

SILO NEWS



CONTENIDO:

Viaje a lo desconocido	1
SILO y sus proyectos en las ondas	1
Los avances de Laura la cooperante	2
Una lección de vida, lucha y superación	3
La media maratón de Barcelona	4
Los límites en la maratón de Barcelona	5
Proyecto KILO	6
Sant Jordi 2017	6
Feria de Abril con Antonio Canales	7
Gambasse Regata Solidaria	7
Gambasse Regata Solidaria	8
XXIII Fiesta de la Diversidad	9

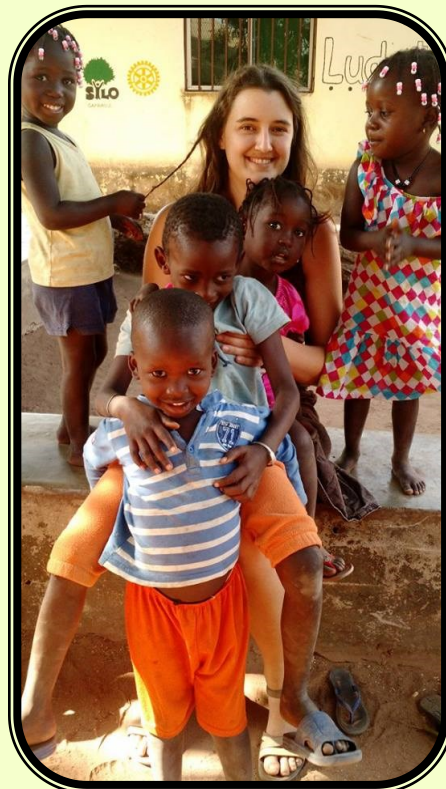
VIAJE A LO DESCONOCIDO

Cuando llegué a Barcelona hace tres años escuché tantas cosas bonitas sobre el proyecto Gambasse que decidí verlo en vivo y en directo. Así que en enero de 2017 preparé las maletas y aterricé en Guinea Bissau. Me embarqué en esta aventura de dos semanas, con muchas ganas y curiosidad junto con Laura, la cual decidió alargar su estancia hasta junio para poder desarrollando muchos proyectos que beneficiaran a la población rural de Gambasse y sus alrededores.

Después de un viaje largo y duro en coche desde Banjul nos recibieron con una gran bienvenida en el poblado. Una vez superado el choque cultural intenté sumergirme un poco en la vida cotidiana. Disfruté mucho jugando con los niños, y aprendí mucho discutiendo sobre un amplio elenco de temas con los chicos mientras tomábamos el té. Pasé tiempo con las mujeres que me enseñaron a llevar las ollas limpias de la fonti en la cabeza, como pelar cacahuets, preparar la comida y hasta desplumar y limpiar gallinas. También ayudé a Laura a iniciar varios proyectos, especialmente el huerto escolar que pudimos poner en marcha gracias a la donación de un socio de Rotaract.

Durante mi estancia tuvimos la 'suerte' de ver el Kankurang. Al principio nos hizo mucha ilusión a Laura y a mí, pero la verdad es que después de estar encerradas en casa tres días, porque mientras está el Kankurang en las calles las mujeres no pueden salir de casa, echábamos de menos salir a la calle otra vez. Poco después del Kankurang me puse enferma – y comprobé personalmente el funcionamiento del hospital de Bafatá. Por suerte me recuperé pronto pero ya estaba en el final de mi viaje. Me quedó con una lista enorme de cosas aún por hacer y fue muy difícil decir adiós a esa gente que me dejó entrar en su vida.

Ahora solo queda decir que he disfrutado muchísimo de la experiencia. Estoy segura de que volveré algún día para realizar todos los planes que aún tengo pendientes.



Esther Gellings con los niños de Gambasse

Esther Gellings
Rotaract y colaboradora de la ONG SILO

SILO Y SUS PROYECTOS EN LAS ONDAS

El pasado mes de enero, Silo participó en el programa "L'Espai Solidari" de Radio Gracia, donde se dio a conocer algunas de las líneas más destacadas sobre los proyectos de desarrollo en los cuales se está interviniendo.

Ángeles y Yolanda, dos fundadoras y colaboradoras de Silo, junto al gran profesional Enric Castella, pudieron dar a conocer algunos de los proyectos que desde Silo se están llevando a cabo en Guinea Bissau y también en nuestra ciudad (Barcelona).

Gracias a Radio Gracia y a Enric Castella por compartir este espacio con nosotros!



Entrevista a SILO en RADIO GRACIA

Ángeles Granado
Fundadora ONG SILO



Ángeles Granado, Yolanda Rodríguez y Enric Castella

LOS AVANCES DE LAURA LA COOPERANTE

Laura Ribas, es una Rotaract, que decidió dejar su vida cotidiana y viajar a Gambasse a potenciar los proyectos que durante 18 años lleva manteniendo SILO. Su aventura empezó el 18 de enero de 2017 en el momento que embarco en el avión destino Guinea Bissau.

Laura ya lleva dos meses de los seis que tiene previsto quedarse y ya ha empezado a potenciar, organizar, mejorar los proyectos que están vigentes y también ha propuesto proyectos nuevos. A continuación os presentamos un pequeño resumen que nos ha hecho llegar de lo que está haciendo.



Laura Ribas con niños de Gambasse

Este año tenía la intención de realizar un trabajo cultural de la población de Guinea Bissau, pero al poco de llegar a Gambasse las preferencias cambiaron y empecé a llevar a cabo otros proyectos muy interesantes.

El primero de ellos fue la creación de un huerto escolar, el cual, siembran y cuidan los alumnos de la escuela. Los productos que se recojan se destinarán para la comida de los niños que asisten a la escuela.

El segundo proyecto, es muy sencillo pero para ellos muy importante. Estamos legalizando la asociación del sida, Allah-Walluen. Con este gesto les ayudamos a que puedan acceder a otras ayudas, como puede ser la de la alimentación.

El tercero es la creación de La Casa de la Infancia. El objetivo es potenciar el dispensario médico y centro nutricional de Gambasse para mujeres embarazadas y niños hasta 7 años. En él podrán acceder las personas desnutridas tras ser diagnosticadas. Habrá sitio para unas 6-10 personas que podrán quedarse ingresadas, el proyecto está pensado para dar servicio a unas 20 personas por día.

Además de centro de nutrición también será un centro de sensibilización en diferentes temas como nutrición saludable, higiene personal, entre muchos otros en donde se podrá encontrar documentación y libros especializados para los que participen en las jornadas de sensibilización como para la gente que esté ingresada. Todo estará dedicado a la infancia, pero también a las familias. En el mismo centro también se encontrará el dispensario médico y la sala de partos, donde unos días estipulados vendrá un médico a hacer visitas prenatales.



Esther Gellings junto con Laura Ribas delante de la Ludoteca de Xavier Bonet de Gambase

UNA LECCIÓN DE VIDA, LUCHA Y SUPERACIÓN

Un año más nuestro Atleta de referencia Djibrilo Iafa quiso participar en la Cursa Dels Nassos de Barcelona (31-12-16) y por supuesto lo hizo con la camiseta de SILO. Este año no estaba su compañera guía de año pasado Anette, pero eso no le detuvo.

Una tarde noche de domingo cualquiera, en una de las entregas de Comida Solidaria en la Estación del Norte, Marta Abreus, una de las voluntarias, mencionó que ella practicaba el atletismo como deporte. Al enterarnos no perdimos ni medio segundo y se le propuso participar como guía de Djibrilo en la Cursa dels Nassos. La respuesta afirmativa no se hizo esperar. A pesar de que el primer contacto entre Djibrilo y Marta fue a través de Facebook desde un principio se notó que había feeling entre ellos, el cual se fue intensificó con los duros entrenamientos en Castelldefels (Canal Olímpico y la playa) y al marcarse poco a poco retos. Uno de los retos más importantes fue que tanto Marta como Djibril pudieran coordinarse a la perfección ya que los dos vienen de dos disciplinas muy diferentes. Marta es una corredora de maratones de larga distancia en la montaña y campo a través, Djibril en cambio, es un Judoca cinturón negro que participa en competiciones internacionales representando a Portugal (su país de adopción).

Los que hemos estado en los entrenamientos ya vimos desde un primer momento que el reto de rebajar la marca del año anterior y a la vez disfrutar compitiendo con alegría ya se había conseguido antes de empezar la maratón. Y así fue como nuestro vaticinio se cumplió. La carrera la acabaron en 52 minutos, 10 minutos menos que la marca anterior pero lo que fue el mayor triunfo fue su cara de satisfacción y alegría en la llegada.

Marta Abreus después de recuperar el aliento no cabía de regocijo por haber realizado la maratón como guía de Djibril, según palabras de Marta ella ganó la carrera conociendo a Djibril y teniendo la oportunidad de hacerle de guía, fue una experiencia maravillosa que la enriqueció mucho al ver que pese a las dificultades de Djibril por ser invidente, éste no tenía límites para superarse. Es un LECCIÓN DE VIDA, DE LUCHA, DE SUPERACIÓN.



Marta Abreus y Djibril en pleno entrenamiento



Marta Abreus y Djibril al inicio de la Cursa del Nassos

Sólo nos queda agradecer a Marta Abreus por su dedicación y paciencia y a Djibril por querer estar siempre apoyando a la familia SILO.

Félix Perales
Tesorero ONG SILO

LA MEDIA MARATÓN DE BARCELONA

Hace un tiempo que yo junto con mi pareja, Diego, nos estábamos preparando para realizar la media maratón de Barcelona. Era todo un reto para nosotros ya que nunca habíamos participado en ninguna. Finalmente nos decidimos y nos apuntamos para la media Maratón del 12 de febrero de 2017, pero no quisimos que fuera una simple maratón quisimos correr de forma solidaria en favor de un proyecto de educación que lleva a cabo la ONG SILO en un poblado rural llamado Gambasse en Guinea Bissau (África). Así que entre entrenamiento y entrenamiento montamos un reto en migranodearena.org llamada UNA ZANCADA UN LIBRO y nos dedicamos a recaudar el máximo de beneficios posibles para mejorar el futuro de los 400 niños que estudian en esa escuela.

Y por fin llegó el día señalado. Mi experiencia haciendo la media maratón fue increíble, el día antes estaba muy nerviosa pensando en si podría conseguirlo, había tenido una lesión que me había dejado parada dos semanas y no sabía si notaría mucho el dolor.

El día de la carrera estábamos súper animados, empezamos despacito los primeros 5 kilómetros para dosificar un poco las fuerzas.

A partir del 5º nos pusimos un ritmo un poco más rápido y no lo dejamos hasta el kilómetro 15. Las sensaciones eran muy buenas pero a partir del kilómetro 18 empezó el sufrimiento. En el grupo que íbamos había dos que estaban mucho más entrenados y nos forzaron un poco hasta la llegada.

En el último kilómetro Diego gritaba que ya casi estábamos en la meta y los demás también animaban sin parar. Entramos todos cogidos de la mano y con la gran satisfacción de haberlo conseguido gracias al apoyo de todos los que participaron y nos dieron fuerzas para aguantar y seguir hasta el final!



Carol Bofarull al inicio de la Media Maratón de Barcelona



Diego, Carol y Jordi después de la Media Maratón de Barcelona

Este no sólo fue un reto deportivo que superamos también nos volvimos a casa con la satisfacción de haber conseguido 800 euros para la ONG SILO y su proyecto de educación.

Estamos muy orgullosos de haber corrido por SILO y lo seguiremos haciendo para apoyarles en la maravillosa labor que realizan.

Carol Bofarull
Colaboradora ONG SILO

LOS LÍMITES EN LA MARATÓN DE BARCELONA

Soy incapaz de alcanzar mis límites y estoy encantado de perder contra ellos.

Una maratón mítica y llena de emoción. Quizás sea porque no sabía a qué ritmo ir pero al final se trata de disfrutar y coger ritmo cómodo. Un ritmo alegre donde pueda sonreír. Quizás porque no tenía objetivo de mejorar mi marca personal. Pero sí o sí tenía objetivo de plantar la cara a la meta. Por el reto solidario del polideportivo para los niños de Silo Gambasse. De alguna forma tenía que agradecer a todas las personas que habían colaborado con nuestro reto solidario: Compartiendo reto, aportando su grano de arena o con un simple mensaje de ánimo y creí que esa era una bonita forma de dar las Gracias! Vosotros no dudasteis de mí, yo no deje de pensar en vosotros, la emoción, el ambiente y vuestros ánimos me han hecho volar por las calles de Barcelona. Km 34 debajo de 4min/km exacto 3:57 y con ganas de comerme el mundo. El tramo más difícil y feo lo había conseguido cruzar con una energía brutal.

Pero aquí empezaba otra maratón que cambiaría todo y daría aún más sentido a los últimos 8 kms, una decisión rápida y muy acertada. [Younes](#) no te podía adelantar con ese estado. Tu pensaste que no acabarías o tardarías seis hora pero yo estaba convencido que cruzaríamos la meta juntos. Habíamos unido dos causas era difícil que el muro nos resistiera!

Tu corrías por la Inclusión social de los jóvenes y yo por Silo Gambasse por los niños de Guinea Bissau dos proyectos llenos de entusiasmo y con valores inmenso.

La unión hace fuerza

Los dos sabíamos muy bien que ahora teníamos que ser aún más fuerte. Te decía de no mirar el reloj ya que totalmente dependíamos de tirar de la cabeza que de piernas. El reloj no nos podía ayudar mucho.

Tu primera maratón enhorabuena! Ánimo en tus próximos retos!

Y como no, agradecer a esa comunidad y miles de personas que han salido a la calle a darnos alas y a todos los amigos que he visto animando.

Formo parte de una comunidad donde importa más la diversión, el compañerismo y el compromiso que los resultados. Gracias [Chemi](#) por crear este ambiente tan humano. #RUNBCN

Creo que no es bueno no tener claro el ritmo que iras 3 minutos antes de una carrera y menos en una maratón. Me ha salido bien fantástico, pero soy consciente de que podría haber jugado a la contraria y obligarme a plegar a los 20 kms.

No sólo me los pasé genial, acabe la carrera y disfruté muchísimo, entre todos, granito a granito conseguimos recaudar 1.570 euros para construir el polideportivo para los niños de Gambasse.



Younes y Shahid en la Maratón de Barcelona



Younes y Shahid en la Maratón de Barcelona

Shahid Ashraf
Socio RUNBCN y colaborador de SILO

PROYECTO KILO

El pasado 8 de ABRIL ayudamos a recolectar comida, destinada al Banco de alimentos junto con los Rotaracts del Distrito 2202

SILO repite en el Proyecto KILO. Allí estuvimos como cada año para recoger comida para los proyectos de Comida en Acción de Rotaract y el Banco de Alimentos. Se recogieron más de 2.000 kg de comida.



Diana Campo
Socia ONG SILO

SANT JORDI 2017

El 23 de abril de 2017 fue un precioso día con mucha gente por el centro de BCN y muchos amigas/os que nos vinieron a visitar y comprar las rosas solidarias. Un Sant Jordi más, lleno de alegría, buen humor y solidaridad junto con nuestros amigos los Rotaracts. Se vendieron más de 500 rosas y un montón de libros.



Diada de Sant Jordi 2017

Todos los beneficios recaudados irán destinados a los proyectos de educación que estamos llevando en Gambasse.

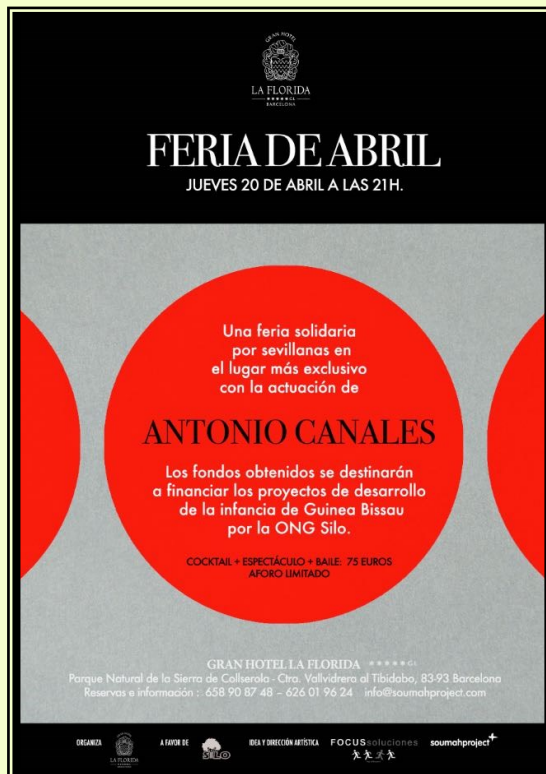
MUCHAS GRACIAS A TODOS

Diana Campo
Socia ONG SILO

FERIA DE ABRIL CON ANTONIO CANALES

Un orgullo poder volver a contar con la solidaridad de Soumhproject (Francois) que ha organizado junto con [Emeren Gallardo](#) un espectáculo exquisito con Antonio Canales en favor de los niños de Guinea Bissau.

En el evento no sólo disfruto todo el mundo también se recaudaron 2.000 euros que servirán para mejorar las condiciones de vida de nuestros niños de Gambasse.



Diana Campo
Socia ONG SILO

GAMBASSE: REGATA SOLIDARIA

El pasado fin de semana del 10 y 11 de junio SILO colaboró en el proyecto que organizó el Rotary Club Barcelona Alba junto los Rotaracts del Barcelona 92 y del Condal en el Club Náutico de Castelldefels "**GAMBASSE REGATA SOLIDARIA**" en favor de los estudios de secundaria de 22 niños que están estudiando becados por sus logros académicos en la ciudad de Bafata en Guinea Bissau.

El evento consistió en la organización de una competición de patines a vela y catamaranes.

El día 10 además de la regata se organizaron actividades para todas aquellas personas que quisieron pasar un bonito día en la playa con nosotros y que no participaron en la regata.



Actividades Gambasse Regata Solidaria

[VIDEO GAMBASSE REGATA SOLIDARIA](#), realizado por Carmen Miravalls del Club Náutico de Castelldefels.

Desde SILO queremos agradecer al Rotary Club Alba por esta maravillosa iniciativa. Nos lo pasamos genial y estuvimos encantados de poder participar con los socios de este club, por la fantástica organización y el buen ambiente que se creó.

Agradecer también a todos los patrocinadores y como no al Club Náutico de Castelldefels por haber hecho posible este evento



Por cortesía de Luis Rollan



SEIS RELOJES DIGITALES OREGON POR
CORTESIA DE ALIBOR DISTRIBUIDORA
DE LAS MARCAS LUMINOX,
MONDAINE Y OREGON



CAVA ROTARIO MUSCANDIA



DOS CENAS PARA 2
PERSONAS EN EL
RESATURANTE EXCLUSIVO
SABOR A MAR



TRES MOCHILAS REBELD

Diana Campo
Socia ONG SILO

XXIII FIESTA DE LA DIVERSIDAD

Un año más SILO ha participado de la "Festa de la Diversitat de l'Hospitalet". Un día lleno de alegría, diversidad, buen humor, cultura y amistad.



Los artistas de SILO

Un día precioso que compartimos con otras asociaciones en donde pudimos enseñar todas nuestras artesanías africanas a todas aquellas personas que decidieron compartir con nosotros la jornada, así como la riqueza de la cultura africana.

Todo lo que se obtuvo se destinará a mejorar las condiciones de vida en los proyectos de salud y educación de la población de la zona de Bafatá en Guinea Bissau.



Diana Campo
Socia ONG SILO

[ESTAMOS EN
WWW.SILOGB.COM](http://WWW.SILOGB.COM)



silogb@gmail.com



[COLABORA con nosotros para poder seguir descubriendo SONRISAS](#)

COLABORADORES DE SILO

