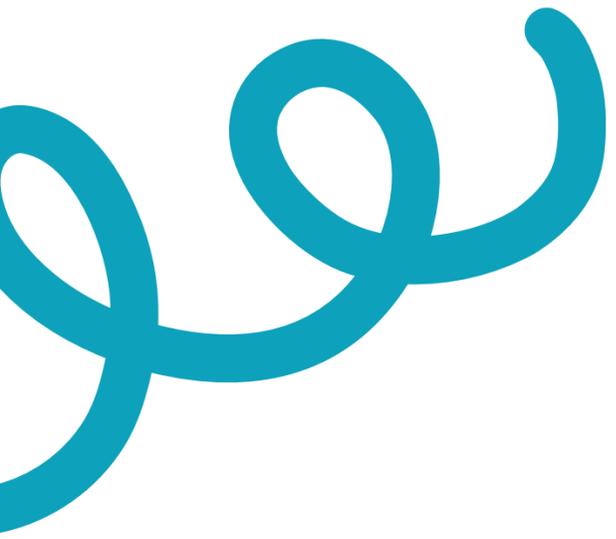




‘Moviendo memorias’

Una propuesta de taller creativo y experiencial impulsada por la Compañía La Imbuición.





Introducción

Desde Cía. La Imbuición lanzamos un taller experiencial y creativo que nace desde un interés por conocer la realidad cotidiana de las personas de avanzada edad.

Las creadoras de esta iniciativa, Raquel Lao y Alejandra Ruiz de Alda, son dos jóvenes sevillanas con curiosidad por escuchar las experiencias de otras personas para usarlo como motor creativo de sus proyectos artísticos.



El taller "Moviendo Memorias" es una experiencia creativa dirigida a personas mayores, en la que se entrelazan la narración de sus historias y recuerdos personales con el movimiento y la expresión corporal.

El objetivo principal es rescatar la memoria oral y el patrimonio cultural de las personas mayores, transformando esos relatos en un lenguaje corporal que fomente la creatividad, la actividad física y el bienestar emocional.

[LINK A VÍDEO DEL PROYECTO](#)

Índice general

- 1 INTRODUCCIÓN
- 2 OBJETIVOS
- 3 EL EQUIPO
- 4 METODOLOGÍA
- 5 METODOLOGÍA
- 6 EVALUACIÓN
- 7 PLANIFICACIÓN GENERAL
- 8 PÚBLICO OBJETIVO
- 9 BENEFICIOS
- 10 DIFUSIÓN Y COMUNICACIÓN
- 11 PRESUPUESTO
- 12 CONCLUSIONES
- 13 CONTACTO



Objetivos principales



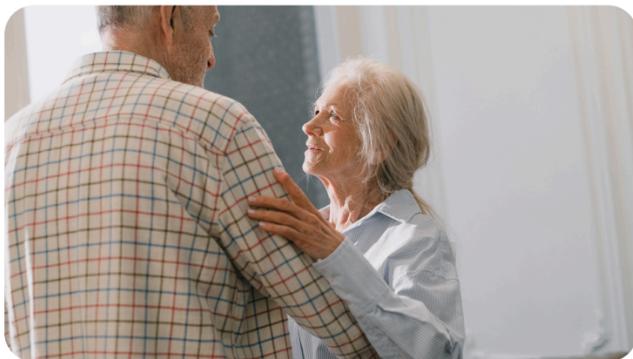
Preservar la memoria

Recolectar testimonios y recuerdos valiosos de los participantes, creando un archivo narrativo que honre su pasado y sus experiencias de vida.



Convivencia

Fomentar la apertura de nuevos espacios colectivos para la convivencia intergeneracional y así promover la escucha activa de experiencias entre jóvenes y mayores.



Expresión corporal

Explorar a través del movimiento, nuevas formas de expresarse y de revivir emociones ligadas a las memorias de los participantes.



Mediación

Aportar valor al acto de documentar la realidad cotidiana mediante recuerdos y vivencias. Como asociación cultural, mediamos para que la conservación del legado en las siguientes generaciones sea posible.



Bienestar físico y emocional

Promover la mejora de la salud física y mental de los mayores mediante la actividad física suave, trabajando la flexibilidad, la coordinación y la relajación.



Obra final

Elaborar un montaje audiovisual o escénico que integre los testimonios recogidos y las coreografías creadas durante el taller, que podrá presentarse a la comunidad local o a familiares.

El equipo



Raquel Lao

Coordinadora pedagógica

Graduada en Pedagogía (Universidad de Sevilla) y Máster en Educación Ambiental (Universidad Pablo de Olavide)
Bailarina profesional, músico y codirectora de Cía. La Imbuición.



Alejandra Ruiz de Alda

Dirección artística

Graduada en Danza (CPD Antonio Ruiz Soler) y RRII y Ciencias Políticas (The Open University).
Bailarina profesional y codirectora de Cía. La Imbuición.



Equipo de comunicación

Audiovisuales/marketing digital

Conjunto de personal encargado de la documentación audiovisual del proyecto y de las RRSS del mismo.

Raquel Lao



Tras recibir clases de danza en varias escuelas de Sevilla, decide buscar su propio camino autodidacta iniciándose como artista de calle en 2016 con sus propias performance de danza. Desde ese momento, comienza a combinar el arte de calle con creaciones propias para eventos como las Galas de Premios Andalucía de Turismo (2021) y de Deporte (2022). Paralelamente, inicia su carrera musical como batería y entrelaza la danza con la música en proyectos como "Pioneras del Rock Sevillano" (2022) y "Corea" (2022) junto a Carlota Berzal y Montse Rueda, o el grupo de música "Amphetamine Discharge" (2024) que puso banda sonora a la película de Amenábar "Abre los ojos". En 2020 se gradúa en Pedagogía por la Universidad de Sevilla y comienza un máster de Educación Ambiental en la Universidad Pablo de Olavide, y comienza su camino como docente de expresión corporal y batería para niños y niñas con todo tipo de capacidades en centros como CEIP José María del Campo, Espacio Vacío o Asociación SYC

En 2024, decide emprender junto a Alejandra Ruiz de Alda y funda la compañía de danza y asociación cultural La Imbuición.

'Buscar puentes de convergencias entre el "ser artístico" y el "ser persona" es infinito e insaciable, con muchas similitudes y al mismo tiempo con muchas diferencias. Esto mantiene viva mi curiosidad por explorar cuestiones tan sencillas como trascendentales a partir de la multidisciplinariedad más honesta que aúne danza, música y cualquier otra disciplina a explorar. Combinar mi perspectiva con la de Alejandra, amiga y compañera a la que admiro y de la que aprendo profundamente, nos permite combinar nuestras raíces tan distintas y complementarias. La música siempre presente, el movimiento siempre latente y nuestra persona nunca ausente.'

Alejandra Ruiz de Alda



En 2018 se gradúa en Danza Clásica en el CPD Antonio Ruiz Soler. Prosigue su formación profesional en el Centro de Danza de Segovia con Natalia Tapia del Brío y Yevgen Uzlenkov. En 2019 comienza a trabajar como bailarina del cuerpo de baile de la compañía Ballet Theater UK (Inglaterra), haciendo giras de Giselle y El Mago de Oz por todo el Reino Unido durante dos años. En 2022 decide ser bailarina freelance con sede en Sevilla, su ciudad natal. Desde entonces es maestra de ballet a tiempo parcial en la escuela Siente el Ritmo y en la federación del Club de Gimnasia Rítmica Azahar. En 2023 obtiene un rol principal en el espectáculo 'Hamvito' de Juan Dolores Caballero, estrenado en el Festival Internacional de Danza de Itálica. En 2024 emprende junto a Raquel Lao y crea su propia compañía de danza y asociación cultural 'La Imbuición'. Desde entonces imparte clases de danza contemporánea para estudiantes pre-profesionales en la escuela AL Ballet (Huelva). También se gradúa con el doble grado de Relaciones Internacionales y Ciencias Políticas por The Open University.

'Para mí la creación es una forma de vida permanente. Trabajar de intérprete para otros creadores no saciaba mi continua sed de exploración o mis deseos de unir danza y sociedad, danza y reivindicación, creación y consciencia social. La danza no tiene unos parámetros definidos para ser comprendida y para que cale a las personas. Me gusta seguir mi instinto y mis pulsiones para desarrollar mis ideas, especialmente en colaboración con profesionales de otros ámbitos. Poder entrelazar mi visión con la de Raquel, artista y amiga a la que admiro, expande las posibilidades de creación y desarrollo de propuestas a un nivel que me excita'



Metodología

FASE 1

Sesiones de Recogida de Testimonios

- Durante las primeras sesiones, se crearán espacios de diálogo en los que los participantes compartirán sus recuerdos personales (infancia, juventud, momentos significativos, etc.).
- Estos relatos se documentarán a través de grabaciones de audio y/o transcripciones, con el consentimiento de los participantes.
- Se prestará especial atención a experiencias vinculadas a sensaciones corporales, movimientos o bailes de su pasado.



FASE 2

Taller de Movimiento

- Guiado por Cía. la Imbuición, se invitará a los participantes a convertir esos recuerdos en movimientos.
- Se utilizarán técnicas de movimiento suave, adaptadas a las capacidades físicas de cada persona, con el fin de que cada participante pueda expresar sus historias a través del cuerpo.
- Algunas dinámicas incluirán trabajar en parejas o en pequeños grupos, fomentando la interacción y la colaboración.

Metodología

FASE 3

Creación colectiva

- A medida que avancen las sesiones, se irán construyendo pequeñas escenas inspiradas en los relatos de los participantes. Se usarán todos los recursos que se tengan al alcance con la intención de que los participantes puedan expresarse libremente. Durante todo el proceso tendrán el asesoramiento y acompañamiento de Cía. La Imbuición.
- Las grabaciones de los testimonios se utilizarán como parte del fondo sonoro para las creaciones, entrelazando la palabra con el movimiento.

FASE 4

Obra final

- El taller culmina con un espectáculo, una colectiva en la que los participantes representan las escenas creadas y ensayadas previamente.
- El evento final podrá abrirse al público, ya sea en formato íntimo para familiares y amigos, o como una presentación comunitaria.



Evaluación

Buscamos impulsar una actividad cultural que parte del acercamiento a las personas y la escucha de sus realidades. Contribuye y enriquece así al entorno sociocultural dando valor a las personas que lo conforman y favoreciendo la cohesión social a través de la comprensión.

Existe un interés por conocer la experiencia personal de los participantes una vez finalizado el taller, puesto que sus vidas y memorias son el motor de esta iniciativa.

Para conocer la valoración de los participantes tras su paso por "Memorias en movimiento", se aplicarán diversos instrumentos de evaluación enfocándonos en las siguientes áreas.



1

Sentido de pertenencia

¿Has sentido que tu historia personal ha cobrado un valor e interés especial? ¿Qué formas nuevas han adoptado tus recuerdos?

2

Impacto de la expresión corporal

¿Has descubierto maneras de expresarte a través del movimiento y el arte? ¿Ha cambiado la percepción de ti mismo/a con respecto a las posibilidades de tu cuerpo?

3

Bienestar colectivo

¿Cómo de acogido/a te has sentido en el grupo? ¿Qué ha supuesto para ti acercar tus recuerdos a otras personas y escuchar los suyos?

4

Conservación del legado

¿Qué te ha generado saber que las nuevas generaciones se interesan por tu historia? ¿Qué crees que aporta "Memorias en movimiento" a nivel social, cultural y personal?



Público objetivo

Requisitos de participación

1

Edad

Personas mayores de 60 años que deseen participar en una actividad que combine memoria y movimiento.

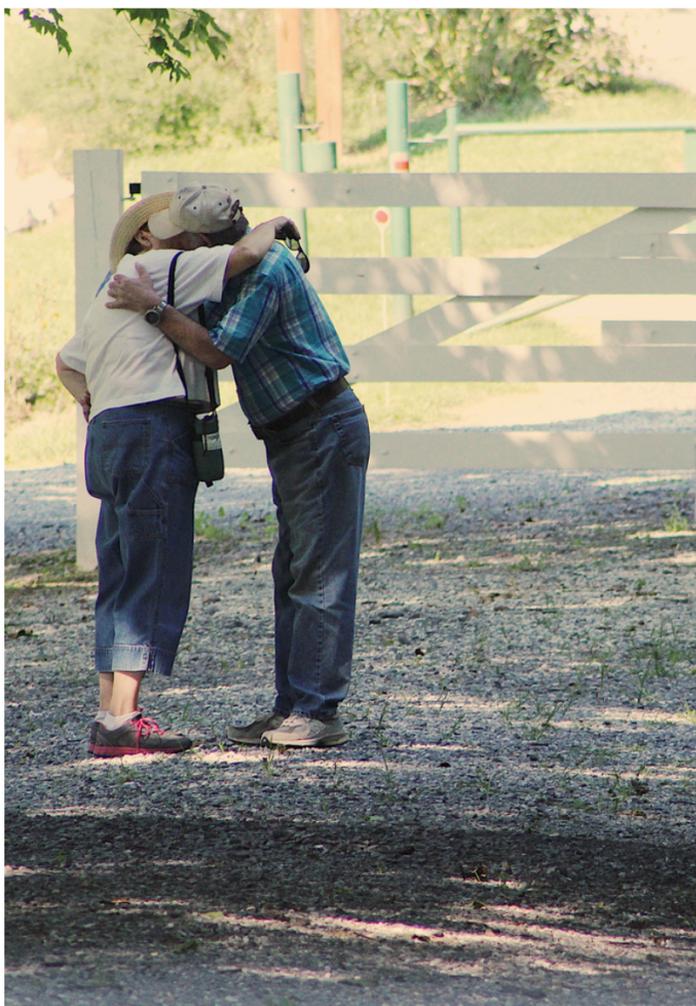
2

Conocimiento

No se requiere experiencia previa en danza o teatro, solo la disposición para compartir historias y explorar nuevas formas de moverse.



Beneficios para los participantes



Pertenencia

Reforzar el sentido de identidad y pertenencia mediante la preservación de sus historias de vida.



Creatividad y movimiento

Estimular la creatividad y la expresión personal a través del cuerpo. Mejorar el bienestar físico con una actividad suave y adaptada a sus necesidades.



Socialización y aprendizaje

Fomentar la socialización y el fortalecimiento de vínculos con otros participantes. Aprendizaje en grupo sobre expresión y recursos artísticos.



Legado

Dejar un legado cultural y emocional a las futuras generaciones, compartiendo sus memorias y formas de ver el mundo a través de la obra final.



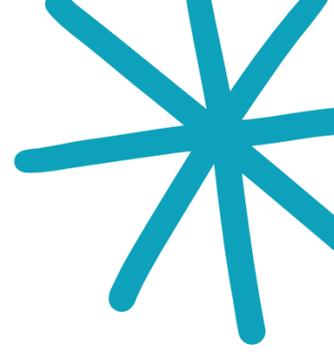
Difusión y comunicación

Uno de los objetivos principales de 'Moviendo Memorias' es hacer una mediación social entre personas mayores y jóvenes, difundiendo historias, recuerdos y formas de ver el mundo, como recurso para la **cohesión social**.

Todas las actividades se realizarán en grupo y se fomentarán también encuentros entre personas de distinta edad, pero hemos querido dar un paso más en la transmisión de los resultados del proyecto, creando un perfil específico en redes sociales para 'Moviendo Memorias', especialmente para **crear contenido que llegue a los más jóvenes**.

EJEMPLOS DE CONTENIDO:

- Entrevistas personales de los participantes compartiendo sus anécdotas.
- Fotos y videos de todas las etapas del taller para que se entienda su progreso
- Reflexiones para sensibilizar a la población de la importancia de la escucha como método de conexión
- Fomentar el uso cercano y humano de las redes sociales mostrando la parte más cotidiana de la vida de las personas
- Muestra de los proyectos artísticos que se van creando en el taller (murales, performances, videos, lecturas, bailes, etc)



Presupuesto general



Nº general participantes: 15

Horas por sesión: 2

Nº ideal sesiones semanales: 2 (4h)

Se propone un total de 16 sesiones para cumplir los objetivos de cada fase de forma adecuada y eficiente. La duración total sería de 2 meses.

Las directoras asisten a la totalidad de las sesiones, y el equipo audiovisual asiste a la mitad de las mismas.

Se calcula un presupuesto adicional de unos 100€ en materiales y atrezzo para la obra final.

El presupuesto general de este planteamiento es 4000€.

FASE 1



Recogida de testimonios

4 sesiones (8h)

FASE 2



Taller movimiento

4 sesiones (8h)

FASE 3



Creación y ensayos

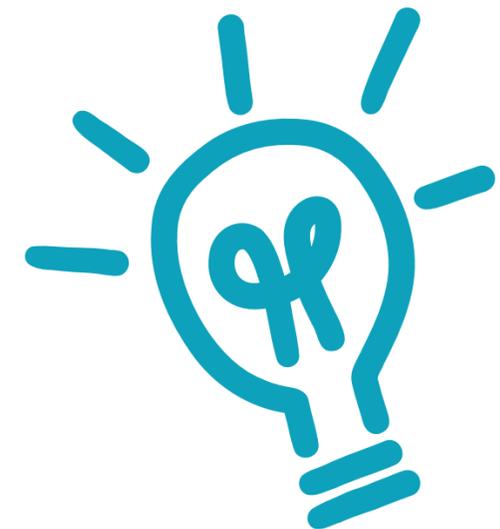
6-8 sesiones (12-16h)

FASE 4



Obra final

1 sesión (muestra)





Conclusión

"Moviendo Memorias" es una propuesta que combina la riqueza de la experiencia de vida de las personas mayores con el poder transformador del arte y el movimiento. A través de este proceso, los participantes no solo compartirán sus historias, sino que también las vivirán de nuevo a través de su cuerpo, creando un producto que inmortalizará su legado en una forma artística y profunda.





¡Gracias!

¿Tienes alguna pregunta?
Escríbenos.

Email

LAIMBUICION@GMAIL.COM

Teléfonos

605 43 56 56 / 649 27 47 54