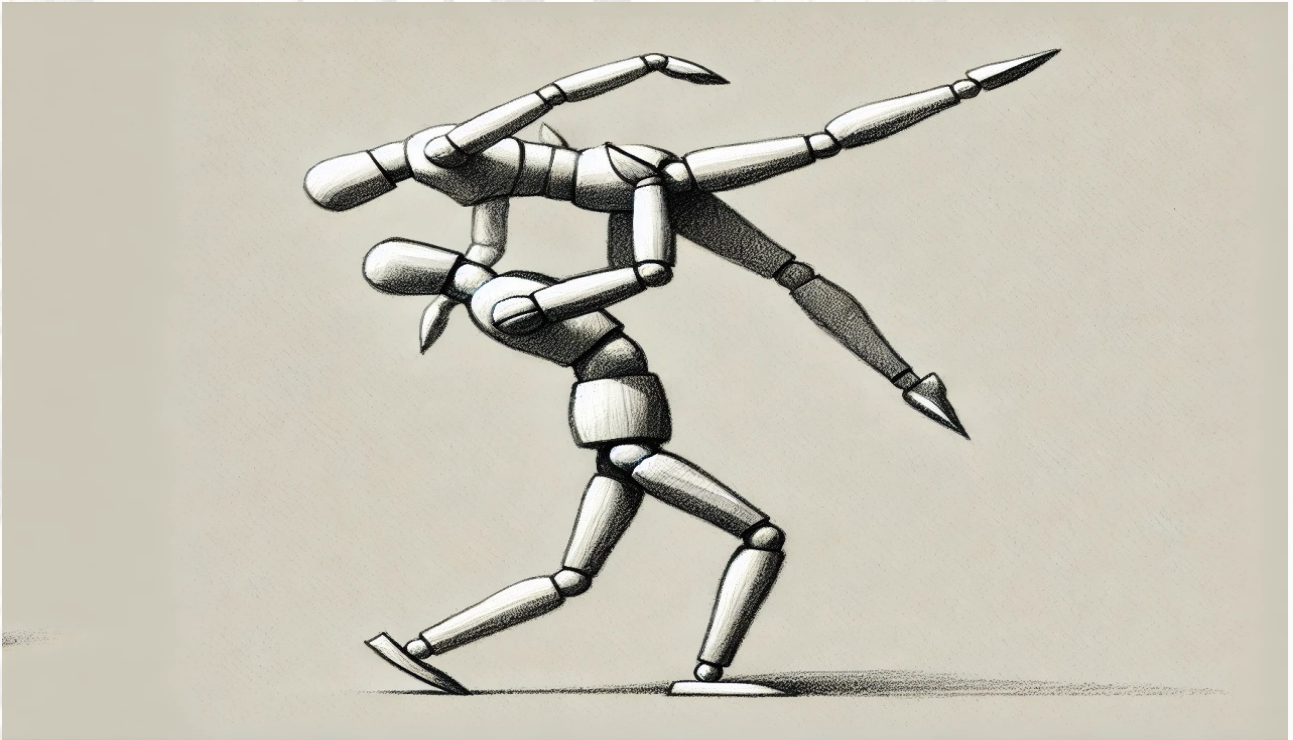


MUGAK ETA ZAINZA: Adostasuna arlo fisikotik



**"Askatasuna eta erantzukizuna txanpon beraren bi aldeak dira,
eta elkarrekin bakarrik goza daitezke. "
Eleanor Roosevelt**

Deskribapena:

"Mugak eta zaintza: adostasuna arlo fisikotik" tailerra onespeneren gaiari buruzko hausnarketa eta esploraziorako gunea da.

Kontakt dantzatik lan egiten dugu ideia horiek eguneroko bizitzara eramateko. Tailerrean honako galdera hauek landuko dira: Zeintzuk dira nire mugak eta nola komunikatzen ditut? Nola hobetu dezaket nire entzumena? Zein da nire ardura nire ingurua zaintzeari eta zaintzeari dagokionez? Nola ulertzen dut baimena?

Dinamika eta ariketa artistiko praktikoaren bidez, entzuteko, komunikatzeko eta norberaren eta taldearen mugak errespetatzeko modu desberdinekin esperimentatzeko aukera izango dugu. Harremani buruzko kontzientzia hartzea eta gogoeta sakona egitea bilatzen dugu.

Helburuak:

- Dinamika eta ariketa praktikoekin esperimentatzea, besteekiko entzumena eta komunikazioa hobetzeko.
 - Espazio segurua eta errespetuzkoa sortzea ideiak eta esperientziak trukatzeko.
 - Onespeneren kontzeptuari eta hainbat eremutan duen garrantziari buruz hausnartzea.
 - Eguneroko bizitzan baimena emateko hainbat praktika eta tresna aztertzea.
- Hartzaileak:

Tailerra baimenaren eta komunikazioaren gaien interesa duen edonori zuzenduta dago, bere adina edo aurretiko esperientzia kontuan hartu gabe.

Metodologia eta iraupena:

2 orduko saioa proposatzen da. Hainbat saiotan egiteko aukera ere ematen da, jarraipena egiteko eta aplikazio praktikoa ikusteko.

Emailerak: IÑAKI SANTOS

Haur Hezkuntzako (EHU) maisua, UOCeko Arte, Kultura eta Literatura Garaikidean masterra duena.

Adin guztietako taldeekin dinamikak zuzendu ditu Kontadores Gaztelekuan, San Telmo bezalako museoetan eta Break a leg (arte inklusiboa) edo Ehundurak (dantza) bezalako tailerretan.

Donostiako Harreman Anarkiako taldean sortzaileetako bat eta dinamizatzailea da, harreman afektiboetan dauden aukerak ikertzen eta aztertzen ditu.



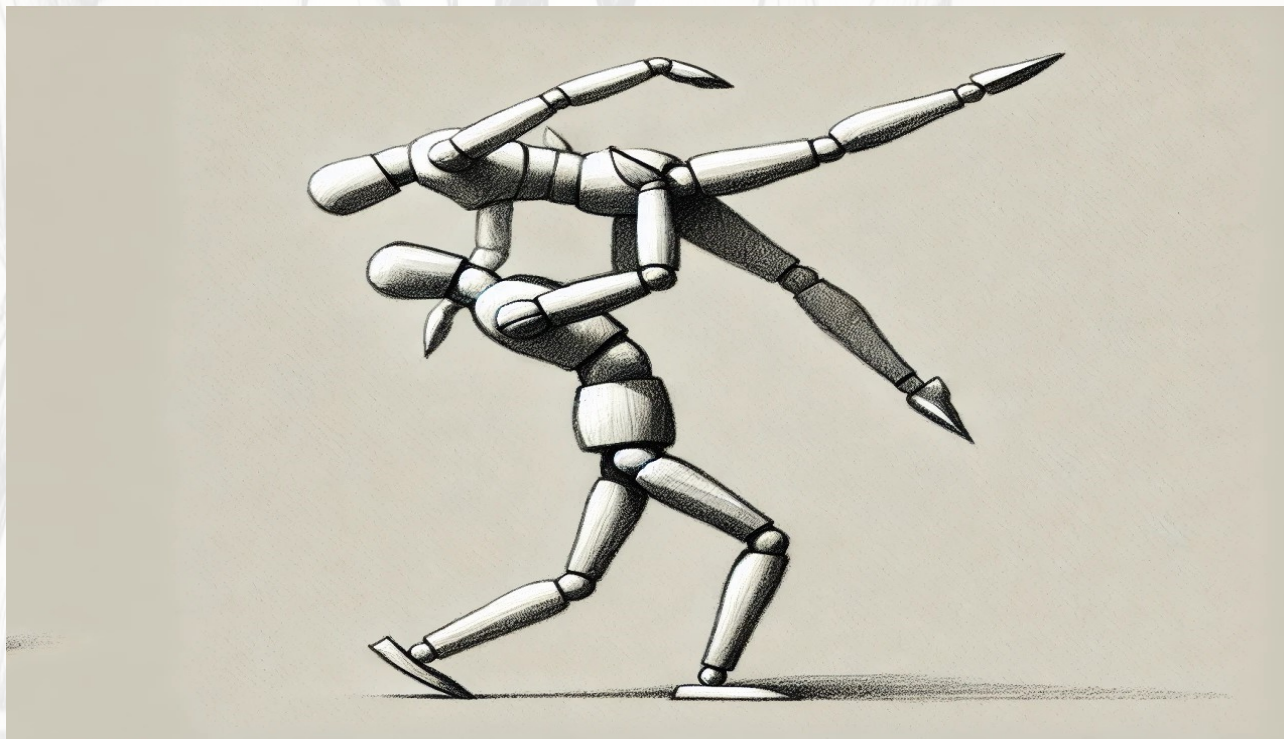
Antzerkian, Ipuin Kantalariak, Bazen Behin Clown, Intujai, Ganso & Cia eta Pollo Rosa Antzerkia bezalako taldeekin aritu da. Azken urteotan, Gipuzkoako Foru Aldundiaren bitartez, Kultur Eskola programan parte hartzen du. Bertan, generoaren eta sexualitatearen inguruko tailerra egiten du bigarren hezkuntzan.

www.talleres.inakisantos.com

inaki.santos@gmail.com

+34 652 74 86 76

LÍMITES Y ESCUCHA: El consentimiento desde lo físico



**"La libertad y la responsabilidad son dos caras de la misma moneda,
y sólo se pueden disfrutar juntas."
Eleanor Roosevelt**

Descripción:

El taller "Límites y escucha: el consentimiento desde lo físico" es un espacio de reflexión y exploración sobre el tema del consentimiento.

Trabajamos desde la danza contact para llevar estas ideas a la vida cotidiana. Durante el taller, se abordarán preguntas como: ¿Cuáles son mis límites y cómo los comunico? ¿Cómo puedo mejorar mi escucha? ¿Cuál es mi responsabilidad en cuanto a mi cuidado y el cuidado a mi entorno? ¿Cómo entiendo el consentimiento?

A través de dinámicas y ejercicios artísticos prácticos, tendremos la oportunidad de experimentar con distintas formas de escucha, comunicación y respeto de los límites propios y del grupo. Buscamos una toma de consciencia y reflexión profunda sobre cómo nos relacionamos.

Objetivos:

- Experimentar con dinámicas y ejercicios prácticos para mejorar la escucha y la comunicación con los demás.
- Generar un espacio seguro y respetuoso para el intercambio de ideas y experiencias.
- Reflexionar sobre el concepto de consentimiento y su importancia en diferentes ámbitos.
- Explorar diferentes prácticas y herramientas para practicar el consentimiento en la vida cotidiana.

Destinatarios:

El taller está dirigido a cualquier persona interesada en el tema del consentimiento y la comunicación, sin importar su edad o experiencia previa.

Metodología y duración:

Se propone una sesión de 2 horas. También se ofrece la posibilidad de hacerlo en varias sesiones para darle seguimiento y ver su aplicación práctica.

Imparte: IÑAKI SANTOS

Maestro en Educación Infantil (EHU) con master en Arte, Cultura y Literatura Contemporáneas por la UOC.

Ha dirigido dinámicas con grupos de todas las edades en el Gazteleku Kontadores, museos como San Telmo o talleres como Break a leg (arte inclusivo) o Ehundurak (danza).

Es cofundador y dinamizador en el grupo de Donostia de Anarquía Relacional desde donde se investigan y exploran las diferentes posibilidades en las relaciones afectivas.

Desde el teatro ha trabajado en el campo educativo con grupos como Ipuin Kantalariak, Bazen Behin Clown, Intujai, Ganso & Cia y Pollo Rosa Antzerkia. En los últimos años, participa a través de la Diputación de Gipuzkoa en el programa Kultur Eskola donde realiza un taller en secundaria sobre género y sexualidad.



www.talleres.iñakisantos.com

inaki.santos@gmail.com

+34 652 74 86 76