

moni  
ment

3a JORNADA DE SALUT MENTAL I DANSA  
La Caldera, 29 de novembre de 2024

PARAR ÉS UNA PALABRA

TRAMPOSA

inèrcia

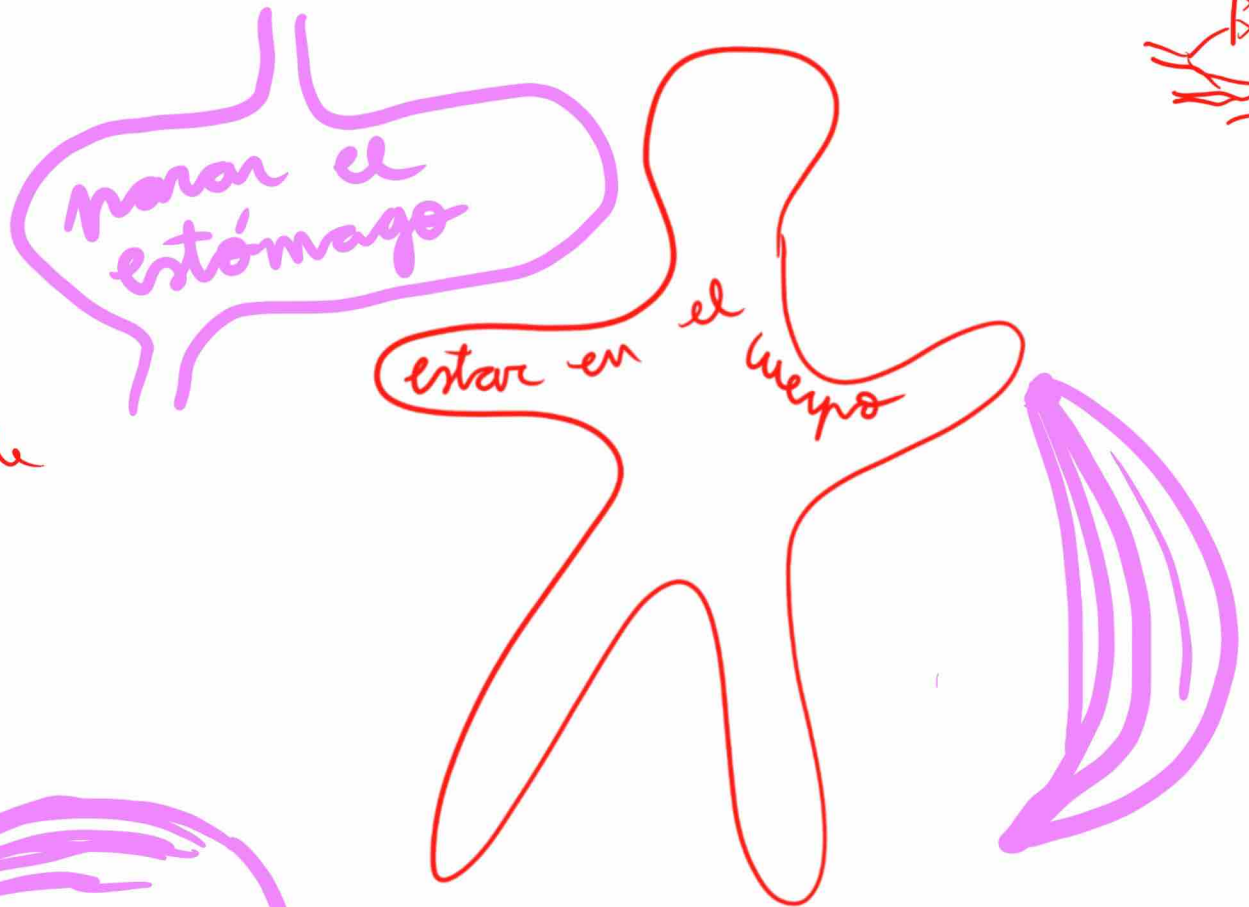
inèrcia

molts anys de meditació

desaccelerar

trobar la calma

no irte a la cochimbamba



~~PARAR~~  
PARAR

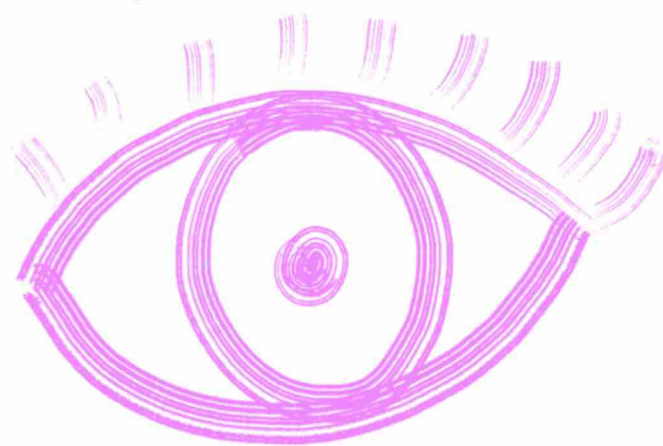
L'ATENCIÓ



Quim epais  
li donem  
a les coses  
que em  
despertem  
curiositat  
i em tenen  
allà, ALLÀ.

PRACTICAR LA

PAUSA



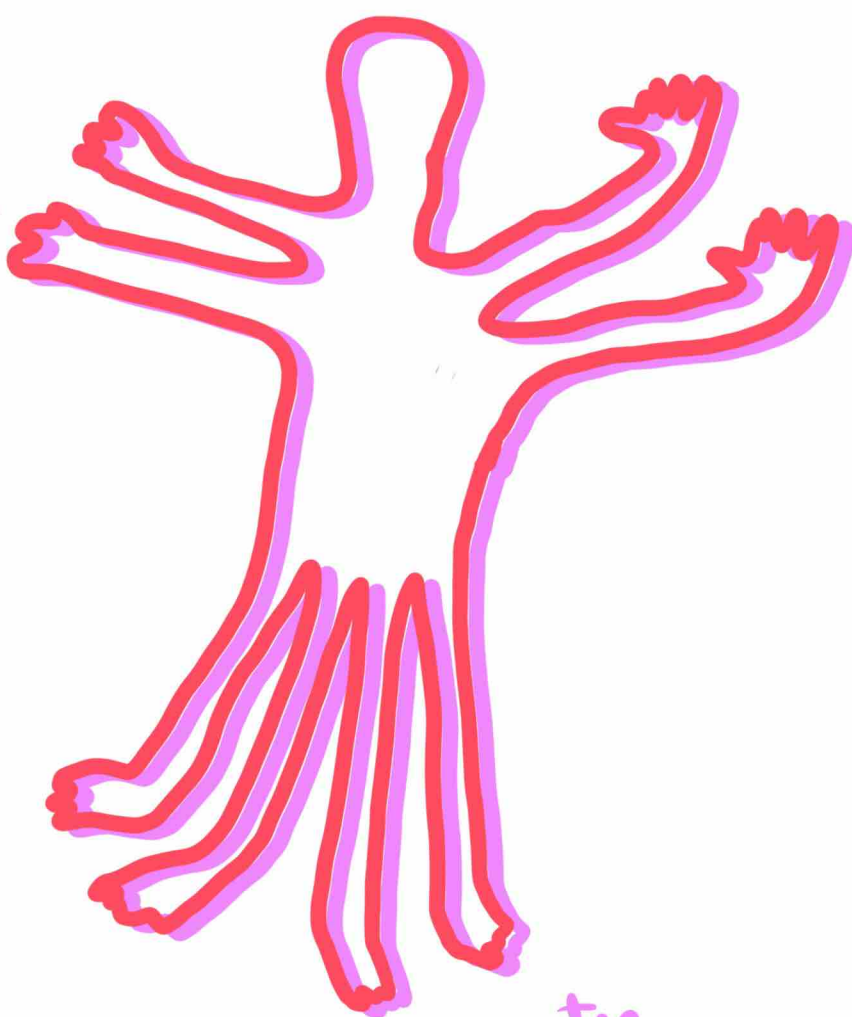
OBRIR LA MIRADA

VINCULADA

AL PLACER

CAMINAR  
JUNTAS,  
UN REGALO

Caminar juntes  
ralentitzar i  
observar

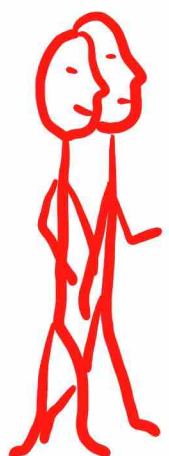


Caminar juntes,  
tenir quatre cames  
i quatre braços

PARAR

REPARAR

DESACCELERAR



Un relat personal, incomplet i parcial, un rastre gràfic de les experiències compartides a la primera jornada de salut mental i dansa organitzada per Grup CHM i La Caldera.

Organitza:

