

DANZO QUINDI SONO

CLASSI DI DANZA TERAPIA — METODO MARIA FUX —



LE CLASSI DI DANZA TERAPIA POSSONO ESSERE RIVOLTE A GRUPPI DI ANZIANI, ADULTI, BAMBINI, ADOLESCENTI, DONNE IN GRAVIDANZA.

SONO APERTE A UN MINIMO DI 3 PARTECIPANTI FINO A UN MASSIMO DI 18, COMPATIBILMENTE CON LO SPAZIO DISPONIBILE. È NECESSARIO UNA SALA SGOMBRATA O CON POSSIBILITÀ DI ESSERE SGOMBRATA E UNO STEREO, POSSIBILMENTE SENZA SPECCHI O CON SPECCHI OSCURABILI E CON UNA PAVIMENTAZIONE ADEGUATA AL MOVIMENTO A TERRA.

GLI INCONTRI SONO GENERALMENTE A CADENZA SETTIMANALE O BISETTIMANALE, E HANNO DURATA IDEALE DI UN'ORA E QUINDICI MINUTI

COS'È LA DANZA TERAPIA:

MARIA FUX È UNA BALLERINA CLASSICA E MODERNA ARGENTINA, TRA LE PRIME A UTILIZZARE LA DANZA COME STRUMENTO COMUNICATIVO E QUINDI TERAPEUTICO. SI RIVOLGE INIZIALMENTE A PERSONE AFFETTE DA HANDICAP SENSORIALE, E SUCCESSIVAMENTE A DIVERSE UTENZE CHE POSSONO BENEFICIARE DELLA DANZA TERAPIA COME STRUMENTO RIABILITATIVO E/O EDUCATIVO (BAMBINI, ADOLESCENTI, ANZIANI, DISABILI, DIPENDENTI, PAZIENTI PSICHIATRICI, CARCERATI ...). A PARTIRE DAGLI ANNI '50 MARIA FUX HA DIFFUSO IL SUO METODO IN TUTTO IL MONDO, AFFERMANDOLO PRESSO LUOGHI DI EDUCAZIONE E DI CURA DI RILIEVO INTERNAZIONALE.

NEL CORSO DI OGNI INCONTRO IL CONDUTTORE PRESENTA AL GRUPPO UN TEMA CONCRETO MA CON POSSIBILITÀ POETICHE ED EVOCATIVE (AD ES.: IL MARE; LA CRESCITA; L'EQUILIBRIO). QUESTO TEMA, GRAZIE ALLE POSSIBILITÀ NARRATIVE DELLE MUSICHE SCELTE E DEGLI EVENTUALI MATERIALI DI LAVORO (CARTA CRESPIA, ELASTICI, TELI, ECC ...) VIENE SVILUPPATO DAL GRUPPO IN MANIERA PERSONALE E CREATIVA, NEL SOLCO DELLE PROPOSTE DEL CONDUTTORE. CIÒ PERMETTE A OGNI PARTECIPANTE DI ADERIRE AL PERCORSO NEL RISPETTO E NELLO SVILUPPO DELLE PROPRIE ATTITUDINI PERSONALI E CREATIVE, PUR CONDIVIDENDOLE NEL LAVORO PIÙ GENERALE DI TUTTO IL GRUPPO.

UN'ATTENZIONE PARTICOLARE È POSTA ALLA MUSICA: SI IMPARA A RICONOSCERE CON IL CORPO LE QUALITÀ E LE POSSIBILITÀ DI MOVIMENTO DI OGNI BRANO, CIÒ CONTRIBUISCE AD AMPLIARE IL VOCABOLARIO MOTORIO DI OGNI PARTECIPANTE E A FAR SPERIMENTARE A CIASCUNO LA RICCHEZZA E CREATIVITÀ DEL PROPRIO CORPO, INOLTRE EDUCA LE PERSONE ALL'ASCOLTO E ALLO STARE IN RELAZIONE.

PERCHÉ PROPORLA:

LA DANZA TERAPIA E' UN'ATTIVITÀ CHE STA RISCUOTENDO UN AMPIO SUCCESSO PERCHÉ PERMETTE A CIASCUNO DI METTERSI IN GIOCO CON LE PROPRIE RISORSE E CON I PROPRI LIMITI, E DI UTILIZZARE LA DANZA COME STRUMENTO DI CAMBIAMENTO ESTERIORE ED INTERIORE.

DA UN PUNTO DI VISTA FISICO E' UN'ATTIVITÀ DOLCE CHE PUÒ ESSERE AFFRONTATA DA TUTTI E CHE STIMOLA L'ASCOLTO CORPOREO E L'AUTOCONSAPEVOLEZZA; DA UN PUNTO DI VISTA EMOTIVO-RELAZIONALE LA CLASSE DI DANZA TERAPIA DIVENTA BEN PRESTO UN'OCCASIONE DI INCONTRO E DI CONDIVISIONE CON L'ALTRO, DONANDO COSÌ IN UN MOMENTO DI BENESSERE NON SOLO FISICO MA ANCHE INTERIORE.

PER LE PERSONE DI ETÀ MATURA LA DANZA TERAPIA È UN'OTTIMA OCCASIONE PER MANTENERSI ATTIVI, NON SOLO FISICAMENTE; PER I BAMBINI RAPPRESENTA UN ECCELLENTE STRUMENTO PER EDUCARLI ALLA CONSAPEVOLEZZA E ALLA RELAZIONALITÀ ATTRAVERSO IL LINGUAGGIO A LORO FAMILIARE DEL MOVIMENTO E DELLA CREATIVITÀ; PER GLI ADULTI SI CONFIGURA COME UNO SPAZIO DEDICATO A SE STESSI IN CUI RILASSARSI ED ELABORARE CREATIVAMENTE LE EMOZIONI DELLA VITA QUOTIDIANA.



PER INFORMAZIONI:

LAVINIA COSTANTINO

LAVCOSTANTINO@GMAIL.COM

347 66 31 883

[GUARDA IL VIDEO! \(DANZA TERAPIA GRUPPO INTEGRATO DISABILI-NORMODOTATI\)](#)

[GUARDA IL VIDEO! \(DANZA TERAPIA CON BAMBINI\)](#)



Progetti artistici socialmente sostenibili.