



Ogni martedì dalle ore **21,00** alle ore 22,30
presso il centro civico di Camerlata, **Via Varesina 1A**

Ogni giovedì dalle ore **17,00** alle ore 19,00
presso il centro civico di **via Grandi 21**, Como

Cosa sono le danze popolari?

Nelle danze popolari c'è una parte delle espressioni, della cultura dei popoli e delle comunità da cui provengono. Ballarle è come fare un viaggio tra le emozioni di quei popoli e di quelle comunità.

Non ci proponiamo di rappresentarle su un palco o con dei costumi ma renderle vive attuali e a disposizione di tutti.

Sono danze basate su una compartecipazione collettiva, tutti sono accettati. Anche quando il ballo richiede di mettersi in coppia, ciò avviene in un contesto di forte socialità, spesso il ballo si esegue insieme agli altri: in un cerchio, in una linea di ballerini, in un gruppo.

Le danze popolari non richiedono per iniziare esperienza o attitudine né tantomeno la competizione. Il piacere è immediato e aumenta col tempo e con buoni maestri. Accrescendo la propria soddisfazione e non l'esibizionismo si scopre che liberato dall'ansia di prestazione in nostro corpo sa ascoltare la musica e comportarsi di conseguenza.

Sono occasione continua di nuove esperienze: c'è una pressoché infinita varietà di modalità e repertori che si possono conoscere e praticare.

E poi queste danze sono soprattutto puro divertimento.

Vi diamo un consiglio venite a guardare i sorrisi e la felicità di chi balla, valgono più di ogni altra spiegazione

Quali sono le condizioni per partecipare?

Per rispettare gli obblighi verso le istituzioni e le normative di legge, per una ordinata e utile effettuazione degli incontri nonché per maggiore responsabilità e sicurezza verso i partecipanti viene richiesto il rispetto integrale dei seguenti punti:

1. Per partecipare è necessario **essere iscritti** ad “Auser della Regia” oppure ad altra associazione affiliata ad **Auser**, (iscrizione annuale 18,00€), L’iscrizione ad Auser, (qualunque sia l’associazione locale), dà diritto ad una partecipazione gratuita per due mesi a tutti gli incontri, (sia il martedì che il giovedì), tranne quelli dove è previsto un rimborso spese per gli insegnanti esterni all’associazione. Trascorsi due mesi dall’iscrizione ad Auser per ogni mese di partecipazione è previsto un contributo di 10 euro

2. I corsi su specifici repertori dove è necessario il ricorso ad insegnanti esterni sono calendarizzati e comunicati con largo anticipo. Per la partecipazione ai corsi con insegnanti esterni viene specificato il contributo richiesto, (di norma 5 euro moltiplicato per il numero di incontri previsti) Nel caso di adesione al corso con insegnanti esterni il contributo mensile di 10 euro per il periodo relativo non è dovuto.

3. A tutti partecipanti viene richiesto di adottare le normative di precauzione sanitaria vigenti. In particolare sulla base dell’attuale situazione della pandemia Covid-19 per il momento l’ingresso agli incontri sarà possibile solo se si è muniti di certificato vaccinale o come altrimenti denominato “**green pass**”

Chi sono gli organizzatori?

Gli incontri settimanali, i corsi, i concerti sono promossi da “**Auser della Regia**” e dalle **Leghe “SPI CGIL”** di Como

Lo facciamo perché siamo associazioni che operano nel sociale, perché ci sta a cuore il benessere delle persone, perché le danze popolari offrono occasioni di socializzazione, comunicazione ed integrazione.

Se le persone stanno meglio non solo dal lato della condizione materiale sono più solidali e maggiormente cittadini attivi.

E di questi tempi è la risorsa più importante su cui contare.

Per ulteriori informazioni e iscrizioni:

auserdellaregia@gmail.com o **Lega Spi** al tel. **031-239381**
oppure **sms o messaggi** whatsapp al cellulare **335 69 62 000**