

Il cibo è tornato nei mercati di Gaza, ma la maggior parte delle persone non può ancora permettersi di mangiare.

DI TAREQ S. HAJJAJ



I prezzi sono crollati drasticamente dopo la carestia del 2025, ma con il potere d'acquisto distrutto da quasi tre anni di guerra e sfollamenti, il cibo sugli

scaffali rimane fuori dalla portata della maggior parte della popolazione di Gaza.

In una tenda a Tal al-Hawa, a ovest di Gaza City, Iman Abdel Karim, 39 anni, madre di sei figli, porge pezzi di pane ai suoi bambini affamati, alcuni dei quali troppo piccoli per avere ancora i denti. Intorno a lei ci sono alcune pentole vuote. All'ingresso della tenda, il fornello non è stato acceso né ieri né oggi.

Abdel Karim e la sua famiglia vivono con un solo pasto al giorno, solitamente consumato intorno a mezzogiorno. Quando disponibile, il cibo proviene da una cucina comune. Quando non c'è cibo nelle cucine, mangiano solo pane. A volte riescono a procurarsi un pasto da una tenda vicina, oppure cucinano lenticchie, da sempre tra gli alimenti più economici di Gaza, anche se persino i prezzi delle lenticchie sono aumentati a tal punto da diventare inaccessibili per alcune famiglie.

«I miei figli vedono frutta e verdura dai vicini e iniziano a chiedermene un po'», racconta Abdel Karim. «Ma anche se nei mercati si trovano frutta, verdura e altri alimenti, noi non possiamo comprare nulla. Viviamo in tenda da più di due anni. Abbiamo speso tutti i nostri soldi per sopravvivere e non ci è rimasto niente».

Per la prima volta da anni, il cibo è visibile nei mercati di Gaza, ma la fama non è scomparsa. Secondo il rapporto

dell'IPC dell'agosto 2026 , si prevede che oltre 1,4 milioni di persone, ovvero due terzi della popolazione di Gaza, si troveranno in condizioni di crisi o peggiori entro dicembre 2026. La presenza di merci sugli scaffali non si è tradotta in sicurezza alimentare per la maggior parte della popolazione di Gaza, il cui potere d'acquisto è stato distrutto da oltre due anni di guerra, sfollamenti e collasso economico.

I prezzi sono calati notevolmente rispetto all'anno scorso, quando la carestia stava devastando la popolazione. Al culmine della crisi, a metà del 2025, un chilogrammo di farina poteva costare dai 250 ai 300 shekel (dai 70 ai 90 dollari) in alcune zone della Striscia. Secondo un rapporto del Programma Alimentare Mondiale (PAM), la farina di grano veniva venduta a un prezzo superiore del 4.900% rispetto a quello precedente all'ottobre 2023. Oggi, un sacco di farina da 25 chilogrammi costa circa 30 shekel (10 dollari).

Secondo un rapporto dell'UNICEF sulla situazione umanitaria , relativo al periodo compreso tra ottobre 2025 e giugno 2026, i prezzi dei pomodori sono diminuiti di circa l'81% dall'entrata in vigore del cessate il fuoco, quelli delle patate di circa il 70% e quelli del riso di circa il 73%. L'accumulo di scorte umanitarie, tra cui prodotti come legumi e farina, che possono deteriorarsi se conservati a lungo con il caldo estivo di Gaza, spinge i commercianti a venderle rapidamente.

Ma il calo dei prezzi non ha interessato tutti i beni allo stesso modo. Latte, proteine e pesce, di cui la popolazione ha bisogno, rimangono difficili da reperire. Il gas da cucina è regolamentato dal Ministero dell'Economia di Gaza, con una fornitura stimata di otto chilogrammi a famiglia ogni sei mesi, una quantità ben al di sotto del fabbisogno settimanale. Inoltre, l'elettricità non è disponibile in gran parte della Striscia, rendendo quasi impossibile la conservazione degli alimenti sia per le famiglie che per i commercianti.

Abdel Karim ricorda la carestia con particolare dolore.

"Durante la carestia dello scorso anno, sentivo i miei figli piangere per la fame giorno e notte, lamentarsi, e non potevo fare nulla per loro. Non potevo andare verso i camion degli aiuti che venivano descritti come la strada per la morte. Nemmeno mio marito poteva. Ha una ferita al piede dall'inizio della guerra. "

«Così, ho venduto i miei gioielli per poter dare da mangiare ai miei figli. E non ero la sola. Molte donne hanno fatto lo stesso.»

'Un gioco politico'

Rami Oweis, 56 anni, padre di otto figli e dipendente in pensione, vede il divario tra ciò che è visibile e ciò che è accessibile come deliberato, parte di quello che definisce

"un gioco politico" in cui Israele è diventato estremamente abile nel creare l'apparenza di normalità.

«Si vedono mercati pieni di frutta e verdura di ogni colore e forma», dice Oweis. «Ma chi può permettersi di comprarle ogni giorno? Chi può portare cibo a sufficienza per sé e per la propria famiglia in una tenda che d'estate diventa un forno?»

Lo stoccaggio è un problema a sé stante. "Nelle tende non ci sono frigoriferi. E anche se ci fossero, non c'è elettricità per farli funzionare." Cucinare quel poco che si riesce a portare, spiega, richiede legna da ardere, la cui raccolta richiede ore e riempie le tende di fumo.

"Tutto questo fa parte della politica", ha detto Oweis a *Mondoweiss*. "Vedete le immagini, ma solo chi vive tra la gente di Gaza e nelle condizioni di Gaza sa l'inferno che sta vivendo".

A Gaza, afferma Oweis, i mercati riflettono queste contraddizioni.

Un chilogrammo di carne, che durante la carestia provocata dagli israeliani poteva costare 400 o 500 shekel, quando era reperibile, ora viene venduto a circa 40 shekel.

Le patate costano circa sei shekel al chilo, i pomodori otto, le cipolle sei e i cetrioli dodici. Secondo gli standard prebellici, questi sarebbero prezzi accessibili. Ma il potere d'acquisto è crollato.

Oltre un terzo del fabbisogno di pane di Gaza è coperto dai panifici supportati dal Programma Alimentare Mondiale (PAM), dove vengono vendute confezioni da otto o nove pite a un prezzo fisso di circa 1 dollaro. Tuttavia, a causa delle restrizioni all'importazione imposte da Israele, il PAM è stato costretto a ridurre le forniture di farina ai panifici, spingendo molte famiglie che facevano affidamento su questi punti vendita a cercare alternative.

«Non abbiamo più soldi», dice Oweis. «Non possiamo più comprare le cose come facevamo prima della guerra. Questa guerra ha prosciugato tutti i risparmi che avevamo accumulato per il futuro, e poi ha distrutto il futuro stesso».

Stato di emergenza permanente

Anche i commercianti si trovano nella stessa situazione difficile. Faticano a immagazzinare la merce sviluppata, assistendo al deterioramento dei prodotti deperibili a causa del caldo e della mancanza di elettricità per refrigerarli, e si ritrovano costretti a vendere a prezzi

ridotti, a volte in perdita, per smaltire le scorte prima che si rovinino.

Abdel Aziz, un piccolo commerciante di Gaza che ha preferito rimanere anonimo, afferma che non appena frutta e verdura diventano disponibili, i commercianti si affrettano ad acquistarle, sapendo che si tratta di alimenti che i palestinesi desiderano ardentemente. Tuttavia, la domanda rimane limitata, anche ai prezzi normali.

"La gente ha paura di comprare", dice Abdel Aziz. "Cercano sempre di tenere un po' di contanti a portata di mano in caso di emergenza. E Gaza è diventata uno stato di emergenza permanente."

Quando le persone fanno la spesa, comprano il meno possibile. "Invece di comprare due chilogrammi di patate, ad esempio, un padre potrebbe comprarne solo due per la famiglia, da consumare quel giorno". Le famiglie non cucinano più pasti completi ogni giorno. Mangiano nelle mense dei poveri o si accontentano di panini con formaggio o marmellata invece di preparare un pasto completo, aggiunge.

Riguardo all'impatto della guerra sulle abitudini alimentari degli abitanti di Gaza, Abdel Aziz lo definisce "politica". "Una politica deliberata, volta a mantenere le persone in uno stato di bisogno. Anche se i beni di prima

necessità fossero disponibili, la gente non sarebbe in grado di acquistarli."

«L'occupazione israeliana dice al mondo che sta portando cibo a Gaza», afferma Abdel Aziz. «Il mondo lo vede. Ma il mondo non sa come coloro che sono sopravvissuti a Gaza riescono a sopravvivere, cosa li abbia sfiniti o cosa abbiano sacrificato per arrivare a questo punto, in cui non possono più permettersi di comprare frutta e verdura per le loro famiglie».