



PASQUA 2023 in SENEGAL GOREE E LA CASAMANCE

*Stage di Danza, Percussioni e Incontro con la Cultura
Locale*

5-16 aprile 2023

Il nostro viaggio di Pasqua è rivolto a tutte quelle persone che sentono di voler **Incontrare l'Africa** e in particolare il Senegal. **Attraverso il Viaggio**, nel senso più ampio del termine, è possibile immergersi in prima persona, nella cultura di un popolo, vivere la quotidianità della sua gente.

Questo è quello che vogliamo donarvi, un'avventura, un sogno, nel paese più famoso **della Teranga**, l'arte dell'accoglienza.

Lo stile di vita occidentale ci garantisce tante comodità, ma a un caro prezzo: siamo poveri di tempo, spontaneità, della cura amorevole per noi e per gli altri fatta di cose immediate, empatia, gioia del corpo, convivialità, musica, creatività, senza parlare del sorriso dei bambini e di un rapporto di scambio con gli anziani.

Quanto detto è ciò che in Africa in generale e in Senegal in particolare, abbonda.

A voi chiediamo soltanto **spirito di adattamento**, rispetto degli usi e costumi locali e soprattutto doti di **apertura mentale**: solo così vi sarà possibile abbracciare l'Africa degli Africani e delle Africane.



Meta principale del nostro viaggio sarà la Regione a Sud del Senegal, la **Casamance**, situata tra Gambia e la Guinea Bissau. Addolcita dai venti del grande fiume da cui prende il nome, il Casamance dalle mille diramazioni. Popolata dalla straordinaria etnia dei **Diola**.

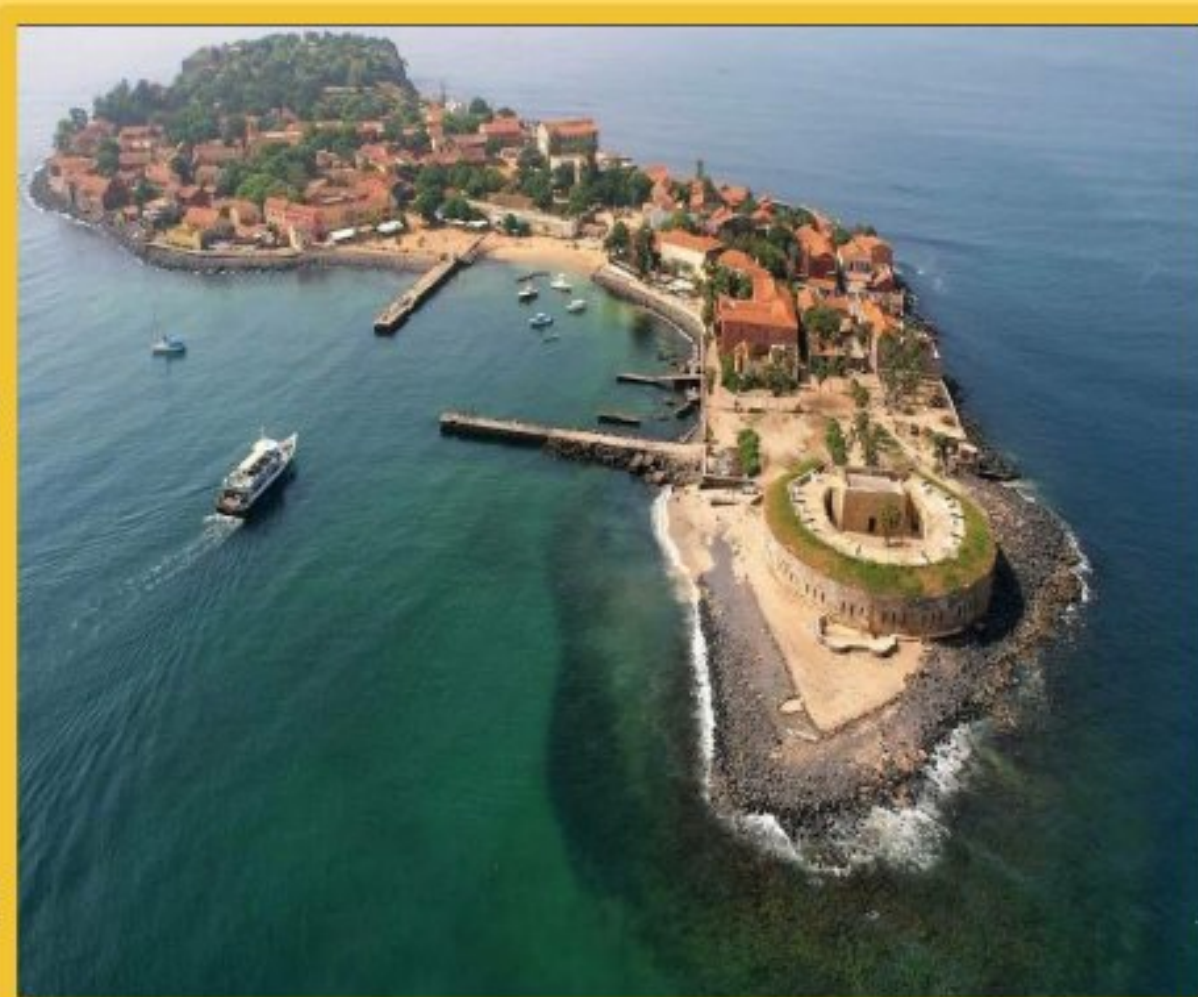
Dopo i grandi baobab della savana, giunti in Casamance è la **foresta a diventare protagonista** del paesaggio, alternata da risiere e mangrovie. Ovunque enormi manghi, eucalipti, papaye, palme, alberi da frutto e soprattutto i giganteschi kapok secolari (fromager) che sembrano abbracciarti e altrettanti esemplari di fauna subtropicale.

Un'altra caratteristica della Regione è la straordinaria conservazione di rituali, celebrazioni e credenze ancestrali (animismo) di cui ancora pulsa la vita quotidiana. Potremmo definirla una società **IBRIDA**, un mix di tradizione e modernità. Un paradiso per chi desideri coniugare danza e natura, immergendosi senza filtri nella **magia** dell'Africa

LOCALITÀ E ALLOGGIO

Le prime 2 notti alloggeremo in case-vacanza **sull'isola di GOREE'**, una minuscola isola di architettura coloniale di fronte a Dakar, totalmente priva di automezzi, oggi popolata da artisti e pittori..

A Gorée sarà possibile un po' di relax nella spiaggetta del porto e una **visita dell'isola** accompagnati da una guida locale che ci illustrerà la ricca



storia e le particolarità di Gorée, compresa l'impressionante "**Casa degli Schiavi**" e una visita alla Compagnia di Danza locale.

Il terzo giorno torneremo a **DAKAR**, dove sarà possibile visitare alcuni luoghi importanti della città, mentre la sera ci imbarcheremo sul **traghetto per la Casamance** (posti letto in cabina da 2 fino 8 pp - durata viaggio 15 h circa).

Sbarcati la mattina seguente a **ZIGUINCHOR**, dopo aver risalito dall'alba l'**incantevole paesaggio** del fiume Casamance, proseguiremo con un breve viaggio per **CAP SKIRRING**, sede principale del nostro soggiorno.

Qui si terranno lezioni di danza e percussioni alternate con diverse emozionanti escursioni nei dintorni e visite alle Feste locali..

CAP è una ridente località di mare che possiede le **spiagge di sabbia bianca** costellate di palme da cocco più belle del Senegal. Per via del turismo è anche sede di **molti artisti e Compagnie di danza** i quali molto spesso si esercitano direttamente sulla spiaggia..

Cap conta anche diversi ristoranti e **locali notturni** di vari generi musicali (afro, reggae, salsa). Proprio lì trascorreremo molte delle nostre tranquille serate.

L'alloggio a CAP è previsto in **case-vacanza** vicine alla spiaggia con bagni in comune e stanze da 2 max 4 persone. I pasti saranno a base di **cucina senegalese**, molto ricca di pesce, carne, riso e verdure alternati a qualche piatto più adatto ai gusti europei (cucina vegetariana su richiesta). Durante tutta la durata dello stage saranno forniti colazioni e pranzi,



mentre la cena sarà a vostro carico per permettere maggiore libertà di scelta e di movimento.

Il **clima** in questo periodo è caldo umido, con temperature sui 25°-32°, con

escursioni termiche notturne.

Il rientro dalla Casamance è previsto con volo diretto da Cap Skirring a Dakar per poi proseguire il giorno stesso verso l'Italia.



I MAESTRI E IL PROGRAMMA DELLE LEZIONI

Le lezioni di **Danza e di Percussioni** saranno tenute da artisti locali, tutti **GRIOT**, cioè nati in culle d'arte di famiglie che da secoli vivono esclusivamente tramandando l'arte della musica, della danza, del canto e, in qualità di depositari di storie e leggende, sostenute economicamente da caste di famiglie importanti.

Sono quindi ballerini e percussionisti di **alto** livello che da anni diffondono nel mondo la cultura africana, in particolare le danze rituali, i ritmi, la tradizione orale, i costumi e le simbologie ancestrali.

Le **Lezioni di Danza** si terranno direttamente in spiaggia e comprendono danze africane ***djembe***, ***sabar*** (danza wolof) e ***sourouba*** (danza djola).

Le lezioni di percussioni comprendono gli **strumenti *djembe*, *sabar* e *doun-doun***.

Esse saranno accompagnate anche da **Lezioni di Canto Djola**, molto melodico e di facile pronuncia. Sono previste 2 ore di lezione al giorno per ogni corso tranne in occasione di alcune escursioni più lunghe..

Al termine dello stage sarà rilasciato un attestato di partecipazione.



LE ESCURSIONI:

Dopo aver visitato Gorée, la tappa seguente sarà DAKAR (piccoli gruppi tutti accompagnati). Opzioni: visita museo delle Arti Popolari e al **Museo delle Civiltà Nere** (inaugurato da pochi anni); gli straordinari **Mercati** di Sandaghar e HLM, la **Statua della Renaissance**, il **Mercato artigianale** di Soumbadjou con l'arrivo dei pescatori, visita al **Centro Culturale Blais Senghor** che ospita numerose compagnie di artisti locali oppure visita al Teatro Sorano per assistere alle prove della famosa **Compagnia Nazionale**, un'esperienza ancora più intensa del semplice spettacolo.

Visita del Consultorio Familiare nonché day-hospital di **Maternità a PIKINE**, (donazioni nel corso degli anni) Ci attendono da tempo.



Giunti in Casamance, partendo da CAP SKIRRING come base di residenza, sono previste le seguenti escursioni:

- visita al **capoluogo ZIGUINCHOR**, piccola cittadina in stile coloniale col suo mercato artigianale. Li Sarà possibile assistere alle prove della Compagnia di danza locale, rilassarsi con un aperitivo suggestivo presso l'Hotel Kadiandoumagne e infine scatenarsi al ritmo di musica tradizionale afro al Centre Culturelle Franco-Senegalaise,
- gita in **piroga all'ILE des OISEAUX**, un piccolo angolo di **paradiso** popolato da centinaia di specie ornitologiche tra cui pellicani, aironi e cicogne,
- suggestiva visita al **"Museo dei Feticci" di DJEMBERENG**, dove saremo introdotti alle tradizioni animiste e spirituali dei Djola e dove visiteremo l'incantevole foresta delle fromager giganti,
- escursione al **villaggio di OUSSOUYE**, dalle forti tradizioni ancestrali con un possibile incontro con il Re



guida e consigliere di tutta la comunità e dove poter ammirare il ricco artigianato in paglia delle donne del Centro des femmes Handicapée,



- tour del villaggio di **KABROUSSE**:
la Fonte Sacra e la suggestiva Storia della regina **ALINE SITEO' DIATTA**.

LE FESTE

In Africa gli eventi individuali e collettivi sono scanditi dalla commemorazione della comunità di appartenenza e quindi **celebrati nelle FESTE**, immancabilmente accompagnate da danze, tamburi e canti di elogi a persone importanti ed a tutto il loro albero genealogico, dalla storia della comunità, dalla gratitudine per la condivisione del cibo e lo scambio di doni e dalla sublimazione della bellezza e del vigore fisico.

Sarà dedicato ampio spazio alla partecipazione a feste tradizionali, molto numerose in Casamance:



- **Feste DIOLA**, per MATRIMONI e BATTESIMI con musica dal vivo accompagnate da Tamburi *Bougarabou* e dalle nacchere di bambou, con Danze *Sourouba*, particolarmente saltellate, possibili solo per gambe magre e molto muscolose.
- **Festa del KUMPO**, grande maschera tutta ricoperta di paglia, dai movimenti vorticosi, accompagnata da tutta la comunità di giovani.
- Possibilmente una **Festa KANYALANG**, affascinanti società segrete di Donne che affrontano il dramma della sterilità con il potere dell'umore, del gioco e della danza.



COSTI e FORMALITA'

La quota di partecipazione è di € 950 oppure € 850 entro il 15/1/2023 e comprende:

- i trasferimenti da e per l'aeroporto,
- il traghetto per e da Goree,
- vitto e alloggio durante tutta la durata dello stage escluse le cene,
- corsi di danza e percussioni compreso l'uso di un tamburo *djembe*,
- le feste tradizionali,
- le escursioni.

Non sono compresi:

- il volo Italia - Dakar,
- a Dakar ingressi a monumenti e musei,
- il traghetto per la Casamance e il volo di ritorno da Cap Skirring,
- ulteriori ingressi a monumenti o musei (fuori dal programma),
- biglietti per concerti serali e avvenimenti culturali,
- spostamenti all'interno di Dakar e Cap (oltre quelli previsti)

Per Dakar vi consigliamo voli di linea con TAP (1 valigia €10) o AIR MAROC (kg 46 di bagaglio gratuiti) con partenze da Roma, Bologna, Milano, Venezia, Torino. Non esistono voli diretti, ma ottime connessioni. In genere i voli si aggirano sui € 500-700 ma occorre prenotarli per tempo.

SCONTO DI €100 PER CHI PRENOTA ENTRO IL 22 GENNAIO
Contattateci per ogni dubbio o eventuali esigenze particolari



l'Africa vi aspetta per aprirvi le sue braccia, come una grande madre dalle antiche radici per regalarvi grandi emozioni

