

Arte Autocuidado Y NATURALEZA

estar en sintonía...

2017

PROPUESTA

Nos proponemos este año ofrecer un campamento para adultos orientado a generar espacios de creación en la naturaleza, potenciar la conciencia y el trabajo personal y favorecer una mayor comprensión y gestión del autocuidado, todo ello en un ambiente rural, en contacto con la naturaleza, disfrutando de la belleza del entorno, del descanso y de una alimentación sana y cuidada.

CONTENIDOS

Día 1: Encuentro. ¿Cómo me muestro?

Mañana. Llegada y bienvenida.

Tarde. Arte y Gestalt. Taller de creación pictórica y audiovisual.

Contacto y Movimiento expresivo.

Noche. Velada y barbacoa.

Día 2: Recursos personales y Autoapoyo.

Mañana. Pantano. Multiaventuras Acuáticas: Piraguas, padel surf, contrucción de balsas.

Tarde. Arte y Gestalt. Taller: mi árbol, mi mundo.

Meditación y escritura libre: "Palabras que amarra el viento".

Noche. Velada: Encuentro de artistas.

Día 3: Sintiendo la Tierra. La voz de la Naturaleza.

Mañana. Senderismo acuático. La Garganta Verde.

Paseo perceptivo y escucha sensorial.

Tarde. Land Art: "La creación del nido". Ronda grupal.

Noche. Libre.

Día 4: Expresión emocional. Un universo dentro de tí.

Mañana. Fotografía Social. Retratos e intervención en el pueblo.

Registrando emociones. "Mi mundo-Tu mundo"

Tarde. Senderismo y Cuevas. Ronda grupal.

Noche. Dormiremos bajo las estrellas.

Arte Autocuidado Y NATURALEZA

estar en sintonía...

2017

CONTENIDOS

Día 5: Trabajo en red. Mi lugar con los otros.

Mañana. Huerto y Cocina creativa. Los colores de la naturaleza.

Tarde. Explorando personajes. Máscaras, teatro e improvisación.

Noche. Cine-forum.

Día 6: Mi cuerpo. Lo que siento y lo que expreso.

Mañana. Talleres de body-art, percusión y movimiento.

Tarde. Preparación de la fiesta de despedida. Disfraces y escenografía.

Noche. Fiesta de despedida. Karaoke y danzas.

Día 7: Balance y Agradecimientos. Despedida.

Mañana. Arte y Gestalt. Taller de cierre: "Geografía de la memoria".

Tarde. Salida después de comer.

ALOJAMIENTO

Nuestras instalaciones están en Algodonales, donde Discovery Aventura tiene su centro de operaciones. Podéis ver sus características en <http://www.discoveryaventura.com>

Es un lugar acogedor, rodeado de jardines y huertas. El trato es familiar y cercano. Tenemos piscina y zonas de sombra.

CONOCIMIENTOS REQUERIDOS

Ninguno

FECHAS

Del 21 al 27 Agosto 2017

Arte Autocuidado Y NATURALEZA

estar en sintonía...

2017

INCLUYE

- Monitores-guías y profesional cualificado para el desarrollo de las actividades.
- Todo el material necesario para el desarrollo de las actividades.
- Gestión de autorizaciones y permisos.
- Seguro de responsabilidad civil/ accidentes.
- Vehículo de apoyo para las actividades.
- Transporte al lugar de realización de las actividades.
- Alojamiento y pensión completa en albergue rural.
- Obsequio de agradecimiento.
- IVA incluido.

DEBES TRAER

- Botas de montaña para las actividades.
- Ropa cómoda deportiva acorde con las actividades que se van a desarrollar.
- Bañador y toalla para las actividades acuáticas.
- Zapatillas y chanclas para mojar.
- Gorra y crema con protección solar y protección labial.
- Saco de dormir y esterilla para dormir en el campo.
- Algún objeto de valor personal.

PRECIOS

- 385 euros.
- Descuento del 15% si realizas tu reserva antes del 1 de Junio.