Sonrisas

PaYaSoS
SiN fRoNTeRaS

Revista de los socios y las socias de Payasos Sin Fronteras | Época V · Núm 15 | Noviembre'18 - marzo'19

Editorial: Sonrisas contra el trauma de la guerra

En primera persona: Nacho Camarero

Proyectos en Burkina Faso, Colombia, Costa de Marfil, Etiopía, Jordania y Líbano.

Foto: Expedición a Etiopía ©Luca Fiorentini | PSF

Expedición a Etiopía ©Luca Fiorentini | PSF

Sonrisas contra el trauma de la guerra

Las niñas y niños que padecen los conflictos ocasionados por los adultos sufren traumas que producen sintomatologías diversas. Entre ellas están las pesadillas, la dificultad en la relajación, los llamados *flashbacks,* que suponen una revivencia corporal de episodios graves, el bloqueo como medida resiliente de primera urgencia y otros fenómenos de índole similar. En el proyecto conjunto que iniciamos hace casi dos años con la Unidad de Crisis de la Universidad Autónoma de Barcelona, pudimos comprobar como muchos niños y niñas a los cuales ofrecíamos nuestros espectáculos padecían este tipo de sintomatologías. Son efectos que desde aquí, a menos de que por mala fortuna nosotros hayamos padecido algún tipo de situación similar, cuesta imaginar y situar en términos de impacto. Sabemos que es muy difícil tener un desarrollo sano bajo estas condiciones, así como sabemos que un niño o una niña que permanecen bloqueados psicológicamente para autoprotegerse de posibles daños futuros perderá oportunidades en su crecimiento emocional.

«La alegría, la comicidad positiva, el humor que no denigra y que es inocente, abre la mente y permite desactivar bloqueos.»

La alegría, la comicidad positiva, el humor que no denigra y que es inocente, abre la mente y permite desactivar bloqueos. Es algo que hemos verificado con evidencias en nuestro último estudio científico y que está en proceso de publicación. Sin embargo, con todas las limitaciones que el proceso de publicación de un artículo científico genera, podemos avanzar la síntesis del mismo.

En primer lugar, las actuaciones de Payasos por sí solas, sin combinar con ninguna otra metodología, tienen un efecto positivo sobre los síntomas de intrusión y evitación. En la intrusión encontraríamos efectos como los *flashbacks* mencionados, y en la evitación ese bloqueo del que hablamos.

Segundo, las actuaciones de PSF por sí solas también reducen la presencia de síntomas relacionados con problemas emocionales y conductuales. Las niñas y niños mejoran su comportamiento en las escuelas después de participar en espectáculos nuestros.

En tercer lugar, cuando nuestras actuaciones combinan con determinadas medidas terapéuticas como las TRTs (*Teaching Recovery Techniques*) aplicadas por la Unidad de Crisis de la UAB, el efecto positivo sobre las intrusiones, la evitación, problemas emocionales y problemas conductuales, aumenta.

Por último, la combinación de nuestras actuaciones con las mencionadas TRT produce, además de los cambios anteriores, una importante disminución de la sintomatología depresiva de los niños y niñas.

Con esto respondemos a aquella pregunta tan antigua que siempre nos hacía alguien escéptico: "Los niños lo pasan muy bien durante el rato en que hacéis los espectáculos pero... ¿Después qué? ¿Qué queda?" La respuesta es que después queda un futuro un poco más practicable para las niñas y los niños, que crece en la medida en que podamos ofrecerles mayor cantidad de nuestro trabajo.

Gracias por tu apoyo.

Carles Requena
Gerente y Responsable de Operaciones de PSF

PROYECTOS

Foto: Expedición a Líbano © PSF

Líbano

Hacer reír, crear futuro

Artistas: Albert Vinyes, David Soria, Vicky Alcaraz y Abraham Arzate (1ª exped.). Xavi Arcos, Marcela Caraballo, Charo Amaya y Romero González (2ª exped.).
Fechas: del 24 de septiembre al 10 de octubre (1ª exped.) y del 20 de octubre al 10 de noviembre de 2018 (2ª exped.)
Actuaciones: 59. Público: 14.926

Ofrecemos apoyo emocional a la infancia refugiada palestina y seguimos reduciendo el estrés postraumático de la infancia refugiada siria

El pasado otoño nos dejamos caer dos veces a Líbano en dos giras muy seguidas. No fuimos por placer, sino porque miles de niños y niñas nos reclamaban. La primera gira la destinamos, sobretodo, en atender a la infancia y la población refugiada palestina. Algunos palestinos vinieron a Líbano en su día pensando que sería un lugar de refugio provisional, pero ya han pasado dos o tres generaciones y volver sigue sin ser una opción. David, Vicky, Albert y Abrahan realizaron 25 espectáculos para un público de 6.526 personas. Llenaron de alegría muchos campos de refugiados, centros para ancianos, escuelas...

Al cabo de unos días de su regreso, Xavi, Marcela, Charo y Romero fueron los encargados de llevar a cabo la segunda gira, dedicada a compartir sonrisas con la infancia refugiada en la zona del Valle de la Bekaa, muy próxima a la frontera con Siria. Volvimos a actuar en las mismas escuelas donde hemos llevado a cabo el reciente estudio patentado por la Unidad de Crisis de Barcelona, cuyos resultados confirman que nuestras acciones reducen los síntomas del estrés postraumático de los niños y niñas que han vivido la guerra. En total, hicimos reír a 8.400 personas en 34 espectáculos. ¡Ya tenemos ganas de volver pronto!

Puedes colaborar con un donativo en este proyecto a través de **www.hacerreircrearfuturo.org**

Foto: Expedición a Colombia © PSF

Burkina Faso

Nuevos refuerzos para Davo y Lucie

Artistas: Davo Gallego, Lucie Bettencourt, Anna Montserrat y Celia Benito.
Fechas: del 30 de noviembre al 23 de diciembre de 2018.
Actuaciones: 16 espectáculos y 45 h de talleres.
Público: 2.359

Seguimos con el proyecto nutricional con el apoyo de dos payasas más

Anna y Celia han estado más de tres semanas echando un cable a Davo y Lucie con el proyecto nutricional en Burkina Faso, que ya lleva 3 años y medio en marcha. Entre los cuatro han preparado nuevos talleres de formación de clown para las *mamayasas* y han realizado cerca de una veintena de espectáculos para toda la región de Hauts Bassins.

El objetivo final es reducir los efectos de la malnutrición en esta zona de Burkina Faso. Actualmente, el proyecto se sitúa en la tercera fase, centrada en la realización de actividades de sensibilización para la población local a través de talleres basados en el humor y la comicidad. Mientras, las mamayasas siguen poniendo en práctica lo que aprenden en las formaciones en el CREN (Centro de Recuperación Nutricional) de Bobo-Dioulasso, estimulando los niños y niñas hospitalizados. Con esta visita Davo y Lucie han conseguido cargar pilas, ¡y de qué manera!

Este proyecto se está realizando gracias al apoyo del Ayuntamiento de Barcelona.

Colombia

Colombianos y venezolanos sonríen de nuevo

Artistas: Maite Guevara, Patricia Coronas, Jennifer Jacomini, Toño Zarralanga y Javier Franco.
Fechas: del 2 al 22 de febrero de 2019.
Actuaciones: 28. Público: 4.066

Compartimos sonrisas con la infancia desplazada y refugiada

Este febrero cinco Payasos y Payasas Sin Fronteras hemos estado en Colombia realizando una gira de espectáculos para atender a la infancia desplazada por el conflicto interno colombiano y a la infancia refugiada de Venezuela, que huye de la inestabilidad política que sucede en su país en busca de una vida mejor. Maite, Patri, Toño, Javi y la payasa brasilera, Jennifer, han sido los encargados de compartir sonrisas con más de 4.000 personas. Han estado en la frontera con Venezuela, atendiendo a miles de personas que cruzan día a día el Puente Internacional. También en zonas que aún sufren los estragos del conflicto armado, y en la península de Guajira, con la comunidad Wayú, la población indígena, no reconocida por el gobierno colombiano. Todo ello, han realizado cerca de una treintena de espectáculos acompañados por ACNUR.

Este proyecto se ha realizado gracias al apoyo del Ayuntamiento de Barcelona.

Foto: Expedición a Burkina Faso ©PSF

Foto: Expedición a Etiopía ©Luca Fiorentini | PSF

Etiopía

Hemos traído sonrisas donde no llegan

Artistas: Hugo Sánchez, Zaida Villar y Nacho Camarero.
Fechas: del 9 de diciembre 2018 al 9 de enero de 2019.
Actuaciones: 29. Público: 11.998

Damos apoyo emocional a la infancia refugiada y en situación de vulnerabilidad en Etiopía

Tres miembros de la ONG *Acircándonos*, Nacho, Zaida, Hugo y un fotógrafo que nos ha regalado instantáneas increíbles, Luca, sacrificaron sus Navidades para compartir sonrisas en Etiopía, con la infancia que más lo necesita. La primera parada fue Addis Abeba y la segunda en Holeta, una ciudad rural a 40 kilómetros de la capital. En esta zona, el peligro sobre la presencia de hienas cuando cae el sol provocó el acortamiento de algunos espectáculos para que los niños y niñas pudieran llegar a sus casas sanos y salvos. Durante la gira, los artistas toparon con un contratiempo imprevisto: La payasa Zaida se lesionó la rodilla cuando ejecutaba una acrobacia durante un espectáculo. Estuvo unos días reposando, sin poder actuar con sus compañeros payasos.

En Nochebuena, mientras Papá Noel se colaba en las casas de los países occidentales para traer regalos, los artistas volaban hacia Jijiga, ciudad fronteriza con Somalia, para traer al día siguiente el regalo más preciado e intangible para todos los refugiados: la alegría. En los campos de Sheder y Aw Barre actuaron para centenares de personas que vieron en aquellos payasos un poco de esperanza. Después, pusieron rumbo al campo más antiguo y poblado de la zona, Kebribeyah. Miles de risas liberadoras estallaron al unísono delante de las tonterías de los artistas. De los campos de refugiados, se desplazaron a la región de Gaba Kemisa, una zona muy rural y muy aislada donde nunca nadie había visto un payaso. En el blog, los artistas se despedían así de la gira: *"En nombre de Zaida, Nacho, Luca y Hugo, queremos daros las gracias por habernos ayudado a realizar este proyecto. En un mes hemos realizado 29 espectáculos, 5 talleres y hemos podido atender a 11.998 personas llevándonos a casa muchas, muchas, pero que muchas, sonrisas. ¡Hasta pronto!"*

Foto: Expedición a Etiopía ©Luca Fiorentini | PSF

Nacho Camarero

Conversamos con el artista asturiano Nacho Camarero, quien desde el año 2011 colabora activamente con Payasos Sin Fronteras. Desde que comenzó hace 8 años, ha viajado por lo menos una vez al año con la organización. Sus zapatones y su nariz roja han despertado sonrisas en 10 países diferentes.

¿Tu destino profesional era ser payaso?
Yo quería ser actor en un principio. Estaba estudiando interpretación y arte dramático en una escuela de Madrid y me acabé apuntando a un curso de verano en la escuela de circo *Carampa* para complementar el trabajo de actor. Pensé que aprender técnicas circenses me daría más herramientas y me haría crecer profesionalmente en el mundo de la interpretación. Me gustó tanto, que al curso siguiente me apunté en la escuela de Alcorcón y allí lo probé todo: malabares, equilibrios, acrobacias, pantomima... Y luego vi que hacían cursos de clown. Me llamaron mucho la atención y acabé apuntándome. Curiosamente, lo último que probé fue lo que más me gustó. Así que allí decidí que tenía que ser payaso.

¿Un payaso vive o sobrevive? ¿Se puede vivir de esta profesión?
Sí, claro. Yo vivo mucho de ser payaso, espiritualmente. (ríe). Fuera bromas, ésta es una profesión tan digna como cualquier otra y se puede vivir de ello. Claro que se puede. Sí que es verdad que, por ejemplo en mi caso, tengo épocas. Hay períodos que puedo vivir sólo de trabajar como payaso y hay otros en los que necesito trabajar de otra cosa (que puede estar relacionada o no) para sobrevivir ese mes. Ésta es una manera de vivir de ello, la económica, pero hay otra, que para mí es mucho más importante: la filosofía de vida. A mí ser payaso me hace vivir muy feliz en mi día a día, y esto, para mí, prevalece por sobre de todo lo otro.

«Es tan importante que los pequeños se rían como que los adultos vean a sus hijos reír. Piensan que hay un día más, un futuro por delante.»

¿Cómo empezó tu aventura con Payasos Sin Fronteras?
Yo llevaba mucho tiempo dándole vueltas al hecho de colaborar con PSF. Era una ONG a la que admiraba mucho pero a la vez le tenía mucho respeto. Tenía un amigo que ya colaboraba en la asociación y que me animaba a participar en las asambleas que se hacían en Madrid, pero siempre le daba largas. Supongo que no me atrevía por el hecho de ver tanta calidad profesional en los artistas voluntarios. Yo aún me estaba formando y no me sentía preparado. Al final lo fui dejando pasar, hasta que la payasa Angi Amaya que estaba a punto de irse a Jordania para un proyecto de mujeres con PSF, me dijo que les estaba costando horrores encontrar una cuarta integrante con disponibilidad de fechas y conocimientos de inglés para completar el equipo y me preguntó si me interesaba ir. Allí no me lo pensé dos veces y me fui con ellas.

¿En cuántas misiones te has embarcado con la ONG?
Después de este viaje a Jordania en 2011 han venido muchos más. En 2012 viajé a Cisjordania y en 2013 me fui a Costa de Marfil. Le siguieron Colombia en 2014 y al año siguiente me fui a Grecia, Macedonia y Serbia para atender el flujo de refugiados que estaba llegando a Europa en 2015. En otoño de 2016 estuve en Jordania otra vez y en 2017 viajé en dos ocasiones, una a Ecuador y otra a Líbano. Finalmente acabé el 2018 y empecé el 2019 en Etiopía.

¡Guau! Una media de expedición por año...
¡Y si me dejáis dos o tres yo encantado! (ríe)

Con este ritmo supongo que se avecina una nueva aventura...
¡Por supuesto! Tenemos intención de ir a Indonesia en abril-mayo de este año 2019. Visitaremos la isla de Lombok, que sufrió terribles estragos por el terremoto del pasado mes de agosto dejando miles de desplazados y cerca de 600 muertos. Es una iniciativa de *Circlosión de Carcajadas* en colaboración con Payasos Sin Fronteras.

A parte de *Circlosión de Carcajadas*, también eres miembro de otras asociaciones como *Acircándonos*. ¿Cómo se conjugan ambas con PSF?
Tanto *Circlosión* como *Acircándonos* son organizaciones muchísimo más pequeñas que PSF. En *Circlosión*, por ejemplo, somos 3 o 4 amigos sólo. Todos somos artistas y tenemos un compromiso solidario que nos mueve a organizar giras de espectáculos en lugares donde se necesitan sonrisas. Las decisiones sobre dónde podemos ir las tomamos en consenso, pero a veces es la actualidad o la "emergencia" la que nos hace mover a un lugar o a otro. Por ejemplo, cuando se produjo el terremoto en Ecuador en abril de 2016, desde Acircándonos decidimos montar una gira para enero de 2017, el tiempo suficiente para poder recaudar el dinero a partir de Galas Solidarias y campañas de micromecenaje, contactar con contrapartes locales y organizar el viaje. Pero a veces solos no llegamos a todo y, por eso, tenemos la suerte de contar con el apoyo y la experiencia de Payasos Sin Fronteras. La ONG nos ayuda a financiar parte de la gira aportando el valor de los billetes y los seguros, por ejemplo. De esta manera salen ambas partes beneficiadas, pero sobretodo el mayor beneficio se lo lleva la gente que recibe el proyecto y los efectos positivos de la risa.

¿Qué hace la risa? ¿Realmente cura?
Ahora ya está comprobado científicamente (con el reciente estudio elaborado por la Unidad de Trauma Crisis y Conflictos de Barcelona) que nuestros espectáculos tienen un beneficio muy importante a nivel psicológico: reducen los síntomas depresivos y conductuales relacionados con el estrés postraumático de la infancia que ha vivido la guerra. Y estos efectos se prolongan en el tiempo, no es sólo el momento del espectáculo y ya, sino que duran como mínimo doce semanas, que es el tiempo en el cual se ha llevado a cabo el estudio. Pero es evidente que la risa te ayuda a ser más feliz, crea estados de bienestar. Cuando nos reímos nos sentimos mejor. Esto no requiere ningún estudio, se percibe a simple vista. Además, lo que hace la risa en estos colectivos es que les hace enfrentarse con más optimismo a su situación, les da ánimos, fuerza. Este concepto se llama resiliencia. Normalmente enfocamos el trabajo a los niños y niñas, pero la felicidad se extrapola a toda la familia. Es tan importante que los pequeños se rían como que los adultos vean a sus hijos reír. Piensan que hay un día más, un futuro por delante. El espectáculo, además, crea un nexo colectivo muy fuerte. Las risas generan comunidad. En definitiva, ya lo decía bien Chaplin: "un día sin reír es un día perdido".

Todos los proyectos en los que has participado son esenciales. Pero, ¿cuál de ellos destacarías?
Un recuerdo imborrable es lo que viví en los Balcanes en pleno "boom" del flujo de refugiados a Europa. Fue en 2015 y viajamos a Macedonia, Grecia y Serbia donde estuvimos en las rutas fronterizas. Allí vimos riadas de gente cruzando la frontera día tras día. Eran personas de todo tipo: doctores, arquitectos, panaderos, niños, jóvenes, personas mayores, gente en silla de ruedas, embarazadas (alguna incluso había dado a luz el día anterior o hace dos días). Era algo tan urgente en ese momento, que me pareció indispensable estar allí. Es la expedición que recuerdo más chocante.

¿Alguna anécdota inolvidable en tus misiones con PSF?
Me viene a la cabeza una anécdota que sucedió en Colombia. Fuimos a un colegio de una zona rural donde había 2.000 niños. Ya habíamos actuado en escuelas con un gran número de público y los espectáculos habían sido un éxito. Lo que no sabíamos era como nos recibirían esta vez. Llegamos al sitio y estaban todos los niños revolucionados. Nos dejaron una aula para cambiarnos y nos dijeron: "os hemos delimitado el espacio con una cuerda". Pero tal eran las ansias y las ganas de los niños, que sólo salir del aula ya vinieron hacia nosotros. Decenas y decenas de niños y niñas. Nos metimos dentro del perímetro entre las cuerdas como pudimos pero a los diez segundos, éstas volaron y los niños invadieron todo el espacio. Para nosotros fue imposible calmarlos. Me acuerdo que la mayoría de docentes estaban en el aula de profesores, reunidos. Hablamos con los voluntarios de la contraparte que nos había organizado el espectáculo, y ante el "caos" que reinaba, decidimos suspender el show. Fue una verdadera pena. Nos tuvimos que meter en la furgoneta y salir como pudimos . Nos sentimos por primera vez como si fuéramos famosos rodeados de fans sobreexcitados. Fue tremendo pero a la vez fue una lástima porque no pudimos realizar el espectáculo. No obstante, creo que la misma visita ya les alegró el día. No olvidaré nunca la emoción de los niños y niñas con los ojos abiertos y chillando de excitación. Espero que algún día podamos volver y regalarles el espectáculo.

¿Tienes algo que decir a los socios y socias que nos apoyan día a día y que te han permitido vivir todas estas experiencias?
Me gustaría darles las gracias de corazón. Evidentemente por mí, por todo lo que me han permitido vivir, pero sobretodo por los beneficiarios que reciben nuestros espectáculos. Lo que hacemos es realmente necesario aunque a veces no se perciba a simple vista. Hay gente que dice que lo que necesitan estas personas es un refugio y comida. Por supuesto. Pero también necesitan alimentar y proteger el alma. Y eso es lo que hacemos nosotros. Por eso, quiero darles las gracias y animarles a que continúen aportando y colaborando siempre que puedan.

Declaraciones obtenidas por Marta López
Técnica de comunicación de Payasos Sin Fronteras

PROYECTOS

Foto: Expedición a Jordania ©PSF

Jordania

Alegría en el campo de refugiados de Azraq

Artistas: Pau Segalés, Lorenzo Mondrón, Ariadna Martí y Gerardo Casali "El Negro".
Fechas: del 26 de octubre al 2 de noviembre de 2018.
Actuaciones: 10. Público: 1.200

Hacemos reír a más de un millar de niños y niñas sirios

Un argentino, un "maño" y dos catalanes se embarcaron en una expedición exprés, de sólo una semana de duración, hacia el campo de refugiados de Azraq, en Jordania. Su visita sorprendió a muchísimos niños y niñas del campo.

Este asentamiento fue construido para acoger a las personas refugiadas que huían de la guerra de Siria y se diseñó con la idea de superar algunos de los problemas que se generaban en el súper-poblado campo de refugiados de Zaatari, el segundo más grande del mundo, también en Jordania. Según datos de ACNUR, en el campo de Azraq conviven actualmente 36.000 personas, de las cuales el 57% son niños y hay 268 menores no acompañados. Además, 1.227 personas tienen alguna discapacidad, de las cuales un 36% también son niños.

Con toda la energía y la tontería que los caracteriza, los artistas ofrecieron 10 espectáculos de gran calidad a más de un millar de niños y niñas. Pero una semana se les hizo muy corta. ¡Esperemos volver pronto para llegar a toda la gente que vive en el campo!

Este proyecto se se ha realizado gracias al apoyo de la fundació Nous Cims.

Foto: Expedición a Costa de Marfil ©PSF

Costa de Marfil

Risas colgantes de un hilo

Artistas: Pere Bigas, Raquel Batet, Bruno Valls y Xavier Silveira.
Fechas: del 22 de octubre al 4 de noviembre de 2018.
Actuaciones: 16. Público: 4.200

La Cía. *Marionetes Nòmades* arranca miles de sonrisas en Costa de Marfil

En el país con más producción de cacao del mundo nos encontramos con una necesidad imperiosa de reír. Hacia Costa de Marfil fueron Pere, Raquel, Bruno y Xavier con sus respectivas marionetas, para contar historias de piratas, sirenas y tesoros que hicieron volar la imaginación y arrancar risas a pequeños y mayores.

El público quedaba sorprendido de ver por primera vez muñecos de madera que cobraban vida a través de uno hilos prácticamente invisibles. Así lo explicaban los artistas en el blog: "*La impresión de ver por primera vez un muñeco de madera que parece tener vida propia es un fenómeno que conocemos bien como titiriteros. Pero el impacto rotundo que tiene en lugares como estos pueblos aislados es realmente impresionante de vivir*". Después de dos semanas de gira, los artistas hicieron un total de 16 espectáculos para más de 4.000 personas.

Agència Catalana de Cooperació al Desenvolupament · Teatro de La Abadía · Orona · Fundación Aisge · Ajuntament Sant Feliu de Codines · nous cims · Casa Batlló Gaudí Barcelona · Diputació Barcelona · Ajuntament de Barcelona

¡HAZTE SOCIO/A Y AYÚDANOS A COMPARTIR SONRISAS EN TODO EL MUNDO!

www.clowns.org

@psfcwb
/psfcwb
@psfcwb
payasossinfronteras
blogclowns.blogspot.com

BARCELONA (*sede*). Pl. Margarida Xirgu, 1 (ed. Teatre Lliure) - 08004
T. 933 248 420 | e-Mail: psf@clowns.org

MADRID (*delegación*). C/ Montera, 32 5º 9ª - 28013
T. 915 220 177 | e-Mail: psfm@clowns.org