



associazione
SARAJÒ
oltre i limiti, un passo alla volta

Progetto "Tango-inclusiòn": corso di formazione e integrazione sociale attraverso il tango

In un mondo in continua evoluzione, dove le sfide della vita possono spesso sembrare soverchianti, emerge l'esigenza di trovare nuove vie per **il benessere e l'inclusione sociale**. È da questa premessa che nasce il progetto "**Tango-inclusiòn**", un'iniziativa unica che fonde l'arte del **tango argentino** con la **riabilitazione e l'integrazione sociale**, specialmente per coloro che convivono con condizioni sociali e neurologiche come la terza età, la malattia di Parkinson, la sclerosi multipla e le conseguenze di un ictus.

Il tango, una danza che oltre un secolo ha unito le persone al di là delle loro differenze, diventa qui uno strumento di **terapia, di espressione e di socializzazione**. In "**Tango-inclusiòn**", il tango si trasforma in un mezzo per riscoprire la propria capacità di muoversi con grazia, per migliorare **l'equilibrio e la coordinazione**, e per rafforzare legami sociali in un ambiente accogliente e inclusivo.

Questo progetto rappresenta un ponte tra il mondo della **riabilitazione** e quello dell'arte, dimostrando che la danza può essere un potente alleato nella cura e nel miglioramento della **qualità della vita** offrendo loro un **senso di appartenenza e gioia**.

Con "**Tango-inclusiòn**", ci proponiamo di abbattere le barriere, sia fisiche che psicologiche, creando un ambiente in cui ognuno, indipendentemente dalle proprie condizioni fisiche o esperienze di vita, può unirsi alla danza e sentirsi parte di una **comunità**. È un progetto che celebra la **diversità, l'umanità e la resilienza dello spirito umano**.

Accogliamo quindi ogni partecipante a questo viaggio di scoperta e speriamo che la magia del tango possa portare **luce, forza e connessione** nelle loro vite, così come ha fatto per molti altri prima di loro. Benvenuti nel mondo di "**Tango-inclusiòn**", dove ogni passo è un passo verso un futuro più **inclusivo e gioioso**.

Formazione per **operatori** di Tango-inclusiòn:

Il progetto "Tango Inclusione" non solo si concentra sull'integrazione e il benessere dei partecipanti attraverso il tango, ma pone anche una forte enfasi sulla formazione qualificata degli operatori che guideranno questo viaggio unico. Ecco i dettagli chiave della formazione per gli operatori:

Requisiti per i Candidati:

- **esperienza nel tango:** i futuri operatori devono essere ballerini di tango con una discreta esperienza;
- **valutazione tecnica:** è richiesto inviare un video per la valutazione del livello tecnico.

Struttura del corso di formazione:

- **durata:** circa due mesi di cui:
 - **studio autonomo:** una parte del corso si concentra sullo studio autonomo di una dispensa che approfondisce il mondo del tango e le sue sfaccettature;
 - **incontri online:** sei incontri online, della durata di circa due ore ciascuno, per coprire aspetti teorici e pratici;
 - **formazione in presenza:** un fine settimana di formazione in presenza, presumibilmente a Livorno, per integrare l'apprendimento online con esperienze pratiche dirette.
- **aggiornamenti annuali:** sono previsti dei corsi di aggiornamento annuali obbligatori per poter mantenere la qualifica di operatore Tango-inclusiòn.

Esperti coinvolti:

- **neurologo:** per approfondire la comprensione delle patologie neurologiche;
 - prof. Marco Onofri (1 ora online)
- **chinesiologo:** focalizzazione su movimento e biomeccanica;
 - dr. Roberto Crifera (2 ore online)
- **fisioterapista:** approfondimento di tecniche di riabilitazione e prevenzione delle cadute;
 - dr.ssa Elena Arus (1 ora online)
- **psicologa:** formazione sul supporto psicosociale e tecniche di comunicazione efficace;
 - Dr.ssa Adele Magrelli (2 ore online)
- **operatrice in danza terapia:** insegnamenti sulla danza come strumento terapeutico;

- Dr.ssa Valentina Longhi (1 ora online)
- **operatore esperto (tango terapeuta):** condivisione di esperienze e best practices nel campo del tango inclusivo, la parte pratica della formazione.
 - Giuseppe Sarcinella (6 ore online+12 in presenza in luogo da definire)

Costo e Finanziamenti:

- **costo totale:** €600;
- **contributo dell'associazione Sarajò:** €400 per partecipante, a sostegno della formazione. I rimanenti €200 saranno a carico del corsista;

Obiettivi della formazione:

- **guidare efficacemente:** essere in grado di guidare le lezioni di tango inclusivo, tenendo conto delle esigenze specifiche dei partecipanti;
- **applicare conoscenze teoriche:** integrare le conoscenze teoriche acquisite sulle patologie neurologiche e la riabilitazione nel contesto del tango;
- **creare un ambiente positivo:** sviluppare le capacità di creare un ambiente di apprendimento inclusivo, positivo e stimolante;
- **promuovere l'inclusione e la consapevolezza sociale:** incoraggiare l'integrazione e l'inclusione sociale attraverso l'arte del tango.

Conclusione:

Attraverso questa formazione, gli operatori saranno preparati non solo come insegnanti di tango, ma come facilitatori di un'esperienza che va oltre la danza, toccando le vite dei partecipanti a livelli più profondi e significativi, promuovendo salute, benessere e inclusione sociale.

Il corso per **utenti** Tango-inclusiòn:

Obiettivi:

1. **inclusione sociale e integrazione:** creare un ambiente inclusivo per persone con malattie neurologiche (parkinson, sclerosi multipla, post-ictus) e altri interessati (caregiver, ballerini di tango esperti, pubblico generale), facilitando l'integrazione sociale e la partecipazione attiva;
2. **sviluppo della consapevolezza del movimento e rafforzamento muscolare:** utilizzare il tango come mezzo per migliorare la consapevolezza del movimento e il rafforzamento muscolare, riducendo il rischio di cadute;
3. **preparazione per classi di tango tradizionali:** fornire ai partecipanti le competenze necessarie per unirsi con sicurezza a classi di tango standard al termine del corso.

Struttura del corso per operatori "Tango-inclusiòn":

- **durata:** circa 1 anno;
- **formato delle lezioni:** una sessione settimanale di 1.5 ore di lezione, seguita da almeno 1 ora di pratica;
- **partecipazione aperta:** incentivare la partecipazione di persone esterne al corso nelle sessioni di pratica, promuovendo ulteriormente l'inclusione sociale come ad esempio principianti assoluti;
- **tangueri:** partecipazione di tangueri volontari con già un minimo di esperienza.

Componenti del programma:

1. **lezioni di tango adattate:** tecniche specifiche per i bisogni dei partecipanti, con un'enfasi sulla mobilità, l'equilibrio e la coordinazione;
2. **esercizi di rafforzamento muscolare:** esercizi mirati per aumentare la forza muscolare e la stabilità;
3. **consapevolezza del movimento:** sessioni per sviluppare una maggiore consapevolezza del proprio corpo e dei movimenti;
4. **sessioni di pratica sociale:** opportunità per i partecipanti di praticare le abilità apprese in un ambiente sociale, interagendo con ballerini di vari livelli;

5. **supporto psicosociale:** attività volte a migliorare la fiducia in sé e a costruire una rete sociale di supporto.

Risultati attesi:

- miglioramento della mobilità e riduzione del rischio di cadute per i partecipanti;
- maggiore inclusione sociale e costruzione di una comunità di supporto per persone con patologie neurologiche;
- successiva integrazione dei partecipanti in classi di tango standard.

Collaborazioni e supporto:

- **esperti in neurologia e riabilitazione:** consultazione con specialisti per assicurare che il corso sia adeguato alle esigenze dei partecipanti con patologie specifiche;
- **sponsorizzazione e partnership:** ricerca di sponsor locali e partnership con organizzazioni sanitarie per supportare finanziariamente il progetto.

Conclusione:

il progetto "Tango-inclusiòn" mira a unire la passione per il tango con il benessere fisico e sociale, creando un ambiente di apprendimento unico che non solo migliora le capacità di danza, ma incoraggia anche l'integrazione sociale e il sostegno reciproco tra persone con diverse sfide e abilità.