

TEAM BUILDING
L'ARTE DI
FAR
SQUADRA





DURATA: 1.30 / 2H
LUOGO: Atelier Villa dei Cedri, Bellinzona
N°PARTECIPANTI: fino a 20 persone
Evento condotto da Federica Dubbini, artista e arte terapeuta e mediatrice culturale
COSTO: CHF 300.- + materiale per persona (CHF 20.- su fogli CHF 30.- su tela) <i>Possibilità di organizzare un aperitivo</i>

DESCRIZIONE

Essere **creativi** è un'attitudine comune a tutti noi che ci consente di vedere il mondo con occhi nuovi ogni volta che la mettiamo in atto, con noi stessi e nella relazione con gli altri. L'uso di strumenti e di linguaggi dell'arte favorisce la connessione con la parte creativa di noi stessi, quella libera da schemi e condizionamenti, che ci rende capaci di **sperimentare**, stupirci, **divertirci**, lasciando da parte i pensieri della vita quotidiana e permettendo di immergerci totalmente nel piacere del fare e del **condividere** con gli altri.

In questo senso, i laboratori concepiti e proposti **sono aperti a tutti**. La scelta di lavorare con materiali artistici ha lo scopo di creare momenti di **relazione** insoliti, fuori dagli schemi, in cui poter conoscere sé stessi e gli altri sotto una veste del tutto nuova. Si utilizzeranno materiali di vario tipo, dalla pittura all'acquerello, al collage di fotografie, fino alle parole. Ogni tecnica verrà brevemente spiegata lasciando poi liberi i partecipanti di sperimentare, anche in modi alternativi, i materiali proposti. L'idea è di creare un'immagine, cimentandosi con linguaggi nuovi, per poi mettere in condivisione quanto elaborato in un momento di scambio in gruppo.

OBIETTIVI

- esplorare linguaggi inconsueti
- uscire dalla propria zona di comfort
- creare una dimensione di interazione giocosa, informale e creativa
- esprimersi e conoscersi attraverso l'uso di strumenti artistici

BENEFICI

- rafforzare la capacità di trovare strategie creative
- creazione di momenti di relazione insoliti, fuori dagli schemi
- ridurre livelli di stress e tensione tra i partecipanti venutisi a creare nell'ambito lavorativo
- sviluppare la propria immaginazione e fantasia in un contesto senza giudizio
- vivere un momento di benessere, di pausa, di ascolto, rallentando la frenesia del vivere quotidiano