

# Opportunità in Movimento

## Laboratorio di Danza Contemporanea integrato

Progetto Realizzato con il contributo del Dipartimento delle pari Opportunità

Opportunità  
in Movimento



Opportunità  
in Movimento



Opportunità  
in Movimento

**Di cosa si tratta?** Di un laboratorio integrato di Danza Contemporanea attivo per 8 mesi e rivolto a persone con disabilità fisica, mentale o sensoriale che, in un piano di assoluta parità artistico espressiva, possano sperimentare attraverso la danza il contatto con l'altro e con se stessi, la propria capacità espressiva, la spontaneità del movimento.

**Dove si svolge e quando?** Da novembre a giugno, il martedì pomeriggio dalle 16 alle 18 e il mercoledì mattina dalle 10 alle 12, presso l'Associazione Selene Centro Studi – sala Danza, 1° Piano– in Via della Battaglia, 9 (Centro Pertini – quartiere Savena)

**Perché la Danza?** La Danza Contemporanea per la propria consistenza tecnico espressiva si mostra capace di avvicinare le persone al loro movimento naturale, alla riscoperta della loro fisicità, all'incontro con l'altro. Nello specifico questo corso vuole avvicinare persone abili e disabili alla danza contemporanea attraverso l'improvvisazione, la danza di contatto, la ricerca espressiva.

Si caratterizza quindi come una classe di danza accessibile a tutti senza limiti di età o fisici, in cui viene sottolineato il piacere di muoversi e di danzare insieme in modo spontaneo.

La danza si sviluppa tra le persone attraverso un dialogo fisico in cui sono coinvolti tutti i sensi. Nella lezione i partecipanti, seguiti costantemente dall'insegnante, improvvisano e danzano cercando di essere sempre concentrati sul momento e permettendo un fluire continuo delle energie. Si riscoprono sia la gravità, che è la base di questa danza, come terreno comune per muoversi con la comunicazione spontanea attraverso il contatto per fare nuove e diverse esperienze di danza da soli o con un'altra persona, andando oltre i limiti a cui si è abituati. L'improvvisazione è la strada attraverso cui si sviluppa questa danza: non c'è una sequenza fissata, una coreografia vera e propria, ma ciascuno realizza una danza ogni volta diversa, da solo o più spesso con altre persone, attraverso una serie di soluzioni concatenate e personalizzate in modo spontaneo e libero con o senza sottofondo musicale.

Attraverso questa danza:

- Si stimolano le persone a scoprire e risvegliare tutte le parti del corpo e a utilizzarle ristabilendo un più profondo contatto con se stessi e con gli altri.
- Viene risvegliata l'armonia innata di cui ognuno è dotato, persa spesso a causa di timori, timidezze o per scarso esercizio.
- Si riscopre la possibilità di poter toccare, avvicinarsi all'altro con rispetto e fiducia, senza timori di rifiuti.
- Aumenta e rafforza la fiducia negli altri e in se stessi.

La Danza Contemporanea serve ad aumentare la propria disponibilità anche nella vita di tutti i giorni a dare e ricevere, ad imparare e ad insegnare, a fidarsi degli altri, ad aumentare l'apertura mentale.

Caratteristiche innovative e distintive:

- Sviluppare un processo di lavoro dove persone disabili, abili e provenienti da diverse culture si incontrino per una esplorazione artistica.
  - Aiutare ad esplorare e sradicare concetti erronei o pregiudizi tra persone con e senza disabilità, e coltivare la diversità artistica e culturale attraverso lo spettacolo, la comunicazione e l'educazione.
  - Creare comunità che includano tutte le persone indipendentemente da diversità o provenienza.
- Nell'ultima giornata sarà organizzata una performance conclusiva aperta al pubblico nel teatro all'aperto di Cà la Ghironda.