



SARDEGNA

01_03 SETTEMBRE

ISOLA NUDA FESTIVAL

edizione 2023

ALGHERO _ baia delle ninfe
SASSARI _ porto ferro

NATURA MUSICA DANZA TEATRO

Laboratori &
Performance
Collettive

esplora la tua
ISOLA

nudità facoltativa non obbligatoria

info e iscrizioni

prenotazioni@teatrodiverno.it

www.teatrodiverno.it

FOTO: S. SASSARI/STUDIO





Camminare, inteso come strumento di conoscenza, e su la relazione sottile che lega il corpo al paesaggio che attraversa. [...] Il cammino si configura quindi come un'esperienza percettiva totale, in cui nessuno dei sensi viene trascurato, un "avventurarsi fisicamente nella nudità del mondo"

(D. Le Breton, "Il mondo a piedi").

IMMERSIONI

Un laboratorio nomade che si svolge camminando nella natura, un percorso di esplorazione sensoriale e indagine della percezione nel cangiante palcoscenico naturale attraversato a piedi. Una ricerca artistica sulla compenetrazione tra corpo e paesaggio, emozione, spazio. Diventa indispensabile, come definita metodologia dello stupore, allargare, affinare, scandagliare, temperare il nostro modo di sentire, guardare, toccare, allargare la mappa, fornire nuove coordinate per il sorprendersi, scandagliare le vaste riserve dell'immaginazione, esplorare noi stessi attraverso l'ambiente e viceversa.

Fare esperienza del camminare come nomade fluire della percezione, costante evoluzione della prospettiva, sorgente della creazione, svolgersi di una drammaturgia creata dall'accostamento dei luoghi e dalle mutazioni del paesaggio. Questo l'allenamento poetico che proponiamo. Tra azione e contemplazione, presenza e visione.

È previsto un lavoro specifico su corpo e ascolto, che si sviluppa attraverso un metodo di "traduzione" delle percezioni in azioni e l'elaborazione degli stimoli compositivi che offre lo spazio.

DOVE e COME

02 settembre ore 9:00 | Lago Baratz > Cala Torre Bianca (Porto Ferro _ Sassari)

massimo n. 25 persone, **partecipazione gratuita**

info e adesioni: prenotazioni@teatrodiverno.it

ANCESTRAL DANCE



a cura di Marina Paul _ live music e percussioni Paolo Zuddas

La **trance dance di gruppo** è un lasciarsi andare catartico al ballo, alla musica, alle percussioni dal vivo e alle vibrazioni ad esso connesse.

Si danza bendati e la nudità, in questa esperienza, non è obbligatoria, ognuno fa ciò che sente.

Trae origine dalle pratiche di respirazione utilizzate tutt'ora sul pianeta dalle tribù ancestrali per liberare totalmente il corpo nella danza. È un modo per riconnetterci alla gratitudine spontanea verso la Natura e tutto ciò che è.

La tecnica base, chiamata Respiro del Fuoco, è molto potente nell'approfondire lo stato di coscienza (onde theta).

Per questo è largamente diffusa anche tra gli sportivi, i danzatori professionisti, i praticanti di yoga e arti marziali: per riequilibrare i due emisferi cerebrali e sciogliere le rigidità dovute a sforzo, allenamento o eccesso di controllo.

DOVE e COME

02 settembre ore 18 | Cala Torre Bianca > Porto Ferro (Sassari)

massimo n. 15 persone, **quota di partecipazione € 15**

info e adesioni: prenotazioni@teatrodiverno.it

Metafore del corpo

-performance sul corpo poetico-



*Sul limite del silenzio
della strada mi segue
il corpo che contiene i miei diari.
Oltre via mi affianca, mi cura
come angelo, se da me curato.
Potente veste tramite semovente di vita.
Mi sostiene sul finire e l'inizio della strada,
poi mi sorride perché corpo vivente.
Il corpo che cammina, Marinella Galletti*

-Su isola nuda- Un'isola nuda è un'isola scoperta, dalla quale si è levato un velo. Un'isola scoperta è al contempo un nuovo corpo da ridisegnare sulla propria mappa come territorio inesplorato. Un corpo del quale sappiamo tutto o forse non ancora, che porta in sé ogni vissuto di ieri, ma anche ogni immagine di domani, in un oggi che si sta compiendo e che ci vede muoverci nella casa di carne ed ossa.

Da questo corpo inesplorato raccogliamo simboli e segni, metafore che diventano traccia e parola. Lasciamo germogliare il corpo perché si connetta all'ambiente e in esso si riconosca, e raccogliamo la risposta che scaturisce.

Diamo e raccogliamo come in una intensa e benefica respirazione di sé nel mondo e del mondo in sé.

-Metafore del corpo- è una performance fra arte ed arte terapia condotta da Stefania Lai, artista e arte terapeuta. E' un'azione estemporanea nell'ambiente naturale, in cui un gruppo di persone sarà condotto a lavorare attraverso il segno, sul corpo e non solo, al fluire di parola poetica che resterà nell'ambiente. E' un'azione collettiva di land poetry che raccoglie performance, body painting e arteterapia. Useremo materiali ecocompatibili e degradabili in abbondanza, perchè la nostra azione sia gradita alla Madre che ci ospita, terre naturalmente colorate, tessuti naturali come supporti poetici, carta e carbone. Il gruppo lavorerà fra bosco e mare in dialogo con la musica di Paolo Zuddas e Marcello Peghin alle percussioni e alla chitarra.

La performance è aperta ad un massimo di dodici persone adulte e si svolge in un tempo che va dalle due alle tre ore.

Stefania Lai è artista e arteterapeuta, la sua personale ricerca artistica si rivolge alla relazione fra umano e non umano attraverso land poetry, land art e tecniche miste; in arteterapia si occupa di condurre persone in ambiti differenti, attraverso arte e creatività in percorsi di crescita personale e artistica. www.stefanialai.it

DOVE e COME

03 settembre ore 10 | Pineta Carboni > Spiaggia Baia delle Ninfe (Alghero)

massimo 12 persone | quota di partecipazione € 30

info e adesioni: prenotazioni@teatrodiverno.it

CANTESSENZA

laboratorio di canto
e consapevolezza di sé
per bambini/e e famiglie



Un metodo che è un connubio tra canto e consapevolezza relazionale portando a manifestare a Sé e agli altri la propria Essenza superando la paura dei giudizi e i blocchi psico-emozionale.

Un percorso ludico esperienziale rivolto ai più giovani e alle famiglie sotto a guida esperta di [Maria Chiara Fadda](#), ideatrice del metodo "CantEssenza", psicologa e counselor olistico, specializzata in comunicazione e relazioni interpersonali, musicoterapia e nada yoga. Ha studiato canto alla scuola Birdland e alla Scuola Civica di Musica "Andrea Parodi".

DOVE e COME

03 settembre ore 16 | Pineta Carboni > Spiaggia Baia delle Ninfe (Alghero)

partecipazione gratuita

info e adesioni: prenotazioni@teatrodiverno.it