

# Quando la danza è terapia. A Credaro un percorso per i bimbi e le loro mamme



La danza come terapia per esprimere le proprie emozioni e stare bene. A Credaro prende il via "Danza con me", percorso in gruppo di danzaterapia. L'iniziativa è promossa da Associazione Angelman onlus in collaborazione con la scuola di Danzaterapia Risvegli Maria Fux di Milano ed è aperto a tutti i bambini a partire dai 5 anni,

con particolare attenzione per i bimbi con disabilità.

Sono proposti 10 incontri il venerdì, a partire dal 19 febbraio, con due opzioni di orario: dalle 16.15 alle 17 o dalle 17.45 alle 18.30. Gli incontri si svolgono all'agriturismo La Cascina dei Prati, sono tenuti da una insegnante di danza e propongono il metodo Maria Fux. Per i bimbi in difficoltà è prevista l'assistenza. Durante gli incontri, alle mamme è proposto "Il tempo per te", un momento di svago davanti a una tazza di tè per conoscersi, confrontarsi e dedicarsi a se stesse. Ma ci saranno anche momenti in cui mamme e bimbi si ritroveranno per danzare insieme. Il progetto ha il patrocinio del Comune di Credaro.

Verrà presentato nel corso di un open day informativo venerdì 5 febbraio dalle ore 17 alla Cascina dei Prati di Credaro. Le iscrizioni saranno accolte fino a esaurimento dei posti disponibili. È prevista una quota sociale di partecipazione a titolo di parziale rimborso spese. Per informazioni: 349 2447559 – [info@associazioneangelman.it](mailto:info@associazioneangelman.it) –

«Il progetto – spiega il presidente dell'Associazione Angelman Luca Patelli – è nato qualche mese fa. A novembre abbiamo promosso e finanziato un breve ciclo di incontri pilota con un gruppo di mamme e di bimbi, alcuni dei quali affetti dalla Sindrome di Angelman. L'esperienza è stata molto positiva per cui abbiamo deciso di riproporla e di aprirla ad altri bambini. È la prima iniziativa che rivolgiamo direttamente alle famiglie. È stata pensata in particolare per i bimbi con disabilità e le loro mamme, che vivono ogni giorno situazioni di stress emotivo e fisico e spesso anche di isolamento. Speriamo di offrire a entrambi una occasione di socializzazione perché l'inclusione è un obiettivo da perseguire in ogni situazione, come presupposto di una vita più normale possibile per chi vive la disabilità. Purtroppo per i bimbi disabili non è facile partecipare ai corsi extrascolastici perché hanno bisogno di assistenza e, di norma, non è prevista. Abbiamo voluto creare un'occasione accessibile anche ai bambini in difficoltà. Abbiamo scelto la danza e in particolare il metodo Maria Fux perché è un'arte e un'esperienza che tutti i bambini possono vivere, al di là dei limiti fisici o cognitivi che possono avere».

## **GLI INCONTRI**

La danzaterapia è uno spazio di libertà, un tempo diverso dove ognuno balla la danza che ha dentro. Il percorso sarà uno spazio in cui ciascuno avrà la libertà di esprimere e condividere la creatività che già possiede dentro di sé. In ogni incontro si vivrà un'esperienza sempre nuova grazie al clima che il gruppo, il conduttore e la musica costruiranno insieme. Ci saranno incontri molto animati dove ad esempio si potranno danzare ritmi decisi, forti emozioni, e altri profondamente quieti e rilassanti fatti di sguardi e ascolto. Ciò che accomuna ogni incontro, che caratterizza il metodo, è la spontaneità, l'attento ascolto rispetto a quelle che sono le necessità del gruppo nel "qui ed ora" in cui l'incontro

nasce. Non saranno “lezioni” dove l’insegnante propone qualcosa di stabilito e preconfezionato ma “incontri” in cui le suggestioni offerte, tramite il linguaggio poetico del metodo, la musica, e la sensibilità del conduttore, fungono da stimoli per il gruppo, finalizzati a esprimere con verità quella che è in quel momento la necessità comunicativa e relazionale dei danzatori attraverso un linguaggio puramente corporeo e spontaneo.

## **MARIA FUX E IL SUO METODO**

Maria Fux (Buenos Aires, 2 gennaio 1922) è una danzatrice e coreografa argentina, fondatrice del metodo di danzaterapia che ha preso il suo nome e che è oggi conosciuto in tutto il mondo. Nelle sue scuole di danza in Argentina ed Europa ha istruito fisioterapisti, terapisti occupazionali, logopedisti, insegnanti di danza e ginnastica, psicoterapisti e psicologi. Ha anche formato insegnanti che lavorano con differenti tipi di disabilità. È stata invitata da istituzioni, conferenze e seminari per testimoniare la propria esperienza su problemi relativi a sordità, sindrome di Down, spasticità, autismo e vecchiaia. È stata il soggetto del film documentario *Dancing with Maria*, presentato per la settimana della critica alla 71ª Mostra internazionale d'arte cinematografica di Venezia.

La danzaterapia di Maria Fux utilizza forme libere di danza volte all'espressione di sé. Questo approccio si fonda sull'utilizzo della creatività come momento fondamentale di ascolto e relazione, di conoscenza e riscoperta di sé. È stato sperimentato con enorme successo lavorando con tutte le età della vita e con problematiche di disabilità sensoriali visive e uditive nonché con handicap psichici e fisici, ma ha benefici su tutti.

## **L'ASSOCIAZIONE**

L'Associazione Angelman onlus è nata nel 2012 a Credaro su iniziativa di una famiglia e si occupa di raccogliere fondi

per sostenere la ricerca sulla Sindrome di Angelman, una malattia genetica rara che provoca gravi disabilità motorie e cognitive. Nel 2015 ha finanziato, in collaborazione con la Fondazione From dell'Ospedale Papa Giovanni XXIII, una borsa di studio di 120.000 euro per una giovane ricercatrice bergamasca all'Erasmus Mc di Rotterdam, centro di ricerca primario in Europa.