Los amigos de Ouzal y África

"Centro de Trabajo por la Educación Solidaria". Boletín Nº 226 octubre 2021 DI CO-17

«Día del Cooperante»

El día 8 de septiembre, un año más hemos celebrado el "Día del Cooperante". Desde el año 2000 El origen de esta celebración viene desde el año 2000, día en el que los dirigentes de todos los países se reunieron en la sede de Naciones Unidas para aprobar la "Declaración del Milenio", creándose así una nueva alianza mundial basada en los Objetivos de Desarrollo del Milenio que en la actualidad se conocen como "Objetivos de Desarrollo Sostenible" (ODS). Este día es en honor a los y las profesionales que trabajan por el desarrollo sostenible y la lucha contra la pobreza junto a las poblaciones más vulnerables del planeta**.**

Secciones de nuestro boletín

*__Portada:__ "Día del Cooperante".

*__Nuestras noticias__ de socios/as… en __Pág... 2 y 3__

*__¿Sabías qué...__? en __Pág...4__

*__El Tema del mes:__ « » en __Pág...5__

*__Colaboraciones__: « La furia y la tristeza » __Pág...6__

*__La tortuga lectora__: __« A fuego lento »__ de Paula Hawkins de Julia Navaro en __Pág..6__

*__Receta del mes__: «CAKE de tomate secos y zatara» en __Pág... 6__

* __Ocio: en Pág... 7__

Ser cooperante es una labor que debemos poner en valor en nuestras sociedades cada vez más globalizadas pero también más individualistas. El ser cooperante supone el ir y vivir

estando en contacto con algunas de las realidades más duras que acontecen en el planeta y contribuir a revertirlas desde la solidaridad, la igualdad y la sostenibilidad.

Por esto, este día sirve para conmemorar, apoyar, alentar y valorar el trabajo de estos profesionales cuya labor es fundamental e imprescindible para el desarrollo de las zonas más sensibles de nuestro planeta. Además, da visibilidad a la labor de los cooperantes lo que supone también un esfuerzo por poner en valor el trabajo de las mujeres, dado que el perfil más común del cooperante en nuestro país es el de una mujer de entre 29 y 38 años aproximadamente, procedente de cualquier ciudad y que por lo general realizan la cooperación en África, América Latina e India.

Nuestras Noticias

1.- Hemos comenzado un nuevo curso escolar y con ello reanudamos las actividades de nuestra organización (en la medida de lo posible).
La tienda de segunda mano ya está de nuevo abierta al público de 10 a 13 H y de 17 a 20 H. de lunes a viernes. Así como la tienda de "Comercio Justo" y sede en C/ Madrid, 39 en horario de tarde de 17 a 20 H.

2.- Agradecemos al AMPA "La Unión" del C.E.I.P. "Blas Infante"de Fte. Carreteros la donación de mascarillas. Serán enviadas en el próximo paquete de "Ayuda Humanitaria" para los alumnos/as del colegio de infantil de Bokito. (Camerún.).

3.- Hemos aportado una nueva remesa de material a la residencia de mayores "Santa Magdalena" de Fuente Palmera.
Muy agradecidos a todos y todas los que nos los hacèis llegar.

4.- Ya tenemos organizado el calendario del nuevo año.

6.- Nos han llegado noticias de nuestra contraparte de Yangben. Isabell, quién irá unos meses a descansar, y así hacerse una revisión para volver con nuevas fuerzas ya que es duro estar trabajando en plena selva y más en la situación actual.

Ya tiene su sustituta en el dispensario, quien continuará su trabajo junto al resto de los enfermeros.
Mari-Jo, sigue en Francia tratando de recuperarse para ir de nuevo al hospital de Ngaoundere en la zona norte de Camerún.

7.- Ya estamos recibiendo los nuevos proyectos para el próximo año, uno de ellos consiste en la construcción de varias salas, para rayos, consultas ginecológicas y despacho médico.
Este proyecto tendrá varias fases:
Primero se construirán las salas para después poder ir dotándolas poco a poco.
. El centro quiere convertirse en un hospital de referencia dentro de esta ciudad, capital de la Región (Adamaua).

Ngaoundere está muy poblada, consta de 152.700 habitantes, con muy buena comunicación y hasta ella llegan los trenes que vienen de toda la zona Sur del país.

8.- Damos la enhorabuena a nuestro compañero Cristóbal , ya le han llamado para comenzar en un nuevo colegio.
¡Ánimo! Nos alegramos mucho por ti.

Boletín Nº 226 octubre- 2021 - "Los amigos de Ouzal" teléfono- 676087037 C) Molino, 9.- 14110 Fte. Carreteros-Córdoba
Cuenta: Caja Rural ES 97 3187 0515 0222 5723 0710 - E- mail : amigosdeouzal@gmail.com
www.amigosdeouzal.org

Otras noticias

1.- la **Delegación de Cooperación al Desarrollo del Ayuntamiento de Sevilla,** organiza la feria de la solidaridad durante septiembre y octubre con un formato itinerante y contará con una zona de divulgación y otra de participación.

33 organizaciones de la Asociación de ONGs han redoblado sus esfuerzos durante 2020 para apoyar a poblaciones con mayor riesgo de vulnerabilidad por la crisis sanitaria, social y económica derivada de la pandemia. Por eso este año con motivo del día del Cooperantese convoca la feria para acercar a la ciudadanía el trabajo de las organizaciones de desarrollo y los valores de solidaridad .

2.- Según un informe de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), **las mujeres constituyen más del 40% de la fuerza laboral agrícola de los países en desarrollo, cifra que oscila entre aproximadamente un 20% en América Latina y un 50-60% en África y Asia.** En todo el mundo las mujeres y las niñas sufren de discriminaciones y violencias. Por eso se está trabajando en el 5 ODS: "**lograr la igualdad entre los géneros y empoderar a todas las mujeres y las niñas**" desde el comercio Justo y todas las ONG. Nuestra organización acaba de terminar un proyecto que empodera a la mujer pese a que es de "empleo económicamente activo".

3.- Este verano hemos sufrido demasidos incendios forestales. Cierto que los incendios forestales naturales han ocurrido desde siempre como un elemento normal en el funcionamiento de los ecosistemas. El fuego ha permitido una serie de hábitats en los que distintos organismos pueden prosperar, como el pino piñonero, el alcornoque, los robles o las encinas. El problema ha surgido con el aumento de la cantidad de incendios, que sobrepasa la capacidad de recuperación natural. Se estima que en la actualidad entre un 80% y un 90% son causados por el ser humano, ya sea de forma accidental o intencionada. Su impacto ecológico es muy superior a lo que se ve a simple vista y sobrepasa incluso las áreas afectadas. **La destrucción de biodiversidad, el aumento de la desertificación o la disminución de la calidad de las aguas y la atmósfera son algunas de las consecuencias negativas posteriores a un incendio.**

4.-Podemos ya decir que **el cambio climático es un hecho en nuestro país.** A nivel del planeta se sabe que la temperatura media ha aumentado 0,6ºC y el nivel del mar ha subido de 10 a 12 centímetros.
Si el nivel del mar subiese tres metros, una gran parte de Barcelona, Málaga, A Coruña o Santander se verían inundadas, Doñana se perdería, al igual que la mayoría de las Rías Baixas, y el delta del Ebro desaparecería. Ser consciente de esto es importante para poner los medios y poder remediar lo que está en nuestra mano.

5.- La erupción del volcán en **la Palma** está destruyendo miles de hogares, negocios, empresas , campos de cultivos… Cada vez más necesitamos de la solidaridad de todos/as para que estas personas puedan salir adelante Desde el año 2000 .Apúntate:

¡ Consume plátanos!

Sabías que...?

1.-El perfume lo inventaron los sumerios, 3500 años antes de Cristo; aunque fueron los egipcios los primeros en perfumarse con regularidad.Se dice que Cleopatra era una artista del perfume.

En el palacio de Luis XV hicieron sus pinitos con los ambientadores y es que los criados bañaban a las palomas en distintos perfumes y las liberaban durante las fiestas. Así, esparcían los aromas.

2.- Las joyas más antiguas descubiertas son las encontradas en los sarcófagos del Antiguo Egipto. Por lo que les calculamos **5.000 años de vida**. Los Tartesos fueron en España los primeros artesanos y orfebres.

3.- Existen más gallinas que seres humanos. Se estima que existen más de 25 billones de ellas por lo que es la especie de las aves que más número hay en el planeta. La domesticación de este animal se realizó hace 8.000 años; son los descendientes vivos más cercanos del Tyranosauro Rex.

Una sola gallina puede llegar a poner 300 huevos, siendo la raza Leghorn la más ponedora.

4.- Ray Tomlinson fue el inventor del correo electrónico usando la dirección: tomlinson@bbn-tenexa para enviar un mensaje a otro ordenador de la misma habitación. Pero hasta 2012 en el Salón de la Fama de Internet no se le reconoció.

En 1982 se llamó, por primera vez, "email" y se mandó el primer emoticono a través de un correo electrónico.

Hoy día se intercambian más de 320.000 millones de correos electrónicos en todo el mundo

5.- La madera de ébano es una de las maderas tropicales más bonitas y caras del mundo. Es originaria de países africanos, aunque también se pueden encontrar especies de la misma familia en Asia. Es de color negro aunque a veces presente betas de color blanco. Se le llama madera preciosa y se utiliza para decoración.

6.- Los guantes de latex se crearon a petición de William Stewart Halsted, médico estadounidense que estaba enamorado de su enfermera, quien contrajo dermatitis y no le podía ayudar en las operaciones por lo que pidió a una conocida firma que fabricaba artículos de caucho, que diseñara unos guantes de goma, a partir del molde de las manos de la enfermera. Y a su vez, que fueran lo suficientemente finos como para realizar un trabajo con precisión en el quirófano. Resultando los guantes de latex, y para finales del siglo XIX su uso se hizo obligatorio para el personal médico.

7.- Las peras son una de las frutas con mucho potasio, facilita el crecimiento óseo, depura el organismo, aporta calcio y facilita la descalcificación de las arterias. China lidera la producción mundial, seguida de Italia, Estados Unidos y España.

8.-Los peces no tienen orejas pero si oido interno en cuyo interior se encuentra un hueso llamado otolito que le sirve para percibir los sonidos y las vibraciones del agua, también carecen de párpados, no pueden cerrar los ojos. Sin embargo esto no les impide descansar o dormir..

Boletín Nº 226 octubre- 2021 - "Los amigos de Ouzal" teléfono- 676087037 C) Molino, 9.- 14110 Fte. Carreteros-Córdoba
Cuenta: Caja Rural ES 97 3187 0515 0222 5723 0710 - E- mail : amigosdeouzal@gmail.com
www.amigosdeouzal.org

Tema del mes

«Tu poder como consumidor»

Si algo somos hoy en día es consumidores, pero poco o nada sabemos de la vida de los productos que cotidianamente consumimos. Quién los fabrica o genera, cómo se producen y cómo llegan a mi mesa o a mi casa no es en principio motivo de preocupación. Pero los procesos y condiciones en los que se producen estos bienes y servicios muchas veces perjudican tanto a otras personas como al planeta del que dependemos…. y ¡nos pasamos el día consumiendo!

Más allá de las consecuencias negativas de la locura consumista a la que nos incita el sistema en el que vivimos, como sociedad tenemos un nuevo poder. Un poder que radica en nuestra capacidad de elegir qué y cómo consumimos, y los efectos de ejercer este poder pueden ser realmente transformadores.

Cuando hablamos de consumo responsable hablamos por tanto de un "estilo de vida". No se trata solo de cambiar de marca o de producto a la hora de consumir, sino de alcanzar una vida satisfactoria dentro de los límites biofísicos del planeta, y procurar al tiempo que nuestras acciones no repercutan negativamente en ninguna otra persona.

Llevar a cabo un consumo responsable implica ajustar los consumos a las necesidades reales, preguntándonos si necesitamos realmente aquello que vamos a comprar.

1.- Haz una lista de las cosas que tenemos y no necesitamos y regálalas, cámbialas, véndelas… Aligera tu equipaje.

2.- Hay cosas que necesitamos pero se nos han estropeado…Repara y no tires o cambies.

3.- Apúntate a un grupo de consumo de productos ecológicos y gana en salud reduciendo al mínimo el impacto mediambiental.

4.- Apuesta por productos de Comercio Justo en alimentación, cosmética, tecnología, artesanía, limpieza… te sorprenderás de la gran cantidad de alternativas justas que existen.

5.- Sin plástico se vive mejor. Usa tu propia bolsa de tela reciclable

1.- Piensa dos veces antes de comprar algo

2.- Preocúpate por el impacto de la compra en las personas y en el medio ambiente.

3.- Toma conciencia del origen de los productos que usas.

4.-Pregúntate dónde va a terminar el producto cuando se convierta en basura.

Boletín Nº226 0ctubre 2021 - "Los amigos de Ouzal" teléfono- 676087037 C) Molino, 9.- 14110 Fte. Carreteros-Córdoba
Cuenta: Caja Rural ES 97 3187 0515 0222 5723 0710 - E- mail : amigosdeouzal@gmail.com
www.amigosdeouzal.org

Colaboraciones

«La Furia y la Tristeza »

En una laguna de agua cristalina y pura donde nadaban peces de todos los colores y tonalidades del verde, se reflejaban permanentemente...Hasta el estanque mágico se acercaron a bañarse, la tristeza y la furia. Las dos se quitaron sus vestimentas y desnudas las dos entraron al estanque.

La furia, apurada (como siempre está la furia), urgida -sin saber por qué- se baño rápidamente y más rápidamente salió del agua... Pero la furia es ciega, o por lo menos no distingue claramente la realidad, así que, al salir se puso la primera ropa que encontró...Y sucedió que era la de la tristeza... así vestida de tristeza, se fue.

Muy calma, y muy serena, dispuesta como siempre a quedarse en el lugar donde está, la tristeza terminó su baño. En la orilla se encontró con que su ropa ya no estaba. Pero sabemos, si hay algo que a la tristeza no le gusta es quedar al desnudo, así que se puso la única ropa de la furia. Cuentan que desde entonces, muchas veces uno se encuentra con la furia, ciega, cruel, terrible y enfadada, pero si nos damos el tiempo de mirar bien, encontramos que esta furia que vemos es sólo un disfraz, y que detrás del disfraz, en realidad... está escondida la tristeza.

Moraleja: "No te enfurezcas y evitará mucha tristeza"

La tortuga lectora

Nos propone: « A fuego lento » de Paula Hawkins

Argumento : El descubrimiento del cuerpo de un joven asesinado brutalmente en una casa flotante de Londres desencadena sospechas sobre tres mujeres. Laura, Carla y Miriam. Tres mujeres que, por diferentes razones, viven con resentimiento y que, consciente o inconscientemente, esperan el momento de reparar el daño que se les ha hecho.

La Autora: Nació en Rodesia de padres británicos en 1972. Es una periodista, trabajó para el periódico The Times, en su sección económica y más tarde como autónoma para publicar *La chica del tren* que le dió gran fama, también escribió bajo el seudónimo de Amy Silver.

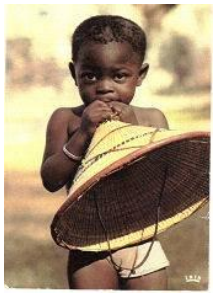
Cake, tomates secos y zaatar.

Ingredientes:

200g de tomates secos y confitado	3 cucharadas de olivas
200g de harinas ()	1 sobre de levadura
2 cucharillas de especias zaatar	3 huevos
100g de gruyer rallado	10cl de aceite de oliva
10cl de leche	Sal y pimienta

Preparación:

1. Precalentar el horno (180°C) 2.- Batir los huevos añadir la leche y el aceite. 3.- Incorporar la harina tamizada, la levadura; y luego el gruyer, los tomates cortados en cubitos y las olivas. Salar y sazonar con zaatar y pimienta.4. Introducir en un molde y meter en el horno durante 40 minutos.y… buen probecho.



Para Pensar

Soluciones del mes pasado : 1 Las diferencias

Soudoku

Encuentra la solución

1 + 4 = 5

(5) + 2 + 5 = 12

(12) + 3 + 6 = 21

(21) + 8 + 11 = 40

3	6	1	4	5	9	7	8	2
5	9	7	2	8	1	3	6	4
2	8	4	3	6	7	9	5	1
7	4	3	6	9	2	8	1	5
1	5	6	8	3	4	2	7	9
9	2	8	7	1	5	6	4	3
8	3	5	1	2	6	4	9	7
4	1	2	9	7	8	5	3	6
6	7	9	5	4	3	1	2	8

Jeroglificos: 1.- Dos (do s) **2.-** Miope(mio pe **3.-** Su madre (suma d re) **4.-**Trabajo y canto (tra bajo y can to)

SUDOKU

1		3		9		8		6
		6			1		9	
	9		7				2	
6		1	8	4		5		2
	8		6	5	2	3		
9	5	2	1	3	7		6	
	1			2		6	3	
	4	5			6	9		7
	6						5	

Busca 5 diferencias

Investiga

En un campo desierto se encuentran un señor, sin vida. A su lado hay un paquete sin abrir. ¿Qué Pasó?

Busca el error

Piensa

1.- ¿Qué está en el centro de París?.

2.- ¿Qué palabra de cuatro letras contiene seis?.

3.- ¿Cuántas mujeres entran en un huevo?.

4.- ¿Qué planta tiene en su nombre las cinco vocales?.

5.- ¿ Qué es lo que es algo y nada a la vez?

Boletín Nº226 0ctubre 2021 - "Los amigos de Ouzal" teléfono- 676087037 C) Molino, 9.- 14110 Fte. Carreteros-Córdoba
Cuenta: Caja Rural ES 97 3187 0515 0222 5723 0710 - E- mail : amigosdeouzal@gmail.com
www.amigosdeouzal.org