



Radicicomuni_Mangrovie

Corpo, movimento e relazione nei contesti di cura

Radici comuni _ Mangrovie

Laboratorio di movimento creativo per adulti nei centri diurni

Radici comuni _ Mangrovie è un progetto di movimento creativo rivolto ad adulti con disabilità fisiche e cognitive, pensato per i centri diurni e i servizi socio-educativi.

Il laboratorio utilizza il linguaggio del corpo e del movimento come strumenti di benessere, espressione e relazione, all'interno di un contesto strutturato, inclusivo e adattabile.

La mangrovia, pianta capace di vivere in ambienti complessi, rappresenta la metafora del percorso: radicamento, flessibilità e sostegno reciproco guidano l'esperienza proposta.

Il progetto è integrabile nei programmi educativi e riabilitativi dei servizi, valorizzando le risorse individuali e il gruppo come spazio di relazione.

Obiettivi

- promuovere il benessere psicofisico;
- ampliare le possibilità espressive e motorie;
- sostenere attenzione, presenza e consapevolezza corporea;
- favorire relazione, cooperazione e appartenenza al gruppo.

Metodologia

Il percorso integra:

- principi del Metodo Feldenkrais®;
- elementi di movimento creativo, danza e teatro;
- utilizzo di musica e materiali strutturati.
- Le attività sono adattabili alle capacità dei partecipanti e agli obiettivi del servizio.

Struttura del percorso

cicli di minimo 10 incontri da 60 minuti;

possibilità di percorsi continuativi o annuali e collaborazione con équipe educative e operatori del servizio.

Conduzione

Il progetto è ideato e condotto da Elena Cavallo, insegnante del Metodo Feldenkrais®, attrice, danzatrice e Gestalt Counselor.