



1. DATOS DE LA ENTIDAD

Nombre

Río Abierto. la Asociación Española de Desarrollo Armónico

Persona de contacto

Charo Fernández Sánchez

Dirección

Teléfono

655 4952 81

E-mail

cphjerez@hotmail.com

Web

<http://www.cphjerez.com>
<http://www.rioabierto.es>

2. DESCRIPCIÓN BÁSICA DE LA ACTIVIDAD

Nombre de la actividad

Espacio y Movimiento

Contenido

Esta Formación presenta un trabajo psicocorporal, cuyo propósito es la integración de los planos físico, psíquico y espiritual. El enfoque es VIVENCIAL y TEORICO ya que el aprendizaje está íntimamente ligado a la experiencia y al proceso personal, desarrollando los recursos necesarios para su aplicación en el ámbito PROFESIONAL. El encuadre es GRUPAL ya que el grupo es un espacio creativo y curativo que se enriquece con la presencia de cada persona e individual con la atención personalizada.

FUNDAMENTOS DEL TRABAJO:

El movimiento de la energía vital, la pulsación básica de la vida que está presente en cada célula de nuestro cuerpo, es el punto cero desde el que se desarrolla este trabajo.

Es un abordaje psicocorporal que integra lo terapéutico con lo creativo, desarrollando la sensibilización, la escucha, la atención, la irradiación y el silencio con una actitud de exploración y aprendizaje. En este proceso vamos concientizando y dinamizando los aspectos mecánicos y rígidos de nuestra personalidad que están plasmados en el cuerpo y determinan un modo psicofísico de estar, sentir, pensar y relacionarnos.

Desde nuestro enfoque, la salud tiene que ver con recuperar la fluidez y la fuerza del movimiento reencontrándonos con nuestra capacidad expresiva integrando los opuestos.

INSTRUMENTOS QUE UTILIZAMOS:

La danza, el ritmo, la música, la palabra, el contacto, la escucha, el silencio.

El Movimiento: libre, guiado, expresivo, energético, creativo

El Masaje: circulatorio, correctivo, energético.

La Auto-observación, el entrenamiento en la atención y la escucha.

La Respiración: Aspectos fisiológicos, energéticos y psicológicos. Nos ayuda a descubrir nuevos espacios internos.

La atención a nuestros hábitos posturales nos permite encontrar otras formas de estar y de ocupar el espacio.

El juego, el contacto, la expresión y la dramatización nos permite compartir esos nuevos espacios, con la posibilidad de crear un nuevo lugar en nuestra relación con el otro.

El trabajo con la personalidad mecánica y creadora. El trabajo sobre sí. La dinámica de los opuestos.

La teoría de los centros energéticos. Expresión y creatividad. La voz y el sonido. La relajación, la meditación, y el silencio, nos abren a un espacio de conexión interno con los aspectos más esenciales de nuestro Ser.

Recursos Materiales necesarios por parte de la entidad que solicita la actividad

Recursos económicos necesarios por parte de la entidad que solicita la actividad

2.250€: 1ª cuota de Matricula 450€ y 9 cuotas:200€

Horario

Los cursos tienen sus fechas programadas, pero puedes informarte para conocerlas.

Cada curso:

- . 4 encuentros de fin de semana y 2 intensivos en convivencia de 2 y 4 días respectivamente, en lugar a confirmar y cuya estancia correrá a cargo de cada alumno.
- . 1 clase de movimiento y trabajo sobre sí semanal de dos horas de duración (coordinada por Pedro Melgar y Charo Fernández en CPH Jerez ,y por Luz Jiménez y Rafael Guisado en Espacio Abierto-Sevilla).
- . 3 atenciones individuales de 1 hora y media.

Público destinatario

3. OBSERVACIONES