condivisione.

Africa la pentola che bolle - Politica, economia e società - di Jean Léonard Touadi, 2003 - EMI

Africanisti più o meno aggiornati, esperti di progetti di cooperazione 'pret-a porter', 'sviluppatori' di professione incapaci di autocritica sul proprio operato, volontari poco fiduciosi nelle capacità degli africani di risollevarsi, aspettano sul greto del fiume di vedere passare il cadavere dell'Africa. Ma nonostante l'instabilità politica, i fallimenti dei modelli economici, le guerre e le carestie, il cadavere non è ancora passato e i popoli africani hanno distolto lo sguardo dal cielo degli aiuti per rivolgerlo verso la valorizzazione della loro terra.

Racconti Africani, autori vari - Energheia

L'associazione culturale ENERGHEIA, costituita nel 1989 a Matera, svolge la propria attività nell'ambito della ricerca e della realizzazione di iniziative legate a nuovi strumenti di espressione giovanile. Il Premio letterario Energheia-Africa Teller è nato cinque anni fa dalla collaborazione tra l'associazione Energheia e la rivista Nigrizia (padri comboniani) e si rivolge ai ragazzi del continente africano. Protagonista del concorso è l'Africa in una delle dimensioni, quella letteraria, meno conosciuta e sicuramente lontana dai cliché con i quali siamo abituati a considerarla. In primo piano, infatti, non è l'Africa delle guerre, della violenza e della povertà ma un'Africa dignitosa e con tanta voglia di raccontarsi.

Il vaso magico. Favole e leggende dei Giriama del Kenya, di Mela Tomaselli - Edizione Emi

I primi Giriama che abbiamo incontrato erano bambini. Abbiamo chiesto loro: "Ci raccontate una favola?", ma conoscevano solo quelle che avevano imparato a scuola, che non erano del loro paese.

Allora siamo andati dai genitori perché ci raccontassero delle favole giriama, ma non se le ricordavano, perché era passato troppo tempo da quando erano stati bambini.

Siamo andati poi a cercare i nonni, e purtroppo molti erano morti. Quei pochi che abbiamo avuto la fortuna di incontrare, ci hanno raccontato che ricordavano, ma soprattutto ci hanno indicato la via: "Andate a cercare in un villaggio sperduto, dove non tutti i bambini vanno a scuola".

Alcune delle loro storie raccolte in questo libro le abbiamo trovate lì, e ce le ha raccontate una bambina che si chiama Furaha. Il suo nome significa "felicità".

Per le **condizioni contrattuali** consultate il sito internet o richiedetele in agenzia. Le stesse condizioni sono depositate presso la Provincia di Verona all'ufficio del turismo.

Le **date** sono indicative e si riferiscono ai viaggi di gruppo.

Per un minimo di 2 persone è possibile organizzare il viaggio anche in altri periodi (secondo la disponibilità dei referenti in loco).

DATE PARTENZE DI GRUPPO:

4 agosto - 18 agosto 2013
25 agosto - 8 settembre 2013
6 ottobre - 20 ottobre 2013
22 dicembre 2013 - 5 gennaio 2014

NOTA BENE: Si raccomanda di accertarsi di essere in possesso di tutti i **documenti necessari** all'effettuazione del viaggio (passaporto in corso di validità minima richiesta nei paesi visitati, eventuali visti e **vaccinazioni obbligatorie**).

Verificare inoltre di essere in regola con eventuali vaccinazioni obbligatorie, in particolare ponete attenzione all'obbligo di vaccinazione contro la **febbre gialla** che viene richiesta a seconda del paese di provenienza (nel caso di permanenza in più stati).

Organizzazione tecnica:



Via Vasco de Gama 12a - VERONA
Tel: 045 8342630
E-mail: viaggiresponsabili@planetviaggi.it
Skype: planet.viaggi.responsabili
www.planetviaggi.it