

Contattaci

Hai passione e voglia di fare la differenza?

Entra a far parte di una comunità che danza con il cuore e promuove l'inclusione sociale. Le nostre attività sono presenti in diverse città italiane e sono aperte a tutti, senza bisogno di alcuna esperienza precedente.

Inoltre stiamo cercando tangueri motivati con esperienza, interessati ad intraprendere la formazione per diventare operatori o volontari per il nostro progetto, ti aspettiamo.

Contatti:

Associazione Sarajò APS

www.sarajo.org - info@sarajo.org

+39 375 621 6958



Sostieni il progetto diventando socio con €30 annui, ci aiuterai a mantenere vivi i nostri progetti che mirano a migliorare la vita di molte persone:
www.sarajo.org



TANGO-INCLUSIÒN

insieme con gioia

un progetto innovativo verso la
riabilitazione, l'inclusione sociale
e il benessere

Cos'è Tango-Inclusión?

Socialità, salute e divertimento

Tango-Inclusión è un progetto innovativo che utilizza il tango argentino come **strumento di inclusione sociale, recupero funzionale e riabilitazione**. Nasce con l'obiettivo di creare un ambiente accogliente e solidale dove persone di tutte le età e abilità possano incontrarsi, ballare e condividere esperienze facendo una terapia vera e propria.

Filosofia e obiettivi:

Il nostro obiettivo è usare il tango come mezzo per insegnare principi di buona deambulazione, **riducendo il rischio di cadute**. Attraverso lezioni di 90 minuti, in contesti accoglienti fuori dall'ambito sanitario, promuoviamo **il rafforzamento muscolare e l'equilibrio propriocettivo**.

Impatto sociale:

Un aspetto fondamentale di Tango-Inclusión è l'interazione sociale. Infatti **il corso è aperto a tutti**, pazienti, caregiver, tangheri esperti e principianti.

Creiamo un ambiente dove ogni partecipante può imparare, condividere e crescere insieme.

Cos'è il tango argentino?

Cos'è il tango argentino?

Il tango argentino è una danza passionale e affascinante che ha origine a Buenos Aires alla fine del XIX secolo. Caratterizzato dalla sua eleganza e intimità, **il tango è molto più di una semplice danza**: è un dialogo silenzioso tra i corpi, un modo di esprimere emozioni e costruire connessioni profonde, il tutto basato sull'improvvisazione.

Perché è prezioso per le nostre attività?

- **connessione e empatia**: il tango insegna l'ascolto e la comprensione reciproca, qualità essenziali per costruire relazioni solide e rispettose.
- **salute e benessere**: ballare il tango migliora la coordinazione, la postura e riduce lo stress, contribuendo al benessere generale. Molti studi clinici provano che è molto efficace nella riabilitazione-recupero neurologico.
- **inclusione e diversità**: il tango non conosce barriere di età, genere o abilità, rendendolo uno strumento perfetto per promuovere l'inclusione.
- **espressione creativa**: il tango offre un'opportunità unica per esprimere emozioni e creatività attraverso il movimento, arricchendo la vita culturale e personale.
- **disciplina e focus**: la pratica del tango richiede concentrazione e disciplina, qualità che possono essere applicate anche in altre aree della vita quotidiana.
- **adattabilità**: essendo un ballo d'improvvisazione, il tango può essere facilmente adattato alle capacità motorie di ciascuno, permettendo a tutti di partecipare attivamente e di trarre beneficio dall'esperienza.

