



INFO

**Democracy of the Body  
Experiential Workshop**

Choreographer and contemporary dance instructor Persa Stamatopoulou and psychotherapist and drama therapist Aristeia Arsenopoulou offer a workshop aimed at exploring the concept of democracy of the body and its management from the perspective of both kinesiology and drama therapy.

The workshop will take place over 7 hours, on two consecutive days, and is designed for dancers, actors, educators, dance therapists, and anyone who seeks to express themselves through movement.

**Saturday 6 July, 17:00 – 20:00**

**Sunday 7 July, 17:00 – 21:00**

Participants will receive a certificate of attendance. Due to limited availability, advance booking is required.



ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

**Πέρσα Σταματοπούλου:**  
χορογράφος, καθηγήτρια σύγχρονου χορού και αυτοσχεδιασμού

**Αριστέα Αρσενοπούλου:**  
ψυχοθεραπεύτρια –  
δραματοθεραπεύτρια

Το σεμινάριο θα έχει διάρκεια 7 ώρες 3 ώρες το Σάββατο, 3 ώρες την Κυριακή και μία ώρα για συζήτηση και ανάλυση της δράσης από τους συμμετέχοντες.

**Σάββατο 6 Ιουλίου, 17:00 – 20:00**

**Κυριακή 7 Ιουλίου, 17:00 – 21:00**

Στους συμμετέχοντες θα δοθεί πιστοποιητικό συμμετοχής.

Οι θέσεις είναι περιορισμένες και θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας.

Απαραίτητη προκράτηση.



**Η Δημοκρατία του Σώματος**  
Βιωματικό εργαστήριο – σεμινάριο

Η χορογράφος Πέρσα Σταματοπούλου, καθηγήτρια σύγχρονου χορού και Καλλιτεχνική Διευθύντρια της «Ομάδας Σύγχρονου χορού Πέρσα Σταματοπούλου», σε συνεργασία με την ψυχοθεραπεύτρια – δραματοθεραπεύτρια Αριστέα Αρσενοπούλου προσφέρουν ένα σεμινάριο με καλλιτεχνικές και εκπαιδευτικές προεκτάσεις, το οποίο στοχεύει στη δημιουργία ενός ερευνητικού, πολυσυλλεκτικού και συμπεριληπτικού πυρήνα, με σκοπό την παρατήρηση, αξιολόγηση και ανάδειξη της έννοιας της Δημοκρατίας του Σώματος και της διαχείρισής του.

Εστιάζοντας σε εμπειρίες και βιωματικές προσεγγίσεις, οι συμμετέχοντες θα επικοινωνήσουν και θα αλληλοεπιδράσουν μέσω του σωματικού διαλόγου, θα συντονιστούν ως κοινότητα συναρμολογώντας ένα σύνολο που εμπρικλείει και αποδέχεται τη διαφορετικότητα.

Με αναφορές που προκύπτουν από τον τρόπο που φερόμαστε στο σώμα μας, τον τρόπο που επιτρέπουμε στους άλλους να του φερθούν, την εικόνα και την αίσθηση που έχουμε γι' αυτό, τον σεβασμό, την αποδοχή και την αγάπη που του δείχνουμε, θα εστιάσουμε στη σχέση που προκύπτει με τον εαυτό μας, αλλά και με το κοινωνικό περιβάλλον το οποίο δημιουργεί και αναδεικνύει στερεότυπα και συμπεριφορές που εμποδίζουν την αυτοδιάθεση και την ελευθερία του «κάθε σώματος».



Ταυτόχρονα θα ερευνήσουμε το αποτύπωμα της παρελθοντικής εμπειρίας στο σώμα μας, τραύματα αποθηκευμένα που ενδεχομένως επηρεάζουν την κίνησή μας, τα όργανά μας, την αναπνοή μας, τον έλεγχο της φυσικής μας ύπαρξης και τελικά της ζωής μας.

Το κάθε σώμα εμπεριέχει κομμάτια της ταυτότητάς μας, τη μνήμη μας, ατέλειες, τη δύναμη ή την αδυναμία μας σε σχέση με τους άλλους.

Μέσα σ' ένα σύστημα που αποκλείει ή τιμωρεί τη διαφορετικότητα, απομονώνοντας μεγέθη, τύπους, αισθητικές αναφορές, σεξουαλικές προτιμήσεις, θα αναζητήσουμε τον επαναπροσδιορισμό και την αποδοχή του εαυτού στο Σώμα που τον εμπεριέχει, αναπτύσσοντας σχέσεις εμπιστοσύνης, ενσυναίσθησης και στοχαστικότητας.

Χρησιμοποιώντας τις δύο ειδικότητες (κινησιολογία και δραματοθεραπεία) ως συμπληρωματικά και αλληλένδετα στοιχεία διαμορφώνεται ένα πολύπλευρο πεδίο θέασης και κατανόησης του συγκεκριμένου σεμιναρίου.

Το σεμινάριο απευθύνεται σε όλους, όλες και όλα, ανεξαρτήτου κινητικής εμπειρίας, φύλου, ηλικίας, πίστης και σωματότυπου (χορευτές, ηθοποιούς, εκπαιδευτικούς, χοροθεραπευτές) και σε όποιον αναζητά την έκφραση μέσα από την κίνηση, υποστηρίζοντας έμπρακτα πως η «Δημοκρατία του Σώματος» δεν είναι ανέφικτη και παραμένει ζητούμενο και δεδομένο.