



Azione Quaresimale Insieme porre fine alla fame

Sguardi



Raccolti copiosi
per chi utilizza
sementi proprie

Cara lettrice, caro lettore,

tutto è iniziato quando mio figlio voleva coltivare pomodori nel nostro orto. Dopo il primo raccolto, abbiamo conservato i semi delle varietà preferite e li abbiamo seminati in primavera. A fine estate, abbiamo così gustato magnifici pomodori gialli, rossi e rosa: una pratica che ripetiamo da molti anni.

Ciò che per noi in Svizzera rappresenta un hobby, per migliaia di famiglie contadine nel Sud del mondo è una condizione essenziale per garantire cibo a sufficienza e una dieta diversificata. Mamora Ntsekhe, contadina del Lesotho e membro di un'organizzazione partner di Azione Quaresimale, lo riassume così: «Siamo il frutto dei nostri semi: essi incarnano la vita, perché siamo ciò che mangiamo».

Tuttavia, il libero riutilizzo delle loro sementi è sempre più minacciato: sotto la pressione delle grandi multinazionali agroalimentari, un numero crescente di Paesi adotta regolamentazioni sempre più severe. Queste norme limitano la vendita e lo scambio delle sementi tradizionali e obbligano ad acquistare le costose sementi delle aziende. È per questo che la Campagna ecumenica di Azione Quaresimale e HEKS/EPER si concentra quest'anno su diversi aspetti legati alle sementi, alcuni dei quali sono trattati anche in questo numero della nostra rivista, rinnovata nella grafica e nei contenuti.



Buona lettura!

C. Fuhrer

Claudia Fuhrer
Responsabile per la giustizia alimentare
presso Azione Quaresimale

FILIPPINE

- 3 Le semenze tradizionali sono da preservare

CONTESTO

- 4 I segreti del successo di Azione Quaresimale

UN'IMMAGINE, UNA STORIA

- 6 Guatemala

DOSSIER: SEMENTI

- 8 Sementi per garantire un avvenire migliore

- 9 A Buen Vivir si coltiva la speranza

- 10 I pro & i contro

- 12 Donne iniziatrici del cambiamento

- 14 Riuscire a superare non solo la fame ma anche l'egoismo

- 16 Fatti e cifre

- 17 Glossario

ATTUALITÀ

- 18 Notizie in breve

DALLE PAROLE AI FATTI

- 19 Guida al testamento

Impressum

editore: Azione Quaresimale, 2026

redazione: Ralf Kaminski, Tiziana Conti, Federica Mauri

traduzioni: Cristina Dell'Era

agenzia: SKISS GmbH, Lucerna

stampa: Druckerei Jordi AG, Belp

tiratura: D 34 500, F 6300, I 3300

cadenza: semestrale

valore: 2 franchi e 50 di ogni donazione annua

contatto: mauri@azionequaresimale.ch, 091 922 70 47

Emissioni di CO₂
compensate tramite
klima-kollekte.ch



Le semenze tradizionali sono da preservare

Testo: Ralf Kaminski Foto: Global Seed Savers

Coltivare e utilizzare sementi proprie permette non solo di contenere i costi, ma anche di favorire la diversità nei campi e di migliorare la qualità dell'alimentazione. Nelle Filippine questa pratica antica ormai quasi scomparsa, sta gradualmente rinascendo grazie all'impegno di una organizzazione partner di Azione Quaresimale.

«Biblioteca delle sementi»: così le 120 contadine e contadini definiscono la collezione di varietà tradizionali e biologiche che custodiscono nelle proprie abitazioni, realizzata con il sostegno di Global Seed Savers. «Raccoglie tra sette e dieci varietà, che vengono poi seminate direttamente nei campi di ciascuno», spiega Hal Atienza, 54 anni, direttore filippino dell'organizzazione, sostenuta da Azione Quaresimale dal 2024.

A completare il sistema ci sono sei biblioteche delle sementi di dimensioni maggiori, che custodiscono le varietà di un'intera regione. «Se una contadina perde la propria biblioteca a causa di un tifone o di un terremoto, può rifornirsi lì delle sementi andate perse.» Per garantire un'ulteriore sicurezza esiste inoltre una banca nazionale delle sementi che si occupa di conservare tutte le varietà. «A oggi abbiamo già salvato complessivamente più di 120 varietà tradizionali, e ogni anno se ne aggiungono di nuove», conclude Atienza.

La maggior parte ricorre a sementi industriali costose

Un tempo, nelle Filippine, era consuetudine coltivare le proprie sementi e scambiarle all'interno delle comunità contadine. «È però un'attività faticosa e, con il tempo, un numero crescente di contadine e contadini ha iniziato ad



Un'agricoltrice posa orgogliosa accanto ad una biblioteca delle sementi di Global Seed Savers (foto in alto).

Hal Atienza (nella foto sopra, a sinistra) contribuisce a far rivivere una tradizione antica.

acquistare sementi ibride industriali, sebbene siano costose e utilizzabili una sola volta», spiega Atienza. «Oggi circa il 95 percento delle famiglie contadine del Paese fa affidamento su questo tipo di sementi. Da sette anni lavoriamo, attraverso percorsi di formazione, per far rivivere questa tradizione.»

Sebbene all'inizio richieda un impegno maggiore, ad esempio perché le famiglie devono catalogare con precisione le sementi custodite nella propria biblioteca, questo approccio tradizionale si sta gradualmente riaffermando. «Le persone capiscono che in questo modo possono risparmiare notevolmente, nutrirsi in maniera più sana, diversificata e soprattutto autonoma, liberandosi al contempo dalla dipendenza dalle grandi imprese sementiere.»

Attualmente, nello Stato insulare dell'Asia orientale operano già 16 comunità dedicate alle sementi, ciascuna con 20-25 membri. «Questo sviluppo è stato possibile grazie alla collaborazione con Azione Quaresimale», spiega Hal Atienza. «Da allora abbiamo a disposizione più risorse e possiamo coinvolgere molte più persone attraverso le nostre formazioni.»

I segreti del successo di Azione Quaresimale

Testo: Ralf Kaminski

La nostra capacità di sostenere con efficacia le persone del Sud globale nasce anche dal modo di lavorare di Azione Quaresimale. Il suo operato si distingue infatti per le collaborazioni di lungo corso con organizzazioni locali, che conoscono molto bene i bisogni e i punti di forza presenti sul territorio. Ma anche per l'impegno a rafforzare le persone, affinché possano prendere in mano il proprio destino, come avviene, ad esempio, in Senegal.

Chi legge regolarmente questa rivista e visita il nostro sito web scopre molte storie di persone la cui vita, grazie al sostegno di Azione Quaresimale, ha conosciuto un miglioramento profondo, arrivando in alcuni casi a una vera e propria trasformazione.

«Il successo del programma in Senegal dipende in modo decisivo dal coinvolgimento diretto delle comunità locali», sottolinea Samba Mbaye, cofondatore dell'unione contadina UGPM, partner di Azione Quaresimale. Da quasi trent'anni segue da vicino il nostro lavoro. «Le risorse di Azione Quaresimale non vengono investite in infrastrutture, bensì nelle persone: nelle organizzazioni locali che co-progettano e attuano il programma. È grazie al loro sapere, alla collaborazione tra chi vi partecipa e al forte radicamento sul territorio che i progetti risultano sostenibili nel tempo.»

Samba Mbaye si è impegnato per decenni a favore delle comunità contadine del Senegal. È morto nel dicembre 2025, poco dopo la stesura di questo articolo. I nostri pensieri vanno ai suoi cari.



Fare leva sulle tradizioni locali

Un esempio significativo sono le calebasse solidali in Senegal, che permettono alle comunità di risparmiare insieme. «Ma il loro valore va ben oltre quello di un semplice strumento finanziario», osserva Mbaye. «Sono luoghi di confronto e condivisione, dove soprattutto le donne si incontrano, affrontano problemi di ogni genere e trovano soluzioni comuni. In questo modo si rafforza la resilienza della comunità: le donne acquistano fiducia, dignità sociale e una voce riconosciuta, conquistando rispetto all'interno della collettività.»

L'approccio si basa inoltre su reti di solidarietà tradizionali, profondamente radicate nella cultura senegalese. «Per i nostri anziani era motivo di vergogna se qualcuno doveva lasciare il villaggio perché non aveva più da mangiare: in caso di difficoltà, l'intera comunità si mobilitava per aiutare», spiega Samba Mbaye. «A causa del crescente individualismo, questi valori rischiavano però di scomparire. Con il sostegno di Azione Quaresimale siamo riusciti a recuperarli e a farli rivivere.»

I fattori del successo

L'esperienza positiva maturata in Senegal è emblematica dell'approccio di lavoro peculiare di Azione Quaresimale nei 12 Paesi dell'America Latina, dell'Africa e dell'Asia in cui operiamo attraverso programmi nazionali. La nostra capacità di incidere in modo duraturo si fonda in particolare sugli aspetti centrali elencati di seguito.

- Operiamo sul territorio per lunghi periodi, investendo in collaborazioni durature con organizzazioni locali fortemente radicate.



- Il programma è gestito in modo congiunto da un'organizzazione locale e da una persona di riferimento in Svizzera, che lavorano come un unico team.
- Nell'ambito di ciascun programma nazionale definiamo, insieme alle organizzazioni partner, una strategia pluriennale e favoriamo la messa in rete e lo scambio di esperienze tra i partner.
- Mettiamo a disposizione di partner e comunità lo spazio per analizzare i propri bisogni e sviluppare soluzioni proprie. Non imponiamo progetti già pronti, ma accompagniamo processi di cambiamento locali che consentono alle persone di costruire in modo sostenibile il proprio futuro.
- L'attenzione è rivolta ai seguenti obiettivi:
 1. rispondere ai bisogni più urgenti, in particolare in ambito alimentare.
 2. sostenere iniziative portate avanti dalle comunità stesse, finalizzate a ridurre le dipendenze (ad esempio da usurai) e a migliorare le condizioni di vita nel medio termine.
 3. promuovere un rafforzamento mirato e la messa in rete delle comunità, affinché possano far valere presso le istituzioni pubbliche sia l'accesso ai servizi essenziali (come istruzione o strade) sia i propri diritti, ad esempio al cibo e alla terra.

Accompagnamento e formazione

I primi scambi con l'UGPM di Samba Mbaya in Senegal risalgono al 1998, mentre la collaborazione strutturata ha preso avvio nel 2003. «Il successo è stato possibile grazie a una filosofia di Azione Quaresimale che rimane attuale ancora oggi», afferma Mbaya. «Non ha proposto soluzioni già pronte, ma ha scelto di affiancare le

comunità, valorizzando le competenze locali e sosteneandole nell'elaborazione di strategie proprie». Un'attenzione particolare è riservata al coinvolgimento dei giovani nei team di progetto, per rafforzare la continuità nel tempo e garantire loro uno spazio di partecipazione attiva.

Il successo delle calebasse solidali è stato tale da estendersi ormai a tutto il Paese. «Una delle principali difficoltà è che c'è chi tenta di replicare questo approccio senza coglierne la portata sociale e culturale», spiega Samba Mbaye. «Diventano quindi essenziali l'accompagnamento costante e la formazione, intesi come trasmissione di saperi, competenze e valori.»

Fiducia e sostegno mirato

Dal punto di vista di Vreni Jean-Richard, responsabile per il Senegal presso Azione Quaresimale, al successo del nostro operato contribuisce anche un altro fattore chiave: «Tra i team di coordinamento e le organizzazioni partner si è sviluppata una relazione molto stretta, con ampi spazi di manovra. Questo fa sì che il coordinamento venga vissuto come un supporto concreto e non come un organo di controllo».

È così che nascono programmi costruiti su misura e soluzioni elaborate localmente: Azione Quaresimale interviene dove esiste un bisogno concreto. Molte grandi ONG dispongono di più risorse finanziarie, ma non sempre hanno la flessibilità o la disponibilità per adattare il proprio sostegno alle esigenze specifiche dei contesti locali, come avviene con Azione Quaresimale. Ed è proprio questa attenzione mirata a rendere il nostro lavoro particolarmente efficace e sostenibile nel tempo. «La collaborazione di lunga durata con le organizzazioni sul posto comporta anche un altro vantaggio fondamentale», sottolinea Vreni Jean-Richard. «Ci consente di imparare insieme e di intervenire per correggere il percorso quando necessario.»



GUATEMALA

Un gruppo di indigeni Maya Uk'ux B'e in viaggio verso un grande raduno in una regione rurale del Guatemala. Gli abitanti di quattro comunità s'incontrano per scambiarsi esperienze sui progetti sostenuti da Azione Quaresimale volti a rafforzare le comunità indigene. Il ponte costruito da una delle comunità è fatto di pino e bambù e va attraversato con molta cautela. (Foto: Carlos Lopze Ayerdi)



Sementi per garantire un avvenire migliore

Testo: **Tina Goethe**

Maggiore è la diversità di sementi e alimenti, più l'alimentazione risulta varia e salutare. Oggi però questa ricchezza è sempre più sotto pressione, con gravi conseguenze per la sicurezza alimentare di milioni di persone nel Sud globale. Raccontiamo quindi alcuni progetti di Azione Quaresimale in cui le sementi locali fanno la differenza: rafforzano le comunità, migliorano le condizioni di vita e alimentano la speranza in un domani migliore.

Chi si rifornisce di verdura al mercato settimanale ha spesso a disposizione un'ampia scelta di varietà. Ma pomodori multicolori e carote di forme diverse non sono preziosi solo per il gusto o per l'aspetto. La loro vera forza sta nel fatto che ogni varietà è adattata a specifici terreni e condizioni climatiche. Scegliere la varietà giusta nel luogo giusto significa ridurre l'uso di pesticidi e fertilizzanti e rendere le colture meno vulnerabili a eventi climatici estremi e malattie. In un contesto di mutamenti climatici, la diversità genetica rappresenta la migliore garanzia per il futuro.



Questa diversità è frutto del lavoro di contadine e contadini che, nel corso di migliaia di anni, hanno selezionato e migliorato le proprie sementi. In molti Paesi dell'Africa, dell'Asia e dell'America Latina l'agricoltura si fonda ancora su sementi locali, che le famiglie contadine ottengono dal raccolto, scambiano con i vicini o acquistano nei mercati locali. Queste pratiche tradizionali non solo generano varietà, ma rafforzano anche in modo sostanziale la sicurezza alimentare.

Il potere dei colossi agroalimentari

Di questa ricchezza rimane ormai ben poco. Secondo l'Organizzazione delle Nazioni Unite per l'alimentazione e l'agricoltura (FAO), nell'arco degli ultimi cento anni è scomparso oltre il 75 percento della diversità genetica delle piante coltivate, con la conseguenza di rendere l'agricoltura sempre più esposta a parassiti ed eventi climatici estremi.

Questo processo ha preso avvio negli anni Ottanta, quando molti istituti pubblici si sono ritirati dalla ricerca agraria, lasciando spazio al settore privato. Oggi soltanto tre multinazionali controllano circa la metà del mercato globale delle sementi commerciali, tra cui Syngenta, con sede a Basilea. Attraverso un rigido sistema di tutela delle varietà, queste aziende esercitano una forte influenza, spesso anche sulle leggi dei Paesi del Sud del mondo, a svantaggio delle famiglie contadine e delle loro pratiche tradizionali legate alle sementi, che in alcuni casi vengono addirittura criminalizzate.

Il futuro nasce dalla diversità

In molte parti del mondo, la varietà delle sementi resta ancora oggi la spina dorsale della sicurezza alimentare. In alcuni Paesi africani, agricoltrici e agricoltori ricavano fino al 90 percento delle sementi dai sistemi tradizionali; nelle Filippine questa quota raggiunge ancora il 71 percento.

Azione Quaresimale e le sue organizzazioni partner affiancano le famiglie contadine nella difesa del loro patrimonio di sementi e nel rafforzamento di un'agricoltura ecologicamente sostenibile: una scelta lungimirante per garantire il futuro.

A Buen Vivir si coltiva la speranza

Testo: Bettina Glaser Foto: Chasquis

Marleny Yucumá e Israel Trujillo hanno scelto per la loro fattoria nel sud della Colombia un nome carico di significato: Buen Vivir, il buon vivere. L'espressione racchiude quello che sono riusciti a realizzare con impegno e dedizione, anche grazie alle sementi tradizionali.

Quando, 35 anni fa, la coppia acquistò la fattoria, il terreno era una landa arida adibita al pascolo, sulla quale cresceva ormai ben poco. Grazie a un lavoro paziente e instancabile durato anni, Marleny e Israel hanno ridato vita alla terra: le superfici di pascolo si sono trasformate in campi fertili e l'azienda contadina è diventata una fiorente dimora.

In armonia con la natura

Fondamentale è stato il contributo della Vicaría del Sur, organizzazione partner di Azione Quaresimale, che ha fatto conoscere a loro e ad altre famiglie contadine della regione il modello Finca Amazónica. Il suo obiettivo è promuovere un'agricoltura priva di sostanze chimiche, rispettosa degli equilibri naturali, favorendo la sovranità alimentare e la salvaguardia della biodiversità e dei saperi tradizionali.

«In passato, le contadine e i contadini ricevevano prestiti e sussidi per disboscare, livellare le montagne e creare pascoli per l'allevamento», racconta Yolima Salazar, direttrice di Vicaría del Sur. «Nel 1988, quando abbiamo iniziato a visitare le aziende agricole, ci siamo accorte che molte famiglie avevano smesso di coltivare autonomamente e compravano il cibo», spiega. «Era una realtà che volevamo cambiare.»

Per Marleny e Israel, Vicaría del Sur ha avuto un ruolo chiave nel cambiamento della regione. Attraverso il suo accompagnamento, la coppia ha appreso come coltivare in modo agroecologico, curare il suolo e gestire



Marleny Yucumá organizza una mostra di sementi e prodotti agricoli.

l'acqua in maniera sostenibile. «Ci alimentiamo di ciò che produciamo direttamente qui, senza alcun uso di prodotti chimici», afferma Israel con orgoglio.

Nella fattoria Buen Vivir si trova anche una piccola costruzione in legno dedicata alle sementi, quasi come fosse un altare. In barattoli custoditi con grande cura, la coppia conserva un'ampia e colorata varietà di semi. «In essi è racchiusa la vita, la nostra e quella delle generazioni che verranno», racconta Marleny. «Questo patrimonio ci permette di produrre cibo anche in tempi di penna, durante una pandemia o in caso di blocchi stradali.»

Liberi dallo sfruttamento

Marleny e Israel sono la prova che, nella regione amazzonica, un buon vivere e un'agricoltura in sintonia con la natura sono possibili: non basati sullo sfruttamento, ma su rispetto e responsabilità.



I pro &

I semi locali e la ricchezza delle varietà sono nel Sud globale. Le multinazionali agricole eccessivamente le



Claudia Fuhrer

Esperta di sementi e di giustizia alimentare presso Azione Quaresimale

Azione Quaresimale analizza l'evoluzione del settore delle sementi dal punto di vista delle contadine e dei contadini del Sud del mondo. Da generazioni, essi conservano le proprie sementi, le scambiano all'interno delle comunità e le sviluppano ulteriormente, permettendo loro di adattarsi costantemente ai mutamenti climatici e alle caratteristiche del suolo. Le loro sementi rappresentano il fondamento della produzione agricola e di una dieta varia. Nel continente africano, ad esempio, fino al 90 percento delle contadine e dei contadini fa uso di sementi locali, assumendo così anche il ruolo di miglioratori delle varietà.

La forte concentrazione del commercio globale delle sementi nelle mani di pochi grandi gruppi comporta però conseguenze dirette e negative per queste realtà. Tali imprese incidono sempre più anche sulle regolamentazioni legali dei Paesi del Sud globale. Particolarmente problematica è l'imposizione di diritti di proprietà intellettuale simili a brevetti, ossia il cosiddetto rigido sistema di protezione delle varietà previsto dall'Unione internazionale per la protezione delle nuove varietà vegetali (UPOV). Questo regime limita infatti in modo significativo l'utilizzo, lo scambio e l'evoluzione autonoma delle sementi, tutelando non la biodiversità agricola, bensì soprattutto gli interessi economici dei grandi gruppi.

In numerosi Paesi dell'Africa, dell'Asia e dell'America Latina, le contadine e i contadini sono così indotti a comprare ogni anno sementi costose, spesso poco adatte alle condizioni locali, insieme a fertilizzanti specifici e pesticidi. Ciò li porta frequentemente



all'indebitamento, riduce la capacità di far fronte ai mutamenti climatici e accelera la perdita della diversità varietale. In India, per esempio, dagli anni Sessanta è scomparso quasi il 90 percento delle varietà tradizionali di riso.

Azione Quaresimale non contesta il principio della protezione delle varietà in sé. È fondamentale che in Europa e in Svizzera vi sia ancora un tessuto diversificato di piccole imprese di selezione e che esse possano proteggere le proprie creazioni, così da rendere remunerativi gli investimenti effettuati.

È tuttavia problematico che norme appropriate per l'Europa e la Svizzera vengano estese anche ai Paesi del Sud globale. In questi contesti, le contadine e i contadini svolgono il ruolo di selezionatori di sementi e rappresentano pertanto il pilastro centrale della produzione alimentare. Si percepiscono come custodi dei semi e ne assicurano l'adattamento alle condizioni locali e alle conseguenze del riscaldamento climatico. In alcuni Paesi, oggi questa attività può addirittura essere perseguita penalmente. E questo è un fatto particolarmente devastante.

i contro

fondamentali per la sicurezza alimentare non dovrebbero quindi poter proteggere proprie sementi.



L'evoluzione del settore sementiero solleva senza dubbio delle criticità, ma la perdita di diversità genetica non è così grave come sostenuto da Azione Quaresimale. In Germania, ad esempio, operano 59 aziende con programmi propri di miglioramento del grano. Una situazione analoga si osserva in Francia e nei Paesi Bassi. In Europa persiste un tessuto di selezionatori relativamente diversificato, composto in larga parte da piccole e medie imprese, tra cui anche DSP.

Perché l'Europa? Ciò è stato reso possibile dal sistema di tutela delle varietà, che viene messo in discussione. Per le piccole selezionatrici e i piccoli selezionatori questa protezione è fondamentale per ammortizzare gli investimenti. Le grandi imprese, invece, possono farvi fronte con altri strumenti, come la selezione ibrida, i brevetti o le attività su scala globale. Le aziende di dimensioni minori non dispongono di queste opzioni: anche DSP dipende dalle entrate generate dalle licenze.

Secondo Swiss Seed, l'associazione svizzera per il commercio delle sementi e la protezione delle varietà, l'attuale sistema di tutela varietale basato sull'UPOV è quello che meglio riesce a bilanciare gli interessi dell'e-

Christian Ochsenbein

Direttore di Delley Samen und Pflanzen AG (DSP) a Delley (FR) e presidente di Swiss Seed



conomia, dell'agricoltura e della società. Alcuni elementi possono certamente richiedere adattamenti specifici per i Paesi del Sud. Mettere però in discussione il sistema nel suo insieme rischia di avere effetti controproduttivi proprio in queste regioni: da un lato, perché i selezionatori potrebbero essere spinti a ricorrere ad altri strumenti di tutela, come i brevetti; dall'altro, perché l'interesse a investire in questi Paesi potrebbe semplicemente venir meno. Chi continuerebbe allora a sviluppare varietà per questi contesti?

Come lei afferma giustamente, le varietà adattate alle condizioni regionali sono importanti. Tuttavia, le varietà tradizionali più antiche risultano spesso sensibilmente più vulnerabili alle malattie fungine. Per uno sviluppo sostenibile dell'agricoltura si rendono quindi necessari programmi di selezione calibrati sulle specificità locali, sostenuti da imprese in grado di portarli avanti. Ciò assume maggior rilevanza se si considera che la protezione delle varietà ha in genere una durata limitata a 25 anni, trascorsi i quali il seme può essere liberamente moltiplicato, commercializzato e utilizzato per la semina. Qualora si verifichi un impoverimento, esso è dunque riconducibile anche al valore aggiunto che le nuove varietà apportano agli agricoltori.

Studi dimostrano che l'utilizzo di varietà industriali geneticamente modificate può contribuire a ridurre l'impiego di pesticidi. Di fronte a problematiche di tale complessità non esistono risposte univoche o soluzioni immediate. Attribuire la responsabilità in modo esclusivo alle grandi imprese e al sistema di tutela delle varietà risulta riduttivo e non porta a risultati concreti.

Donne iniziatrici del cambiamento

Testo: Ralf Kaminski Foto: Saruni, Eyeris Communications

L'impegno della Kimaeti Farmers Association ha trasformato in modo significativo la vita di migliaia di famiglie contadine nel Kenya occidentale. Nel frattempo, la nostra organizzazione partner ha ottenuto anche il pieno appoggio delle autorità locali.



Negli spazi del New Santos Hotel di Bungoma l'atmosfera è animata. Per la giornata la Kimaeti Farmers Association ha affittato la struttura e riunito per un workshop oltre 100 contadine e contadini della regione. L'organizzazione partner di Azione Quaresimale nel Kenya occidentale dedica l'incontro alla formazione delle famiglie contadine che ne fanno parte, sui diritti riconosciuti dalla Dichiarazione ONU sui diritti delle contadine e dei contadini (UNDROP). Si tratta, tra l'altro, del diritto alle sementi, alla terra e all'acqua, a un ambiente sano e alla sicurezza alimentare, così come all'istruzione, alla salute e alla partecipazione alle decisioni.

Le persone si riuniscono in piccoli gruppi all'ombra degli alberi e sotto le tettoie, seguono con interesse e partecipano attivamente alle discussioni. Tra loro c'è anche Annah Kituyi. «Fino al 2020 compravo sementi ibride molto costose, ma grazie al progetto di Kimaeti e di Azione Quaresimale ho imparato quanto siano fon-

mentali le sementi tradizionali», racconta l'agricoltrice quarantatreenne di Koteko. «Oggi utilizzo solo queste: posso autoprodurle, sono meno soggette ai parassiti, non richiedono sostanze chimiche e garantiscono prodotti di qualità superiore. Un cambiamento che ha migliorato anche la salute della mia famiglia.»

Conoscenza e giochi di ruolo

Nel pomeriggio i partecipanti mettono alla prova ciò che hanno imparato. Attraverso giochi di ruolo inscenano come rivolgersi alle autorità o ai politici per far valere i propri diritti. Si ride molto e di gusto, perché soprattutto chi interpreta il ruolo dei funzionari si diverte a fare la caricatura della loro riluttanza compiaciuta. Evidentemente si erano già confrontati più volte con comportamenti del genere. Grazie alle nuove conoscenze acquisite, le future visite agli uffici pubblici dovrebbero svolgersi con maggiore sicurezza rispetto al

*Assieme ad un team motivato,
Shadrack Masika
(a sinistra nella foto) dirige la
Kimaeti Farmers Association.*



passato. In mezzo al trambusto c'è anche Shadrack Masika, presidente della Kimaeti Farmers Association. Cordiale e alla mano, il cinquantaduenne contadino e padre di famiglia ha cofondato l'organizzazione nel 2009 e la guida dal 2017. «All'inizio eravamo 150 agricoltori, oggi siamo quasi 10'000, e oltre due terzi sono donne», racconta. Ed è proprio dalle donne che tutto ha avuto origine: «Sono state loro le prime a unirsi, tra cui anche mia moglie, che poi ha convinto me». Oggi la coppia gestisce insieme una propria azienda agricola, fa parte di un gruppo di solidarietà e si impegna nelle diverse attività organizzate da Kimaeti.

Raccolti otto volte superiori

E i risultati si vedono. «Unendo le forze e adottando pratiche agroecologiche, la vita delle persone qui è cambiata radicalmente», racconta Shadrack Masika. «Soprattutto siamo riusciti ad aumentare le rese: oggi nei nostri campi produciamo otto volte più cibo, ed è più sano. Prima si mangiava una sola volta al giorno, ora due o tre.» È migliorata anche la situazione economica delle famiglie. Vendendo una parte del raccolto, possono permettersi spese fondamentali, come la scuola per i figli. «Un tempo ognuno lottava da solo», conclude Masika, «oggi agiamo come comunità e la nostra voce viene ascoltata, persino dalle autorità governative.»

È cambiato anche il rapporto tra donne e uomini. «Un tempo una donna non poteva fare nulla senza il consenso del marito. Oggi quella realtà è superata: le donne prendono la parola al pari degli uomini e molte possiedono persino un proprio appezzamento di terra.» Grazie al sostegno di Azione Quaresimale, dal 2019 il lavoro di Kimaeti ha conosciuto un'ulteriore accelerazione. «Con Azione Quaresimale sono arrivati i gruppi di solidarietà e le formazioni: da allora condividiamo i pasti, il lavoro, le decisioni. Facciamo tutto insieme», spiega Masika.

«La nostra vita è passata da una continua fatica a una quotidianità molto più semplice.»

Per Masika, la sfida principale resta il lavoro di convincimento tra contadine e contadini. «Le pratiche agroecologiche richiedono molto impegno e per alcuni possono risultare eccessive. Il punto decisivo è accompagnarli ad affrontare questo carico iniziale, perché con il tempo il lavoro diventa più facile.» Nonostante ciò, c'è chi lascia il progetto per eccesso di difficoltà. «Ma molti poi ritornano», sottolinea, «perché i risultati sono convincenti.»

L'agroecologia ha cambiato le cose

Anche le autorità locali della regione condividono ormai questa valutazione. È per questo che nel giugno 2025 il team di coordinamento di Azione Quaresimale a Nairobi ha organizzato, per la prima volta, una conferenza che ha riunito rappresentanti istituzionali e organizzazioni partner del Kenya occidentale. Tra i partecipanti, nella cornice verde del Mlimani Gardens Hotel, a sud di Bungoma, c'era anche Agnes Oningo. «L'agroecologia ha profondamente trasformato la nostra regione, migliorando in modo significativo la vita di molte contadine e di molti contadini», afferma la quarantunenne direttrice dell'agricoltura del distretto di Busia. «Un risultato che dobbiamo in gran parte a organizzazioni di base come la Kimaeti Farmers Association: hanno messo in rete le persone, rendendo più semplice anche per noi raggiungere le comunità.»

Molta buona volontà politica

Nel distretto guidato da Oningo vivono circa 42'000 famiglie contadine; oggi quasi una su tre adotta pratiche agroecologiche. Il distretto di Busia promuove ormai ufficialmente la diffusione dell'agroecologia. «Sempre più agricoltori e agricoltori vedono i risultati ottenuti da altri e decidono di provare.» I progressi hanno attirato l'attenzione anche a livello nazionale: oggi queste pratiche fanno parte della strategia agricola ufficiale fino al 2033. «L'agroecologia è diventata, per così dire, il nostro inno nazionale», commenta Oningo con un sorriso. «C'è un forte consenso politico, anche grazie al lavoro efficace della Kimaeti Farmers Association e di altre organizzazioni di base.»

Riuscire a superare non solo la fame ma anche l'egoismo

Testo: Ralf Kaminski Foto: Saruni, Eyeris Communications

Jael Okario coordina un gruppo di solidarietà nell'ovest del Kenya. Da quando ha intrapreso questo percorso, la vita della contadina cinquantasettenne è profondamente cambiata: la sua famiglia mangia in modo più sano, ha maggiori risorse economiche, vive con meno conflitti ed è inserita in una comunità ampia e solidale, capace di sostenersi reciprocamente.

Il gruppo di solidarietà Tuinuke sote («Alziamoci tutti»), composto da 20 persone, si riunisce una volta alla settimana, ospitato a rotazione nelle diverse fattorie dei membri. Oggi le 16 donne e i quattro uomini del gruppo si incontrano nella fattoria di Jael Okario, che ne è la presidente. È stata proprio lei, insieme al marito, a dare vita al gruppo nel 2022, con il sostegno della Kimaeti Farmers Association, organizzazione partner di Azione Quaresimale.

«All'inizio mi interessavano soprattutto le tecniche agroecologiche: volevo abbandonare l'uso di sostanze chimiche», racconta Jael Okario. «Dato che le formazioni e le attività erano organizzate all'interno di gruppi di solidarietà, abbiamo proposto alla Kimaeti di fondarne uno nostro. Da quel momento ci seguono e ci sostengono.»

Dalla diffidenza alla fiducia

Quando il gruppo si riunisce, tutto inizia con un pasto condiviso: ugali, una sorta di polenta compatta, verdure spezziate, un po' di carne di pollo e frutta fresca e dolce come dessert. Si chiacchiera e si ride, ed è evidente che tra le persone c'è sintonia. Un tempo non era affatto così. «Chi viveva in fattorie diverse aveva paura di mangiare e festeggiare insieme: temeva la stregoneria o altre forme di ostilità. Grazie al gruppo di solidarietà siamo riusciti gradualmente a superare la diffidenza e a costruire fiducia», racconta Jael Okario.

Il successo è dovuto anche al fatto che le formazioni e le attività condivise del gruppo si svolgono a rotazione, ogni volta in una fattoria diversa. «Così collaboriamo di volta in volta in un luogo nuovo, impariamo a conoscerci davvero e la fiducia si rafforza. Un tempo ciascuno lavorava per sé, oggi affrontiamo tutto insieme.»



La cassetta sulla destra serve al gruppo di solidarietà come cassa comune durante gli incontri settimanali.



Grazie all'agroecologia, il raccolto è diventato più ricco, variegato e sano.



Jael Okario (a sinistra) durante il lavoro nei campi assieme al marito e alla figlia.

Cibo più sano e variegato

Da quando la famiglia Okario pratica l'agricoltura agroecologica, i raccolti sono diventati non solo più abbondanti e diversificati, ma anche decisamente più salutari. «In passato soffrivo di ulcere allo stomaco e anche i bambini si ammalavano spesso», racconta l'energica madre di sei figli e nonna di quattro nipoti. «Oggi tutto questo è solo un ricordo.»

Jael Okario oggi impiega esclusivamente concimi biologici che produce in autonomia e coltiva semi tradizionali, provenienti in origine dai vivai della Kimaeti Farmers Association. «Le varietà industriali di un tempo non potevano essere riseminate dopo il raccolto: ogni anno dovevamo ricomprarle a prezzi elevati. E le verdure risultavano talvolta amare. Le varietà tradizionali, invece hanno un buon sapore e, potendo produrre i semi autonomamente, non ci costano praticamente nulla.» Inoltre, Jael condivide e scambia le sementi con i suoi vicini, anche se in Kenya questa pratica è ufficialmente vietata.

Più soldi e più voce in capitolo

Durante la maggior parte dell'anno, il raccolto è talmente abbondante da consentire la vendita di una parte della produzione, garantendo così alla famiglia un reddito supplementare. «Solo a maggio e giugno la produzione non è sufficiente per il fabbisogno familiare e dobbiamo comprare alcuni alimenti al mercato.»

Un'importante rete di sicurezza economica è anche la cassa di risparmio condivisa del gruppo di solidarietà. Dopo il pasto, i membri si siedono in cerchio: ognuno versa la quota stabilita oppure, in caso di emergenza, può accedere a un piccolo prestito a interesse ridotto. «In passato non riuscivo sempre a mandare i miei figli

a scuola, perché il denaro non bastava», racconta Jael Okario. «E quando, per la malnutrizione, avevano la pancia gonfia, li tenevo in casa perché non potevo permettermi un medico. Qui era così per tutti: ciascuno era solo e pensava a sé stesso, dominava l'egoismo.»

Anche le relazioni all'interno della famiglia erano difficili. «Io e mio marito litigavamo spesso e a volte mi picchiava. Noi donne lavoravamo nei campi e in casa, ma il denaro era gestito dagli uomini. Se mi servivano dei soldi, dovevo chiederli a lui.» Oggi il raccolto appartiene a lei ed è lei a gestire le finanze familiari. Il marito e i figli la affiancano nel lavoro nei campi, apprezzano e accettano la nuova fiducia in sé stessa di Jael Okario e rispettano la sua opinione. «Sempre più persone vengono da me per imparare come praticare un'agricoltura altrettanto efficace.»

Oltre 600 gruppi in Kenya

L'impatto dei gruppi di solidarietà nella regione è arrivato persino a ridurre i conflitti all'interno dei villaggi, un risultato molto apprezzato dalle autorità locali, che così hanno meno da fare. Per questo motivo sostengono il lavoro della Kimaeti Farmers Association e incoraggiano i gruppi a estendere ulteriormente le loro attività. In tutto il Kenya, le organizzazioni partner di Azione Quaresimale seguono ormai più di 600 gruppi di solidarietà, che sono tutti fondati sugli stessi principi.

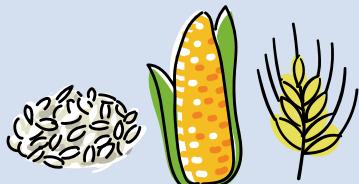
«Da quando abbiamo creato il gruppo di solidarietà, la nostra vita è cambiata in modo radicale», racconta Jael Okario con una risata gioiosa. «E con cibo a sufficienza e una maggiore sicurezza economica non potrà che migliorare ancora: i nostri figli e nipoti avranno accesso a una buona istruzione e a una vita molto più semplice della nostra.»

Fatti e cifre



670 milioni

di persone soffrono la fame, **una persona su 12** al mondo.



50 percento

delle calorie vegetali consumate a livello mondiale è coperto da sole tre varietà di cereali: **riso, mais e frumento**.



75 percento

della diversità genetica vegetale è andato perso negli ultimi 100 anni, secondo l'Organizzazione delle Nazioni Unite per l'alimentazione e l'agricoltura (FAO). Oggi, ad esempio, dieci varietà dominano i tre quarti della produzione mondiale di riso, che in passato contava oltre 100 000 varietà.



30 percento

delle specie animali e vegetali in Svizzera è considerato a rischio di estinzione. Nel caso degli **anfibi**, la percentuale sale addirittura al **73 percento**. Ciò ci colloca tra i 38 Paesi altamente sviluppati dell'OCSE con la più alta percentuale di **specie minacciate**. Per quanto riguarda la biodiversità vegetale, solo l'Austria e la Germania registrano dati peggiori.



80 percento

delle sementi usate per l'alimentazione globale proviene da **famiglie contadine**.



80 percento

dell'alimentazione umana è costituita da **piante**. Ecco perché il libero accesso alle sementi per le colture è così importante.

70 percento

delle risorse necessarie alla produzione alimentare, quali **terra, acqua o combustibili**, viene consumato dal sistema alimentare industriale, nonostante questo sfami solo il 30 percento circa della popolazione mondiale. Il restante 70 percento si nutre grazie all'**agricoltura contadina**, che richiede molte meno risorse.



Agricoltura industriale

Il 70 percento delle risorse alimenta il 30 percento della popolazione mondiale



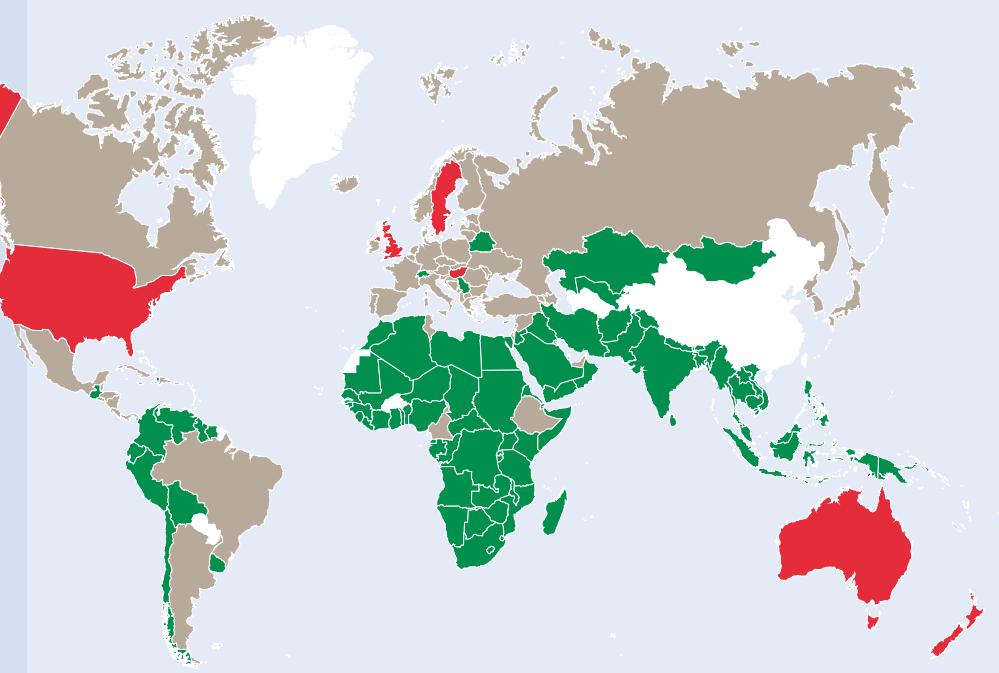
Agricoltura contadina

Il 30 percento delle risorse alimenta il 70 percento della popolazione mondiale



121 Paesi

nel 2018 hanno votato a favore della Dichiarazione delle Nazioni Unite sui diritti delle contadine e dei contadini, tra cui anche la Svizzera. L'**UNDROP** garantisce, tra l'altro, il **diritto al libero accesso alle sementi tradizionali**.



121 Paesi hanno votato per i diritti dei contadini

8 Paesi hanno votato contro i diritti dei contadini

54 Paesi si sono astenuti dal voto

TERMINI E CONCETTI RICORRENTI

Glossario

Agroecologia | L'agroecologia è un approccio che unisce movimento sociale, ricerca scientifica e pratica agricola. Mira a sviluppare sistemi agricoli e alimentari sostenibili, giusti e capaci di resistere alle crisi. Le pratiche agroecologiche promuovono un'agricoltura rispettosa dell'ambiente e adattata alle realtà locali, migliorano i raccolti e aiutano ad affrontare le conseguenze del cambiamento climatico, contribuendo così a prevenire la fame. Nei progetti di Azione Quaresimale, l'agroecologia rappresenta un pilastro essenziale per rafforzare la sicurezza alimentare e l'autodeterminazione delle persone. Questo approccio integra anche aspetti politici, sociali e culturali e influenza l'intero sistema alimentare, dalla produzione al consumo.

Gruppi di solidarietà | I gruppi di solidarietà riuniscono regolarmente membri di una comunità locale, soprattutto donne, che contribuiscono con denaro o generi alimentari a un fondo comune, di proprietà collettiva. Questo

fondo consente di accedere in qualsiasi momento a prestiti a basso costo o senza interessi per coprire bisogni essenziali, come il cibo o le cure sanitarie, soprattutto in caso di emergenza. In alcuni casi, i gruppi promuovono anche attività economiche condivise, ad esempio il lavoro agricolo, gli acquisti o il commercio. Azione Quaresimale sostiene questi gruppi finanziando la formazione e l'accompagnamento attraverso animatori e animatrici locali, senza però contribuire direttamente ai fondi. I gruppi di solidarietà costituiscono un elemento distintivo dell'approccio di Azione Quaresimale e si differenziano nettamente dalla microfinanza: le attività finanziarie sono uno strumento, non l'obiettivo principale, e servono a rafforzare gruppi solidali capaci di generare cambiamenti sociali duraturi.

Cooperazione internazionale | Il termine "aiuto allo sviluppo", a lungo utilizzato, è oggi considerato superato. Al suo posto si utilizzano i termini

"cooperazione internazionale" o "cooperazione allo sviluppo", che indicano l'impegno volto a contrastare povertà e fame e a sostenere uno sviluppo sostenibile in tutto il mondo. Anche Azione Quaresimale è attiva in questo campo.

Sud globale | Oggi si evitano espressioni come "Terzo mondo" o "Paesi in via di sviluppo", considerate superate e connotate in modo giudicante, perché tendono a descrivere alcuni Paesi come "arretrati" e altri come "più avanzati". Il termine "Sud globale" pone invece l'accento sulle relazioni di potere e sulle disuguaglianze storiche, senza stabilire gerarchie. Con questa espressione si indicano soprattutto Paesi dell'Africa, dell'America Latina e dei Caraibi, dell'Asia meridionale e sud-orientale e di parti del Medio Oriente, spesso caratterizzati da una minore forza economica e da una maggiore esposizione alle disuguaglianze globali. Non si tratta quindi tanto di una definizione geografica, quanto di una posizione politica ed economica nell'ordine mondiale.

Attualità

DONNE NELL'AGRICOLTURA

Il 2026 è l'anno delle contadine



Il 2026 è stato dichiarato Anno internazionale delle contadine dalle Nazioni Unite. L'obiettivo è valorizzare, lungo l'intero arco dell'anno, il contributo essenziale delle donne all'agricoltura e ai sistemi alimentari, dalla produzione alla commercializzazione. Un contributo che troppo spesso resta invisibile, pur essendo determinante per la sicurezza alimentare e la capacità di resistere alle crisi economiche. Anche Azione Quaresimale si adopera per questo nei suoi progetti e programmi.

Maggiori informazioni (in inglese): qrco.de/year-wf



L'AGROECOLOGIA DÀ RISULTATI

Importanti successi in Burkina Faso

Uno studio del 2025 della rete di ONG Groundswell International mostra l'impatto positivo delle pratiche agroecologiche in Burkina Faso, centrali per Azione Quaresimale. Così le contadine e i contadini che adottano questi approcci registrano aumenti delle rese rispetto all'agricoltura convenzionale. E anche durante periodi di forte siccità, le produzioni sono rimaste stabili grazie al miglioramento della fertilità dei suoli e alla loro maggiore capacità di trattenere l'acqua.

Maggiori informazioni (in inglese):
qrco.de/groundswell



DECOLONIZZAZIONE

Rafforzare il potere decisionale nel Sud del mondo

Da anni Azione Quaresimale coinvolge attivamente le organizzazioni partner e i team di coordinamento nel Sud del mondo, riconoscendo loro un ampio margine di partecipazione e responsabilità nelle decisioni. In un'intervista doppia, discutiamo sulle opportunità e le sfide di una collaborazione più paritaria tra Nord e Sud.

L'intervista è disponibile qui:
qrco.de/decolonizzazione



CAMBIO DI UN'ORGANIZZAZIONE PARTNER

Restare al fianco delle comunità locali

Nella cooperazione allo sviluppo possono emergere anche difficoltà. Quando la collaborazione con un'organizzazione partner in Nepal non ha dato i risultati sperati, le parti hanno deciso insieme di concludere il partenariato. Ma poiché le persone coinvolte avevano già compiuto i primi passi avanti e nutrito nuove speranze, abbiamo comunque deciso di portare avanti il progetto e ci siamo messi alla ricerca di una nuova organizzazione partner.

La storia completa è disponibile qui:
qrco.de/cambio-partner



*Una contadina di Siguanha,
in Guatemala, trasforma
il raccolto in un pasto gustoso.*

(Foto: Carlos López Ayerdi)



DALLE PAROLE AI FATTI

Ordinare la nostra Guida al testamento

Con il suo testamento esprime la volontà di decidere personalmente anche oltre la sua vita, che cosa accadrà al suo lascito. È un modo per destinare consapevolmente l'eredità alle persone a lei care, in coerenza con i suoi valori e ideali.

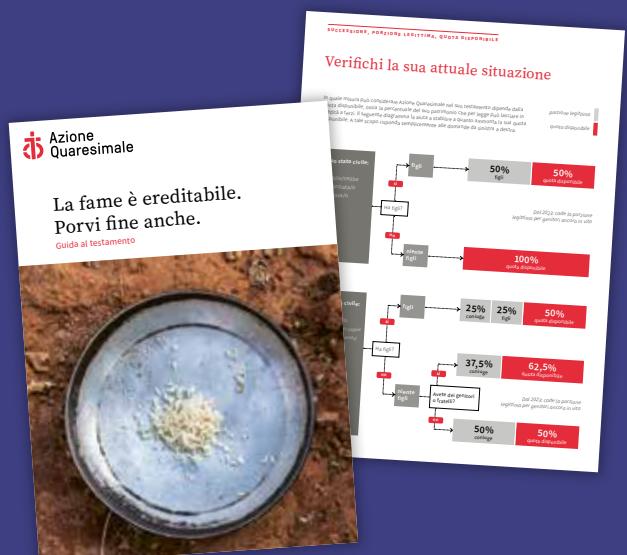
Perché un testamento sia valido dal punto di vista legale, è necessario rispettare alcuni requisiti. La nostra Guida al testamento la accompagna in modo chiaro attraverso tutti gli aspetti essenziali, come la successione, le porzioni legittime, la porzione disponibile e molto altro.

Ordini la brochure gratuita

Ci contatti senza impegno. Sarò lieto di rispondere alle sue domande.



Azione Quaresimale
Beat Wenzinger
041 227 59 86
wenzinger@fastenaktion.ch



Guida al testamento rinnovata,
con una nuova veste grafica

**Insieme a lei, porre fine
alla fame e alla povertà.**

Ecco quale impatto ha la sua donazione



Con 40 franchi

contribuisce a sostenere persone come Marleny Yucumá e Israel Trujillo, in Colombia, nella creazione di depositi di semi. Ciò consente loro di avere a disposizione semi a sufficienza per garantire la produzione del proprio cibo, anche in situazioni in cui bande criminali impediscono l'accesso alle strade.

Con 120 franchi

sostiene donne come Jael Okario, bisnonna di quattro nipoti in Kenya, nella costituzione di gruppi di risparmio solidale. Questi permettono a chi ne fa parte di ottenere piccoli prestiti, assicurando che anche in presenza di raccolti scarsi ogni bambino o nipote possa ricevere le cure mediche necessarie.

Con 80 franchi

può ad esempio contribuire al finanziamento di una formazione sulle tecniche di coltivazione sostenibile, come quelle organizzate da Shadrack Masika nel Kenya occidentale. In questo modo è possibile aumentare sensibilmente i raccolti, facendo sì che il cibo non basti più solo per un unico pasto al giorno.

 **Azione
Quaresimale**

via Cantonale 2A, 6900 Lugano, 091 922 70 47, azionequaresimale.ch



Cibo sicuro – anche in tempi di crisi, siccità e aumento dei prezzi

Con la sua donazione aiuta persone come Marleny, Israel, Jael e Shadrack a garantire a sé stesse e alle loro famiglie cibo a sufficienza anche nei momenti di crisi. Permette loro di disporre di semi diversificate, raccolti stabili e di una rete di sicurezza finanziaria in caso di eventi difficili.

Grazie di cuore per il suo sostegno!

www.azionequaresimale.ch/fai-una-donazione

IBAN CH53 0900 0000 6900 8988 1

Fai un dono ora

 Scansionare con l'app Twint
 e inserire l'importo.

