

Tema 6: Deporte, ocio y arte

Título: Al son de la música, clave de superación

Autores: Dolors Pallàs, Arnau Alfageme, Laia Piqué, de Down Sabadell- Associació ANDI

Palabras clave: Música, motivación, perseverancia, superación

El proyecto y sus componentes

La mía va a ser una corta intervención que permita situar y ubicar el proyecto, una visión desde mi posición de miembro de la directiva de una entidad y madre.

El grupo, banda..., como queramos llamarle, que os vamos a presentar está formado por 9 personas, 5 chicas y dos chicos, seis de los cuales tienen el síndrome de Down y 2 personas de apoyo en la coordinación musical y gestión del grupo, que además son padre y madre de dos componentes del grupo, hecho que facilita la implicación voluntaria a lo largo de estos 5 años.

Todo empezó hace unos cinco años, cuando un grupo de cuatro jóvenes de mi asociación entre los cuales estaba mi hija, manifestaban reiteradamente su deseo de tener su propio grupo de música moderna, al estilo de sus ídolos predilectos, ellos sabían música y habían empezado a tocar algunas piezas juntos en la escuela de música a la que acudían. Dada su insistencia, desde la asociación les seguimos el juego y se aprobó dar apoyo al grupo, sin tener ni idea de donde podían llegar, pensando que era una actividad más y una forma de dar funcionalidad a sus conocimientos y estudios musicales.

De todos es sabido que entre los estereotipos que se asocian a las personas con S. de Down está el que les gusta mucho la música, incluso que tienen facilidades. Es posible o seguro que a la mayoría les gusta la música, sobretodo oírla, pero querría también recalcar que no es cierto que haya una facilidad especial, por lo menos para dominar la teoría musical y los instrumentos. La gran mayoría de jóvenes de este grupo llevan muchos años estudiando música, y cuando digo muchos, es que son muchos, algunos de ellos llevan más de 20 años y si han conseguido un dominio aceptable, ha sido gracias a su esfuerzo y perseverancia.

En cuanto a las características personales, capacidades, ritmo de aprendizaje, memoria, atención, puesta en escena... en relación a los 6 jóvenes con síndrome de Down... realmente son muy distintas, todos ellos, excepto una chica, tienen en común que leen las partituras musicales, reconocen los tiempos de las notas y son capaces de aplicarlos a un nivel sencillo. Las capacidades intelectuales de los distintos miembros del grupo son muy variadas: hay quien es capaz de leer y tocar una partitura sencilla a vista y hay

quien necesita semanas para dominarla; hay quien tiene memorizado todo el repertorio, quien domina las piezas más usuales y quien siempre lee la partitura. Asimismo su capacidad de atención y concentración también es muy variada: unos presentan más dificultades de atención y concentración que otros pero juntos complementan sus capacidades e interaccionan entre ellos cuando tocan en directo y observan a alguien que ha tenido un lapsus, y todos, absolutamente todos, hacen un esfuerzo de concentración y de saber estar. En fin que tienen capacidades distintas y ritmos distintos pero todos se van superando con el esfuerzo y la ilusión,

Una mención especial para la séptima componente del grupo, Marta, una joven invidente, con dificultades relacionales y conductuales añadidas, con conductas estereotipadas, que se esfuerza en controlar cuando toca y/o canta. Marta tiene unas capacidades musicales innatas, toca diversos instrumentos, canta muy bien pero, como he dicho antes tiene serias dificultades para relacionarse con las personas de su entorno con naturalidad. Marta es el aglutinante musical del resto de componentes, ella mantiene el ritmo o se adapta a ellos, en función de la pieza y el día. Marta aporta su voz, su ritmo, su don musical, Laia, Arnau, Sonia, Xavier, M. Carmen i Mónica, aportan su interacción, su espontaneidad, su animación, su viveza... En un directo, Marta es música y el resto, unos más que otros, son espectáculo.

Ahora, al cabo de cinco años del comienzo del grupo, sus logros han superado por mil cualquier expectativa que, las personas que inicialmente les apoyamos, tuviéramos en aquel momento. Han pasado de tocar 3 piezas como grupo a tener un repertorio de más de 40 piezas, de estar en el escenario tocando estáticos y concentrados a bailar, interaccionar con el público animándolo a participar, en fin un cambio notable.

El grupo empieza a ser conocido en Sabadell y comarca, en la ciudad de Barcelona incluso en otras comarcas y provincias de Cataluña, y al mismo tiempo que da a conocer las capacidades y potenciales de los jóvenes con síndrome de Down también nos da a conocer como entidad.

De hecho este proyecto nació sin objetivos previos, apoyamos simplemente una ilusión, una motivación y realmente era impensable que consiguieran lo que han conseguido, en gran parte gracias a su esfuerzo, perseverancia e ilusión. Y, además, siguen mejorando

de mes en mes, de año en año, a nivel musical, relacional entre ellos y de interacción con el público.

Bien creo que yo ya he hablado bastante, ahora os paso la palabra a dos de los componentes del grupo que os explicaran su experiencia.

Vivencia en primera persona. Laia Piqué

Buenos días soy Laia y me gustaría explicaros y transmitir os las vivencias y sensaciones que conseguimos tocando en nuestro grupo.

Nuestro grupo se llama “Els Cracs de ANDI”, Andi es el nombre de la asociación que nos da apoyo.

La mayor parte de los componentes del grupo empezamos a hacer ritmos y música hace más de 20 años, leemos las partituras en clave de sol y algunos en clave de fa, tocamos 5 clases de flautas dulces: el bajo, la tenor, la contralto, la soprano y la sopranino y yo también toco el piano.

Nuestro grupo empezó a fraguarse hace unos seis años, en aquel entonces 4 de nosotros asistíamos a la misma escuela de música y empezamos a tocar en grupo, partituras a tres y cuatro voces.

En aquella época, el ayuntamiento de Sabadell estaba llevando a cabo una campaña titulada “Por la Plena Ciudadanía de la personas con Discapacidad”, y desde nuestra asociación se propuso un concierto final en el cual pudiéramos participar algunos jóvenes, el concierto lo llevo a cabo un cantante de rock catalán Pep Sala, antiguo componente del grupo Sau, de quien la mayoría de nosotros éramos fans, y tuvimos el privilegio de participar en el concierto tocando con él dos piezas. Yo toqué el piano a cuatro manos, estaba mareada, creo que de nervios, después Sonia, Arnau y yo les acompañamos tocando la flauta. Aquella participación nos emocionó y encantó, estar en el escenario tocando, era como si flotáramos. ¡Fue genial! Y desde aquel día empezamos a planear junto a nuestro amigo Xavier de la posibilidad de crear nuestro propio grupo.

Se lo dijimos a Dolors que nos busco una persona de apoyo para ensayar y empezamos a ensayar todas las semanas, el viernes por la tarde, estábamos cansados de toda la semana, pero el reto valía la pena. Inicialmente nuestro repertorio tenía tres piezas y unos cuantos villancicos.

En febrero del 2005 participamos en un encuentro en Barcelona de jóvenes y adultos con discapacidad intelectual que tocaban música y allí conocimos a Marta, y a su padre, que ahora es la persona que nos apoya musicalmente, ella toca y canta muy bien y nosotros necesitábamos un cantante y se lo propusimos, y ella y su familia aceptaron entrar a formar parte de nuestro grupo y empezamos a ensayar todas las semanas, para poder hacer actuaciones, nos hacia mucha ilusión.

Y para terminar tan sólo quiero comentaros: ¿Que me aporta a mí el grupo? A mi me gusta mucho tocar en el escenario porque me siento viva y con muchas ganas de disfrutar, de comunicar alegría y música, ya se que tengo que esforzarme en estudiar en los momentos que puedo pero la recompensa vale la pena. Es genial.

Y pasó la palabra a Arnau

Vivencia en primera persona. Arnau Alfageme

Hola soy Arnau, Ah!, por cierto no os hemos explicado porque nos llamamos Los Cracs d'Andi, pues bien, nosotros tenemos una amiga que siempre que nos oía tocar nos decía sois unos cracs y un día decidimos llamarnos Los Cracs de Andi, nuestra asociación.

Y continuo la explicación de como empezó nuestra aventura. Ya teníamos nombre y empezamos a hacer conciertos para entidades, residencias de la tercera edad... El primer años hicimos unos 10 conciertos, al principio estábamos bastante nerviosos, Xavier incluso temblaba mientras tocaba, pero poco a poco nos hemos ido relajando y ahora nos gusta mucho subir a un escenario, nos lo pasamos muy bien porque nos comunicamos con el público y el público se comunica con nosotros y nos sentimos muy importantes.

Quiero explicaros también que si bien empezamos siendo 5 componentes, ahora somos 7, hace dos años se añadió a nosotros Mónica, que es algo mayor que nosotros, ella hacia música también desde pequeña pero últimamente se aburría y cuando nos conoció

se entusiasmó y nos pidió entrar y desde entonces se esfuerza mucho para poder tocar todas las piezas y también entro M. Carmen, que si bien es la única que no domina la teoría musical, si que tiene un buen sentido del ritmo y además desde que empezó está estudiando ritmos, porque ella hace las percusiones del grupo.

Ahora intentaremos explicaros ¿de qué nos sirve tener nuestro grupo? ¿Cuánto tiempo le tenemos que dedicar? ¿En qué tenemos que esforzarnos? para mantener un buen nivel musical, no olvidar las canciones que ya sabemos y aprender nuevas piezas.

La mayoría de nosotros tenemos un profesor o una profesora particular con el cual estudiamos y repasamos las partituras, generalmente es una hora semanal, después tenemos que ensayar solos algunos ratos, eso ya depende del tiempo que tiene cada uno.

Para Marta, nuestra cantante, es distinto, ella se transforma con la música, cuando toca y canta ríe y se la ve feliz; Marta cuando está en casa dedica mucho tiempo a la música, toca varios instrumentos, canta, aprende nuevas canciones, Marta es un genio de la música.

Para el resto del grupo, mantener el nivel musical nos supone un esfuerzo, tenemos que dedicar tiempo a leer, memorizar sobretodo yo que tengo muchos problemas de visión, practicar el instrumento... Cuando tocamos en grupo tenemos que hacer un gran esfuerzo de atención y evitar distraernos, tenemos que estar sumamente atentos, si nos toca hacer coros, tocar, callar... Cada pieza es un mundo nuevo, completamente distinta de la anterior, ah por cierto nuestro repertorio es muy variado y tenemos que recordar la melodía, el ritmo, las entradas, silencios... Realmente es un esfuerzo, pero nos encanta, nos lo pasamos muy bien, en los ensayos y en los conciertos guau!! Y siempre tenemos un nuevo reto, una nueva partitura y nos sentimos importantes cuando vemos que ya la conseguimos tocar bien y estrenamos una nueva pieza. Todo un reto, pero nos encanta nuestro grupo.

2.4 A modo de conclusiones. Dolors Pallàs

Bien ya solo queda recalcar que si bien todo empezó como un juego, la música y su funcionalidad en el grupo nos está aportando a todos un sinfín de beneficios, estos cinco años han sido un gran aprendizaje para todos nosotros, ellos, Josep Lluís el director

musical y yo que colaboramos a la par en los ensayos, juntos los 9 formamos un equipo en el cual cada uno tiene su papel, pero ellos son quienes realmente se esfuerzan muchísimo para mantener el nivel.

El grupo también posibilita la función de sensibilización social, cuando actúan en plena calle, delante de personas que no son próximas a la discapacidad, les sorprenden sus capacidades, y posibilitan el cambio de mirada hacia el colectivo de personas con síndrome de Down.

Asimismo las familias de niños y niñas o adolescentes con síndrome de Down. también mejoran las perspectivas respecto a sus hijos.

En todo caso esta aventura a ellos les supone una inyección de autoestima, de trabajo cognitivo, les da la posibilidad de trabajar la atención, la memoria, la comunicación y la motivación, aspectos fundamentales, según el Dr. Salvador Martínez del instituto de neurociencia de Alicante, para mantener el cerebro activo y retardar su envejecimiento, y al mismo tiempo les exige perseverancia, esfuerzo, paciencia, rigor, trabajo en equipo, todo un aprendizaje, gracias a algo que empezó como un juego, con mucha ilusión pero como un juego.