# Biodanza:
# *la Poesia nella Danza,*
# *la Poesia nella Scrittura,*
# *la Poesia nel Segno grafico e pittorico*

*In un ambiente sereno e protetto andremo a vivere con la Biodanza, Poesia e Pittura alcuni momenti creativi che faranno emergere le nostre potenzialità profonde all'interno di un gruppo accogliente.*

**Una giornata a Punta Sabbioni**
**(in palestra e all'aperto).**
***CAVALLINO - TREPORTI*** *(VE)* presso la sede
estiva dell'Associazione "Ilventointasca"
a **Punta Sabbioni**, **Via HERMADA, 17**
***ilventointasca.blogspot.it***

**Date e orari dello Stage**:

*sabato 22 Giugno 2013 dalle 10:00 alle 18:30 circa, con pausa pranzo e relax.*

Lo stage è articolato in 2 sessioni che si svolgeranno nella ***Palestra*** *(ambiente realizzato secondo le indicazioni dell'Ecobioedilizia)* ed *all'aperto* in un ambiente naturale, accogliente e riservato.
Possono venire amici e parenti anche se non partecipanti allo stage. Possibilità di accesso alla spiaggia di Ca'Savio – Punta Sabbioni nelle vicinanze del Camping MARINA.

**Info sullo Stage**:

Il contributo per lo Stage è di **25 €,** comprensivo dei materiali per la pittura e della "spaghettata" per il pranzo; è comunque opportuno che ognuno porti qualcosa … di buono da condividere!
E' possibile essere ospitati a dormire presso la struttura (*con sacco a pelo o lenzuola propri*), contribuendo alle spese con offerta libera.
Per informazioni sull'ospitalità telefonare ai numeri 335 7468399 oppure 320 1966648.

***Come arrivare:***

**A) Con Motonave ACTV da VENEZIA a Punta Sabbioni**
**Poi è previsto un servizio auto-navetta (chiamando Rossella al cellulare) oppure a piedi (1,3 Km):**

1. *Dall'attracco ACTV procedi in direzione **ovest** da **Via Fausta** verso **Piazzale Punta Sabbioni** 15 m*
2. *Svolta a **destra** in **Piazzale Punta Sabbioni** 43 m*
3. *Prosegui su **Lungomare San Felice** Circa 2 min*
4. *Svolta a **destra** per rimanere su **Lungomare San Felice** 50 m*
5. *Svolta a **sinistra** per rimanere su **Lungomare San Felice** 34 m*
6. *Svolta a **destra** per rimanere su **Lungomare San Felice** Circa 1 min 0,1 km*
7. *Alla rotonda, prendi l'uscita **2a** per **Via Carso** Circa 4 min 0,3 km*
8. *Prosegui su **Via Tolmino** Circa 4 min 0,3 km*
9. *Svolta a **destra** in **Via Hermada** Circa 3 min 0,3 km*

**B) da JESOLO LIDO in AUTO**
***seguire le indicazioni per CAVALLINO PUNTA SABBIONI** e passato il centro di **CA' SAVIO** svoltare a Sx in Via Hermada (la stessa strada indicata per il Camping MARINA), la casa prima della SERRA alla Sx è la sede de "ilventointasca".*

**Conduce**: **Rossella Cecchetti**: operatore di Biodanza e TUTOR presso la Scuola del Triveneto di Padova con specializzazione in "*Biodanza per Bambini & Adolescenti*" e "*Biodanza e Pittura*". Si è titolata con una Tesi su "*La poesia in Biodanza*".
È presidente dell'associazione "Centrobiodanza" di Venezia-Mestre, affiliata AICS e CONI.


*Telefono:* **340 0570340**
*e-mail:* rossellacecchetti@yahoo.it
*sito:* www.centrobiodanza.altervista.org

## *Biodanza e Poesia nella Danza, nella Scrittura e nel Segno grafico e pittorico*

**22 giugno 2013**

**Una giornata a Punta Sabbioni**
**(in palestra e all'aperto).**

Conduttore **Rossella Cecchetti**

In località
***CAVALLINO - TREPORTI*** *(VE)*
presso la sede
estiva dell'Associazione

ilventointasca

a **Punta Sabbioni**, **Via HERMADA, 17**
***www.centrobiodanza.altervista.org***

# Biodanza e l'espressione attraverso la POESIA

La proposta è un invito ad ampliare il potenziale creativo come una funzione naturale insita in noi.

Questa forza misteriosa e potente della vita è dentro di noi e pulsa incessantemente.

Se questa forza è libera di esprimersi, possiamo ricevere e manifestare tutta la nostra abbondanza, fantasia, poesia, unicità e possiamo ricevere e scoprire nuove forme e metodi di rivelazione con il mondo e gli altri.

La cosa più importante è la ricchezza, la generosità e l'abbondanza che sorgono dalla nostra identità più profonda.

Queste forze si possono esprimere nella danza, nel linguaggio poetico e nella creatività personale del segno grafico.

## *Creatività e poesia in Biodanza*

Rolando Toro ha espresso in modo inequivocabile quanto sia importante la poesia e quale sia la sua potenzialità in Biodanza.
Da "*L'uomo che parla con le rose: conversazioni di Rolando Toro Araneda con Hélène Lévy-Benseft, Bruno Ribant e Bruno Giuliani*":

« Hélène: […] Qual è il ruolo della poesia?
Rolando: Per me la poesia è la mia percezione del quotidiano. Per me tutte le cose hanno una connotazione poetica. Voi, qui, ciò che sta avvenendo per me è una poesia. Non è così? […]
Voi mi ascoltate, io vi guardo mentre parlo, siamo circondati da alberi e fiori, una farfalla attraversa lo spazio. Se rimango estremamente sensibile posso anche diventarne folle. Perché c'è tanta provocazione in ogni cosa, ogni piccola pianta. Il minimo filo d'erba è sufficiente a giustificare la mia vita. Per me, quindi, la poesia non si limita a trovare la parola giusta per dire le cose, ma è un modo di vivere, la mia terapia. […]
La poesia per me è una forma di estasi quotidiana. Ma anche una forma d'espressione della protesta, dei pianti, delle passioni amorose, della disperazione: tutto ciò che fa il complesso di una terapia. […]
La poesia è qualcosa di serio, non una storia di linguaggio adeguato ma una maniera d'essere al mondo. […]
Hélène: […] la Biodanza ci invita ad abitare il mondo da poeta...
Rolando: Quel che dici è magnifico! Ed è per questo che ho definito la Biodanza come la poetica dell'incontro umano. E' una poetica allargata, di celebrazione, di scambio affettivo, di euforia, di gioia di vivere. […] »

## ***BIODANZA***

"Danza della vita" così chiamata da Rolando Toro, cileno, psicologo, antropologo, poeta: suo creatore.

Biodanza è *"un sistema di integrazione umana, di rinnovamento organico, di rieducazione affettiva e di riapprendimento delle funzioni originarie della vita".*

È un processo di integrazione tra mente e corpo mediante la musica, il movimento, la manifestazione spontanea di tutte le emozioni.

Gli esercizi "vivencia" si svolgono in gruppo guidati da un facilitatore, e sono particolarmente efficaci per sciogliere i conflitti con sè stessi e con gli altri. Conflitti che spesso si manifestano come dissociazione psìcomotoria: movimenti del corpo e posture irrigidite, incapacità di percepirsi come un'unità integrata, ma solo come singole parti isolate...

Biodanza interviene reintegrando l'unità psicocorporea, favorendo la comunicazione con sè stessi e con il mondo esterno, in sostanza **migliorando la qualità della vita ed il benessere**.

Bìodanza è in sostanza un ***cammino di crescita personale*** attraverso la musica, la danza e la "vivencia" (vivere intensamente nel "qui ed ora" l'emozione che l'esercizio suggerisce), che si snoda sulla base di un preciso Modello Teorico.

Obiettivi di Biodanza sono:

- sviluppare le potenzialità della persona
- aumentare la capacità affettiva e di relazione
- stimolare la creatività
- migliorare la comunicazione
- affinare la sensibilità all'ascolto dell'altro
- combattere lo stress