

Mini guida Explora



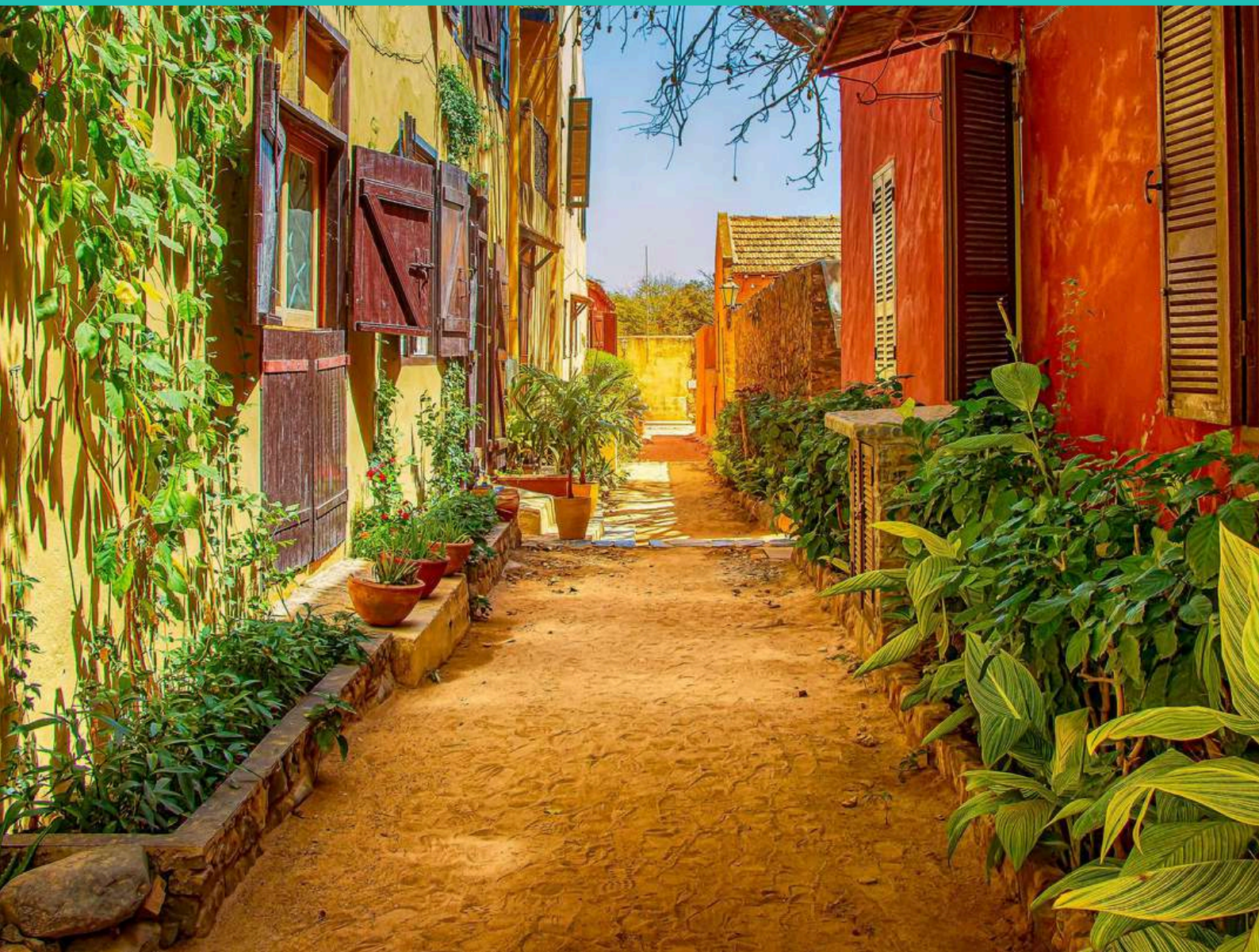
Senegal



MUOVERSI TRA STORIA E PAESAGGI NATURALI

SENEGAL

LE MIGLIORI ESPERIENZE



ESPERIENZE
PERCHÈ ANDARE

DA SAPERE
CONSIGLI UTILI

EXPLORA
IL NOSTRO VIAGGIO

WWW.EXPLORANELMONDO.COM

PERCHÈ UN VIAGGIO IN SENEGAL?

ISOLA DI GORÉE E IL SUO PASSATO STORICO

Impossibile non citare l'Isola di Gorée: a partire dal XV secolo, gli europei iniziarono a esplorare la costa occidentale africana e vennero spostate le rotte commerciali. I portoghesi dal 1444 e gli olandesi dal 1621 la occuparono per la sua posizione strategica: l'isola **serviva come luogo di sosta e transito per gli africani schiavizzati** prima di essere caricati sulle navi dirette verso le Americhe: per ospitarli, vi furono costruiti diversi edifici, tra i quali quello che è divenuto oggi il museo della **Maison des Esclaves**, la casa degli schiavi.

Luogo della memoria: Gorée è oggi riconosciuta come uno dei più noti della tratta atlantica, grazie alla sua iscrizione nel 1978 nella lista dei siti **patrimonio dell'umanità dell'UNESCO** e alla presenza della Maison des Esclaves, con la sua **porta del non ritorno**. Questa era la porta che gli schiavi dovevano attraversare per salire sulle navi e che nell'immaginazione popolare è andata a rappresentare il momento in cui gli schiavi hanno toccato il suolo africano per l'ultima volta.





IL LAGO ROSA: MERAVIGLIA NATURALE

A 30 km dalla capitale Dakar il Lago Retba, o Lago Rosa, spicca per il suo colore. Da dove deriva questo fenomeno? più visibile durante la stagione secca, è causato dalla presenza di **un'alga, chiamata Dunaliella salina**: questa produce un pigmento rosso, che le consente di assorbire la luce e di conseguenza di produrre energia per il suo sostentamento.

Ma questo lago non è particolare solo per il suo colore: la sua **concentrazione di sale (più del 40%)** lo rende importante anche per l'economia locale: il sale viene **esportato in tutta la regione** e utilizzato dai pescatori senegalesi per **conservare il pesce**, che rappresenta un componente essenziale di molte ricette tipiche del paese, tra cui del piatto thieboudienne, ovvero uno stufato di pesce.

Curiosità: i pesci che vivono nel lago si sono adattati all'alta concentrazione di sale, ma sono 4 volte più piccoli della norma perchè questo provoca in loro una sorta di nanismo!



CONVIVENZA RELIGIOSA

Il Senegal è un paese a maggioranza musulmana sunnita con influenze sufi, celebre a livello internazionale per la **totale assenza di conflitti religiosi**. È comune che **musulmani e cristiani festeggino insieme le rispettive festività** e che vi siano matrimoni misti. Inoltre, sopravvivono elementi delle **credenze tradizionali africane** (come i culti legati agli spiriti Serer), che spesso si fondono con la pratica islamica.

Gli ordini sufi promuovono un Islam moderato e tollerante, fungendo da argine contro l'estremismo e da intermediari chiave nel tessuto politico e sociale senegalese.

In alcune comunità, come la celebre **isola di conchiglie di Joal-Fadiouth**, i fedeli di entrambe le religioni **condividono addirittura lo stesso cimitero**.



La Terza via del tè (Attaya): Bere il tè in Senegal (chiamato Attaya) è un vero e proprio rito sociale che richiede tempo e pazienza. Si prepara lentamente con foglie di tè verde, molta menta e zucchero, e viene servito in tre bicchieri distinti, dove il primo è amaro, il secondo dolce e il terzo dolcissimo, simboleggiando le diverse fasi dell'amicizia.

Il Baobab e il Leone: Gli elementi simbolo dello Stemma del Senegal sono due: il leone (simbolo di forza) e l'imponente albero di baobab. Il baobab è sacro nella cultura locale, può vivere migliaia di anni ed è in grado di immagazzinare enormi quantità d'acqua nel suo tronco per sopravvivere alla siccità.

Un'isola interamente fatta di conchiglie: Nel villaggio di pescatori di Joal-Fadiouth, l'isola di Fadiouth è collegata alla costa da un ponte di legno ed è letteralmente ricoperta da milioni di conchiglie. Le strade, i cortili e persino il cimitero sono formati da gusci accumulati nei secoli.

Il piatto nazionale: Il piatto tipico è il **Thiéboudienne (o Cebbu Jën)**: una pietanza saporita a base di riso cotto in un brodo di pomodoro e servito con pesce fresco, verdure (come cassava, carote e cavolo) e spezie locali.

FILOSOFIA DEL VIAGGIO

Vogliamo osservare, esplorare, capire ogni paese che visitiamo.

Per questo abbiamo organizzato il viaggio in Senegal con il nostro format **Esperto dall'Italia + Guide Locali Professionali**: sarete accompagnati per tutto l'itinerario da un professionista dall'Italia, affiancato sul posto da una guida locale in lingua italiana. Una presenza fondamentale per mediare con le culture locali, comprendere la complessa e toccante storia di Gorée e muoversi in totale sicurezza.

Il Senegal di Explora **sostiene direttamente l'economia locale**. Collaboriamo esclusivamente con guide del posto, piccoli atelier artigianali a Dakar e mercati tradizionali, promuovendo un turismo etico che rispetta l'ambiente e valorizza l'identità senegalese.

Viaggiamo in **piccoli gruppi** perchè tutti i servizi sono migliori quando dedicati a poche persone, l'impatto del viaggio diminuisce ed è possibile vivere le esperienze in maniera più autentica: entrare nei mercati caotici di Dakar senza romperne l'equilibrio, salire sulle piroghe colorate dei pescatori ed essere accolti nei villaggi rurali come ospiti e non come turisti di passaggio.

DOCUMENTI

Passaporto, con almeno 6 mesi di validità residua, per finalità turistiche, e fino ad un massimo di 90 giorni, non è necessario il visto.

LINGUA UFFICIALE

La lingua ufficiale è il francese, è comunque molto diffuso anche l'inglese e l'italiano, oltre alle molte lingue locali (wolof, peul, serer, mandengue, djolà, ecc.)

CLIMA

Il periodo migliore per viaggiare in Senegal è da ottobre a marzo, quando le temperature sono leggermente più fresche e l'umidità è minore. Ciò nonostante, il caldo può essere intenso nelle aree interne ma le notti sono piacevoli.

Il clima del Senegal è saheliano, caratterizzato da una stagione secca, da metà ottobre a maggio, ed una piovosa estiva da giugno a settembre. Tra novembre e marzo le regioni desertiche possono essere sorprendentemente fresche di notte. Un

caso a parte è la capitale Dakar, il cui clima temperato regala tempo stabile da novembre a maggio. La zona che riceve più precipitazioni è quella meridionale della Casamance.

TELEFONO

Il modo più semplice ed economico per chiamare l'Italia dal Senegal è quello di acquistare una SIM locale in aeroporto. La connessione wi-fi negli hotel, eccetto a Dakar, è un po' lenta, ma disponibile.

POPOLAZIONE

Il Senegal ha una popolazione di circa 16.000.000 di abitanti, con una densità di 82 abitanti per km². La capitale è Dakar, nonché la città più popolosa con 1.200.000 abitanti che diventano 3.000.000 in tutto l'hinterland.

E' una Repubblica Costituzionale a regime presidenziale suddivisa in 14 regioni. Il Senegal presenta una grande varietà di popoli, lingue e costumi, non sempre facilmente classificabili e oggetto di molte discussioni accademico-scientifiche. Non in ultimo in Senegal si è trapiantata una delle più importanti comunità di libanesi, alla fine del XVIII secolo, pertanto ormai cittadini senegalesi da generazioni e generazioni.



CHICCHE DEL NOSTRO ITINERARIO

PARCO DEGLI UCCELLI DJOUDJ

A 60 km a nord di Saint-Louis si trova il Parco Nazionale degli uccelli di Djoudj che si estende su una superficie di 16.000 ettari ed è considerato **uno dei più importanti santuari al mondo dove osservare gli uccelli migratori provenienti dall'Europa.**

Avremo la fortuna di fare un'escursione in piroga dedicata al **birdwatching**: lo spettacolo di colonie intere di fenicotteri, pellicani, aironi, ibis e pagliaroli, circondati da un paesaggio straordinario.

Le **piroghe senegalesi** (pirogue) sono tradizionali imbarcazioni in legno strette e allungate, famose per essere dipinte a mano con colori vivaci. Simbolo culturale ed economico del Paese, sono utilizzate quotidianamente per la pesca, come taxi fluviali e per l'ecoturismo nei parchi naturali come il Sine-Saloum.

Il termine stesso "Senegal" deriva dall'espressione in **lingua wolof sunu gaal**, che significa letteralmente **"la nostra piroga"**. Secondo la tradizione, quando i navigatori portoghesi arrivarono sulle coste dell'Africa occidentale e chiesero alle popolazioni locali il nome del fiume e della regione, gli abitanti risposero "Sunu gaal" (le nostre piroghe), indicando le loro imbarcazioni, e i coloni lo trasformarono poi nella parola "Senegal".





RISERVA DI BANDIA

Potremo visitare la Riserva di Bandia, per un **safari fotografico** alla ricerca di giraffe, rinoceronti e bufali e per ammirare l'enorme baobab sacro.

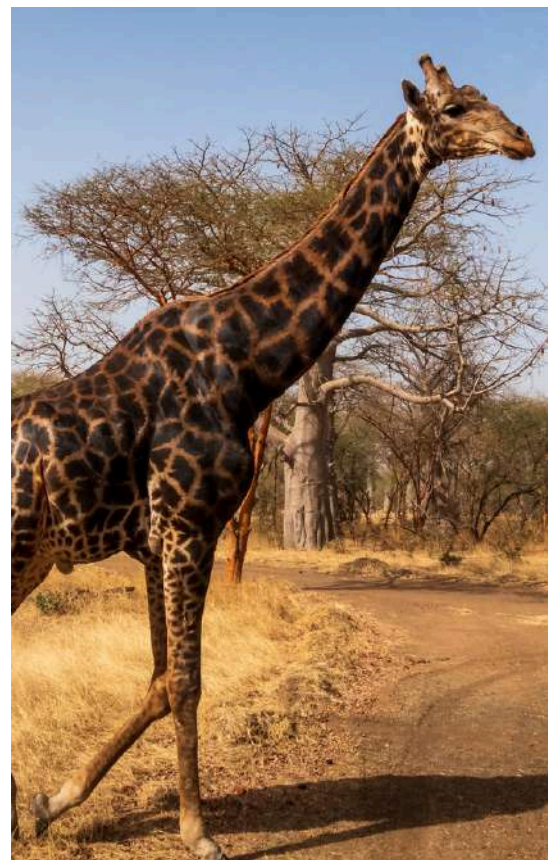
Bandia è la prima riserva naturale privata del Senegal, creata nel 1986.

La riserva costituisce un esempio di **riuscita ecologica per la rigenerazione** della flora e per la **reintroduzione dei grandi mammiferi d'Africa**, spariti da secoli sotto la pressione demografica e del bracconaggio, offrendo loro un habitat protetto nel cuore di una foresta di maestosi baobab.

L'emozione di trovarsi vicino a questi animali, sulle nostre jeep, è enorme. Il parco non ospita grandi predatori (come i leoni) o elefanti, ma è famoso per la presenza di specie attentamente selezionate che vivono in semilibertà.

Questa foresta è importantissima per il paese per i suoi **baobab: albero sacro, è vita, resistenza e identità del Senegal.**

In passato, proprio nel cuore di questi alberi venivano sepolti i griot, i cantastorie dell'etnia Serer. Custodi della memoria collettiva, i griot tramandavano la storia dei popoli attraverso la parola, la musica e il canto. Con la colonizzazione francese e la diffusione del cristianesimo, furono loro a preservare la cultura e l'identità locale, mantenendo vive le radici africane.



PROGETTO GIE MEDINE

Durante l'itinerario visiteremo **GIE Medine**, un **Gruppo di Interesse Economico** composto principalmente da **donne**, nato con l'obiettivo di promuovere attività generatrici di reddito e valorizzare il **sapere artigianale femminile**. Inizialmente, il gruppo si occupava di diverse attività, tra cui la trasformazione dei cereali locali come il miglio, la sartoria e la ristorazione.

Oggi il gruppo si concentra principalmente sulla **tintura batik**. Si tratta di una tecnica artigianale che consiste nel decorare tessuti in cotone attraverso la legatura e la successiva immersione in tinte colorate, creando motivi e disegni originali.

PROGETTO TREE NATION

Abbiamo aderito al progetto Tree Nation perché pensiamo che piantare alberi sia una delle migliori soluzioni possibili per combattere il cambiamento climatico.

Piantiamo un albero per ogni nostro viaggiatore perché vogliamo contribuire alla compensazione di anidride carbonica e a tutti i progetti di riforestazione e conservazione, ripristino delle foreste, creazione di posti di lavoro, supporto alle comunità locali e protezione di biodiversità.



tree-nation