



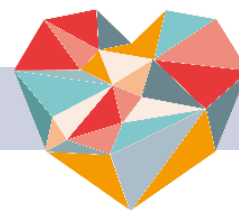
# Usynlig Skønhed

Iker Arrue | Ai Do Project Dance Company



With the support of the  
Erasmus Programme  
of the European Union  
Dementia  
in Cultural Mediation

# Aktiviteten



## Aktivitetsens titel

Invisible Beauty

En serie af kreative seminarer, der bruger moderne dans til at stimulere kognitive reaktioner og erindringer hos mennesker med demens.

Der afvikles tre forskellige typer af aktiviteter:

1. Seminarer:

Seminarerne er projektets hovedaktivitet.

Deltagere: Mennesker med demens.

Inkluderer et for-besøg i foreningen forud for aktiviteten.

2. Bevægelsesværksteder:

Deltagere: Mennesker med demens.

3. Åbne seminarer:

Henvender sig til pårørende til mennesker med demens og den brede offentlighed. Formålet er at øge deltagerens bevidsthed om demenssygdommen.

## Resumé

"Ai Do Project" er et professionelt dansekompani med base i San Sebastian, Spanien. Ud over at skabe og formidle dans og koreografier samarbejder kompagniet med AFAGI (Sammenslutningen af pårørende, venner og mennesker med Alzheimers og andre demenssygsomme i Gipuzkoa) omkring udviklingen af det sociokulturelle projekt *Invisible Beauty*.

Invisible Beauty er en række psyko-stimulerende-kognitive aktiviteter målrettet mennesker med demens, hvor det ultimative mål er at forsinke sygdommens nedbrydende virkninger gennem brug af dans og musik.

Det oprindelige projekt blev udviklet helt specifikt til AFAGIs faciliteter. Efter meget positiv respons fra deltagerne, integrerede man yderligere to elementer i projektet: En moderne danseforestilling tilpasset mennesker med demens og et pædagogisk program rettet mod musik og dansestudierende.

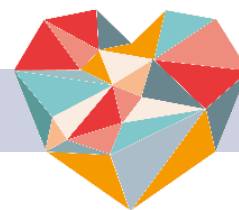
Projektets hovedaktivitet er seminarerne. Aktiviteten kan bedst beskrives som en måde at bruge og udnytte mulighederne i et moderne dansestykke. Seminarerne kombinerer liveopførelse af dansestykker med sekvenser og bevægelsesøvelser, som relaterer sig til de udvalgte genstande, der

bruges i den koreografi, der opføres. Eksempler på genstande kan være briller, bolde, pinde, slagtøjsinstrumenter, træklodser, pilates puder, reb osv.

Hvert seminar er baseret på et specifikt tema (fx klassiske russiske musikkomponister, filmmusik, maleri, skulptur osv.). Deltagerne bliver præsenteret for en række øvelser, musik og aktiviteter, som både kan være relateret til et af de ovenfor nævnte objekter, men også til det udvalgte tema. Målet er at stimulere både den fysiske og følelsesmæssige hukommelse hos deltagerne.

Ud over glæden ved at se et dansestykke, giver oplevelsen af at gengive bevægelser, som var svære i begyndelsen af sessionen, deltagerne en følelse af autonomi. Deltagerne forlader aktiviteten med en positiv følelse, hvilket har en direkte indflydelse på, hvordan deltagerne efterfølgende er i relationerne til deres omgivelser og familiemedlemmer.

# Beskrivelse



## Målgruppen

Projektet er udviklet til AFAGI-medlemmer, som er mennesker med demens i de tidlige stadier af sygdommen.

Projektet er en del af AFAGIs eksisterende programme indenfor psyko-stimulerende-kognitive workshops, som udbydes løbende. Deltagerne tilmelder sig Invisible Beauty på frivillig basis, hvilket betyder, at deres villighed til at deltage i aktiviteterne er høj.

Invisible Beauty seminarer og workshops afvikles for to forskellige grupper af deltagere: en gruppe for mennesker i de tidlige stadier af sygdommen og en gruppe for mennesker i de fremskredne stadier af sygdommen (nedsat mobilitet, begrænsninger med hensyn til forståelse og gengivelse af bevægelse, kørestolsbrug osv.).

Aktiviteten har vist sig at have størst effekt, når den udføres i et danserum (teater, auditorium eller øvelokale). Derfor afvikles aktiviteten i denne type lokale, når det er muligt.

I de tilfælde, hvor der ikke forefindes denne type lokale i nærheden af den organisation der samarbejdes med, tilbyder dansekompaniet gratis buskørsel til deltagerne.

Afstanden til stedet, hvor aktiviteten foregår, må ikke blive en hindring for fremmødet.

Strukturen på Invisible Beauty-seminarerne er fleksibel, og aktiviteten kan tilpasses således at den indeholder mere eller mindre aktiv deltagelse, afhængigt af profilen på de personer, der deltager.

Invisible Beauty projektet er også blevet gennemført i Costa Rica, hvor Costa Rica National Dance Company tilbyder aktiviteten på to af landets dagcentre for ældre. Det er altså muligt at tilpasse og overføre projektets aktiviteter til andre lande og organisationer.

## Formål

Hovedmålet med projektet er at stimulere de fysiske, musikalske og frem for alt følelsesmæssige sanser hos mennesker med demens.

Det er et projekt, der involverer deltagelse af forskellige parter. Projektet søger derfor at imødekomme behovene hos hver af de parter, der deltager i projektet.

De specifikke mål for projektet er:



- At forsinke de nedbrydende virkninger af demenssygdommen.
- Reintegrere denne gruppe mennesker i kulturlivet.
- At tilbyde nye værktøjer indenfor balancefærdigheder og musikalitet og integrere det i brugernes daglige rutine.
- Udvikling af den pædagogisk uddannelse rettet mod musik- og dansestudierende, der tilbyder:
  - Et arbejdsalternativ til den udøvende kunstner.
  - Forståelse for interaktion med mennesker med demens.
- Øge bevidstheden og viden om demenssygdommen i den brede offentlighed.

## Samarbejdspartnere

### Projektledelse:

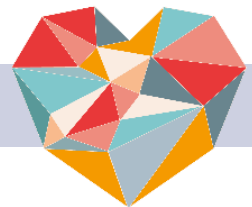
- AFAGI, Sammenslutningen af pårørende, venner og mennesker med Alzheimers og andre demenssygdomme i regionen Gipuzkoa.
- Ai Do Project, Dance Company (San Sebastian)  
[www.afagi.eus](http://www.afagi.eus) / [www.aidoproject.com](http://www.aidoproject.com)

### Støtte og tilskud:

- Tilskud fra offentlige enheder: den baskiske regering.
- Tilskud fra private enheder: Kutxa Foundation.

### Andre samarbejdspartnere:

- Professionelle Musikkonservatorium i Baskerlandet, MUSIKENE.
- Professionelle dansekonserverium i Madrid, CSDMA.
- San Sebastian Byråd.



# Praktisk

## Sted

### Typen af lokale afhænger af aktiviteten:

#### 1) Seminarer:

Teater- eller øvelokale (lydudstyr og belysning til aktiviteten).

#### 2) Bevægelsesværksteder:

Foregår i dette tilfælde på AFAGI organisationens hovedkvarter.

#### 3) Åbne seminarer:

Auditorium eller teatersal.

### Ideelle rammer for de forskellige steder:

#### 1) Seminarer:

Under denne aktivitet kombineres fysisk udfoldelse med fremførelse af korte danse- og musikstykker.

#### \* Tekniske krav til stedet:

- Scenisk rum af dimensionen 8m x 8m (performere og deltagere befinder sig på samme niveau i rummet).
- Dansegulv.
- Lyd- og lysanlæg tilpasset rummet (så tæt som muligt på teateroplevelsen).
- Projektor og lærred.
- Stole til deltagere (uden armlæn).

#### \* Adgang:

- Plads uden arkitektoniske barrierer + adgang til toiletter.
- Buskørsel til og fra stedet varetages af arrangøren. Det er vigtigt at sikre en parkeringsplads til bussen, så deltagerne kan stige af og på bussen i fred og ro.

#### 2) Bevægelsesværksteder:

Workshops er sessioner, hvor der kun udføres fysisk udfoldelse (specifikke øvelser med genstande og fagter).

#### \* Tekniske krav til stedet:

Der kræves ingen særlige tekniske krav. Aktiviteten skal kunne tilpasses til det sted, hvor den afvikles.

#### 3) Åbne seminarer:

Der afholdes åbne seminarer en eller to gange om året, hvor dansekompaniet viser publikum resultatet af det forgangne års indsatser sammen med mennesker med demens.

\* Tekniske krav til stedet:

- Scene.
- Dansegulv.
- Lyd- og lysanlæg.
- Projektor og lærred.

\*Andet:

Dansekompagniet tilbyder gratis billetter til AFAGI-brugere og deres familiemedlemmer, som et incitament til at deltage i begivenheden, hvor der i øvrigt også opføres live dansestykker.

## Dag, tid og varighed

Aktiviteternes varighed:

Seminarer: 90 min.

Workshops: 60 min.

Åbne seminarer: 75 min.

Tid:

Seminarer: Morgen.

Workshops: Morgen.

Åbne seminarer: Eftermiddag (teatralsk begivenhed).

Antal anbefalede arrangementer:

Ideelt: 12 arrangementer om året (én om måneden).

Dansekompagniet afvikler ca. 24 aktiviteter om året. De 24 aktiviteter er en blanding af både seminarer, workshops og åbne seminarer.

## Gruppestørrelse

Antal grupper pr. begivenhed:

2 grupper, opdelt efter stadie i demenssygdommen.

Antal deltagere pr. gruppe:

8 personer (flere end 5 og færre end 12).

Alternativt kan man vælge det antal, der anses for at skabe og vedligeholde en gruppedynamik.

På den ene side giver et lille antal deltagere pr. gruppe en mindre kognitiv og følelsesmæssig påvirkning af deltagerne. På den anden side giver det mulighed for et større fokus på den enkelte deltager. Et større antal deltagere gør det sværere at opretholde gruppedynamikken.

## Vejleder og vært

Anbefalet antal personer til afvikling af aktiviteten:

1 person for hver 2 deltagere.

### Profil på de ansvarlige for aktiviteten:

- Ansvarlig for aktiviteten (1 person).
- Ansvarlig fra den samarbejdende forening, AFAGI (2 personer inkl. praktikanter).
- Kunstnere til udførelse af dansestykkerne (musikere og dansere, mellem 2 og 5 personer).
- Studerende (dans eller musik).
- Andre gæstekunstnere: kostumedesignere, lysdesignere, komponister, skuespillere, malere (1 person).
- Frivillige (valgfrit).

Antallet af personer, der afvikler aktiviteten, skal være lig med eller mindre end antallet af deltagere. Det er vigtigt, at deltagerne føler, at de befinder sig i et privat og intimt miljø.

Alle aktiviteter med undtagelse af de åbne seminarer, gennemføres udelukkende med mennesker med demens. Familiemedlemmer og andre pårørende deltager ikke i workshops og møder.

Aktiviteten er meget dynamisk. Den ansvarlige for aktiviteten (en person med erfaring inden for området) sætter tempoet og faciliterer den enkelte øvelse/sekvens/del. Frivillige, dansere og studerende lærer at interagere med deltagerne gennem den erfaring de opnår igennem deltagelsen i aktiviteten. Erfaringen opbygges gennem flere besøg hos foreningen og interaktionen med mennesker med demens i forbindelse med aktiviteten. Dette kombineres med muligheden for at fremføre et uddrag af musik eller dans, og brugen af kunsten til at skabe en forbindelse mellem dansere/studerende og mennesker med demens.

## Materialer og faciliteter

De tekniske krav til stedet er specificeret i afsnittet Praktisk/Sted.

Eksempler på materialer og genstande, der bruges i forbindelse med aktiviteterne:

Kopper, bolde, korte og lange pinde, slaginstrumenter, kork- eller træklodser, puder, reb (jf. billeder nederst i denne vejledning).

Genstandene bringes i spil i løbet af danse-koreografien. Danskerne skaber koreografierne specifikt til sessionerne og indarbejder bruges af og præsentationen af forskellige genstande.

Når deltagerne har set koreografien og den integrerede brug af genstande, inviteres de til at gengive nogle af dansernes bevægelser.

Nogle af øvelserne udføres individuelt, men når en genstand fordrer det, arbejdes der i par (én deltager og én ansvarlig). Aktiviteten stimulerer deltagerens rumlige perception (udtryk og begreber som f.eks. over, bagved, rundt, under, drej) på en effektiv måde.

## Udgifter





Aktiviteten er gratis for deltagerne herunder også eventuelle rejseudgifter.

## Navneskilte

Der bruges ikke navneskilte i forbindelse med aktiviteten. Deltagerne indgår i allerede eksisterende grupper, derfor er navneskilte ikke nødvendige.

## Memento

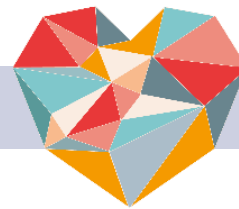
Aktiviteten optages eller fotograferes sommetider. Såfremt det er tilfældet, sendes alt materiale til AFAGI's direktører, som beslutter, om og hvilke dele af materialet, der deles med deltagerne.

## Efter aktiviteten

Der skal indhentes samtykke til at offentliggøre billeder af mennesker med demens enten hos deltagerne selv eller deres pårørende.

Samtykket er et dokument, som er underskrevet af begge parter, og i dette tilfælde behandles mellem ledelsen i AFAGI og deltagernes pårørende. Udgivelse af grafisk materiale er ikke tilladt uden AFAGI's forudgående samtykke.

Materialet som godkendes til offentliggørelse, kan efterfølgende deles på projektpartnerens sociale medier.



## Kommunikation

Kontakt til deltagerne sker igennem foreningen AFAGI, da deltagerne er medlemmer af foreningen. Grunden til at workshoppen gennemføres med deltagelse af medlemmer af foreningen er, at projektet ønsker at skabe et intimt miljø, hvor deltagerne befinder sig i en velkendt atmosfære. Derfor tilbydes aktiviteterne ikke gennem åbne invitationer, selvom projektets karakter og set up giver mulighed for det.

Aktiviteten formidles både direkte til foreningens brugere (personer med demens) og til de pårørende eller plejerne (skriftligt).

Formidlingen til deltagerne foregår på følgende måde: "for-besøg" hos foreningen to-tre dage før Invisible Beauty seminaret. Danserne deltager på for-besøget og viser et lille uddrag af et af de stykker, som de skal optræde med på seminaret.

Der designes og trykkes også flyers med information om arrangementet. En flyer til deltagerne med lidt information om aktiviteten, og en anden flyer til familiemedlemmer, som indeholder specifikke detaljer om tid og sted.

Aktivitetsdatoer aftales med foreningens ledelse, således at seminarerne ikke falder sammen med øvrige aktiviteter arrangeret i foreningen. To uger forinden sendes første påmindelse til de pårørende, og i den uge, hvor aktiviteten foregår, aflægges for-besøget hos de forskellige grupper i foreningen.

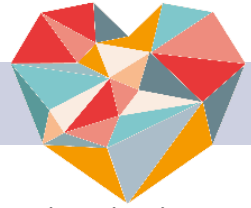
## Tilmelding

Tilmelding til aktiviteten foregår direkte gennem foreningen.

På seminardagen mødes deltagerne i foreningens lokale, som er et sted de allerede kender. Derfra følges de enkelte grupper med to eller tre medarbejdere fra foreningen til den lokation, hvor aktiviteten foregår. (gerne til fods).

Hvis der er for langt at gå, kører grupperne i bus. Af hensyn til koordinering af bustransport, er det vigtigt at få bekræftet de enkeltes deltagelse dagen før aktiviteten.

# Beskrivelse og program



I dagene forud for seminaret designs de projektioner, der skal fungere som en visuel guide til udførelse af de enkelte øvelser.

I ugerne op til seminaret skaber og øver danserne de dansestykker, som de vil opføre live på seminaret. Øvelserne, dansene og samspillet mellem musikere, eventuelle gæstekunstnere og dansere aftales og øves.

Dagen før seminarets gennemføres der en teknisk prøve herunder tjek og opsætning af projektor og lærred, lyd, lys, placering af dansegulvet, kulisser og opstilling af stolene til deltagerne.

På aktivitetsdagen går danserne ud i rummet for at varme op og lave en sidste indstudering af dansestykkerne, mens foreningens medarbejdere følger deltagerne over til lokationen.

## Seminarets opbygning:

### 1) Velkommen:

Den første interaktion finder sted som en del af velkomsten. Det kan være en pianist, der spiller et musikalsk tema eller en skuespiller der optræder, mens deltagerne træder ind i lokalet.

Deltagerne inviteres til at hilse på kunstneren, for derigennem at skabe den første kontakt.

Gradvist og mens dette første uformelle møde finder sted, får deltagerne hjælp til at tage frakken af og sætte sig på stolene, som allerede er hensigtsmæssigt i lokalet.

### 2) Introduktion:

Der laves en meget kort mundtlig introduktion, og deltagerne bliver mindet om hvorfor de er inviteret: "At opleve og dele en kreativ proces for skabelsen af et moderne dansestykke. Herefter følger liveopførelsen af dagens første dansestykke.

### 3) Indhold:

Herefter præsenteres den enkelte kunstner. Deltagerne bliver præsenteret for nogle af nøgleelementerne i skabelsen af en koreografi. (f.eks. hvordan danserne skaber bevægelse). Med hjælp fra danserne inviteres deltagerne til at eksperimentere med øvelserne eller bevægelserne fra koreografien.

Brugen af forskellige genstande (disse er også integreret i koreografien) til gengivelse af en bevægelse har vist sig at være et velfungerende redskab. Øvelserne er altid akkompagneret af musik, og vi arbejder derfor også med rytmesansen. På hvert seminar udvælges et specifikt tema, hvorudfra der udvælges musik: klassiske russiske komponister, filmmusik, 80'ere musik osv. Forsøg at vælge musik, som deltagerne kender i forvejen, hvis det er muligt. På denne måde opnås en større effekt i form af højere følelsesmæssig stimulering.

Med respekt for deltagernes koncentrationsevne, bliver rækken af fysiske øvelser blandet med opførelse af dans og musikstykker.

### 4) Seminarets afslutning:



Seminaret afsluttes med en danseforestilling. Umiddelbart efter forestillingen inviterer danserne deltagerne til at være med til en improviseret gruppedans. Igen er musikken udvalgt til at understøtte deltagernes lyst til at deltage i gruppedansen. Inden afgang tages et gruppebillede som minde til deltagerne (og som dokumentation for aktiviteten), og deltagerne følges til udgangen.

AFAGIs medarbejderne følger deltagerne tilbage til deres egne foreningslokaler, hvor deltagernes dag startede. Herfra tager deltagerne tilbage til deres hjem.

Når aktiviteterne er afsluttet, ryddes lokalet.

## Evaluering



Under workshops og seminarer observerer AFAGI-medarbejderne (psykologer og socialrådgivere) deltagernes reaktioner. Efter hvert seminar udarbejdes en evaluering på baggrund af de svar, som observatørerne har indsamlet.

Afhængigt af hvad der observeres og hvad evalueringen viser, tilpasses indholdet, tempoet eller strukturen i workshoppen. Der defineres også eventuelle nye parametre, som skal udforskes i den næste workshop.

I ugerne efter workshops og seminarer spørger AFAGI-medarbejderne også helt uformelt deltagerne, hvad de husker om workshopperne og interaktionen med danserne og musikerne. Denne dialog bidrager til at vise, hvilke aspekter af aktiviteten der har haft størst betydning.

Resultatet har været overraskende, da mange af deltagerne var i stand til at huske dele af aktiviteterne, selv måneder senere. Det er værd at bemærke, at nogle af deltagerne fra det første seminar afholdt tilbage i 2013 stadig, huskede og beskrev aspekter fra seminaret i 2017.

Familie og pårørende er også en del af evalueringsfasen. De bliver spurgt ind til den respons, de har kunnet observere hos deltagerne efter deres deltagelse i workshops og seminarer.

I forbindelse med deltagelse i DCUM-projekt har Matia Institute delt sin LIBE-skala med dansekompaniet. LIBE-skalaen er et vurderingsinstrument designet af Cristina Buiza, Álvaro García-Soler, Pura Díaz-Veiga, Enrique Arriola og Elena Fernández (2020), hvormed vi nu kan registrere effekterne af denne specifikke aktivitet.

# Tjekliste, hvornår og hvad?



## En måned før aktiviteten

- Bekræftelse på aftale om aktiviteten med AFAGI-foreningens ledelse.
- Koordinering af opstillings- og nedtagningstider med det sted, hvor aktiviteten skal foregå.
- Udvælgelse af den musik, der skal bruges i aktiviteten, så musikerne har den nødvendige tid til at øve.
- Koordinering af transport eller flytning af scenografien hvis nødvendigt.

## Tre uger før aktiviteten

- Opstart af skabelsesproces for danse-koreografierne.
- Design og tryk af flyers, der skal udleveres til brugerne
- Indkøb af materialer til brug under øvelserne.
- Separate prøver; musikere, dansere og kunstnere der er involveret i aktiviteten.

## To uger før aktiviteten

- Påmindelse om aktiviteten sendes til de pårørende.
- Separate prøver; musikere, dansere og kunstnere der er involveret i aktiviteten.
- Design af projektionerne der skal fungere som en visuel guide til udførelse af øvelserne.

## Ugen før aktiviteten

Der afholdes en bevægelsesworkshop hos samarbejdspartneren (AFAGI). Formålet med denne workshop er at motivere til deltagelse i seminaret.

Hvis det ikke er muligt at gennemføre en bevægelsesworkshop og et seminar, som en del af et fælles arrangement, bliver bevægelsesworkshoppen erstattet af de tidligere beskrevne for-besøg, der også finder sted samme uge som seminaret.

## Aktivitetsuge

For-besøg i foreningen.  
Fælles prøver for musikere, dansere og kunstnere.

## Dagen før aktiviteten

Teknisk opsætning af stedet.  
Tekniskprøve med musikere, dansere og kunstnere.  
Udsend påmindelse om begivenheden.

## Aktivitetsdag

Sidste øver med musikerne, danserne og kunstnerne inden deltagernes ankomst.  
Gennemførelse af aktiviteten (seminar).  
Nedtagning og opbevaring af scenografi og oprydning.

## Ugen efter aktiviteten

Evaluering af aktiviteten.



## Corona

Aktiviteten har været påvirket af Corona, da hovedaktiviteten foregår i et teaterum og adgangen til disse har været begrænset under pandemien.

På grund af COVID-19 var det ikke muligt at afholde seminarerne i auditorier. Der er dog blevet udviklet et nyt tilbud som er en hybrid mellem seminarerne og bevægelsesworkshopsene for at tilpasse aktiviteten til situationen.

Den nye hybridmodel havde konsekvenser på deltagerantallet pga. pladsbegrænsninger. På trods af dette oplevede man en stigning i deltagerantallet, da hybridmodellen ikke krævede rejseaktivitet for deltagerne. Man har undgået fysisk kontakt og øvrige retningslinjer blev fulgt.

Dansekompagniet ønskede fortsat at tilbyde aktiviteter til målgruppen under den absolutte nedlukning på grund af corona. Derfor afprøvede de et lille eksperiment, som er inspireret af et tiltag hos "Koninklijke Musea voor Schone Kunsten van België, Bruxelles" (Isabel Vermote) Museets tiltag gik ud på at sende postkort med billeder af museets kunstværker til mennesker med demens. De udvælger deres favoritter og museet designer og tilrettelægger derefter et besøg gennem museet på baggrund af de svar, deltagerne har sendt.

Invisible Beauty-seminarerne blev tilrettelagt med udgangspunkt i de samme principper, som museet brugte.

Deltagerne fik tilsendt fotografier af forskellige bevægelsessekvenser, og udvalgte dem, som de bedst kunne lide.

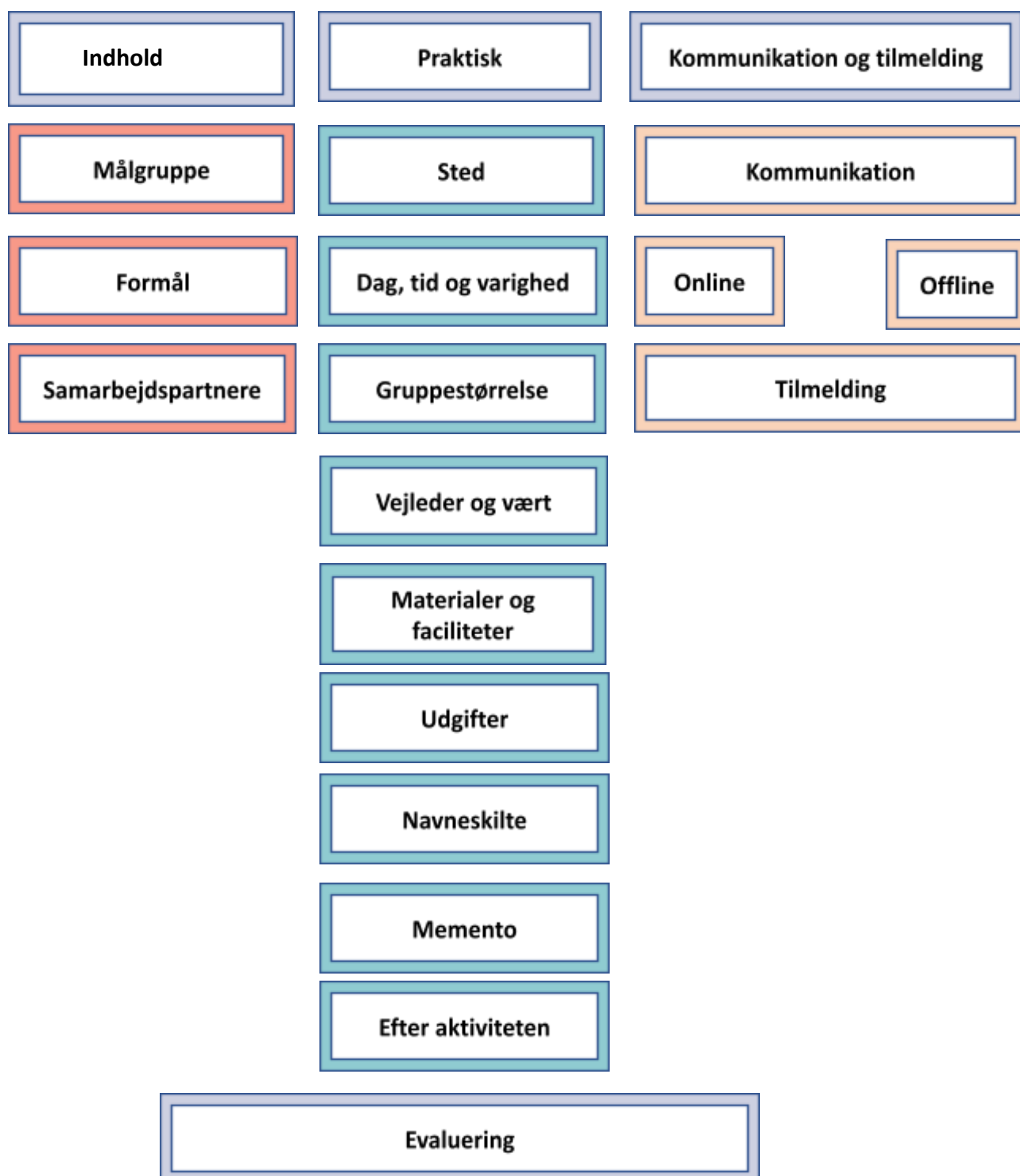
Dansekompagniet grupperede svarene under 6 forskellige temaer og designede 20 kort (luftbilleder, skulptur, maleri, biograf, hverdagsituationer og San Sebastian).

I den periode, hvor der ikke blev afholdt workshops, fik deltagerne tilsendt ét kort om ugen med almindelig post. På hvert kort skulle de angive, hvilket billede de kunne lide bedst. Deltagerne beholdt kortene og returnerede dem til AFAGI

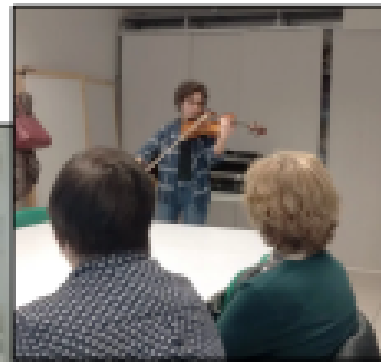
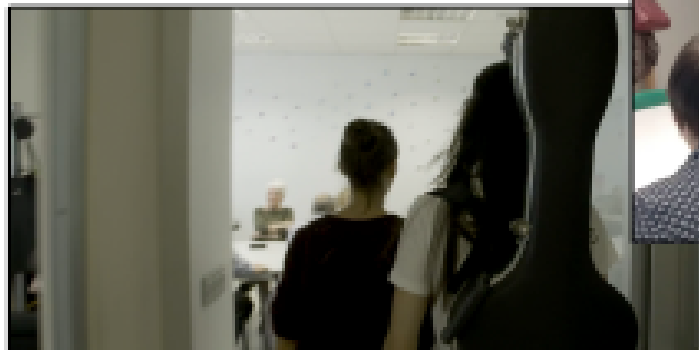
Da workshops startede op igen, blev al informationen indsamlet, og de kommende seminarer blev designet ud fra de kort, som deltagerne havde valgt.

Invisible Beauty har besluttet at integrere dette aspekt af aktiviteten permanent i projektet.

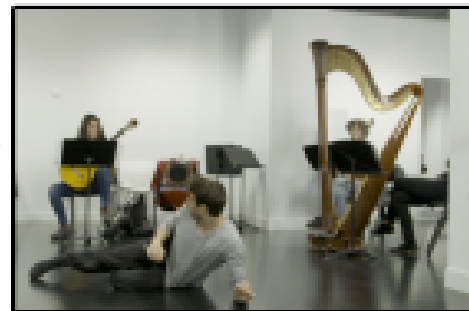
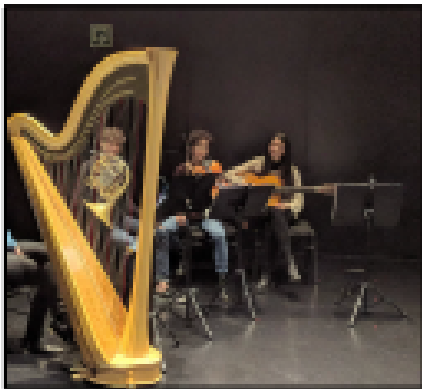
# Opmærksomheds punkter



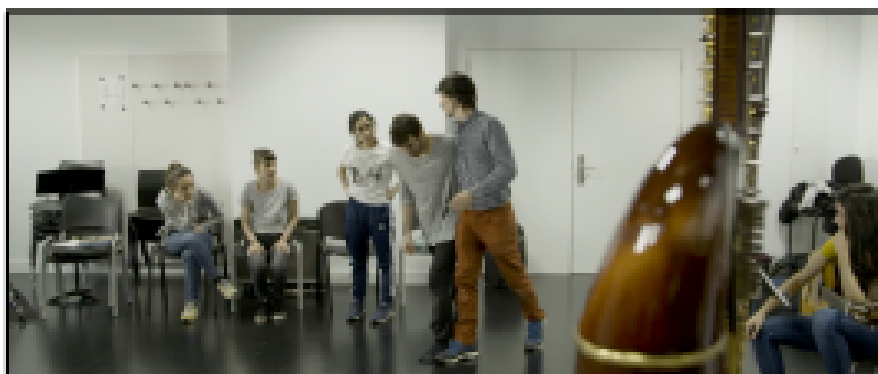
Previous visits to the association.



Students of the *Music Conservatoire of the Basque Country* collaborating in the project.



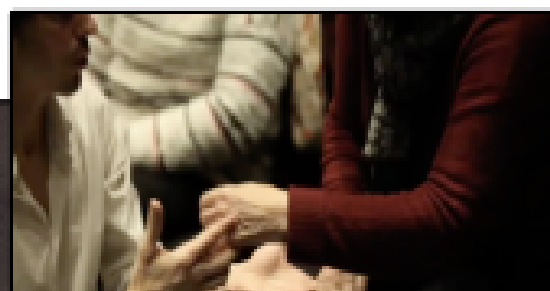
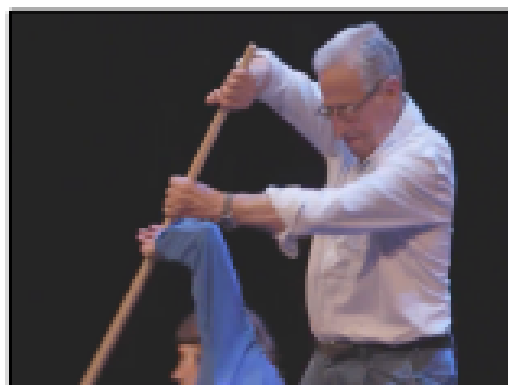
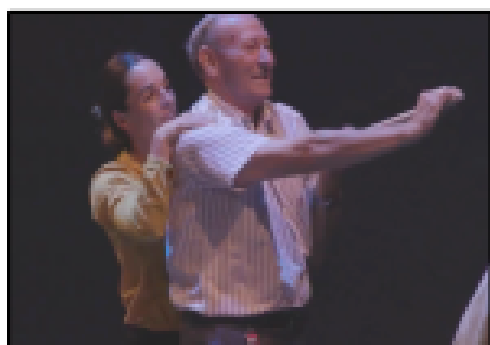
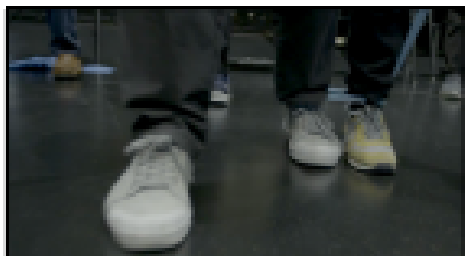
Rehearsal, musicians and dancers.



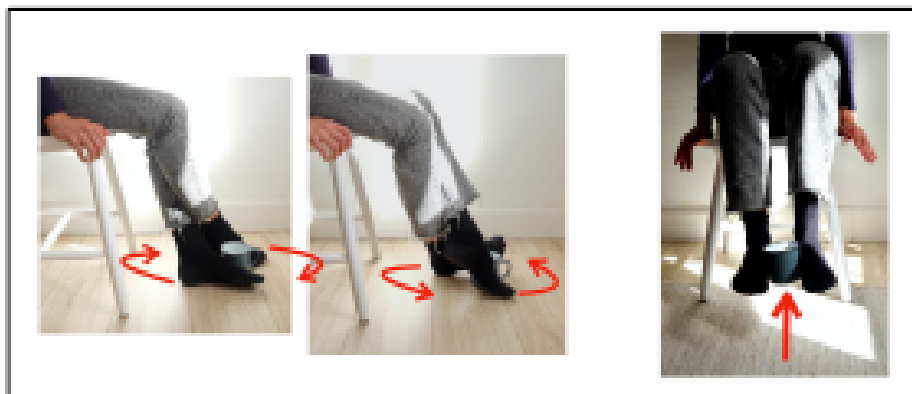
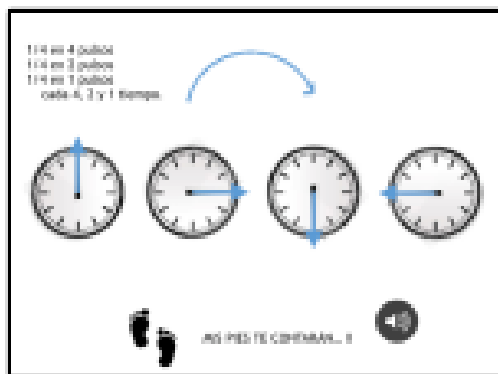
Working with the dancers in an interaction with the participants of the upcoming seminar.



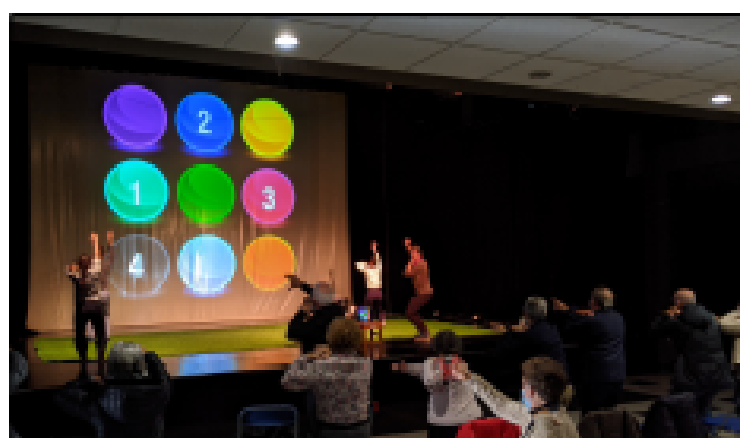
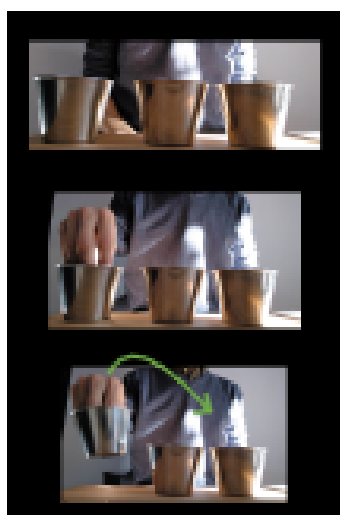
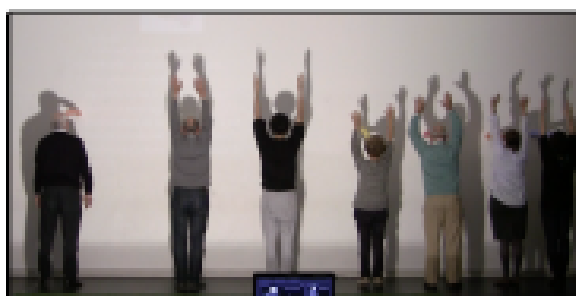
Interactions between dancers and participants.



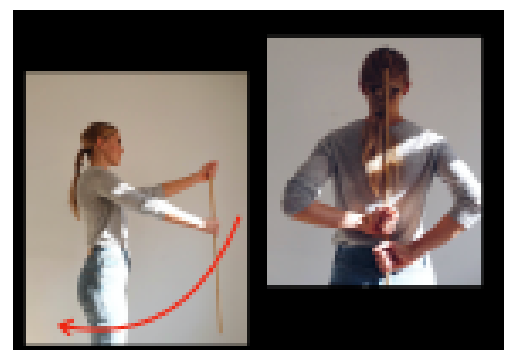
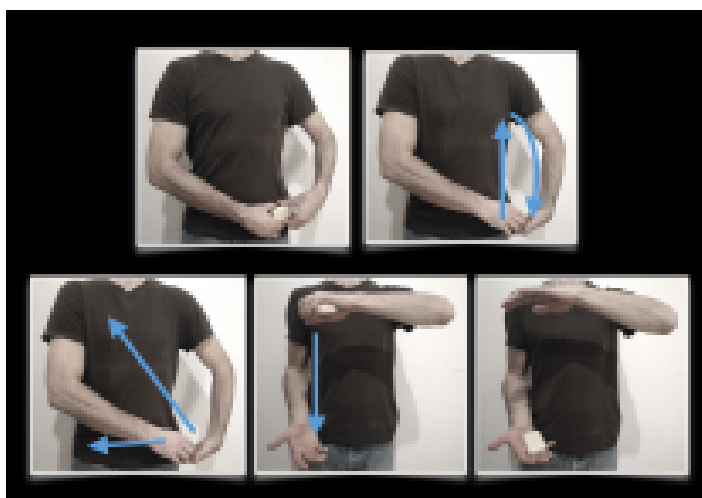
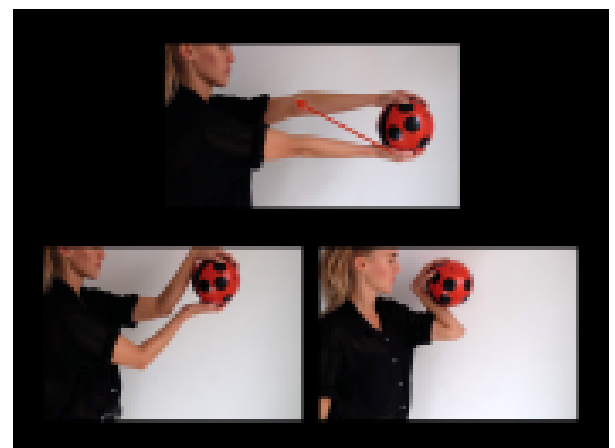
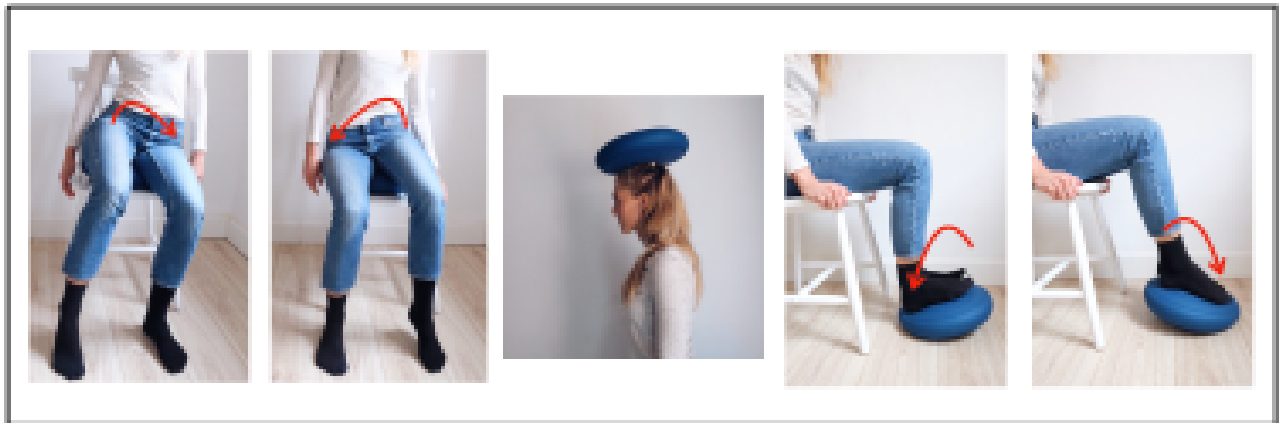
Examples of objects, tools and exercises performed during the seminars.



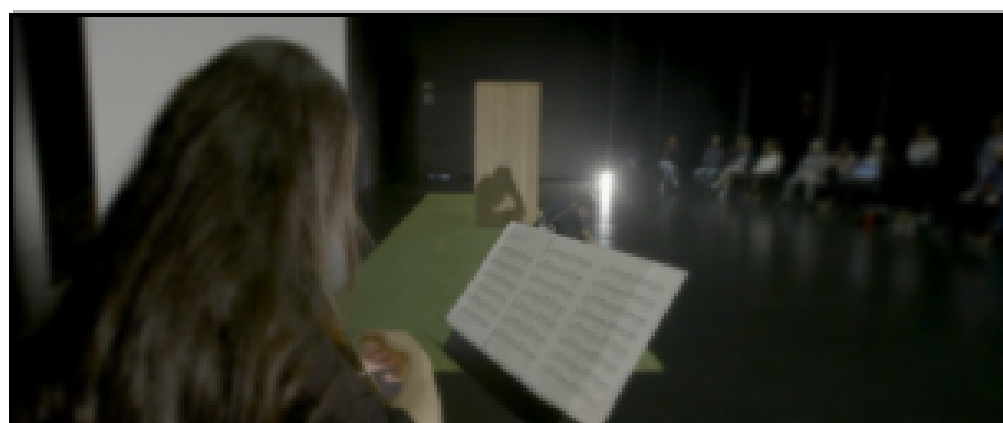
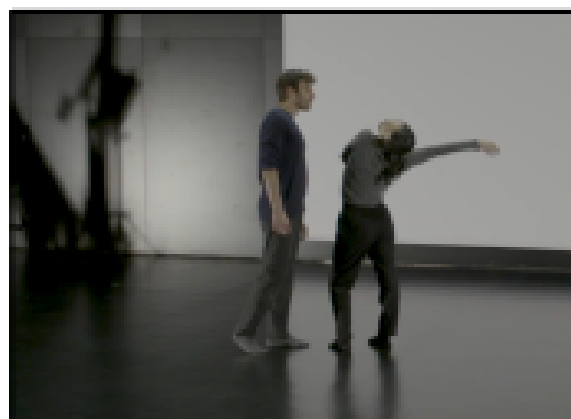
Examples of objects, tools and exercises performed during the seminars.



Examples of objects, tools and exercises performed during the seminars.



Examples of dance performances during the seminars.



## Open seminars for general audience

