

PROGETTO “TANGO-THERAPY”

Il Tango rappresenta un patrimonio dell’umanità perché è assieme: musica, canto, poesia, danza, filosofia di vita e molto altro. Il pensiero sottostante l’organizzazione di un progetto ad hoc è stato: come rendere il tango una tecnica costruttiva per cercare e ritrovare un equilibrio psicofisico nella propria vita?

La Tango Terapia, infatti, con le sue molteplici applicazioni, aiuta e migliora la capacità cardio-respiratoria e contribuisce a prevenire patologie quali: Parkinson, Alzheimer, Afasia, Oncologia, Alcolismo, Depressione e Stress, contribuendo altresì a migliorare l’equilibrio psichico e psicomotorio e il benessere generale dell’individuo. Pertanto migliorando il rapporto mente-corpo aumenta considerevolmente la stima e la fiducia nel Sé.

Obiettivi: Lo scopo che si prefigge tale progetto è aiutare i partecipanti ad avere rispetto e stima di sé e degli altri, migliorare la capacità di socializzare consolidare le relazioni interpersonali, amando sé stessi, la vita e le persone che si incontrano.

Conclusioni

Il corso di Tangoterapia è iniziato come progetto pilota che ha coinvolto, con gran successo, un gruppetto di mamme motivate e interessate. Negli anni a venire, questo diventerà un dispositivo vero e proprio offerto alla totalità delle mamme in carico.

