

PER TUTTA LA FAMIGLIA

3°
NUMERO

Le Sfide di Gea Bea e Teo



CAMERUN

"Non c'è via per la pace,
la pace è la via"

Thích Nhất Hạnh





Gea 12 anni
DOLCE E IMPAZIENTE DI
SCOPRIRE



Bea 8 anni
LA PIÙ PICCOLA DEL GRUPPO MA
NON AMA SENTIRSELO DIRE



Teo 13 anni
HA SEMPRE TUTTO SOTTO
CONTROLLO, O ALMENO LO CREDE

CIAO, SAPETE CHE C'È UN LEGAME TRA I CONFLITTI E LA MALNUTRIZIONE?

La maggior parte delle **persone che soffrono la fame e la malnutrizione nel mondo oggi si trova in Paesi colpiti da conflitti**. Questo perché **la guerra crea fame** e la fame scatena conflitti. La guerra è improduttiva, per tutti. La guerra rovina i raccolti, distrugge le infrastrutture, ostacola gli aiuti e lo sviluppo economico e culturale. Costringe le persone a scappare dalle proprie case e ad abbandonare il proprio paese e il proprio lavoro, e i bambini sono costretti ad abbandonare la scuola.

PRONTI VIA!

VI SFIDIAMO A RIFLETTERE
SULL'IMPORTANZA DELLA
PACE E AD ALLENARVI A
DIVENTARNE DEI PORTAVOCE
ATTRAVERSO COMPORTAMENTI
RISPETTOSI E GENTILI



**UNA SFIDA
PER TUTTA
LA FAMIGLIA**

Pagina **3**



**GEA, BEA
E TEO
RACCONTANO**

Pagina **4**



**CREA LA TUA
OPERA DI PACE**

Pagina **10**



**UNA
CHALLENGE
"SPETTACOLARE"**

Pagina **11**



**IL DISEGNO
MISTERIOSO**

Pagina **12**



**I QUIZ DELLA
GENTILMENTE**

Pagina **13**



REBUS

Pagina **13**



**SCOPRI CHE
DIFFERENZA FA!**

Pagina **14**



**PACE
DOLCE PACE**

Pagina **15**

● SFIDE E ATTIVITÀ PER TUTTA LA FAMIGLIA

Una sfida per tutta la famiglia

Chi è il più "gentile" in famiglia?

I conflitti nel mondo sono sia causa che conseguenza della malnutrizione. Siamo tutti consapevoli che la pace sia l'unica soluzione per tutti e che dobbiamo coltivarla giorno dopo giorno anche nel nostro quotidiano, con piccoli gesti di attenzione e di ascolto, di gentilezza. Ogni cuoricino che guadagnerete è un modo per crescere in armonia con gli altri.

NELLA MIA FAMIGLIA SONO IO LA PIÙ GENTILE E VOI? CHI VINCERÀ LA SFIDA?

Vince chi ha collezionato più cuori!

A

Dopo i pasti aiuti a sparecchiare la tavola?

Solo quando ci sono amici = 

Solo dopo pranzo = 

Sempre pranzo e cena = 

Quante volte al giorno dici "Grazie"?

Sempre: a familiari, amici e persone che incontro per strada = 

A volte: solo ai miei familiari e amici/solo quando mi ricordo = 

Mai: a nessuno = 

C

Quando c'è un litigio tu ...

Non fai niente = 

Prendi le difese del più debole = 

Fai fare pace a tutti facendoli parlare tra loro = 

Ad ogni buona azione corrisponde un punteggio in cuori.

Scegliete il giorno della sfida e ogni volta che fate l'azione A, B o C segnate nella tabella quanti ne avete guadagnati con le buone pratiche.

Nome	A	B	C	Totali
GEA				10

Chi è il più Gentile in famiglia?

Chi ha perso vuole la rivincita? Copiate la tabella e ripetete la sfida!

Gea, Bea e Teo raccontano Il promo della discordia

**È DAVVERO UN MISTERO COME RIUSCIAMO A TROVARCI SEMPRE
IN SITUAZIONI A DIR POCO STRANE!**

Non so bene quale sia il nostro superpotere ma questa volta abbiamo trasformato un patatrac in un successo. E dire che le cose sembravano davvero ingarbugliate come un gomitolino di lana tra le grinfie di un gatto. Ma la voglia di far tornare il sereno ci ha dato lo stimolo per non lasciare le cose così come stavano.



È DAVVERO UN
MISTERO COME
RIUSCIAMO A
TROVARCI SEMPRE
IN SITUAZIONI A DIR
POCO STRANE!

ABBIAMO
TRASFORMATO
UN PATATRAC IN UN
SUCCESSO

SAREBBE STATO
DAVVERO UN PECCATO
VEDERE ROVINATO UN
PROGETTO
COSÌ BELLO
E IMPORTANTE.

Bisognava intervenire, fare qualcosa perché sarebbe stato davvero un peccato vedere rovinato un progetto così bello.

Come a noi accade spesso, a causa di quello che abbiamo fatto, però, qualcuno all'inizio ci ha guardato di traverso e ha anche pensato male. Ma il nostro obiettivo era rimettere le cose a posto e riportare serenità.

NON CI SPERAVAMO MA CI SIAMO RIUSCITI: EVVIVA!

**MA FACCIAMO
UN PASSO
INDIETRO.**

Ma facciamo un passo indietro. Qualche giorno fa, a scuola, abbiamo assistito alle prove dello spettacolo sulla pace. Un allestimento davvero meraviglioso! Costumi, musiche e scenografie stupende.

ABBIAMO ASSISTITO
ALLE PROVE DELLO
SPETTACOLO SULLA
PACE



**"È STATO BELLISSIMO
VEDERE TANTI RAGAZZI
COLLABORARE INSIEME..."**

**NON CE
L'ASPETTAVAMO
COSÌ EMOZIONANTE,
INTENSO,
COINVOLGENTE!**

Onestamente non ce l'aspettavamo così emozionante, intenso, coinvolgente! C'erano cori con voci meravigliose, colombe simboliche che svolazzavano sulle nostre teste, i colori della pace a cascata a formare un arcobaleno che spegne il terribile temporale del conflitto... straordinario!

Alla fine delle prove, anche la nostra dirigente ha commentato "è stato bellissimo vedere tante ragazze e ragazzi collaborare insieme per arrivare ad un obiettivo comune: fare un buon lavoro e far passare un messaggio importante". Così importante che si è deciso di aprire le porte della scuola e invitare l'intera comunità a partecipare.

ABBIAMO CHIESTO ALLA DIRIGENTE SE POTEVAMO REALIZZARE UN PROMO PER PROMUOVERE L'EVENTO

ERAVAMO TUTTI ECCITATI E, MENTRE CERCAVAMO CON BEA E TEO UN'IDEA, NEL TEATRO SI È SCATENATO IL FINIMONDO.

Abbiamo chiesto alla dirigente se potevamo realizzare un promo (cioè un breve video) per promuovere l'evento tra i parenti, gli amici, i conoscenti e di utilizzare il ricavato della vendita dei biglietti per mandare aiuti alle persone che sono costrette a vivere nei campi profughi a causa delle guerre. E lei ci ha risposto: "è UN'IDEA SUPER! bravi mettetevi al lavoro"

Eravamo tutti eccitati e, mentre cercavamo con Bea e Teo un'idea, nel teatro si è scatenato il finimondo. Incredibile come anche nelle situazioni perfette, si possa insinuare il disaccordo!

Nel giro di pochi minuti, io, Bea e Teo, siamo passati da un'atmosfera di gioia e armonia, dalle emozioni positive, coinvolgenti, ...al caos totale!

I personaggi che fino a quel momento erano portatori di pace, fratellanza e comprensione si sono all'improvviso trasformati.



NEL GIRO DI POCHE MINUTI, SIAMO PASSATI DA UN'ATMOSFERA DI GIOIA E ARMONIA DALLE EMOZIONI POSITIVE, COINVOLGENTI, ...AL CAOS TOTALE!

NON POTEVAMO
CREDERE AI
NOSTRI OCCHI
E ALLE NOSTRE
ORECCHIE!

"SEI UN BUFFONE!"
"MA COSA DICI? TI SEI SENTITO
QUANTO SEI RIDICOLO?"

"TU NON CAPISCI NIENTE
DI QUESTE COSE"

Non potevamo credere ai nostri occhi e alle nostre orecchie! Come un temporale a ciel sereno, l'atmosfera è diventata burrascosa. Invece delle colombe volavano insulti, copioni e parrucche. Invece di voci soavi e canti melodiosi, si sentivano urla e insulti! "SEI UN BUFFONE!" "MA COSA DICI? TI SEI SENTITO QUANTO SEI RIDICOLO?" "TU NON CAPISCI NIENTE DI QUESTE COSE"

LITIGAVANO
FURIOSAMENTE PERCHÉ
NON TROVAVANO UN
ACCORDO SU COME
REALIZZARE IL VIDEO CHE
AVREBBE PROMOSSO
IL LORO SPETTACOLO
SULLA PACE...
PARADOSSALE, NO?

E da spettatori ci siamo trasformati in testimoni di uno spettacolo indecente: i nostri compagni che si azzuffavano perché non trovavano un accordo per il promo! Avete capito bene! Litigavano furiosamente perché non trovavano un accordo su come realizzare il video che avrebbe promosso il loro spettacolo sulla pace... Paradossale, no?

ED È A QUESTO PUNTO CHE ENTRIAMO IN AZIONE.

Ed è a questo punto che ci è venuta in mente un'idea geniale (scusate la scarsa modestia).

Io, Bea e Teo ci siamo guardati negli occhi e dopo un primo momento di smarrimento ci siamo messi all'opera! Il nostro compito era fare le riprese per il promo e ... lo abbiamo fatto. A modo nostro, ovviamente.

Abbiamo ripreso tutto: le parrucche che volavano, gli insulti, le urla. E i nostri compagni non ne sono stati felici. Pensavano che avremmo usato il video per postarlo sui social per prenderci gioco di loro. Ma per chi ci hanno preso! Non siamo quel genere di persone.

CI SIAMO MESSI ALL'OPERA
IL NOSTRO COMPITO ERA FARE LE RIPRESE PER IL PROMO E ...
LO ABBIAMO FATTO.
A MODO NOSTRO.
ABBIAMO RIPRESO TUTTO:
LE PARRUCHE CHE VOLAVANO, GLI INSULTI, LE URLA

UNA VOLTA A CASA
ABBIAMO RIMONTATO IL VIDEO...



Una volta a casa, abbiamo rimontato il video e allo sconforto per quanto vedevamo nelle immagini abbiamo sostituito la creatività e la voglia di pace e serenità.

ABBIAMO DECISO CHE QUEL BELLISSIMO MESSAGGIO DI PACE DOVEVA COMUNQUE ARRIVARE...

Il promo è stato un successo! È diventato virale e tantissime persone sono venute a vedere lo spettacolo. Sono state addirittura aggiunte delle repliche e il bellissimo messaggio è arrivato a moltissime persone. Abbiamo raccolto anche un consistente aiuto per i campi profughi dove è arrivata così la solidarietà e il calore della nostra comunità.

Ah, dimenticavo! Il nostro promo è stato un successo. Come ci siamo riusciti?



Abbiamo montato il video con le immagini dei nostri compagni furibondi che avevano perso il senso del rispetto ma... abbiamo cambiato l'audio. Abbiamo invitato i nostri compagni attori dello spettacolo e abbiamo fatto tutti pace. Così ci hanno aiutato a modificare il video. Abbiamo registrato le loro voci e invece di insulti si urlavano complimenti e dolci parole. "MI PIACI COSÌ COME SEI!" "GRAZIE, SEI UN TESORO E TI VOGLIO BENE" "COME È BELLO TRASCORRERE IL TEMPO AD ASCOLTARTI" "SEI DAVVERO GENTILE". L'effetto era davvero buffo, ma il contrasto era davvero interessante! E soprattutto è tornata la pace tra tutti noi! Perché è col dialogo che possono risolvere le cose.

"LA PACE È UN ESERCIZIO QUOTIDIANO. ALLENIAMOLA INSIEME"

LE GUERRE E I CONFLITTI SONO LA PRINCIPALE CAUSA DI FAME NEL MONDO: OGGI, 258 MILIONI DI PERSONE IN 58 PAESI ATTRAVERSATI DA CRISI ALIMENTARI SOFFRONO LA FAME. PIÙ DELL'85% DI LORO VIVE IN ZONE DI GUERRA, DOVE LA VIOLENZA È LA CAUSA PRINCIPALE DELL'INSICUREZZA ALIMENTARE. ANCHE IN CAMERUN I CONFLITTI, PURTROPPO, NON MANCANO: I PASTORI HANNO DIFFICOLTÀ A NUTRIRE I LORO ANIMALI, CHE SCAPPANO E MANGIANO I RACCOLTI DEGLI AGRICOLTORI, INNESCANDO COSÌ CONFLITTI TRA LE POPOLAZIONI.

Crea la tua opera di pace



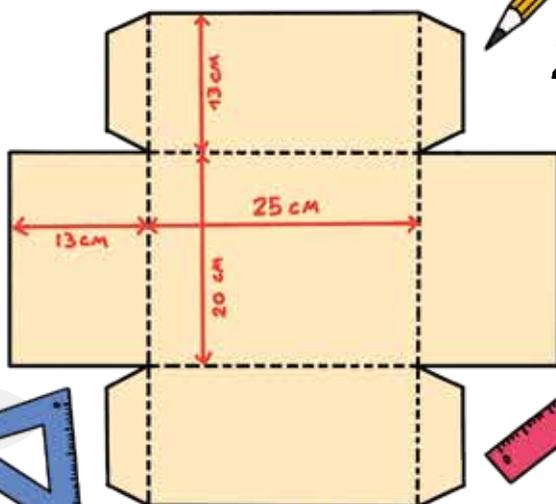
CON CARTA, MATITE COLORATE,
COLLA CARTONCINI...
E TANTA FANTASIA E CREATIVITÀ!

Crea la tua collezione di disegni e messaggi di pace e custodiscila nella tua personalissima scatola della Pace.
Avrai bisogno di: 2 fogli di cartoncino di 50x70 cm, fogli colorati, pennarelli o matite, colla o scotch, forbici, una riga e un adulto che ti aiuti!

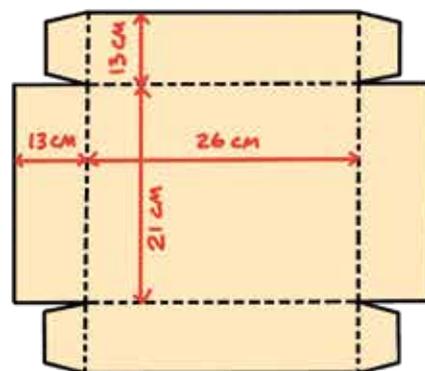
Sapevate che

anche noi di Azione contro la Fame abbiamo fatto la nostra installazione? A Milano, nel 2022, abbiamo installato un enorme piatto vuoto, a simboleggiare i milioni di piatti vuoti che ogni giorno sono sulle tavole dei più vulnerabili, in Italia e nel mondo. Tutto questo per lanciare un messaggio di vicinanza a tutti loro!

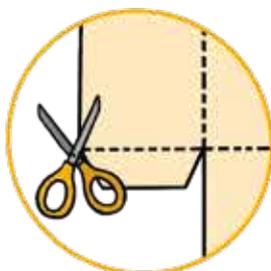
1 Disegna su un foglio la sagoma della scatola



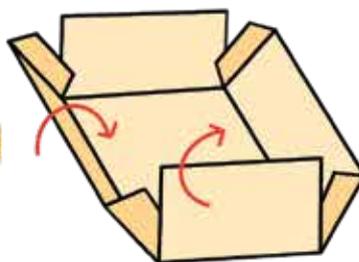
2 Disegna su un foglio la sagoma del coperchio



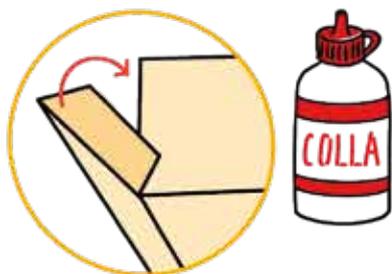
3 Ritaglia con la forbice la forma della scatola e del coperchio



4 Piega i lati della scatola e del coperchio lungo le linee tratteggiate e la scatola inizia a prendere forma



5 Incolla le alette ai lati lunghi



6 Decora con i fogli colorati e le matite la tua scatola con fantasia e creatività e riempi di messaggi e disegni di pace!



Curiosità

Ci sono delle regole anche nelle guerre: Le quattro Convenzioni di Ginevra del 1949, i due Protocolli aggiuntivi del 1977 e quello del 2005 costituiscono la base del diritto internazionale umanitario. Servono per proteggere, per prima cosa, tutte le persone che non partecipano o non partecipano più a un conflitto armato. Hanno lo scopo di limitare le conseguenze delle guerre, con l'obiettivo di renderle meno ingiuste e letali.



Una challenge spettacolare



Sapevate che

il 21 settembre di ogni anno si celebra la giornata internazionale della pace?

La pace, infatti, è stata riconosciuta come un diritto fondamentale di tutti e va festeggiata e celebrata!

Create anche voi un video che parli di pace...

in 6 mosse+1



1 Scrivete una storia



2 Descrivete le caratteristiche dei protagonisti (arrabbiat@, seren@, dolce, alat@, gobb@, altissim@ ecc..)



3 Scrivete le battute dei personaggi e le azioni che dovranno compiere



4 Individuate il luogo adatto per le riprese

5 Create i costumi



6 Girate il video e chiudete con una frase chiave



7 divertitevi! e fate circolare il vostro messaggio di pace



SEGNATE QUI I NOMI DEI PROTAGONISTI DEL VOSTRO VIDEO

.....

.....

Scrivete qui il messaggio finale del vostro video

[Empty box for writing the final message]





SCOPRI
IL MESSAGGIO DI PACE DI
AZIONE CONTRO LA FAME....



Disegno misterioso

Riempi gli spazi con i colori che corrispondono ai numeri indicati



Quiz della Gentil-Mente



"PER FARE LA PACE
CI VUOLE CORAGGIO,
MOLTO DI PIÙ CHE
PER FARE LA GUERRA".
DI CHI È QUESTA
AFFERMAZIONE?

- Paperino
- Papa Francesco
- Buddha

COS'È SIA CAUSA
CHE CONSEGUENZA
DELLA GUERRA

- La fame
- I litigi
- I cambiamenti climatici

CHI HA VINTO
IL NOBEL PER LA PACE PER
IL SUO IMPEGNO CONTRO
LE DISUGUAGLIANZE E LA
SEGREGAZIONE RAZIALE?

- Gandhi
- Buddha
- Nelson Mandela

IN QUANTI PAESI
È IN CORSO
ATTUALMENTE UNA
GUERRA?

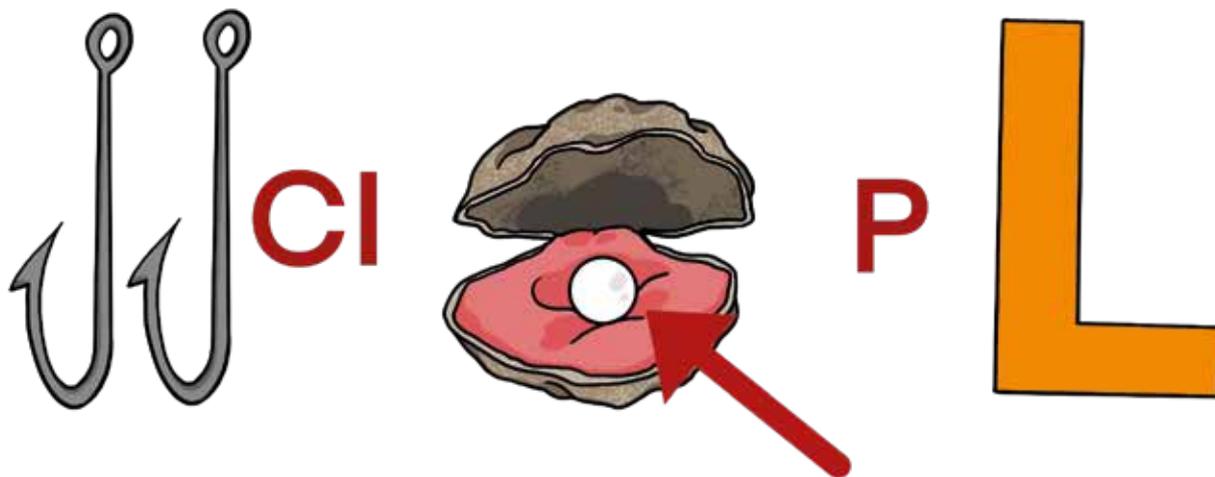
- 11
- 37
- 59



SE LO SIAMO TUTTI,
LA PACE
È PIÙ FACILE!

ABC

Risolvi il rebus!



Scopri che differenza fa!

Scopri le 22 differenze

Sapevate che

la fame può essere usata come arma di guerra?

Ma questo è un crimine di guerra!
Noi di Azione contro la Fame cerchiamo sempre di creare corridoi per il passaggio di cibo in zone di conflitto



Inquadra il QR Code e scopri le soluzioni dei giochi e dei quiz





Pace dolce pace

UN DOLCE CHE METTE
TUTTI D'ACCORDO:
LA VOSTRA TORTA
ARCOBALENO
NON SARÀ SOLO
BUONISSIMA MA ANCHE
BELLISSIMA!



Torta arcobaleno

- 200 g carote
- 4 uova
- 200 g zucchero
- 100 ml olio di semi di girasole
- 100 ml succo d'arancia
- 300 g farina 00
- 16 g lievito per dolci
- 135 g di zucchero a velo
- 450 g di confetti di cioccolato, ad es Smarties
- 250 g di marshmallow



Preparare e cuocere la torta

- 1** Grattugia le carote, precedentemente lavate e sbucciate e tienile da parte.
- 2** Rompi le uova in una ciotola e mescola aggiungendo lo zucchero, l'olio di semi, e il succo di arancia e, un po' alla volta, unisci anche la farina e il lievito. Infine, aggiungi una parte delle carote e amalgama bene all'impasto.
- 3** Rivesti la base di una teglia rotonda dal diametro di 24 cm con carta forno, versa l'impasto e cuoci a 180° C per circa 45-50 minuti. Lascia raffreddare.

Decorare la torta

- 4** Estrai la torta dallo stampo con cura e tagliala a metà in modo da ottenere due semi cerchi.
- 5** Per la glassa metti in un pentolino lo zucchero a velo e l'acqua e mescola bene, a fiamma bassa, finché lo zucchero non si sarà sciolto diventando una massa densa e liscia.
- 6** Spalma la glassa di zucchero sulle due metà della torta.
- 7** Distribuisci gli Smarties a strisce colorate sulla glassa in modo da formare un arcobaleno. Lascia asciugare la glassa.

Servire la torta

- 8** Metti in verticale le due mezze torte su un vassoio.
- 9** Dividi a metà o in tre alcuni marshmallow e distribuiscili attorno alla torta arcobaleno con gli altri marshmallow e le carote grattugiate avanzate.



Ricordatevi di:

- 1 NON ARRABBIARVI PER LE PICCOLE COSE
- 2 RINGRAZIARE SEMPRE SE TI VIENE FATTO UN FAVORE
- 3 AIUTARE LE PERSONE CHE TI STANNO INTORNO

SEGNATE QUI ALTRI BUONI PROPOSITI PER LA FAMIGLIA

4

5

VI ASPETTIAMO PER DIVERTIRCI ANCORA INSIEME CON LA PROSSIMA AVVENTURA, TANTI GIOCHI E NUOVE SFIDE. NEL FRATTEMPO, CONTINUATE A FARE BUONE PRATICHE!



Azione contro la Fame è un'organizzazione umanitaria internazionale, leader nella lotta contro le cause e le conseguenze della fame. **In 55 paesi del mondo salva la vita di bambini malnutriti**, assicura alle famiglie acqua potabile, cibo, cure mediche, formazione e consente a intere comunità di vivere libere dalla fame.

