

ESCUCHAR REFUGIO

EL PODCAST PARA EL QUE NO BASTA SOLO CON ESCUCHAR



MINISTERIO DE ASUNTOS EXTERIORES, UNIÓN EUROPEA Y COOPERACIÓN



aecid



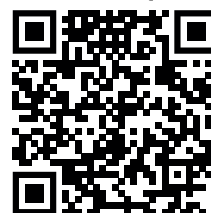
Cooperación Española

Este cuaderno está lleno de sonidos, juegos y actividades inspirados en los grupos de personas migrantes y refugiadas, quienes, junto a colectivos de arte para la transformación social, personas voluntarias y vecinos y vecinas, se unieron para dar vida al podcast 'Escucha [R]efugio'.

Aquí encontrarás juegos y ejercicios a través de los cuales podrás poner en práctica tu creatividad, ingenio, observación y habilidades de escucha. Podrás bailar, hablar con objetos, consultar tu futuro al tarot, Hay muchas cosas emocionantes para hacer, ¡como formar una banda, explorar ríos y compartir fotografías!

Así que, ¡preparate para usar tu creatividad y divertirse tanto como ellos! Te invitamos a jugar antes, durante y después de escuchar el podcast para descubrir cosas nuevas en cada episodio.

ENTRA AQUÍ Y



¡ESCUCHA REFUGIO!
CEAR.ES/ESCUCHAREFUGIO

CEA(R)

Comisión Española de Ayuda al Refugiado

DANZANDO DIVERSIDAD

Averigua el paso de baile de cada persona por la postura que tiene.

¿En qué orden los bailarías?



El grupo de personas migrantes, refugiadas y voluntarias de CEAR Valencia ha utilizado la biodanza como una emocionante herramienta de expresión. Juntos y juntas, han abordado temas importantes como el racismo, la discriminación, la desigualdad y la homofobia que afectan a las personas migrantes en España. A través de estas reflexiones, han transformado emociones negativas en danzas llenas de significado, creando así estos nuevos pasos de baile que reflejan sus experiencias y emociones:

- digo no a la eterna **espera** burocrática que trunca mis sueños y mis esperanzas.
- vamos a generar movimientos en los que ponemos **límites**.
- esta burocracia donde los trámites podrían ser más simples. Las **dudas** que genera esta imposición de tener que cumplir muchos requisitos que no conocías.
- esos días de **melancolía** en los que te encuentras los días de celebración que no tienes con quién ir a celebrar.
- empezamos pequeñitas, pequeñitos en esa **semilla** que somos al nacer, para ir abriéndonos poco a poco, la música nos acompañará a ir **desprendiendo** todo mi potencial, levantándome y **creciendo**, exponiendo todo lo que yo soy.
- mi sueño es vivir una vida sin **presiones, prejuicios o discriminación**.
- quiero vivir el día en que, con **brazos largos**, apretarnos unos a otros, con amor sincero, sin pensar en fronteras ni nacionalidades
- un **vínculo** con los otros seres humanos en el que me conecto desde una mirada lanzando mis manos, buscando el encuentro.
- escucha el ritmo de la música. Entra en ese ritmo y da **palmas** con tu compañera o compañero que tengas al lado, indistintamente, bailando, danzando juntas y juntos.

PASOS: límites • espera • semilla • desprendiendo • creciendo • abrazos • vínculo • presiones, prejuicios, discriminación • palmas • dudas • melancolía

TU HISTORIA Y LA MÍA

¡Imagina un lugar mágico en CEAR Alicante donde las mujeres migrantes y refugiadas jugaron y crearon historias sorprendentes! ¿Cómo lo hicieron? Usaron algo muy especial llamado "teatro del objeto". Cada mujer trajo consigo objetos que usa todos los días. ¡Pero aquí viene lo emocionante! Le dieron vida a estos objetos, inventándoles historias y dándoles significados especiales.

¿Te imaginas contar una historia con tu mochila favorita o tu juguete más querido? Estas mujeres lo hicieron, y fue como hacer magia. Así, construyeron relatos que les ayudaron a expresar quiénes son y a compartir sus experiencias como mujeres migrantes.

Encuentra en la imagen los siguientes objetos:

1



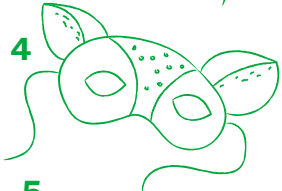
2



3



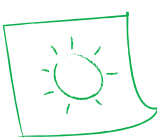
4



5



6



7



¿Sabrías decir a qué historia corresponde cada objeto?

HISTORIAS: ____ Amor Propio · ____ Flora y Fauna de Colombia ·
____ Folclor · ____ Las Mujeres de mi País · ____ El Carnaval ·
____ Cocinar la Empatía · ____ ¿Cómo te sientes hoy?

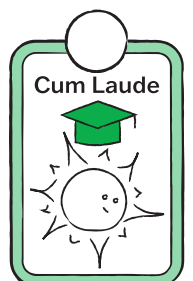
EL TAROT DEL TRÁNSITO

¿Te imaginas poder viajar en el tiempo? En CEAR Sevilla, un grupo de mujeres ha creado un misterioso juego de cartas lleno de magia y aventuras llamado "El Tarot del tránsito: del presente al futuro".

¿Sabes por qué es tan especial? Porque estas mujeres, que están empezando una nueva etapa después de dejar sus países, contaron su propia historia a través de estas cartas. Cada carta tiene un pedacito de sus vidas, y si los unes todos cuentan una gran historia.

¿Podrías ordenar las siguientes cartas según su aparición en el Tarot del Tránsito?

- ✧ La **SANACIÓN** llega justo después de la **ESPERANZA**.
- ✧ El **BAILE** no es lo primero en aparecer; la **SANACIÓN** no es lo último en llegar.
- ✧ El **HOGAR** llega dos puestos después de el **BAILE**.
- ✧ La **INESTABILIDAD** aparece justo antes de la llegada de la **ESPERANZA**.

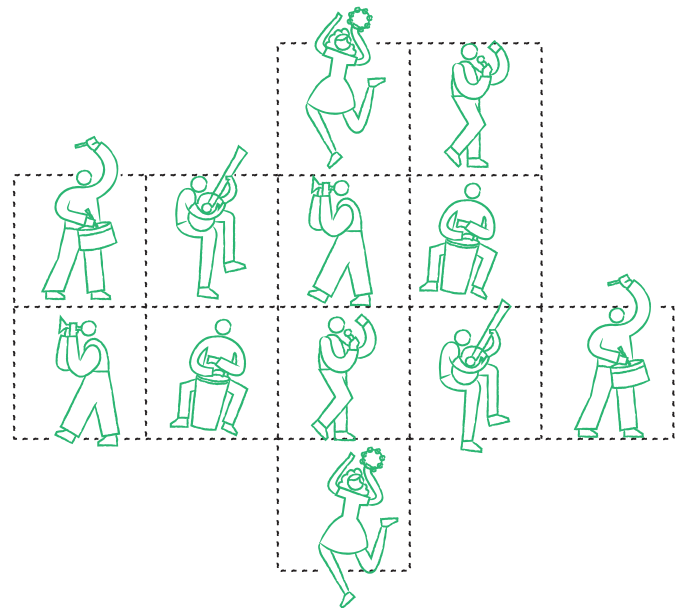
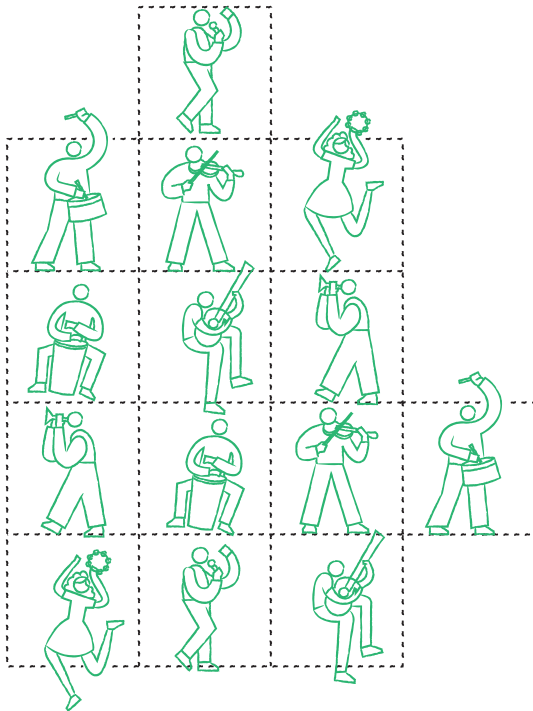
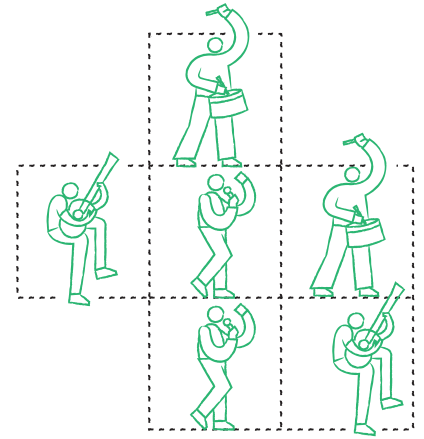


JUNTAS SONAMOS MEJOR

¡Un día súper especial sucedió en CEAR Madrid! Un grupo de personas, algunos que vinieron de lejos y otros que siempre han vivido aquí, se juntaron para hacer algo increíble: ¡crear música juntos!

Durante este tiempo, compartieron sonidos mágicos que les recordaban cosas divertidas, inventaron historias increíbles. Cada uno trajo sonidos de sus lugares favoritos en el mundo y los mezclaron para hacer algo nuevo y emocionante. Después de tanto jugar, todos decidieron que cuando están juntos, ¡su música suena aún mejor!

Ahora, quieren saber si puedes dividirlos en dos grupos, pero aquí está el truco: ¡entre más diferentes sonidos e instrumentos haya en cada grupo, más divertido será!



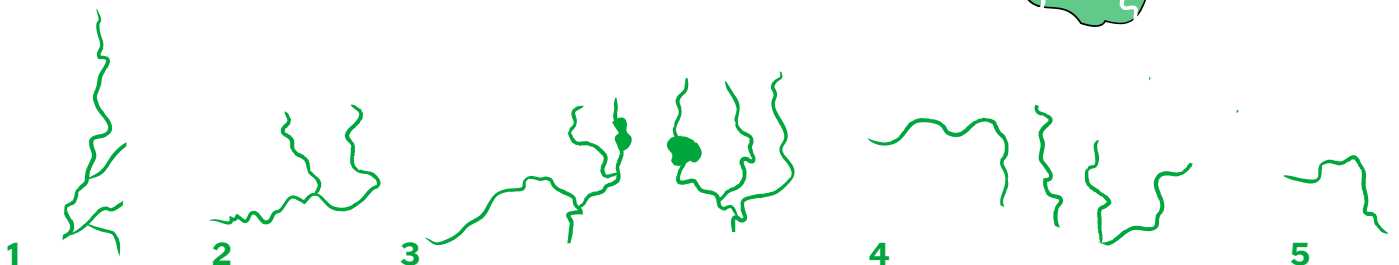
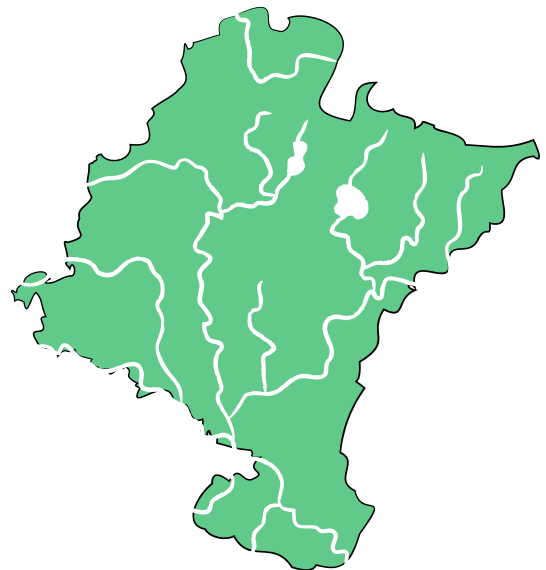
EL AGUA NO TIENE NOMBRE

En esta ocasión, un grupo de personas refugiadas, migrantes y voluntarias de CEAR Navarra decidió ir de paseo a lo largo del Río Arga. ¡Fue una aventura genial! Caminaron juntos y hablaron sobre muchas cosas mientras escuchaban con atención el sonido del agua que iba corriendo.

Al igual que ellas, el agua nunca para, siempre está en movimiento. ¿Sabías que cuando el agua se queda quieta mucho tiempo, se pone un poco triste? Por eso, el agua tiene algo especial: ¡no tiene nombre y es de todos!

Fue un día mágico, donde descubrieron que el Río Arga es como una historia que nunca deja de contar cosas emocionantes.

¿Puedes poner los pedacitos del río en el lugar correcto para que todo tenga sentido?



RELATOS DE TRÁNSITO

¡Imagina dos valientes heroínas llamadas Virginia y Giulia! Mujeres migrantes y refugiadas, del grupo de CEAR Málaga, han creado estas historias sobre sus aventuras.

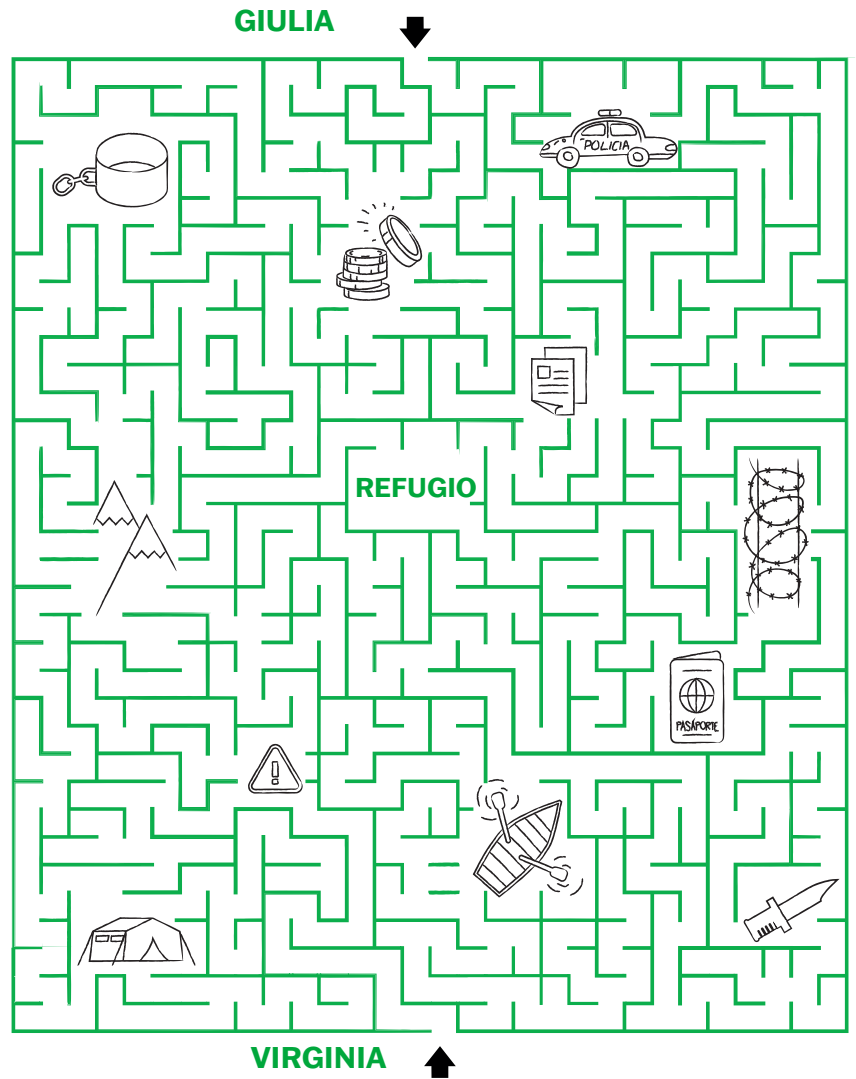
Virginia y Giulia se ven obligadas a dejar su país. ¡Pero no te preocupes, porque son fuertes y valientes! A través de sus relatos nos muestran el coraje y la fuerza que tienen para superar cualquier desafío. ¡Qué emocionante es ver cómo estas mujeres comparten sus experiencias y se convierten en inspiración para todos nosotros!

Ayuda a Giulia y a Virginia a conseguir el refugio que tanto han buscado. No podrás eludir todos los obstáculos, ya que algunos son indispensables para lograr su objetivo. Pasa por 7 de ellos. Uno más podría poner en riesgo sus vidas, mientras que uno menos podría dificultarles la llegada.

¿Reconoces alguno de los obstáculos de la historia?

CAMINAR PARA DESCUBRIR

Un grupo de personas migrantes y refugiadas, junto con amigos locales, tuvo una emocionante aventura explorando Las Palmas de Gran Canaria. Equipados con cámaras, descubrieron historias ocultas de la ciudad, compartieron cuentos y hablaron sobre los cambios urbanos. Fue un paseo lleno de sorpresas y momentos mágicos en cada rincón de la ciudad.



Encuentra las 10 diferencias entre estas 2 fotografías.

