

•Pilot projektet “Danse - Tænke - Mærke”

•Hvis jeg bliver gammel

•Sanselige og berigende møder imellem svækket ældre og børn på 5 år.

Kære SEAF, Fynske Bank og Svendborg Kommune.

Da kunstnerisk leder Sofie Christiansens af sART Danseteater skulle igang med sin research til forestillingen Hvis jeg bliver gammel, som spillede på Odense Teater efteråret 2019, besøgte hun adskillige aktivitets og plejecentre for ældre. Ofte var der i nabolaget en børnehave og Sofie spurgte hver gang om der var et samarbejde imellem de to institutioner. Svaret var næsten ens hvergang; Ja børnene kommer hvert år og går Lucia optog for os. Det mener vi ikke er nok og vil igennem dette pilot projekt undersøge mulighederne for mere kontakt imellem mennesker på tværs af generationer, som vil være berigende for begge aldersgrupper.

HVORFOR:

Videnskaben viser at fællesskaber hvor vi blander generationer giver livskvalitet til både barn og voksen.

Mange ældre er passive i deres krop og de savner berøring. Når kroppen begynder at gøre rigtig ondt og aktivitets niveauet falder, begynder den fysiske berøringen med andre mennesker også at dale.

Børn er i dag mindre fysiske både med og uden andre. Det gør at de kognitivt kommer til at mangle kompetencer når de bliver ældre.

Hjerneforskere og psykologer har fundet ud af, at synkrone bevægelser påvirker vores hjerner positivt. I studier fandt de, at hjernen, når vi danser synkront med andre, får en fornemmelse af, at vi fusionerer med den, vi danser med, så vi føler os mere lig hinanden og udvikler sympati for hinanden. Når det sker, udskiller kroppen endorfiner. Derfor vil der også være en øvelse hvor den ældre og barnet skal følges ad ved at lave en spejling hvor de følger hinanden.

WORKSHOPS: Med dette pilot projekt vil sART gå skridtet videre og skabe den kontakt vi mennesker har brug for lige meget hvilken alder vi har.

Vi vil starte ud med at vise et lille uddrag , ca. 3 -5 scener fra forestillingen - Hvis jeg bliver gammel. Derefter vil vi pare et barn og en ældre, som på baggrund af deres oplevelse får 2 spørgsmål som skal skabe dialog og en refleksion over det de lige har oplevet sammen.

Derefter vil vi lave øvelser hvor deltagerne skal danse sammen, de skal røre ved hinanden og vise hinanden tillid og omsorg. Disse øvelser kan gøres stående for barnet og siddende på en stol eller stående for den ældre.

Location vil være på aktivitets centre og plejecentre i Svendborg Kommune. Hver workshop vil kunne have ca. 10 børn og 10 ældre, ialt 20 deltagende. Workshoppen vil max. vare 1 time og efterfølgende vil børnene og de ældre drikke saftvand og spise frugt sammen.

STRUKTUR: Sofie vil tage sig af alt det administrative arbejde. Lave aftaler med plejecentre og børnehaver, kontrakter til alle ansatte, holde møder med plejepersonale, pædagoger så Sofie kan få mere indsigt i hvad deltagerne i workshoppen vil kunne overkomme og informere dem, om tankerne bag projektet .

Derefter vil Sofie, en skuespiller og en danser fra forestillingen, bruge 2 dages forberedelse. Her vil vi skabe indholdet til workshoppen, sørge for indkøb af materialer, brainstorme på øvelser og i fællesskab blive klædt på til workshopsforløb.

De efterfølgende 2 dage vil vi afholde ca. 5-6 workshops, for at se om vores valgte materiale er det rigtige. Derefter vil vi bruge en dag til at lave ændringer og pudse vores materiale til. De næste 10 hverdage vil vi afholde ca. 24-25 workshops, det vil sige at når vi er færdige med alle workshops, har der ca. været omkring 600 deltagere.

Efterfølgende vil Sofie indkalde til et evaluerende møde, hvor 1 plejer fra hver af de centre vi har besøgt og en pædagog fra hver af de samarbejdende børnehaver skal deltage i et 3 timers langt evaluerings møde. Denne efterfølgende proces er meget vigtig, for at finde ud af hvad der virkede, så vi fremover kan etablere flere af den slags møder til glæde for alle parter.

Økonomisk set kan dette pilotprojekt blive en realitet for 105.000,-. som indeholder løn til alle 3 kunstnere, til administration, til forberedelse, til materialer og til logi / transport.

Vi tillader os derfor at søge SEAF 35000,- Fynske Bank 35000,- og Svendborg kommune 35000,-.

Vi håber på at dette projekt bliver en succes og at vi derefter kan gentage projektet i Svendborg og også lancere et længere forløb i flere af de Fynske kommuner.

Dette projekt vil være en stor gave, både for alle os der skal udføre arbejdet og især også for alle de deltagere som vil få en større følelse af fællesskab, få større livskvalitet og få en på opleveren som vil side i deres krop i længere tid.

På vegne af hele sART


Sofie Christiansen
Kunstnerisk leder

SART
danseteater