

La Giornata Nazionale del Naso Rosso: donare un sorriso a chi soffre

di Erika Sambuco

C'è la sana, grassa e divertita risata... Ma anche il sorriso dolce, appena abbozzato, che illumina un viso...ll fragore improvviso che scatena l'ilarità e gli occhi di un bimbo che ridono con te...

Che il riso abbia effetti positivi e terapeutici è oramai ampiamente risaputo e dimostrato; c'è chi parla di un tonico esercizio muscolare, chi di fenomeno distensivo e purificativo delle vie respiratorie superiori. Ridere può far cessare una crisi d'asma, può rilassare le fibre dei bronchi, agevola la respirazione e gli scambi polmonari, abbassa persino il tasso di grasso nel sangue. Tutto il corpo che ride si distende. Da quando si inizia a ridere, il cuore e la respirazione accelerano i ritmi, la tensione arteriosa cala e i muscoli si rilassano. Addirittura dicono che ridere combatta la stitichezza e provochi una tale ginnastica addominale che massaggia in profondità l'apparato digestivo. E inoltre distrae dal dolore, fa passare l'insonnia e aumenta l'ottimismo.

Non so se i primi clown professionisti, proprio italiani,

sapessero già di essere più potenti di un aulin, quando sin dai primi del 900 iniziarono a visitare i pazienti degli ospedali. No, non lo so se pensassero ai problemi di stitichezza o a quelli della tosse. Molto più probabilmente avevano invece in mente i bimbi che soffrivano e pensavano a come, con dolcezza e simpatia, si potesse donare loro attimi di gioia e serenità. Iniziarono allora a frequentare le pediatrie delle prime strutture sanitarie, magari prima o dopo i loro spettacoli circensi itineranti, recandosi dai piccoli pazienti "con le scarpe grosse ma in punta di piedi".



Oggi ampiamente nota grazie al medico *Patch Adams* (che il recente successo cinematografico di Robin Williams ha definitivamente consacrato al grande pubblico), la clownterapia non è più una novità: efficace per migliorare lo stato psicologico dei pazienti, li aiuta ad affrontare con spirito positivo le terapie mediche e la degenza, contribuendo anche a distendere notevolmente il rapporto con il personale medico. Domenica 20 maggio l'Associazione di clownterapia **ViviamoInPositivo Onlus** ha il piacere dunque di invitarvi all'**8° Giornata Nazionale del Naso Rosso**.

Duemilaottocento volontari clown di corsia riempiranno 47 città d'Italia di colori, sorrisi, spettacoli e magia a sostegno della clownterapia. Verranno distribuiti migliaia di nasi rossi. **A Roma in Piazza Farnese dalle 10 alle 19 con stand e spettacoli.**

ViviamoInPositivo Onlus opera dal 1997 e, nel 2011, ha prestato oltre 75000 ore di volontariato in più di 140 ospedali sul territorio nazionale. "Quell'enorme naso rosso è il cuore che batte mentre noi clown siamo i globuli rossi che portano l'ossigeno dalle vie di Roma" ci racconta il Clown

Ciroletta; *“In 47 piazze d’Italia i nostri 3000 cuori saranno delle vere e proprie clessidre pronte a svuotarsi ed a riempirsi, in questo continuo fluire sapranno donarsi, proteggere...”* aggiunge il clown Pally e conclude così il Clown LuLaLì: *“CI CREDIAMO!! Siamo come una dinamo, la nostra energia si unisce a quella degli altri per dar vita a balli, canti, sorrisi... E’ donare un pezzettino di sé ad ogni singolo passante, quale promotore, lui stesso, di altra energia per l’intera piazza...”*

Molti pensano che fare beneficenza e poter donare sia un privilegio di pochi. Ci sono invece mille modi per rendersi utili: c’è chi elargisce effettivamente denaro, sovvenzionando tanti progetti stupendi ma c’è anche chi dona la sua professione e il suo mestiere e poi c’è chi dona la sua innata capacità di far ridere, mettendola a disposizione degli altri.

Sosteniamo queste iniziative ricordando di ESSERCI nella nostra semplice UMANITA’.