

IMPATTO DIGITALE Un successo

Il benessere emotivo per bambini e ragazzi con la danza orientale

«Mi è piaciuto un sacco il ballo libero perché mi sono sentita libera da tutto». «Mi sono divertito, perché mi piace questo gruppo, mi fido di loro, mi sento a mio agio, nessuno mi prende in giro». Solo due dei commenti dei ragazzi che hanno partecipato al laboratorio benessere promosso dal progetto ImPatto Digitale, che è coordinato dalla Fondazione Comunitaria della Provincia di Lodi ed è nato su impulso di Fondazione Cariplo e dell'Impresa sociale Con i Bambini, nell'ambito del Fondo per il contrasto alla povertà educativa minorile. Il laboratorio si è tenuto presso la sede di Officine 21 della cooperativa il Mosaico Servizi e hanno partecipato 23 ragazzi di età compresa tra i 6 e i 14 anni. Gli incontri sono stati sei, della durata di due ore ciascuno. A condurre i laboratori benessere intitolati "Danza,

cuore e mente" è stata Suhaee Abro, danzatrice e attrice originaria del Pakistan. Suhaee è una performing artist e si è esibita in Pakistan, India, Cina, Regno Unito, Irlanda del Nord, Nepal, Grecia, Germania e Italia. Parallelamente all'attività da danzatrice, ha una carriera da attrice che l'ha vista coinvolta in diverse produzioni pakistane e internazionali.

La sua arte e il suo stile sono stati lo spunto chiave per i laboratori emozionali destinati ai ragazzi dello Spazio minori e famiglie tenuti dal Mosaico Servizi di Lodi. «I

percorsi ipotizzati erano due - spiega l'organizzatrice, Veronica Dattilo - . Uno era indirizzato ai più piccoli, tra i 6 e i 10 anni, l'altro era pensato per i ragazzi dagli 11 ai 15 anni. Entrambi i gruppi hanno partecipato con entusiasmo e si sono

lasciati coinvolgere dall'attività proposta». "Danza, cuore e mente" è un metodo di meditazione ed esplorazione di sé attraverso il movimento. «Guidati dalla danzatrice, i ragazzi hanno provato a mettersi in contatto con loro stessi, grazie alla meditazione e movimento, attraverso il quale hanno esplorato l'ascolto di sé e dell'altro - aggiunge l'educatrice - . Il lavoro proposto è stato sia singolo che di gruppo». Un'esperienza di arricchimento e benessere, come dimostrano i commenti dei protagonisti. ■



Suhaee Abro, danzatrice e attrice



Peso:23%