

XIX Jornades d'Expressió Artística 2026 **"Aventura estival"**

Introducció al projecte:

Com veníem fent cada any, us proposem retrobar-nos en un espai creatiu, on els usuaris podran experimentar amb diferents eines artístiques i generar una història conjuntament, en un àmbit lúdic, relaxant i enriquidor. Una trobada que no només proporciona una vivència estètica de qualitat, però que també fomenta relacions interpersonals, anima a la comunicació, a la col·laboració, a l'aventura d'experimentació amb l'art, a utilitzar la imaginació. Sempre cuidem el benestar dels participants, els fem treballar en equip, però també busquem que cadascú pugui posar en marxa un procés personal, on poder reafirmar-se en la seva individualitat a través de la creació.

La idea és, a través dels mitjans simples, crear un espai màgic, on els participants puguin viure una aventura on a la vegada són els autors i els receptors de l'experiència. Els involucrarem en una aventura grata i agradable, a la vegada que estimulants.

Aquest any el tema de la nostra trobada serà **Aventura estival**. A l'hora de dur a terme les activitats fora important comptar amb la participació activa d'1 o 2 monitors (segons el volum del grup). També es preveu la col·laboració del col·lectiu de voluntariat del CET, segons disponibilitat.

Tallerista:

Dominika Dittwald, artterapeuta transdisciplinària

email: domidittwald@gmail.com

FB/IG HagaArte

web: www.hagaarte.site

Estructura del taller:

És una seqüència de 3 sessions de duració de 2 hores cada una, connectades entre elles. Dates proposades:

Grup A: dilluns, 6, 13, 20 de juliol

Grup B: dimecres, 1, 8, 15 de juliol

Grup C: divendres, 3, 10, 17 de juliol

Horari: 10,30 a 12,30 hores.

Inscripció: Data límit dimarts 23 de juny enviant el full d'inscripció corresponent a msanguesa@cetarragones.cat

El nombre màxim de participants per taller es de 15 persones.

A la inscripció cada centre indicarà el seu/s dia/es de preferència.

Es podran adjuntar diferents centres, segons capacitat.



Aconsellem que, si un centre li és indistint el dia, facilitarà la combinació de la distribució de tots els centres restants.

Cost: El cost total de les 3 sessions per grup és de entre **256,20€ i 287,40€, segons el desplaçament tipus a la seu de Tarragona**. En el cas que s'apliqui desplaçament d'altra localitat de Tarragona, es readaptarà i s'informarà oportunament a la seu corresponent.

Aquest cost, serà facturat íntegrament al consell esportiu que, posteriorment, ho repercutirà als centres inscrits, segons la participació de cadascun i pressupost final. En aquest sentit, seria necessari també la tramitació del full d'inscripció general que us facilitarem, una vegada tramitada la inscripció, amb constatació de les dades per a procedir a la seva facturació posterior.

Seu: L'activitat es podrà realitzar a la seu del centre o taller sol·licitant, si té un grup propi o, si s'ha de compartir grup, es pot oferir la seu del Consell Esportiu del Tarragonès, o la que es pugui consensuar entre els tallers implicats.

Materials:

Papers, pintures, teles, branques, fulles seques, campanetes, objectes sonors, dispositius per gravar àudio/vídeo. Els materials els portarà la tallerista.

Contingut:

Sessió 1: El misteri del mapa perdut

- Benvinguda i escalfament corporal adaptat a les capacitats de cada participant.
- Exploració sensorial a través de diferents estímuls relacionats amb l'estiu:
 - Textures (sorra, petxines, teles suaus, fulles, pedres polides).
 - Aromes (coco, llimona, herbes aromàtiques, mar).
 - Sons (ones, gavines, vent, grills, tempestes d'estiu).
- A partir d'aquests estímuls, creem una història col·lectiva. La persona dinamitzadora anirà guiant el relat mitjançant preguntes senzilles:
 - On comença la nostra aventura?
 - Qui viatja amb nosaltres?
 - Què descobrim pel camí?
 - Quin repte ens trobem?
 - Quin tresor o sorpresa ens espera al final?
- Tancament de la sessió compartint els personatges, els espais i els moments més importants que han sorgit durant la creació de la història.

Sessió 2: Els sons de l'illa misteriosa

- Activació corporal i recordatori de la història creada a la sessió anterior.



- Escolta de diferents sons i exploració lliure d'instruments senzills: maraques, panderetes, cascavells, pals de pluja, tambors suaus, campanetes, etc.
- Identificació dels moments clau de la història:
 - La sortida del viatge.
 - L'exploració.
 - La trobada amb personatges o animals.
 - La tempesta o el desafiament.
 - La celebració final.
- Creació col·lectiva de la banda sonora de l'aventura, assignant sons i instruments a cada escena.
- Assaig de la història incorporant els acompanyaments sonors creats pel grup.
- Gravació d'alguns fragments sonors per utilitzar-los a la sessió final.

Sessió 3: Teatre sota el sol

- Escalfament corporal i repàs de la història i dels sons creats durant les sessions anteriors.
- Preparació d'una representació senzilla utilitzant moviment, expressió corporal i els elements sonors creats pel grup.
- Representació col·lectiva d'una «aventura estival», acompanyada per la banda sonora elaborada pels participants.
- Gravació en vídeo de la representació final.
- Visionat d'alguns fragments i celebració de la feina realitzada.
- Comiat fins a la propera aventura.

Ens acomiadem fins a la següent jornada!