



Associazione Famiglie in Rete

## Famiglie in Rete

la newsletter dell'accoglienza



DI VILLAFRANCA DI VERONA

### e noi, con chi siamo in rete?

### e cosa significa per noi "essere in rete"?

a Cà Roman, dal 6 all' 8 settembre, molti gruppi di famiglie accoglienti appartenenti a Reti del C.N.C.A. si sono interrogati e confrontati su questo tema



Per noi **essere in rete** significa sentirsi insieme, volerci collegare non solo tra volontari dell'associazione, ma **anche con le famiglie, italiane e straniere, che si rivolgono al nostro centro**, con i genitori e i bambini, con i ragazzi, con le altre associazioni del territorio che lavorano nel sociale. Fare rete non è facile, perché la cultura in cui siamo tutti cresciuti è basata sull'individualismo, ma è **stimolante e ci arricchisce, aprendo** ..... (continua a pag 3)

**Famiglie in Rete** è una associazione di volontariato che opera dal 2005 a Villafranca di Verona al servizio di famiglie italiane e straniere in un'ottica di accoglienza e integrazione inter-culturale. Al nostro spazio accedono mediamente **30-40 famiglie** per la maggior parte provenienti da altri paesi: Pakistan, India, Sri Lanka, Senegal, Nigeria, Ghana, Eritrea, Marocco, Europa dell'Est e altri ancora.

### Padre Alex Zanotelli

ci ha parlato di come non più l'economia, ma la finanza stia governando la nostra vita, con il 20% della popolazione mondiale che controlla più dell'80% delle risorse a disposizione e il patrimonio delle prime tre famiglie più ricche al mondo che corrisponde al PIL di 43 Stati africani. Padre A. Zanotelli non ha esitato a definire il mondo in cui viviamo come un "sistema che ammazza". Il suo intervento ha puntato il dito sui mali della nostra società: la speculazione ..... (continua a pag. 2)

Festival Stili di vita: Padre Alex Zanotelli al nostro stand



**primo piano: dal 7 ottobre riapre il nostro Spazio Accoglienza lunedì e giovedì dalle 16.00 alle 18.00**

### le nostre storie ma noi, ci conosciamo davvero?

Continuiamo la narrazione delle storie dei nostri ragazzi con il racconto di **Palamdeep Kaur**

2013 n. 2

30 settembre

notizie in rilievo

**Padre Alex Zanotelli** a Villafranca per il Festival Stili di Vita: **sii il cambiamento che vuoi vedere nel mondo** pag. 1 e 2

**29 settembre:** a Verona il Convegno Caritas **"Stili di vita sostenibili e comunitari"**

articoli all'interno

la storia di Palamdeep – pag. 2

con chi siamo in rete? pag. 1 e 3

laboratorio interculturale: sguardo sul mondo - pag. 3 e 4

mercatinrete: pag. 2

le nostre ricette: pag. 3 e 4



**Festival Stili di Vita**

domenica 1° settembre a Villafranca, organizzata dal Tavolo di Coordinamento degli enti socio-assistenziali della Vicaria di Villafranca-Valeggio, una giornata in cui tutte le associazioni aderenti del territorio impegnate nel sociale, hanno partecipato con un loro stand e laboratori interattivi per condividere con **"piccole azioni"** la speranza di **"grandi cambiamenti"** rivolti alla promozione di pratiche sobrie e solidali nel rispetto del Bene comune relazionale. Noi siamo stati presenti con un **laboratorio di riutilizzo del pane vecchio.**

Famiglie in Rete

Via Ortigara 20 37067 Villafranca VR)

045 7903168 – 345 2658987

[associazioneretefamiglie@gmail.com](mailto:associazioneretefamiglie@gmail.com)

[www.retefamiglie.com](http://www.retefamiglie.com)

<https://www.facebook.com/FamiglieinRete>

C.F. 93177770232

IBAN: IT37J0350059960000000011433

l'Associazione aderisce a



## le nostre storie....

"Io sono nata a Khanna, nel **Punjab, India**, il 20 agosto 2001, da mia mamma *Swarangit Kaur* e da mio padre *Rajinder Singh*. Mio padre venne in Italia nel 2006 con un suo amico, perché in India non trovava lavoro; arrivò ad Isernia (Molise) dove aveva parenti e amici che lo avevano preceduto tempo prima. Nel 2008 mia mamma, io e mio fratello, lo raggiungemmo, ospiti dai parenti a Isernia. Io avevo 10 anni e mio fratello, *Harmandeep*, 6. Appena arrivati in aereo a Milano, vidi neve e ghiaccio dappertutto...rimasi molto stupita: non avevo mai visto una cosa simile! Il lavoro era tanto e lo stipendio troppo basso, così i miei genitori decisero di spostarsi al nord, a Villafranca, inizialmente ospiti di una famiglia indiana di amici. In quella casa, molto vecchia, la vita era poverissima, per mesi mio padre uscì tutti i giorni per cercare lavoro e finalmente lo trovò. In seguito cambiammo casa; ora abitiamo in via Napoleone in una casa grande e più bella, all'ultimo piano.

Nel Punjab abbiamo lasciato i nonni e alcuni zii: mi mancano, così come mi mancano i grandi templi nei quali mi recavo, anche molto presto di mattina, prima di andare a scuola. La nostra religione è **silk** ma in Punjab esistono altre religioni, minoritarie: induisti, musulmani, buddisti...

La **difficoltà** più grande incontrata in Italia dalla mia famiglia è stata quella di trovare lavoro. La **cosa più bella**, sinceramente, è venire tutti i pomeriggi alle Famiglie in Rete, perché solo qui posso parlare veramente del mio paese e soprattutto della mia religione: negli altri posti, o a scuola, non ne parlo mai. Anzi, tante cose della mia religione non le conoscevo, ma dovendo prepa-

## ► primo piano: un nuovo anno insieme

lo **Spazio Accoglienza** apre dal **7 ottobre** il lunedì e giovedì dalle **16 alle 18**; è aperto a bambini e ragazzi italiani e stranieri. Per contatti e **iscrizioni**, telefonare al **345 2658987**

### Padre Alex Zanotelli a Villafranca (continua da pag.1)

finanziaria che arricchisce pochi e impoverisce fino alla fame i più, la distruzione dell'ambiente, le eccessive spese militari (*in Italia spendiamo 41 milioni di euro per le armi, pari al valore di una finanziaria!*) le guerre nascoste di cui nessuno parla che devastano molti paesi....e ci invita a non aspettarci nulla dall'alto, a non restare in silenzio, a porci delle domande, ad es: "la banca che custodisce i miei soldi è coinvolta in spese militari?" e a operare ogni giorno piccole, grandi scelte a favore della vita. Scelte quotidiane, individuali e collettive che hanno il potere di trasformare il sistema "dal basso", scelte che tanto più un cristiano non può fare a meno di operare, se

rare un incontro per il laboratorio interculturale, con l'aiuto di mia mamma ho imparato tante altre cose! A Isernia le persone non ci rivolgevano tanto la parola; qui abbiamo trovato molte persone amichevoli, ci siamo sentiti bene. Il primo giorno di scuola ero nervosa: pensavo "ce la farò?" a imparare l'italiano, a studiare, a farmi degli amici...ma dopo qualche giorno mi sono rassicurata. Con i professori mi sono sempre trovata bene.

Il sogno della mia famiglia era venire in Europa per trovare possibilità di lavoro e regole di vita più organizzate."

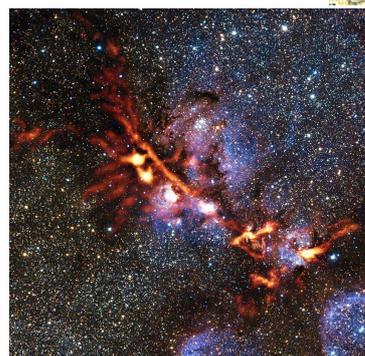
Palamdeep Kaur, 25 settembre 2013

### Il viaggio della famiglia di Palamdeep:

dal Punjab a Milano

da Milano a Isernia

da Isernia a Villafranca di VR



### la Bellezza nell'Universo

Questa foto ci è stata inviata da *Shoab Muhammad*. Rappresenta una nebulosa: i suoi colori sono veramente bellissimi! Pensarci parte dell'Universo può aiutare a ridimensionare i nostri problemi quotidiani e a considerarli da una prospettiva diversa....

## prossime iniziative

**il mercatino della rete:** nel nostro spazio troverai tante cose che potrai acquistare a 1€ o poco più: i proventi costituiranno una fonte di autofinanziamento per l'associazione. Chiunque (volontari, famiglie, ragazzi) potrà portare **cose in buono stato** che non utilizza più e rimetterle "in circolo"  
**A PRESTO !!!**



vuole testimoniare davvero con onestà, nella sua vita, il messaggio del Vangelo.

## laboratorio interculturale: il nostro sguardo sul mondo

Il mercoledì pomeriggio è dedicato all'attività del **laboratorio linguistico e interculturale**: i bambini interessati si iscrivono dando il loro nome, impegnandosi quindi liberamente in un percorso di approfondimento di alcuni temi, in cui il **rispetto e l'attento ascolto reciproco** rappresentano il metodo condiviso per lo svolgimento delle attività.

**Palamdeep** (al centro) in una attività di laboratorio



In questo spazio cerchiamo di *mettere in relazione presente e passato*, per creare una continuità del ricordo e delle esperienze, che a volte vengono vissute come scollegate tra loro e quindi prive di significato, una via per *educare ed educarci alla complessità e al pluralismo, alla relatività e al confronto tra culture diverse*.

L'anno scorso i bambini/ragazzi hanno avuto modo di narrare una fiaba, una festa, un viaggio, un gioco, un sogno, un'avventura o un piatto tipico, di descrivere il clima o la casa dove abitavano nel loro paese di origine, le loro abitudini, lo svolgersi della loro giornata. Le narrazioni a volte sono state drammatizzate o disegnate o trasformate in poesia nella lingua di origine e poi tradotte in italiano. E' stata poi creata una mappa finale delle esperienze di ognuno, arricchita con cartine geografiche, scritte e fotografie, che hanno trovato posto su dei grandi pannelli e in cui ognuno si può ritrovare.

Quest'anno il lavoro è partito dall'**identità di ognuno all'interno della propria famiglia**, dalle radici culturali ed affettive....[continua a pag.4](#)

## noi con chi siamo in rete?

[continua da pag. 1](#)

la nostra mente e il nostro cuore a spazi di condivisione più ampi. **Cosa ci fa sentire in rete?** sentirsi accolti nelle vulnerabilità, il piacere dello stare insieme, la vicinanza nei momenti forti della vita.

A volte "stare in una rete" spaventa, fa sentire in trappola, si ha paura di confrontarsi, di riconoscere che siamo interdipendenti, cioè abbiamo tutti bisogno gli uni degli altri. E' importante poter contare su qualcuno sia per le difficoltà pratiche che possiamo incontrare (*oggi non posso andare a prendere mio figlio a scuola, ci vai tu? - preparo io la pasta anche per tua mamma che non si può muovere, finché sei al lavoro - ho una porta pesantissima da portare al 4° piano, qualcuno mi aiuta? - facciamo una colletta e anticipiamo noi la caparra per l'affitto della tua nuova casa ....*) sia per condividere dolori, perdite, lutti, momenti della vita in cui ci sentiamo fragili e sopraffatti. In questi stati di vulnerabilità e bisogno possiamo trovarci tutti: volontari, genitori, bambini, le famiglie che vengono al nostro spazio, i soci... e **ognuno può essere, di volta in volta, risorsa per l'altro**, indipendentemente dal ruolo che ricopre.

Entrare in una rete di persone che scelgono di essere **accoglienti** significa anche divertirsi, raccontare le nostre storie, mangiare buone cose insieme, fare delle belle risate, sdrammatizzare... e tanto altro ancora: aprirsi al territorio, guardare lontano, interagire con le amministrazioni pubbliche, conoscere altre realtà sociali, imparare da altre culture...

**"Se vuoi arrivare primo, corri da solo. Se vuoi arrivare lontano, cammina insieme."**  
proverbio del Kenya

A volte desideriamo essere i primi; a volte vorremmo andare lontano e non essere soli. Far parte di un gruppo dove ci si può confrontare su tutto questo, rappresenta una grande fortuna.

TUTTI POSSIAMO ESSERE "CITTADINI VOLONTARI", ovvero cittadini che tra i propri diritti prevedono anche i **diritti di dare, di donarsi**, di essere *soggetti di relazioni sociali umanizzanti, promozionali e liberanti*  
(CNCA "di nuovo volontariato")

**ABBIAMO BISOGNO ANCHE DI TE**  
**VIENI A TROVARCI AL NOSTRO SPAZIO!**



una cena dell'associazione

**multi-cucina....**

**Injera - pane dell'Eritrea** Ricetta di Zewolde Mulu

Questo pane *va preparato lentamente* e richiede una certa dose di calma e pazienza.... doti che a volte mancano, nelle nostre vite frenetiche...Ma vi assicuriamo che ne vale la pena: questo pane particolare è davvero squisito, buonissimo con salse e intingoli, anche speziati; chi lo ha assaggiato al nostro stand al *Festival Stili di Vita*, potrà confermarlo! La ricetta .....[continua a pag. 4](#)

Pagina 3

## laboratorio interculturale

che ci forniscono il **senso di appartenenza**; il filo conduttore è stato **“l’albero delle parole”**, un pannello in legno su cui di volta in volta hanno trovato posto i lavori dei ragazzi.

Alcuni incontri sono stati dedicati alla **narrazione della loro storia familiare**, descritta attraverso un albero genealogico spontaneo, ed è stato davvero arricchente ascoltare i racconti pieni di emozione dei nostri ragazzi!

Gli incontri vengono ideati, programmati e preparati da alcuni volontari dell’associazione, con la preziosa collaborazione di mediatori culturali di Terra dei Popoli.

Al laboratorio parliamo, cantiamo, scriviamo poesie, creiamo colori e dipinti, danziamo, affrontiamo temi delicati e importanti, come la religione nelle varie culture, vediamo insieme dei film, e soprattutto **impariamo tutti insieme tantissime cose!**

In questi incontri si ritrovano insieme bambini di 6 anni e ragazzi di 14, per ognuno di loro c’è uno spazio, **ognuno di loro può offrire il suo contributo**, riflessioni, pensieri, domande e risposte. A volte partecipano alcuni genitori, che ci insegnano sempre tante cose!

### altre rubriche della nostra newsletter

**cosa accade oggi in....**(Italia, Pakistan, Senegal, India, Eritrea, Sri Lanka, Ghana, Nigeria, Romania, etc: **tutti i nostri paesi di provenienza**) argomenti di attualità  
**multi-cucina:** ricette semplici e appetitose da altri paesi. Tutti gli ingredienti saranno facilmente reperibili.

## Injera: pane dell’Eritrea Ricetta di Zewelde Mulu

ci è stata data da MULU, una delle mamme della Rete, originaria dell’Eritrea.

### INGREDIENTI:

1 Kg. di semola macinata  
 1 cubetto di lievito di birra fresco  
 acqua quanto basta

### PREPARAZIONE:

Far sciogliere il lievito in un po’ di acqua

La semola va prima riscaldata e fatta dorare **molto lentamente** in una padella antiaderente; quando è ancora molto calda, si aggiunge l’acqua con il lievito dentro e poi, molto lentamente, continuando a impastarla e lavorarla (15 minuti circa) si aggiunge abbastanza acqua da rendere la pastella molto morbida (come per le crepes).

Si copre con un panno e si lascia lievitare per 2/3 giorni. L’impasto farà delle bollicine.

Dopo 2/3 giorni, togliere l’acqua che si è formata sopra l’impasto: resterà la pasta, un po’ più consistente. Intanto avrete fatto bollire dell’altra acqua, a parte. Aggiungete molto lentamente all’impasto l’acqua bollita, fatta intiepidire, continuando a mescolare, fino a che l’impasto torna ad essere *quasi liquido*, come una pastella, rimanendo tiepido.

Ora, utilizzando una padella antiaderente, buttate circa un mestolo della pastella ottenuta e cuocete coprendo con un coperchio di vetro, senza girare. In due, tre minuti, il pane sarà pronto. I buchini nel pane, non troppo grossi, ma visibili, saranno il segno che il pane è riuscito.



Hai qualche ricetta particolare che vorresti condividere con i lettori? la tua mamma o i tuoi nonni, ti hanno insegnato un piatto speciale? manda la ricetta a:

[associazioneretefamiglie@gmail.com](mailto:associazioneretefamiglie@gmail.com)

### Proverbi dal mondo...

**PER COMPORRE UNA LITE, NON SI PORTA UN COLTELLO CHE TAGLIA, MA UN AGO CHE CUCE**  
 PROVERBIO DELL’ERITREA

**la Bellezza nel mondo:** notizie su pittura, musica, danza, letteratura, poesia, teatro, cinema, in Italia e in altri paesi

**la Bellezza nell’universo:** pianeti, galassie, stelle, scoperte della scienza

e tu, che rubrica vuoi? fatti conoscere i tuoi desideri e invia un articolo a: [associazioneretefamiglie@gmail.com](mailto:associazioneretefamiglie@gmail.com)

Il **progetto editoriale** di questa newsletter è nato per coinvolgere nella redazione degli articoli ragazzi, genitori e volontari dell’associazione; chiunque può partecipare agli incontri di redazione o inviare testi e/o immagini di cui sarà valutata la pubblicazione.