

ment ment

2a JORNADA DE SALUT MENTAL I DANSA
La Caldera, 27 de setembre de 2024

gimnasia sensorial
para desbloquear fascias
Elena Corrajes

El silencio que hay dentro
del ruido

PONER LA MENTE
EN VACACIONES



Corriente de
agua calentita

EL DESENTERRADOR

Seguir el hilo de lo que diga

6 sillar varias

Vamos a desenterrar

alguien

la palabra SOLEDAD

Las herramientas:

~~PICO~~

~~PALA~~

~~PINCEL~~

PALABRAS





veo mudo
pero elijo
mirar



TODOS NECESITAMOS
EL GRUPO. ESTAMOS
CONECTADOS PARA
VIVIR.
PERO EN ALGUN MOMENTO
NOS DECONECTAMOS
DE LOS DEMÁS
Y DE NOSOTROS
MISMOS

ELS MAMÍFERS
NO S'ADAPTEM
A LA SOLEDAT.

NECESSITEN ALTRES
MAMÍFERS PER A
SOBREVIURE

Lucy VINCENT
~~Dietsent~~
Neurocientífica
dansa antídoto
de soledat
depressió
desconnexió
DANSA
ANTÍDOT



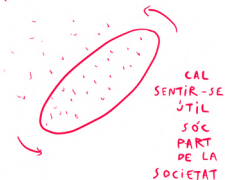
BAILAR A TU
CEREBRO

Salud mental y danza
Mel i mato

JUNG I LES
OMBRES

COM CONVERTIM
AQUESTES OMBRES
EN LLUM

grup dansa inclusiva
PARÀLISIS CEREBRAL
assistent fora
qui vol anar a terra
jo! per la croqueta



CAL
SENTIR-SE
ÚTIL
SÓC
PART
DE LA
SOCIETAT

LA DANZA
PARA BAJAR
A LA
TRIPA

UN BLOQUEO EMOCIONAL
SI LO PODEMOS DISIMULAR
ME DISFRAZO PARA
DISIMULAR LA DIFERENCIA



DISFRAZARNOS
PARA PERTENECER

MIRALLJAJIM

SENTIR-SE PART
TREURE'S L'ESTIGMA



per
bram
amb minime
i sense



QUAN BALLO
SÓC EL MILLOR
AMIC DE MI MATEIX

desactiva la
capacitat de
autoorganització
para llevarnos
a una falsa
libertad individual
que nos lleva a la
soledad

Un relat personal, un rastre gràfic de les experiències
compartides a la primera jornada de salut mental
i dansa organitzada per Grup CHM i
La Caldera.

Organitza:

