

Trainingsraum Italienisch – VI. Gesundheit: Text 2

Danzamovimentoterapia

L'Associazione Professionale Italiana di Danzamovimentoterapia (APID) ne dà la seguente definizione: "La Danzamovimentoterapia, attraverso le risorse del processo creativo, della danza e del movimento, è una disciplina specifica orientata a promuovere l'integrazione fisica, emotiva, cognitiva e relazionale, la maturità affettiva e psicosociale, il benessere e la qualità di vita della persona".



Narrazioni Corporee è un progetto che nasce dalla consapevolezza che i gesti, i movimenti, le espressioni e le parole che usiamo parlano di noi. Tutto è narrazione, tutto è comunicazione. L'intento del percorso è quello di costruire insieme un luogo dove potersi esprimere liberamente, in cui il corpo possa diventare un mezzo per narrare i propri vissuti. Un luogo che permetta di riscoprire il contatto con sé stessi e con gli altri, dove sperimentare insieme nuove possibilità di movimento.



Il percorso si svolge al parco degli Alpini, a giugno, luglio e settembre, il mercoledì dalle 18:30 alle 20:00.

È strutturato in 3 cicli da un mese ciascuno, si può scegliere se partecipare ad uno di questi oppure a tutto il percorso. [...]

Non è richiesta nessuna esperienza pregressa in danza ma solo la voglia di mettersi in gioco e scoprire qualcosa di nuovo!

Textquelle: https://www.facebook.com/events/1122210028288517/1122210048288515/?active_tab=about

Bildquelle: Adobe Stock