



sost.arte

un luogo dolce dove, attraverso l'arte, ci si prende cura di sé

PROGETTO DI LABORATORIO ARTISTICO-TERAPEUTICO

per case di riposo e centri per la terza età

Due proposte di laboratorio:

“La pelle della natura”

“Un mare di carta”

a cura di Valeria

Atelierista e arte-terapista

Chi sono

“Educare alla bellezza è un piccolo passo per costruire un mondo migliore.”

Sono Valeria, **atelierista e arte-terapista**. Sono una persona creativa, con le mani sempre “in pasta”: il fare, il toccare, il trasformare la materia sono per me **strumenti di espressione e di cura**. Mi piace stare con le persone, ascoltarle e costruire insieme a loro percorsi che abbiano senso.

Progetto e conduco laboratori artistici pensati per scuole, associazioni, cooperative e aziende, rivolti a gruppi molto diversi tra loro: dai bambini agli anziani. Non sono legata a una fascia d'età specifica, perché **credo che il linguaggio dell'arte sappia parlare a tutti, in modi diversi**.

Il progetto /So · stÀ · rte/

/So · stÀ · rte/ nasce dall'idea di un luogo dolce, in cui -attraverso l'arte- ci si prende cura di sé. Un momento di pausa dal quotidiano, in cui riscoprirsi capaci di creare bellezza.

I laboratori che propongo non sono mai fini a se stessi, sono pensati per educare alla bellezza, allenare lo sguardo a cogliere le cose da prospettive nuove, sviluppare fantasia e creatività. Parto sempre da una struttura pensata in anticipo, ma resto aperta a modificarla lungo il percorso, lasciando che siano le inclinazioni e i desideri dei partecipanti a guidare il lavoro.

Perché portarlo in casa di riposo

Nella vita di una struttura per anziani ci sono spesso dei tempi vuoti, delle giornate che si somigliano. Un laboratorio artistico può essere un momento diverso dal solito, un'occasione per riscoprirsi capaci di creare qualcosa di bello, per allenare una manualità fine che rischia di essere un po' trascurata e per far riaffiorare -attraverso i gesti- ricordi di cose fatte in passato, come cucinare, giocare, lavorare con le mani.

Sono due le proposte che presento qui di seguito. Sottolineo la possibilità di creare qualcosa su misura per gli ospiti, dando forma alle proposte e alle idee degli operatori della struttura.

Proposta 1

“La pelle della natura”

Un laboratorio in cui la pasta modellabile diventa la superficie su cui imprimere foglie, cortecce, fiori secchi, pigne, conchiglie e altri piccoli elementi naturali, svelandone la bellezza nascosta e la trama della texture. Il risultato è una o più mattonelle per ogni partecipante che, insieme alle altre compone un'unica opera condivisa: la “pelle della natura”, pensata per abbellire uno spazio comune della struttura.

Primo incontro · impastare e imprimere

Si parte dalla materia: ogni partecipante lavora la pasta modellabile con gesti familiari, simili a quelli della cucina (impastare, stendere, appiattire,...). Sono movimenti che il corpo ricorda bene e che spesso riaccendono memorie del passato. Su questa base morbida, con delicatezza ma decisione, vengono poi impressi gli elementi naturali messi a disposizione, lasciando che ognuno scelga liberamente le forme e le texture che preferisce.

Secondo incontro · colore e luce

Nel secondo incontro le mattonelle prendono colore: con colori liquidi, ogni partecipante dipinge la propria superficie, osservando come il colore penetri e si allarghi nelle venature lasciate dagli elementi naturali. È un momento di scoperta quasi magico, la materia rivela il proprio disegno interno. Le mattonelle vengono infine composte insieme, a formare un'opera collettiva da esporre nello spazio comune.

Informazioni pratiche

Durata	2 incontri di circa 1.30h circa ciascuno
Partecipanti	gruppo di dimensione da concordare in base alla struttura
Materiali	Forniti dall'operatrice, dettagli da concordare
Spazio necessario	una sala comune con tavoli, adatta a un lavoro di gruppo seduti

Obiettivi

- * Offrire un momento diverso dalla routine quotidiana, articolato in più fasi da vivere insieme
- * Far riscoprire ai partecipanti la propria capacità di creare qualcosa di bello
- * Allenare la manualità fine, spesso un po' lasciata andare
- * Risvegliare ricordi legati a gesti del passato (cucinare, giocare, creare)
- * Favorire la relazione e la condivisione all'interno del gruppo
- * Lasciare un segno tangibile e condiviso, che arricchisce lo spazio comune della struttura

Proposta 2

“Un mare di carta”

Il tema scelto è il mare, con tutti i suoi blu cangianti, i suoi coralli colorati e perché no, i suoi abitanti. Il percorso nasce dalla carta stessa: fogli destinati al macero vengono raccolti, strappati e trasformati in una poltiglia blu, colorata con il pigmento a diverse tonalità. Da questa materia, foglio dopo foglio, prende forma un mare fatto a mano, che si comporrà infine in un'unica opera decorativa per lo spazio comune.

Primo incontro · il proprio mare

Dopo aver osservato insieme alcune immagini del mare, ogni partecipante utilizza un telaio per comporre il proprio foglio, disponendo la poltiglia blu in diverse tonalità fino a ricreare, a modo proprio, un piccolo quadrato di mare. Chi lo desidera può arricchire il foglio con foglie, petali (..) o piccoli pezzi di carta velina colorata, per dare vita a sfumature, correnti, riflessi. Alcuni fogli vengono invece lasciati per essere ripresi nell'incontro successivo.

Secondo incontro · le texture del mare

Si riprendono i fogli blu lasciati semplici nel primo incontro e, con carta e colla, i partecipanti vi creano sopra piccole texture in rilievo, come onde, increspature, movimento, lavorando sempre in tonalità di blu, ma questa volta lavorando con impasti di carta e colla e il gesto dello strappo. È un modo per esplorare ancora una volta la materia, questa volta con gesti di ritaglio e sovrapposizione, che allenano la manualità fine.

Una volta completati, tutti i fogli vengono raccolti e composti in un'unica grande opera: un mare condiviso, fatto di sfumature e texture diverse, pensato per decorare lo spazio comune della struttura.

Informazioni pratiche

Durata	2 incontri di circa 1.30h circa ciascuno
Partecipanti	gruppo di dimensione da concordare in base alla struttura
Materiali	Forniti dall'operatrice, dettagli da concordare
Spazio necessario	una sala comune con tavoli e possibilità di accesso all'acqua, adatta a un lavoro di gruppo seduti

Obiettivi

- * Offrire un momento diverso dalla routine quotidiana, articolato in più fasi da vivere insieme
- * Allenare la manualità fine attraverso gesti semplici e ripetitivi, come strappare e comporre la carta
- * Stimolare l'immaginazione a partire da immagini del mare, traducendole in materia e colore
- * Risvegliare ricordi ed emozioni legati al mare - vacanze, luoghi, persone
- * Sperimentare tecniche diverse, lavorando sempre sullo stesso tema
- * Lasciare un segno tangibile e condiviso, che confluisce in un'unica opera per lo spazio comune



Se questi progetti ti hanno incuriosito,
scrivi o chiamami per maggiori info e costi!

Valeria Podrecca

Atelierista e Arte Terapista

Tel. 333 13 93 806

sostarte@gmail.com

www.sostarte.com

/So · stÀ · rte/ ,

un luogo dolce dove, attraverso l'arte, ci si prende cura di sé.