

Grau en Comunicació Cultural

La Dansateràpia de Bachata i Salsa Aplicada a la Integració Social: Projecte Cultural



Estudiant: Clara Esteva Nascimento

Tutora: Dra. Margarida Casacuberta Rocarols

CURS: 2023 - 2024

Imatge de la portada. A la figura 1 s'observa un collage del grup de "ESN Coïmbra Dance" practicant danses llatines com a teràpia per a fins d'integració social a Portugal. Fotografies de Clara Esteva Nascimento, 2023.

"Quan connecto amb la meva part essencial amb els balls llatins puc connectar amb els altres, i el fruit de compartir em fa viure la vida amb més passió i sentit. És necessari crear un espai de seguretat que convidi a persones disposades a entregar-se a la dansateràpia, amb el fi d'ajudar i compartir humanitat." (Farnarier, 2024).

Índex

1. Denominació	5
2. Descripció General	5
2.1 Resum	5
2.2 Paraules Clau	5
3. Introducció	6
3.1 Justificació	6
3.2 Preguntes de recerca	7
3.3 Objectius	7
4. Marc de referència	7
4.1 Marc teòric-conceptual	7
4.1.1. La dansateràpia	7
4.1.1.1 Dinàmiques de dansateràpia	8
4.1.1.2 La dansateràpia en l'educació	9
4.1.1.3 La dansateràpia de balls llatins	10
4.1.2 La integració Social	10
4.1.2.1 Tipus d'integració social	11
4.1.3. La dansateràpia aplicada a la integració social	11
4.1.3.1. Beneficis de la dansateràpia en context social	12
4.1.4. Referències rellevants de casos anteriors	13
4.1.4.1 Erasmus Student Network de Coïmbra	14
4.1.4.2 Danses occidentals al centre cívic de Sant Narcís	15
4.1.4.3 Fit Camp Blanes	15
4.1.4.4 Festival 'D'Summer Events'	16
4.1.4.5 La tècnica de Lynn Simonson	16
4.1.5. Professions de dansateràpia	17
4.2 Marc pràctic	17
4.2.1. Descripció del Projecte Cultural	18
4.2.1.1. Descripció General del Projecte Cultural	18
4.2.1.2 Descripció de les sessions	18
4.2.2 Objectius específics del projecte cultural	19
4.2.3 Mètodes i tècniques d'implementació	19
4.2.4 Avaluació i seguiment del projecte	20
4.2.5. Procés d'implementació	20
4.2.6 Possibles obstacles i resolucions	21
5. Metodologia	22
6. Persones destinatàries	23
7. Ubicació i zona d'influència	24
7.1 Localització	24
7.2 Àmbit d'abast	25
7.3 Mapa	26
8. Activitats i calendari	26
8.1. Accions	26

8.1.1 Taula d'accions	26
8.1.2. Cronograma	27
9. Organització i funcionament intern	28
10. Pla de comunicació	29
10.1 DAFO	29
10.2 Identitat corporativa del mitjà	30
10.2.1 Missió, visió i valors	30
10.2.2 'Naming'	31
10.2.3. Identitat gràfica	31
10.2.3.1 Logotip	31
10.2.3.2 Pantone	32
10.2.3.3 Tipografia corporativa	32
10.2.3.4 Disseny de xarxes socials	33
10.2.3.5. Missatge i to	34
10.3 Pla de difusió de xarxes socials	35
10.3.1 Estratègies per les xarxes socials	35
10.3.2 Pàgina Web	36
11. El pressupost	37
12. Resultats i efectivitat en la integració social	38
13. Conclusions	38
14. Fonts d'informació i referències bibliogràfiques utilitzades	39
14.1. Bibliografia i <i>Webgrafia</i>	39
14.2. Referències pròpies	45
15. Annex	47
15.1 Enquesta del programa 'ESN' de dansa de Coïmbra.	47
15.2 Proposta de qüestionari de satisfacció amb el nou projecte cultural.	48
15.3 Crònica de l'experiència pròpia a les quedades de 'ESN Dance Coïmbra'	49
15.4 Enquestes d'integració social a la comarca de Girona	50
15.4.1 Entrevista a alumnes d'ERASMUS a Girona	50
15.4.2 Entrevista a un comunicador cultural	51
15.4.3 Entrevista al vicerector de la Universitat de Girona	51
15.5. Fitxa de les accions extesses.	53
15.6. Taula de 'Stakeholders'.	64

1. Denominació: La Dansateràpia de Bachata i Salsa Aplicada a la Integració Social: Projecte Cultural

Aquest títol està enfocat, serveix com a guia i mostra la importància d'aquest projecte de final de grau. Hi ha tres conceptes clau que constitueixen aquest treball: dansateràpia, integració social i projecte cultural. El títol és clar, explicatiu i és temptador perquè ofereix un ampli marge de desenvolupament de l'obra redactada. Només amb la lectura del títol, la gent pot esbrinar la naturalesa de l'obra i pot estimular el seu interès per ella. 'Teràpia' subratlla que l'atenció està en l'aspecte psicològic de la dansa; i 'Integració Social' apunta precisament de què es tracta i la problemàtica. Per exemple, la referència a un "projecte cultural" suggereix que la cultura també pot ser una eina acomodadora i potencial i li obre una altra dimensió. També, destaca la part que consisteix en la pràctica, on es llueixen els aprenentatges del grau de Comunicació Cultural.

2. Descripció general:

Les seccions del resum, les paraules clau i de metodologia, ofereixen una visió general aclaridora del projecte completament, alhora que revelen als lectors les limitacions i el mètode adoptat al respecte, per entendre les decisions preses.

2.1 Resum:

La creació d'un projecte cultural relacionat amb la dansateràpia, que és terapèutica, que proposa una activitat lúdica des del punt de vista de la integració social del treball social. Aquest projecte pretén consolidar i crear vincles dins d'un grup de membres que provenen de diferents orígens culturals i edats, però que no es coneixen abans de participar en aquesta activitat, aprofitant l'expressivitat i la creativitat de tota una branca artística. Es tracta d'un curs curt, de quatre dies al mes durant un trimestre, implementat en una aula cultural gironina i en una part de la costa de Platja d'Aro, que consta d'atenció i d'un seguiment. El projecte s'inspira en una comunitat de Dansa activa d'estudiants ERASMUS a Coïmbra, però és aplicable a un grup no tan específic. La proposta dinamitza la cultura comarcal i millora la qualitat de vida dels voluntaris, fent-los desenvolupar habilitats. Per tant, és una estratègia innovadora que junta els coneixements assolits en el grau de Comunicació Cultural, d'una manera interdisciplinària.

2.2 Paraules clau: dansateràpia, integració social, projecte cultural.

3. Introducció

La justificació i les preguntes de recerca construeixen una base i una guia de treball, contextualitzant i ensenyant el potencial del projecte cultural viable i específic.

3.1 Justificació

La justificació conté el motiu professional analitzat i les motivacions personals per dur a terme el treball.

La poca importància que es dona a la integració social és un problema, ja que som éssers humans sociables. Uns àmbits beneficiosos infravalorats són la cultura i la dansa, que complementats amb la integració cultural, l'oci i esport poden resultar resolutius i útils. Factors com la introspecció, els canvis culturals i la falta de recursos i d'informació comporten una dificultat de socialització. La dansateràpia, ajuntada amb unes bases de cultura, pot ser una arma que pot servir com a alternativa per aconseguir satisfacció com a ciutadà. Malgrat que soc conscient que la dansateràpia, la musicoteràpia i l'artteràpia són tres terrenys similars que estan relacionats, aquest Treball de Final de Grau no es pot centrar en els tres conceptes i, en conseqüència, he escollit el que més m'interessa que és la dansateràpia. Aquest tema m'ha tocat molt de prop perquè de petita vaig tenir problemes d'integració a l'escola per la timidesa i per la falta de confiança, fins que certes activitats com el ball em van fer sentir més admirada i empoderada. Sobretot, jo mateixa he pogut comprovar els beneficis d'aquesta art en la meva última aventura, un ERASMUS que vaig fer a Portugal, on va haver-hi una inesperada comunitat de ball que va formar tot un projecte cultural que va traspasar les fronteres de l'àmbit universitari. D'aquí sorgeix la motivació del treball que proporciona autenticitat i passió pel tema escollit. Ballar sempre ha produït connexions, diversió, unions... en definitiva integració. En un lloc que és o no és el teu lloc d'origen fan falta aquestes activitats i he observat que a la província de Girona no són tan conegudes ni promogudes pel simple fet de fer oci o teràpia, sinó que estan vinculades a altres interessos, merament econòmics o per convalidacions per exemple universitàries. La dansateràpia, com indica la paraula, té beneficis físics i psíquics, ja que un ha d'estar bé amb si mateix per a la vegada estar en harmonia amb el seu entorn. Aquest projecte pot inspirar altres futurs projectes a integrar la dansateràpia en diferents contextos perquè és una branca variable. Finalment, també és interessant la combinació interdisciplinària entre l'àmbit cultural i artístic amb el social. Fins i tot aquest projecte cultural podria aconseguir noves polítiques públiques, i per tant ajudes econòmiques per exemple per part del govern. En conclusió, el treball, com a proposta de projecte cultural, abraça la dansa des d'un punt de vista pràctic.

3.2 Les preguntes de recerca:

Les preguntes de recerca orienten el coneixement plasmat en el marc teòric conceptual.

P1: Quin paper té la dansateràpia en l'educació?

P2: Quins beneficis ha portat la dansa llatina en la integració social?

P3: En quins contextos la dansateràpia pot ser efectiva en la integració?

P3: Quin tipus de professionals són necessaris en les sessions de dansateràpia aplicada a la integració social?

P4: Quines etapes hi ha en el procés de la dansateràpia en la integració?

P5: Quin paper té la dimensió cultural en la dansateràpia?

P6: Com es poden mesurar els resultats de la dansateràpia en la integració social?

P7: Com seria un projecte cultural de dansateràpia aplicada a la integració social en l'àmbit de la comarca gironina?

3.3 Objectius

Els objectius enfoquen el treball de final de grau i són claus per definir el seu èxit.

L'objectiu general és aplicar la dansa en la integració social en un projecte cultural.

OE1. Estudiar la dansateràpia en profunditat.

OE2. Investigar projectes anteriors de dansa aplicada a la integració social.

OE3. Crear una nova proposta de projecte cultural de dansateràpia, de bachata i salsa, aplicada a la integració social.

OE4. Avaluar si el projecte cultural és viable.

4. Marc de referència

El desenvolupament d'aquest treball de final de grau és dialèctic. El registre és formal i de fàcil comprensió. El marc de referència està constituït per una part teòrica i una pràctica.

4.1 Marc teòric- conceptual

El marc teòric conceptual engloba els conceptes de les paraules clau, la relació entre aquests mots i referents anteriors de projectes similars.

4.1.1 La dansateràpia

Segons Strassel, J. K., Cherkin, D. C., Steuten, L., Sherman, K. J., i Vrijhoef, H. J. M. (2011), "la dansateràpia és una activitat plaent i alegre que utilitza el moviment psicoterapèutic per donar suport a la integració cognitiva, emocional, física i social d'una persona. La dansateràpia pot ser útil per persones amb discapacitats del desenvolupament, mèdiques, socials, físiques, d'aprenentatge o psicològiques, de

manera que pot ser una intervenció especialment valuosa per ajudar persones a mantenir-se sanes i connectades amb els altres, per millorar l'autoestima i concretament per millorar la qualitat de vida de les persones amb malalties cròniques" (pp. 50-59).

Al respecte, Altern Ther Health Med (2005), menciona que "la dansateràpia s'ha de considerar com una teràpia complementària per a condicions on no es respon bé davant els tractaments mèdics convencionals " (Citat per Strassel, J. K et al., 2011, p. 50). Lugo (2012) explica que la dansa és terapèutica perquè ens fa sentir adolescents i que cada pas après és un repte que es pot superar. Per tant, l'autora veu el ball com un ritual compost per la intimitat de l'ésser (p. 1). Com assenyala Chirinos-Lizarraga, , Reyes-Tejada, Ventura-León, & Reyes-Bossio (2022), les institucions han de fomentar la intel·ligència emocional dels participants a través de la dansateràpia, o d'altres teràpies artístiques, ja que és un mètode eficaç per millorar l'esfera personal a l'hora d'entendre les emocions (p. 184).

Tanmateix, Fernando Servin (1996) demostra que "la dansateràpia permet un aprenentatge més veloç i profund perquè incrementa el desenvolupament neurològic a través d'associar un concepte a un moviment" (citada per Tello ,A. , 2004, p. 1).

Laban (1987) descriu la Cinestèsia com "l'espai personal del ballarí amb un mateix centre sempre i amb límits delimitats pels segments del cos, tenint en compte el disseny de l'estil de dansa" (p. 101). La dansateràpia demostra que la dansa és interdisciplinària perquè causa interès en altres àmbits diferents de l'art, com per exemple en la psicologia. El cos és una via d'informació, de cura i de manifestació física i mental. A través de postures i moviments es poden detectar les tensions dels participants, concebre la unificació de cos-ment i contribuir a millores de salut (Wengrower, 2013).

4.1.1.1 Dinàmiques de dansateràpia

Joyce (1987) recorda que calen espais amplis, si pot ser amb un mirall, professionals qualificats i un bon ambient per aconseguir una dinàmica de dansateràpia efectiva. Segons Coll (2006), un grup diferenciat s'ha de mirar com una possibilitat positiva de desenvolupament general i no com una dificultat (citada per Latas, M. Á. M., & Monclús, G. J. , 2011, p. 16). Un bon guia de dansateràpia ha de tenir: positivitat, observació, senzillesa, alegria i talent, i ha de tenir en compte variar els passos, triar bé la música i animar als participants amb paraules de recolzament. Alguns aspectes que es poden valorar en els participants són la realització de passos i figures, l'agrupació, la coordinació, les habilitats teatrals, etc (Sánchez, 2014, p. 233).

En una pràctica de dansateràpia es pot incloure la cultura. El context històric i la localització geogràfica del ball expliquen el seu origen i la seva societat i cultura. La valoració de la dansa, la seva llengua i el seu ritme de compte matemàtic també són

fonamentals per afegir la part culta a les dinàmiques. Per altra banda, cal ensenyar les nomenclatures concretes de la dansa a l'alumnat i motivar-los a practicar fora de l'aula per a millorar la seva destresa (Sánchez, 2014, p.259).

4.1.1.2 La dansateràpia en l'educació

La dansa com a element pedagògic s'alinea especialment bé amb l'educació física i l'educació musical per oferir més probabilitats d'integració i de reciprocitat amb el grup classe, gràcies al seu vincle històric i a les connexions úniques implicades en el moviment humà. Les etapes d'un ball artístic són: crear, executar, respondre i connectar. Diversos tipus d'inputs obren la ment dels estudiants, com per exemple diferents estils de dansa. Tot i que la dansa creativa ja té èxit, els gèneres culturals destacats de la dansa en l'educació són: el ballet, el jazz, el claqué, la dansa contemporània i la dansa de saló. En atenció a això els balls llatins encara no es practiquen suficient en àmbits educatius. Aleshores, els ballarins i els educadors físics poden fer una interessant col·laboració perquè aquestes dues disciplines són diferenciades però complementàries. Els professors poden considerar aquesta opció per ampliar continguts en el currículum escolar i per desenvolupar més diversitat d'habilitats en els seus alumnes (Cardinal, 2015, pp. 3-7).

Com apunta Lloret (2009), "cal incorporar l'afectivitat, les respostes emocionals, els valors socials, la creativitat i la corporeïtat en l'educació per aconseguir una evolució saludable de l'ésser humà. L'art ajuntada a l'educació pot millorar la tolerància i augmentar els valors pacífics" (p. 82).

La dansateràpia aplicada a les escoles promou la 'integració nacional' a Singapur, després de la seva independència el 1965. Els valors implícits de la dansa a l'aula beneficien els alumnes a l'hora d'entendre continguts i de formar un ideal de societat activa. Bailey emfatitza als professors que no han de donar la matèria d'una forma absolutament tècnica i estricta (2000, p. 109). Els mestres han de fomentar la dansa com a activitat curricular i extracurricular, ja que, aporta autoconfiança, curiositat, coratge, persistència i compassió. Algunes lliçons de dansa poden ser les habilitats de resolució de problemes, la comprensió intercultural i la creativitat i un exemple de valor que es pot adquirir és la disciplina com a ciutadà responsable. En altres paraules, la dansa difon la cultura i la tradició de manera que els ballarins s'identifiquen amb les seves. Així doncs, els diferents gèneres de ball incorporen diferents orígens i herències culturals, promoguen així l'interculturalisme (Keun, L. L., 2017, pp. 109-124). De manera que, una persona a partir del ball es pot aproximar a una cultura diferent de la seva i així, es torna més cultivada (Sánchez, 2014, p. 118).

En el cas de la democràcia israeliana, la dansa empodera a grups exclosos en les escoles. És a dir, s'implementen uns tallers amb moviment perquè cada grup cultural se senti representat i inclòs. Per tant, es promou la sensibilitat cultural cap als

companys i el ball emfatitza la cultura i la identitat. El reconeixement cap a l'altre justifica la bondat d'aquest exercici cultural (Diab & Yehuda, 2007, pp. 3-14).

Tot i això, l'ensenyament de la dansa està més emfatitzat en l'educació infantil, no obstant es considera més en moments puntuals com ara en les festes escolars, fins i tot, se sol barrejar amb el joc i amb eines TIC (Sánchez, 2014, p. 84). Les danses aconsellables pels nens són l'espontània, que propicia la creativitat i l'expressió sensorial i raonada i la formal que està basada en la imitació, la repetició i la memorització (Bucek, 1992, p.39).

4.1.1.3 La dansateràpia de balls llatins

Els balls llatins, sobretot la salsa i la bachata, s'han posat molt de moda actualment arreu del món. Colbert (2007) afirma que els balls llatins poden desenvolupar emocions intenses a qui els practica. Els balls llatins tenen origen grec, s'executen en parella i comuniquen emocions. Aquestes danses destaquen el ritme i la tècnica i aporten els beneficis d'un exercici cardiovascular. Tanmateix, milloren la coordinació i l'equilibri. Es relacionen amb una atmosfera animada i amb una possibilitat de socialització i de teràpia (Citat per González López, K.H., 2021, p.19).

Márquez, Wilbur, Hughes, Berbaum, Wilson, Buchner i McAuley (2014) opinen que la dansa llatina també és un repte mental i concretament, la salsa i la bachata són estils de dificultat moderada. Citro (2012) apunta que la salsa emfatitza la col·lectivitat i implica sensacions i semiòtica amb un component de l'experiència (Citat per González López, K.H., 2021, p.20).

Hernández (1995) contextualitza que la bachata neix del bolero i va ser una via d'escapada de la crisi a República Dominicana. Va ser formada per pagesos pobres que anaven a les ciutats. Román-Velázquez (1999) expressa que els ballarins experimenten la música i la música els experimenta a ells amb el cos (Citat per González López, K.H., 2021, p.21).

Subiabre (2013) avalua que la salsa és més difícil que la bachata per la seva complexitat instrumental. El repte de la salsa també resideix en dominar el pas bàsic format per dos passos curts i un llarg, de manera seguida i en el temps de la música. (Citat per González López, K.H., 2021, p.22). La salsa és un "ball afroamericà" (Quintero, 1999, p. 22).

4.1.2. La integració Social

La integració social és un utensili que millora l'educació i la cultura a partir de canvis (Richards, H. , 2012, p. 4). La integració social és l'antònim del menyspreu, l'exclusió i la repressió (Lloret, 2009, p.80), concretament: la violència, els lladres, la falta de feina, les dificultats per malalties mentals i per excés de drogues, els intents de suïcidi, les mares sense parella... Els problemes d'integració social apareixen en classes socials tan pobres com riques per manca de responsabilitat (Richards, H. ,

2012, p. 6). Els estudis de Émile Durkheim (1858-1917) demostren que la integració social evita la marginació en general i l'egoisme que la causa (Citat per Richards, H. , 2012, p. 6). Segons Durkheim (1897, 1893), els humans comparteixen símbols culturals i rutines normalitzades per sentir-se integrats socialment, dins d'unes normes legitimades (Citat per Richards, H. , 2012, p. 7).

Actualment, existeix un sistema de societat modern mercantil que no tendeix a la integració social, per contrarestar això s'aplica l'educació i la cultura, com s'ha esmentat anteriorment. Per justificar això, Durkheim exemplifica que en les zones menys modernes la taxa de suïcidi és menor. Altres actuals problemes són el racisme, la desigualtat de gènere i el control excessiu a l'individu (Richards, H. , 2012, pp. 7-9).

4.1.2.1 Tipus d'integració social

Werner Landecker (1951) distingeix quatre tipus d'integració social, per exemple "la integració funcional és la que està relacionada amb l'economia" (Citat per Richards, H., 2012, p.8).

Aquest projecte està enfocat en la integració cultural. "La integració cultural està formada per sentits de vida, símbols i reglamentació" (Citat per Richards, H., 2012, p.8). Blanco (1999) recalca que la UNESCO utilitza la cultura i l'educació inclusiva com a eines per aconseguir la integració social, per exemple promouen la igualtat, el respecte a característiques i necessitats individuals i la valoració cap a l'altre a través de la convivència. La cultura permet la participació plena del ciutadà en la societat i així doncs en la vida pública. Les diferències socials tenen a veure amb el nivell econòmic, les culturals es diferencien per la divisió entre cultura majoritària i cultures minoritàries i les culturals s'analitzen mitjançant un nivell de capacitat, per exemple intel·lectual. Per tant, l'atenció a la diversitat cultural en l'educació deriva d'una reformulació del currículum, del mètode i de l'ordre de les institucions educatives. L'educació ha de ser ample i no limitant (pp.1-15).

Landecker (1951) també explica que "la integració normativa consisteix en càstigs i motivacions amb relació a les normes de cultura", i que "la integració comunicacional té un intercanvi de significats entre una cultura" (Citat per Richards, H., 2012, p.8).

4.1.3. La dansateràpia aplicada a la integració social

Les noves sensibilitats del ball derivades de les avantguardes han fet possible l'accés al ball a una gran varietat de persones, per exemple les que tenen una discapacitat funcional no ben adaptada en el seu entorn que opten per la dansateràpia en centres de rehabilitació. L'expressionisme va prioritzar l'alliberació del món interior per sobre d'una tècnica perfecte, i la dansa contemporània es va inspirar en aquest moviment, que té molts usos estètics. Per tant, l'art no es pot separar de la seva història social, perquè és un reflex dels esdeveniments

contextuals i dels artistes, i va formant noves formes d'expressió. Els artistes fins i tot, prediuen les noves tendències. Com a resultat, la dansa ofereix punts de vista nous. Les arts escèniques tenen la característica de l'acció física en el moment. A més a més, la dansa i la música coexisteixen en una dimensió social en l'anomenada musicoteràpia (Lloret, 2009, pp. 82-83). De fet, la dansa pot servir per entendre conceptes musicals, com per exemple el ritme viu, l'agudesa d'oïda i la identificació de instruments diferents, i hauria de ser més valorada en el currículum del sistema educatiu. Pel que fa a cançons, els gestos similars a la lletra interpretats amb moviment intensifiquen el significat del text cantat. Doncs, cal remarcar la possibilitat d'afegir la dansa en composicions cantades o tocades per a instruments. (Sánchez, 2014, pp.31-118).

La professora María Fux veu la dansateràpia com una autorealització a través del 'jo puc' i de la connexió amb el cos. Inclús alguns dels seus alumnes van ser no oients, persones amb algun problema mental, gent gran i autistes. Aquesta professora ha aconseguit crear canvis en la gent, no atenent com un metge, sinó motivant a les persones a potenciar el que ja tenen (Lloret, 2009, p. 88).

La dansateràpia no necessita gaire el llenguatge verbal, sinó més aviat la comunicació corporal, segons per a qui, això es pot tractar d'un punt a favor. Aquesta característica obre la ment en el sentit que no totes les interaccions i els coneixements sobre les personalitats dels altres han de ser verbals (Lloret, 2009, p. 93).

4.1.3.1. Beneficis de la dansateràpia en context social

La teràpia de dansa pot proporcionar adaptacions a un canvi mitjançant l'empatia, la interacció, la consciència, la creativitat expressiva i el moviment relacional. Incús, pot millorar les seqüeles d'un trauma psíquic treballant la part dreta del cervell (Pierce, 2014, pp. 7-15). Els traumes solen estar vinculats a aferraments desorganitzats o ansiosos i una dificultat per superar-los és no saber expressar-nos. La dansateràpia a través de la identificació de sentiments pot ser un gran suport, mitjançant espais, materials complementaris, històries i algun objecte significatiu del problema. Aquesta aplicació posttraumàtica pot ser aplicada a casos de la presó com a promotora de la salut mental (Miras-Ruiz, 2018, pp. 191-205).

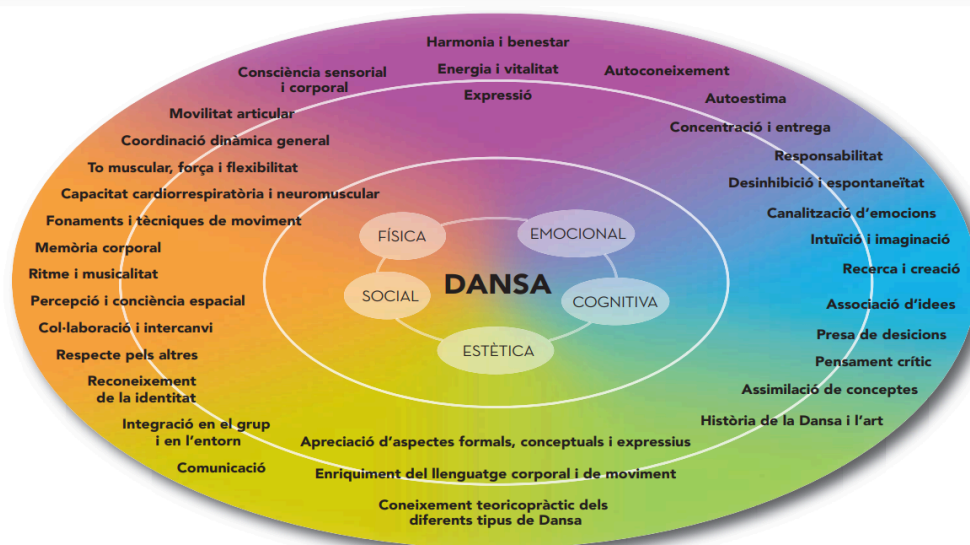
Bourdieu (1991 [1980]) presenta el cos com "una entitat inqüestionable naturalitzada" i afirma que "l'autoconeixement del cos serveix per aprofundir l'anàlisi de la seva centralitat en la vida social" (citada per Mora, A. S, 2007, p. 332). La dansa no només és estètica sinó que té unes funcionalitats, segons els estudis cognitius i sensorials, i expressa significats no convencionals a través de les percepcions visuals intencionals. Però, és difícil que la dansa provoqui al públic totes les reaccions afectives desitjades (Astobiza, 2016, pp.298- 304).

El nivell de teràpia que la dansa pot oferir arriba a tal punt de, per exemple, poder ajudar a dones que pateixen càncer de mama, concretament, en una millora del propi cos i de les relacions interpersonals. Les dones poden exterioritzar dolors i pena a través del ritme del moviment, creant art. També han aconseguit acceptar el seu nou cos i s'han vist identificades les unes amb les altres. Els principals sentiments sentits en aquest projecte són la por i la gratitud de l'ara. El benestar personal millora la immunologia del cos. En la dansateràpia els participants s'entreguen, es redescobreixen i són capaços de canviar emocions en una activitat diferenciada i conscient del cos. A més a més, la dansateràpia revela noves maneres de 'poder ser', inclús sense un símbol femení com és el pit (Forte & Bueno, 2016, pp. 151-163). Conseqüentment, la dansateràpia pot comunicar vivències que enriqueixen el coneixement d'altra gent (Sánchez, 2014, p.107). Amb tot això, els efectes de la teràpia en l'art van estar reflectits com una ajuda social en la dura pandèmia de la Covid-19, ja que l'art escènica va servir per proporcionar benestar reduint l'estrès i promouen la cura pròpia i cap als altres. Les arts van oferir experiències per generar canvis positius amb èxit i empoderament (Echarri, 2022, p.83).

Així que, el ball és una oportunitat que aporta espontaneïtat, autodescobriment, lliurament de la tensió corporal, aptituds de col·laboració d'un grup diferenciat per aconseguir un mateix objectiu, competències matemàtiques, esforç i respecte. Tanmateix, la dansateràpia serveix per exterioritzar el fet racional, més que per a formar professionals ballarins. Així que, el ball torna les persones més competents. (Sánchez, 2014, p.118-136).

A la figura 2 es pot observar els beneficis que aporta la dansa en la seva dimensió física, emocional, social i estètica.

Figura 2. Els valors de la dansa (Tragant, 2009: 6)



4.1.4. Referències rellevants de casos anteriors

Arreu del món existeixen activitats efectives de dansateràpia aplicada a la integració social cultural. Aquest treball d'investigació s'ha inspirat en una llista de referències.

4.1.4.1 Erasmus Student Network de Coïmbra

L'empresa Erasmus Student Network de Coïmbra ha resultat la influència més gran d'aquest projecte perquè l'autora d'aquest treball ha viscut un ERASMUS a Coïmbra i li ha resultat de gran ajuda, per adonar-se de la importància de la dansa com a teràpia per encaixar en aquest cas en un país diferent i fer amistats noves. En resum, s'ha observat que la dansa travessa fronteres.

Erasmus Student Network, ESN, és una institució formada per donar suport al programa de mobilitat d'ERASMUS, a través d'un estudi investigat per la pròpia organització en 2007 sobre punts de vista, qualitats, activitat en xarxes socials i diferents llengües. L'organització es troba en diversos destins ERASMUS i ha observat que, segons el lloc de procedència, hi ha varietat en motivacions i poder econòmic. Sigui com sigui, els alumnes que viuen l'ERASMUS tornen a casa sent una persona diferent, respectant una cultura diferent i creant xarxes internacionals (Krzaklewska, E., & Krupnik, S., 2008, p.2).

Concretament, l'ESN ha creat una comunitat de WhatsApp dividida en diferents grups d'interessos. Un d'aquests grups està destinat a la dansa, 'ESN Dance Coïmbra', això és senyal que és una eina per la socialització i per la salut dels nous estudiants. Al primer trimestre del curs 2023-2024 es van organitzar dues quedades. La primera quedada es va organitzar en un mirador de Coïmbra l'11 d'octubre. Van participar set persones, tres que estaven al grup i quatre que es van afegir inesperadament. La segona quedada es va produir a una aula reservada del pavelló 3, a l'Estadi Universitari de la ciutat, el 9 de novembre. L'aula estava preparada amb altaveus i el total de participants van ser quatre. Les quedades van ser útils per formar xarxes i connexions a partir d'una passió compartida.

Un 66,7% dels voluntaris del grup 'ESN Dance Coïmbra' no ha patit mai problemes d'integració social, la qual qüestió vol dir que ja participen amb habilitats socials. Tots coincideixen que la dansa és una teràpia, la qual hipòtesis del treball de final de grau es comprova. Un terç dels participants es van apuntar al grup per fer amics, un altre terç per diversió i l'altre per passió a la dansa. El total dels ballarins concorden que la cultura del projecte es veu reflectida en la varietat de nacionalitats. Així doncs, cal potenciar l'explicació del context cultural i històric dels balls llatins. La majoria del grup, un 66,7%, està d'acord en el fet que el grup podria haver estat més útil, de fet, tots han trobat a faltar més participació. D'aquesta manera, la involucració faria la diferència en un projecte cultural. També, la majoria ha conegut a gent nova a partir de les sessions, per tant, el grup ha resultat efectiu en l'intercanvi social. Però, dos terços dels enquestats han criticat que el grup no ha

estat cohesionat, com a resultat, és un factor a millorar (per a més informació, vegeu l'annex 16.1 i 16.3).

4.1.4.2 Danses occidentals al centre cívic de Sant Narcís

Aquest projecte innova en la dinàmica i és efectiu en la cohesió de relacions interpersonals.

L'Associació Universitària de Cultura Occitana té un conveni de reconeixement de crèdits amb la Universitat de Girona i organitza trimestres de dansa de forma gratuïta al centre cívic de Sant Narcís, a Girona. L'horari és tots els dilluns de 19 h a 21 h. El professor David Ripoll Rubau ensenya la cultura occitana a través de sessions dinàmiques i curatives emocionalment. Comença amb una rotllana i després divideix els participants en grups, que van variant, ensenyant-los els passos, per tant, és una activitat interactiva. Tots els alumnes acaben amb un somriure perquè els moviments són divertits. L'activitat és una gran manera de dinamitzar la cultura occitana i el grup ajunta a moltes edats diferents com a repte. Una vegada finalitzat el trimestre es comprova que l'alumne ha assistit a un 80 % de les classes, i de seguit, se li dona un formulari per omplir i se li envia per correu electrònic la música del curs per si vol practicar a casa (Aula de música i dansa tradicional i popular de la UdG, «activitats culturals AUCOC- Associació Universitària de Cultura Occitana», 2024).

Concloent, el projecte és un bon exemple d'integració social a partir de la dansateràpia i la cultura. Els voluntaris formen amistats que continuen fora de l'aula en quedades externes al projecte, i, tanmateix, alguns continuen anant a les aules quan la convalidació de reconeixement de crèdits ja està finalitzada. Aquest projecte ha estat un èxit i així es mostra en un grup cohesionat, en la gran quantitat d'alumnes i en el talent del professor expert en l'àrea (Aula de música i dansa tradicional i popular de la UdG, «activitats culturals AUCOC- Associació Universitària de Cultura Occitana», 2024).

4.1.4.3 Fit Camp Blanes

Aquesta activitat transborda el benestar de la costa i els propòsits saludables d'un grup.

Fit Camp és una empresa que té el lema de 'Tonifica't i Balla' i que està formada per dos entrenadors, Jordi i Emily, amb l'objectiu de fer sentir bé a la gent i millorar la seva forma física a través d'hàbits saludables (FitCamp Tonificate y Baila, 2021).

La dinàmica de l'organització comença per uns estiraments, continua amb uns exercicis bàsics cardiovasculars que tothom de totes les edats segueix i acaba amb una sessió de dansa llatina, que és la part preferida dels participants. L'activitat se situa al poble costaner de Blanes, de la Costa Brava, concretament es localitza a un punt final del passeig marítim i aprofita els beneficis de l'aire lliure i del sol, ja que es

duu a terme a les 10 h del matí els dimecres i els diumenges. L'empresa, a més a més dirigeix cursos de nutrició. De fet, en el seu Instagram personal s'observen sorprenents canvis físics dels participants. Així mateix, es publiquen experiències, promocions i passos de ball.

'Tonifica't i Balla' costa tres euros i es considera un preu barat en el qual el projecte d'aquest treball s'ha inspirat. (FitCamp Tonifícate y Baila , 2021). La parella és inspiradora i ha creat una comunitat voluntària fixa, satisfeta i estable (Tonifícateybaila, 2023).

4.1.4.4 Festival D'Summer Events

Aquest cas mostra creativitat a l'hora d'ensenyar amb actitud còmica i afegint la incertesa i la festivitat del ball lliure. El festival D'Summer de salsa i bachata que va ocórrer els dies 17 i 18 de juny de 2022 a Blanes a partir de les 16 h gratis (Festival D'Summer Costa Brava 2022, 2022).

Les activitats van ser dirigides per l'ajuntament de Blanes i UDS Latin Jam, i van ser ofertes per una gran llista de ballarins com ara Alberto Rica Godoy. El festival, com a fet destacable, va gaudir l'actuació de 'Grupo Extra' i de 'Compota de Manana'. D'afegitó, es van organitzar tallers d'imitació, com per exemple el diferenciat d'Evelyn Viana Lovera 'la negra' que va estar graciós i va sumar un toc dominicà, terapèutic, autèntic i complex. La ballarina es va riure de com els europeus ballen bachata rígids i va ensenyar passos ràpids i curts. (D'Summer Costabrava, 2022).

4.1.4.5 La tècnica de Lynn Simonson

Aquest mètode d'ensenyament corregeix els moviments per evitar danys corporals.

Lynn Simonson, professora de jazz, crea la tècnica Simonson (Burns, M. S., 2005, p.9). La professional explica en el programa de Televisió de 'Eye On Dance' (1988) que la seva tècnica parteix que "els ballarins poden evitar les lesions" (citada per Burns, M. S., 2005, p.10). Simonson provenia d'una família d'artistes i des de petita es fixava en els errors de tècnica dels seus companys ballarins (Burns, M. S., 2005, p.10). Dupont & Schlaich (1993) defensen que "un bon professor ha de saber corregir als alumnes verbalment mitjançant una bona comunicació" (citada per Burns, M. S., 2005, p.10). Simonson va voler investigar més sobre les lesions provocades per la dansa a causa d'una lesió repetida en el genoll. Arnheim (1954) recalca que "els angles del cos, durant la dansa, han de ser els correctes per a cada moviment, sobretot els dels peus" (citada per Burns, M. S., 2005, p.12). Higgins (2023) exemplifica que les lesions de ballet són causades per una postura inadequada i incapaç amb relació a la resistència d'un cos determinat (citada per Burns, M. S., 2005, p.12). Simonson afirma que alguns ballarins ballen en cerca d'un cos perfecte, en comptes d'acceptar el seu per després millorar-ho. La professora defineix els nivells de principiant, intermedi baix i alt i avançat perquè cada exercici té una

durada, un ritme i una motivació diversos; en definitiva, una dificultat diferent (Burns, M. S., 2005, pp.13-14).

4.1.5 Professions de dansateràpia

Els principals oficis són els ballarins, la directora i administrativa, el comunicador i el psicòleg o integrador social.

Els dos ballarins del projecte motiven als alumnes a utilitzar balls sensuals per augmentar l'autoestima i millorar l'erotisme (Palumbo, 2019). El coreògraf ha de transmetre la sensació que el ball que ensenya no és difícil. Per tant, aposta per la tècnica expressiva i vivencial dominant el ritme primer. El nivell de l'aula ha d'anar augmentant (Sánchez, I. G., Ordás, R. P., & Lluch, Á. C. , 2011).

La directora i administrativa d'aquest projecte ha d'estar formada en gestió cultural i les seves tasques són: calcular pressupostos, demanar subvencions, redactar factures i guardar els albarans si escau, quadrar la caixa i analitzar el guany entre ingressos i despeses. D'aquesta manera la cultura es pot valorar igual que es valoren altres àmbits com ara el dret. També, la professional utilitza l'associativitat per exemple amb col·laboracions correspostes i controla el seguiment de l'èxit i benestar dels altres treballadors (Torres, A. L. A., & García, A. P. 2020).

El primer pas per ser directora d'una empresa unipersonal és apuntar-se al Règim Especial de Treballadors Autònoms mitjançant la Seguretat Social. Després, cal donar-se d'alta a Hacienda en l'Agència Tributària (model 036 o 037) i pagar la quota mensual d'autònom a la Seguretat Social. Per últim, s'ha de complir amb les condicions exigides per tenir un becari i fer un conveni amb la Universitat de Girona a la seva plataforma (Chat GPT, comunicació personal, 31 de maig de 2024).

Un comunicador ha de contactar amb les entitats patrocinadores, aconseguir col·laboracions i planificar un pla de comunicació per promoure el projecte.

En alguns casos aquests balls poden causar incomoditats, sensacions o fins i tot sentiments d'atracció, superació o gelosia que requereixen ser identificats i exterioritzats per un psicòleg. Així mateix, cal gestionar les expectatives individuals. En resum, el professional analitza les sinergies i els rols (Palumbo, 2019).

A excepció del psicòleg un integrador social pot consolidar la tesi del projecte i així, ajudar a qui se sent fora de lloc i assegurar el respecte a la diversitat cultural i la igualtat de gènere (Palumbo, 2019).

4.2 Marc pràctic

La proposta de projecte cultural de dansateràpia aplicada a la integració social es desenvolupa a partir de tècniques dinàmiques i favorables pels participants.

4.2.1. Descripció del Projecte Cultural

La descripció general orienta el projecte i la descripció de les sessions és clau per entendre la metodologia i per aplicar els principis i referències al treball pràctic.

4.2.1.1. Descripció General del Projecte Cultural

Aquest apartat inclou: l'objectiu general, les motivacions, els beneficis, l'avaluació, el pla de comunicació i promoció i la sostenibilitat.

Aquest projecte cultural és un conjunt de sessions que té l'objectiu de promoure el sentiment de pertànyer en una xarxa social i d'ajuntar la dansa amb la teràpia. S'espera que tingui una riquesa intercultural i social favorable a qualsevol edat del participant major d'edat. En general, l'activitat pretén impactar en l'autoestima i les habilitats artístiques de cada individu, d'una manera enriquidora, permanent i visible després de la finalització del projecte. El projecte té present avaluar críticament el seu propi èxit, per a mantenir el mateix mètode o modificar-lo.

4.2.1.1.2 Descripció de les sessions

Les sessions són planificades i creatives per assolir els beneficis terapèutics i integradors de la dansa.

Les sessions comencen sempre amb una presentació ràpida de cada un dels participants per trencar el gel, ja que es considera que els participants han d'estar predisposats a tenir una actitud receptiva. Sovint, cal donar aquest espai a persones que tenen ganes de donar-se a conèixer, però que no prenen iniciativa. Aquestes presentacions es faran en rotllana, per reconèixer les cares de tots, i duren en total cinc minuts. Posteriorment, la primera part de la classe és d'escalfament, apte per totes les edats, i està formada per 10 minuts d'estiraments, per preparar el cos per l'activitat física, controlar més els moviments i per activar la consciència del cos, des de les extremitats més petites fins a les més grans. Aquesta primera part s'ha explicat de manera més estesa en l'apartat 4.1.4.5.

Les aules contenen unes nocions teòriques que contextualitzen la història de les danses llatines, explicant d'on venen i perquè són d'aquesta manera i afegint així l'element cultural. Aquesta teoria ha de ser el més breu possible, amb una durada de cinc minuts com a màxim, per no perdre la dinamització de les pràctiques.

La primera lliçó per aprendre un estil musical és dominar el pas bàsic i el ritme. A partir del pas bàsic després s'aprenen les diferents figures. Així doncs, la professora desfà la rotllana, intercala els alumnes i se situa al centre per ensenyar el pas simple durant dues cançons, repetidament, per interioritzar-lo.

La novetat de la dinàmica és que el professor convida els voluntaris a ensenyar, invertint així els papers. Qui té alguna atribució o algun dubte es posa davant a tenir el seu moment amb iniciativa, en un acte genuí de compartir el seu coneixement o talent durant 20 minuts. No es poden repetir les mateixes persones fins que tots els participants hagin passat almenys una vegada com a monitor, per assegurar-se que tothom ha tingut la seva oportunitat de mostrar-se, i per tant per promoure una cohesió. Aquí s'observa que la personalitat i la pràctica proporcionen confiança.

Després, el professor fa parelles, que es van renovant, per ballar lliurement un parell de cançons que poden ser escollides pels ballarins.

Seguidament, el grup es torna a intercalar i la mestra ensenya mitjançant la imitació tradicional durant 5 minuts. Al llarg de tota l'aula, la professora innova utilitzant la metodologia del raonament verbal, que consisteix a explicar per què es fan alguns moviments i que implica cada part del cos moguda per sumar la noció terapèutica.

Finalment, s'aposta per cinc minuts de meditació on l'alumne es pot posar còmode en la posició desitjada. S'aconsella tancar els ulls i permetre's imaginar. La guia enfoca un relat en la respiració i en sentir les sensacions de l'aquí i de l'ara. Aquesta pràctica millora la consciència del cos i les sensacions de benestar que proporciona la dansateràpia grupal. En total, la classe dura una hora com a mínim.

4.2.1.2 Objectius específics del projecte cultural.

Els objectius són 'SMART'¹ davant la desinformació de projectes culturals a Girona i Platja d'Aro i per la poca consciència del poder de la dansateràpia en la integració.

L'objectiu general (OG) és cohesionar grups a través de la dansa.

OE1 Captar entre deu i quinze participants per sessió.

OE2 Ensenyar nocions bàsiques culturals sobre els balls llatins.

OE3 Conscienciar que la dansa és una teràpia.

OE4 Aplicar la dansa com a eina potent d'integració social.

OE5 Provocar la consciència del moviment del cos.

OE6 Promoure la igualtat entre els participants.

4.2.1.3 Mètodes i tècniques d'implementació

S'observa una segona capa d'estratègies més enllà de l'apartat 4.2.1.1.2. La satisfacció dels alumnes implica la seva fidelització o noves incorporacions.

L'espontaneïtat, l'originalitat i la bona comunicació està present quan les parelles ballen lliurement. Amb relació a la teràpia, s'alliberen experiències i sentiments a través del ball i es redueixen les sensacions negatives. Tanmateix, es millora la

¹ Els objectius SMART són específics, mesurables, tangibles, realistes i temporals.

percepció d'un mateix i les habilitats com per exemple la col·laboració i la pèrdua de la por escènica. Finalment, s'inclou una teràpia cada mes per consolidar l'equip i millorar el benestar personal que s'explica a l'apartat 4.1.5.

La integració en aquest projecte està constituïda pel respecte, la igualtat i la sensibilització cultural i de gènere. La contextualització ajuda a entendre els balls a partir del seu origen. El grup s'uneix formant llaços intensificats per una mateixa passió. La crítica i idees dels participants es consideren per millorar.

Algunes innovacions poden ser tapar els ulls de la ballarina perquè es deixi guiar més per les indicacions de la seva parella amb els altres 4 sentits, muntar un càtering a l'acabar una aula per comentar-la o connectar a tots en un fil conjunt i anar desfilant, per exemplificar que estan interconnectats.

També, aquest projecte cultural obre les portes a futurs esdeveniments, com per exemple els famosos 'socials' de la comarca gironina on es practica salsa i bachata i la comunicació amb desconeguts, i a futures quedades fora de l'aula.

4.2.1.4 Avaluació i seguiment del projecte

Aquest punt serveix per analitzar l'èxit del projecte i comprovar la hipòtesis que la dansa té una dimensió terapèutica i social.

Les sensacions del professor també es consideren perquè pot fixar-se si l'actitud dels ballarins és positiva o negativa. Per exemple, es pot analitzar la predisposició o no en ser el centre d'atenció, la pèrdua de rigidesa en el ball o la integració grupal. També, el monitor pot preguntar com se sent l'alumnat.

A l'annex d'aquest treball de final de grau es troben dues enquestes: una encaminada a participants del grup 'ESN Dance Coïmbra', que com s'ha explicat a l'apartat 4.1.4.2 ha estat el principal referent d'aquest treball, i l'altre, avaluativa i de satisfacció, dirigida als futurs alumnes després de finalitzar aquest projecte cultural. Per consegüent, una de les preguntes de l'enquesta de finalització del projecte és esmentar una informació que l'alumne hagi après, per tenir un registre de la noció cultural més recordable.

Un altre seguiment consisteix a valorar la continuïtat dels voluntaris apuntant l'assistència, de manera que, com a incentiu, els que hagin assistit al 80 % de les sessions reben un certificat.

Finalment, una actuació final poden ser indicadors d'èxit per exterioritzar la pràctica treballada i d'eficàcia en el creixement grupal.

4.2.2.1 Procés d'implementació

Els passos d'implementació estan organitzats perquè el projecte cultural sigui viable.

El primer pas és crear la proposta i explicar-la als professionals interessats. La proposta està planificada en els apartats 4.2.2, 8 i al 15.5. A Platja d'Aro fa falta un vistiplau per part de l'ajuntament per poder realitzar l'activitat a una part de la platja. En canvi, a Girona cal el permís del vicerector de la Universitat de Girona, en Ramon Girona Duran, per a reservar una aula pràctica de la Facultat d'Educació.

Així mateix, es procura la col·laboració del gabinet ERASMUS de l'oficina de relacions externes de la Universitat de Girona per promoure el projecte com a proposta de valor i en crítica a la manca d'activitats culturals acollidores des de la institució². El projecte pot oferir utilitat i rendibilitat, ja que la Universitat de Girona no ha tingut en compte la dansa, més enllà d'una activitat de pagament, adjuntada a un conveni amb l'escola Avança per obtenir un descompte, que es fa per guanyar crèdits de reconeixement acadèmic.

L'altra part important és el pla de comunicació per arribar al públic objectiu. En addició, es planteja crear materials físics i digitals com ara un àlbum fotogràfic o vídeos.

Altrament, també cal informar els participants, prèviament a les seves inscripcions, que la didàctica és beneficiosa i que es requereix involucració mitjançant la pràctica esportiva i la comunicació.

Per altra banda, el control del professor i l'enquesta final dels participants són decisius per saber si el projecte es pot repetir millorant-lo. L'enfocament del projecte són les sessions, així doncs, han de tenir qualitat i valdre la pena.

4.2.2.2 Possibles Obstacles i resolucions

Un projecte cultural es pot avançar a les adversitats amb preparació i perseverança.

El primer problema possible és la infravaloració de la dansateràpia. Això es pot evitar educant com per exemple amb treballs de final de grau, una conferència a la Universitat de Girona o a la Biblioteca de Mercè Rodoreda o amb una visita guiada a una sessió del projecte per part de Tretze Cultura.

Un altre possible punt negatiu seria la manca de sostenibilitat. Aquesta dificultat ha estat resolta promoguen el km 0, ja que, el projecte parteix en dues poblacions diferents per reduir possibles quilòmetres. Girona compta amb la línia 7 de l'autobús que passa pels afores de Girona, pel centre i finalment molt a prop de la facultat de Psicologia i Educació de la Universitat de Girona. Així doncs, els estudiants i altres

² Sempre m'ha interessat el tema de l'intercanvi cultural i de sentir-se adaptat. En viure-ho en primera persona, lluito per a més facilitats en aquest àmbit. Faig el que m'agradaria que algú hagués fet abans.

públics vulnerables poden aprofitar el seu respectiu descompte al transport públic. Així i tot, Girona és una ciutat petita. Per altra banda, la platja de Platja d'Aro és curta i es pot accedir al punt de trobada a peu. Tant Girona com Platja d'Aro compten amb estacions d'autobús connectades i algun carril de bicicleta. En resum, el projecte motiva als participants a moure's amb transport públic, a bicicleta o a peu per evitar quilòmetres contaminants.

Es pot canviar el dia de la classe a un altre dia que vagi bé a la majoria o fer-la en línia per evitar desplaçaments si el professor excepcionalment no pot assistir-hi. Cal recalcar que els balls llatins no suposen un xoc cultural, ja que, que estan de moda a la comarca gironina. De fet, les sessions poden alternar el català i altres llengües com el castellà.

Per a cada ambició calen uns diners d'instrument i lucre. Com s'estén en el punt 10, es poden marcar col·laboracions per aconseguir una ajuda mútua. Un altra opció és demanar els diners que disposa la Universitat de Girona per finançar projectes vinculats així com l'ajuda econòmica d'administracions locals.

El cost d'un alumne cada divendres és de cinc euros, a excepció de jubilats, estudiants i minusvàlids amb un cost de dos i mig euros, els quals han de demostrar-ho amb els carnets respectius. Els minusvàlids poden accedir al projecte en cadira de rodes directament al passeig o en ascensor i transport públic en el cas de la universitat. En el cas que no hi hagi suficient lucre s'haurà de modificar el preu en edicions posteriors.

El requisit de participar és la involucració i el respecte. Aquestes dues condicions són advertides el primer dia per evitar cridades d'atenció o sorpreses.

La manca de coneixement sobre la dansateràpia pot ser perjudicial. L'alternativa a aquest problema és ensenyar el professional i als participants d'aquesta eina poc coneguda mitjançant formacions en llocs estratègics explicats a l'apartat 15.5. També, el ballarí sintetitzarà aquest treball de recerca com a curset remunerat.

No complir amb les expectatives dels participants suposaria una reformulació de la metodologia. Es poden aprofitar les respostes de les enquestes finals com a crítica. Un projecte no només ha de tenir un primer èxit, sinó que ha de mantenir l'expectació per la nova edició, per exemple les experiències explicades en el 'face to face' i les xarxes socials del projecte han de continuar actives la resta de l'any.

5. Metodologia

La investigació en comunicació ha estat planificada per etapes en un cronograma. Cal llegir la reglamentació del treball de final de grau i plantejar un estudi de cas.

Primer de tot és necessari identificar el problema de la manca d'activitats d'integració social i la poca rellevància que es dona a la dansa per a solucionar-lo. Una altra adversitat és el poc enfocament dinàmic que se sol donar a un projecte cultural. Seguidament, es formulen les preguntes d'investigació que seran resoltes al llarg del treball (Del Río, 2011).

La revisió exhausta de la literatura és necessària per tenir una base teòrica. Tot això, tenint definits uns objectius clars. El mètode és científic, amb un estat d'art previ i molta investigació, i pràctic en produir un projecte real i dinàmic. La metodologia principal utilitzada en aquesta proposta de projecte cultural és la dansateràpia (Del Río, 2011).

La tècnica que es fa servir és la qualitativa, a través de l'experiència i la recopilació d'informació, i per tant d'un l'anàlisi, i la quantitativa amb dues enquestes. En conseqüència, més endavant, es recopilen els resultats i s'analitzen les dades a partir del seguiment i avaluació final de les activitats de dansa. Finalment, es redacten els resultats (Del Río, 2011).

6. Persones destinatàries

Aquesta metodologia de projecte cultural és aplicable a tothom. Inicialment, el projecte va estar pensat pels adolescents, per proximitat de franja d'edat amb la directora, però es va expandir en un altre grup d'adults i de gent gran. Aquest acotament és degut al fet que el participant ha de tenir una experiència conscient.

Els joves solen tenir més consciència que la seva rutina influeix en la seva vida i més dificultats en sentir-se integrats socialment, és a dir, no ser populars els sol afectar. A més a més, estan en una etapa influenciable en la qual es personalitzen.

Santisteban, T. B. (2014) assenyala que l'adolescència és una fase complicada en la qual els adolescents descobreixen com estimar-se i aconseguir el respecte, i alhora, com afirma (M. Güemes-Hidalgo et al., 2017), la incorporació en grups fora d'un entorn familiar, i per això busquen reconeixement extern. Bueno (2022) estudia que els adolescents tenen por de ser diferents de la resta i per això segueixen unes pautes. (Reyes, I. 1983) suggereix que els adolescents pateixen l'estereotip que són mandrosos, festers i que eviten responsabilitats. Per altra banda, segons Linné, Joaquín (2019), els adolescents també viuen en una era d'immediatesa digital, la qual qüestió els acaba afectant a l'hora de prestar més o menys atenció a segons què i de socialitzar més en un entorn virtual. Llavors, aquesta era ha modificat els valors humans (Aladro Vico, E., Valbuena, F., & Padilla, G., 2012, pp. 27-38).

Altrament, la gent gran o els adults pateixen de solitud o tenen por de patir-la. La solitud en l'edat adulta és complexa i pot ser deguda a un allunyament familiar o propi o a la nul·la participació en activitats positives com per exemple en projectes

de dansateràpia. Muchink i Seidmann (1998) defineixen la solitud com una manca d'apropiació d'una xarxa social o de persones d'afecció. Concloent, la integració social els hi proporciona un sentit de vida i l'acceptació d'aquestes últimes etapes. (citada per Ferrari, V. , 2015, pp.6-24). La soledat pot ser frustrant si no és intencionada. La gent gran té molt temps útil i això és favorable perquè no porten un estil de vida estressant, però, han d'evitar l'avorriment. La vellesa no ha de ser un període dolent i passiu (Ferrari, V. , 2015, pp.17-26).

S'ha decidit separar els participants en dos grups d'edats per evitar divisions no desitjades a dins de la dinàmica, ja que l'objectiu no és formar professionalment. Cal especificar que el grup d'adults s'ajunta al de gent gran perquè és menys probable que estiguin capficats en les xarxes socials per assabentar-se del projecte i perquè a mesura que algú creix es nota menys la diferència d'edat. Com a comprovació d'això, la directora d'aquest projecte ha dinamitzat Cuines Marineres. Aquesta activitat forma part del butlletí cultural del Museu de la Pesca de Palamós i té l'objectiu d'ajuntar diverses edats en un taller tradicional. El resultat d'aquest experiment social ha estat que els joves s'han assegut en una taula a part sense participar en les elaboracions de plats principals i, en canvi, els adults i la gent gran han col·laborat per cuinar-los. En excepció, alguns joves han preparat les postres.

Per aquest mateix motiu, les dinàmiques estan compostes per grups de mínim deu persones i de màxim quinze persones. La quantitat de voluntaris no pot ser superior a l'especificada per cohesionar i perquè el monitor a vegades ha de corregir els moviments individualment en un parell de minuts, i tenint en compte això, el monitor ha de comptar amb el mínim d'imprevistos possibles.

L'objectiu de cada any és assolir la quantitat proposada, sigui fidelitzant el públic anterior o, si és possible, arribant a més gent i ampliar el nombre de grups fins i tot amb estrangers, per ampliar l'estudi i l'experiència en dansateràpia.

En conclusió, en aquesta edició del projecte hi ha dos grups d'edats diferents per a cada població seleccionada, com a màxim seixanta participants en total.

7. Ubicació i zona d'influència

Aquest projecte cultural s'ubica en dues localitats: Platja d'Aro i Girona. La ubicació ha estat escollida enfocada en l'èxit i per la facilitat de recursos.

7.1 Localització

Les ubicacions escollides són el poble costaner turístic de Platja d'Aro i la ciutat tradicional i familiar de Girona.

L'actual oci de Platja d'Aro està relacionat amb el turisme de consum, és a dir, a comprar a les botigues o a sortir de festa i, per tant, hi ha una mancança en la

cultura (element intangible), la qual qüestió es pot potenciar (Vila Montealegre, 2010, pp. 5-36). Per exemple, molts turistes no saben de l'existència de l'església, del castell, del museu de la nina de Castell d'Aro o de la festa major del poble.

L'estació de l'any escollida és la primavera i l'horari és matinal. La proposta de Platja d'Aro està justificada en el fet que és un poble que necessita una dinamització de la cultura i d'activitats d'integració social. La platja és un lloc a l'aire lliure d'energia, natura i de socialització on l'ésser humà es consciencia de la respiració. Per tant, segons Rigat, E. F., Clos, M. L., Giraldo, O. E., Font, À. I., & Romañach, J. L. (2022), "la platja és un actiu comunitari per a la salut" (p. 1).

Girona és una petita ciutat universitària i, conseqüentment, compte amb un ambient proper i amb un intercanvi cultural divers. El projecte es proposa aconseguir l'aula de gimnàstica de la Facultat d'Educació de la Universitat de Girona. Perquè això sigui possible i, tanmateix, hi hagi una comunitat universitària participativa, cal contactar amb en Ramon Girona Duran, el vicerector de la institució.

7.2 Àmbit d'abast

L'àmbit d'abast és la comarca gironina pel desplaçament als punts indicats de Girona i de Platja d'Aro. El projecte també està obert a estrangers. Però l'abast dependrà encara més de la implicació de l'equip i de la promoció efectiva.

Omar El Azzouzi (entrevista personal per correu electrònic, 15 de maig de 2023), estudiant del grau de Comunicació Cultural resident a Girona i amant de la Costa Brava, afirma que els projectes culturals gironins no tenen suficient visibilitat ni tampoc tenen prou treball en xarxa entre els altres projectes culturals. Així doncs, considera que fa falta una promoció adequada i activa. En altres paraules, la majoria d'habitants gironins no saben de l'existència de programes d'integració social i, particularment, no es plantegen aquestes activitats com a via per millorar la vida social i el benestar. El tema de la integració depèn de l'interès de cada un.

La universitat és un lloc eficaç per transmetre informació sobre un projecte cultural, sobretot en els joves.

Anais Mukena (entrevista personal per correu electrònic, 15 de maig de 2023) és una estudiant francesa que va fer ERASMUS a Girona al curs 2022-2023 i que també va visitar Platja d'Aro. Mukena confessa que va descobrir llocs de socialització, de cultura i d'integració de la comarca gràcies al boca a boca d'altres estudiants i que inclús va tenir un tutor que era un alumne avançat per guiar-la.

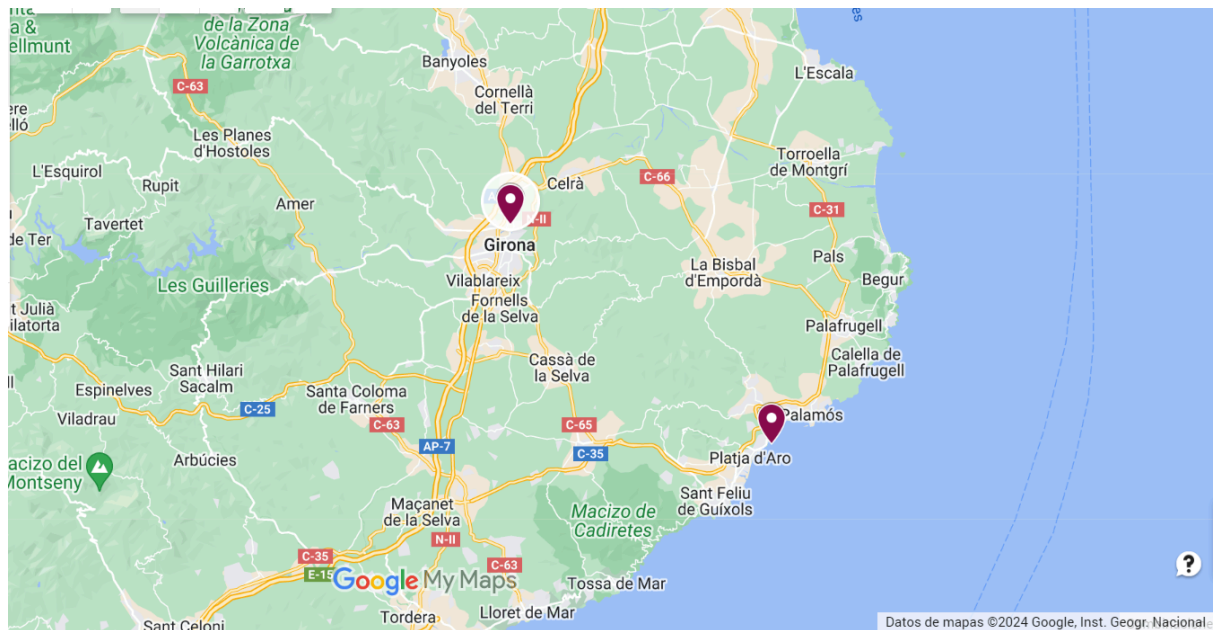
Per altra banda, Valentina Scinaro (entrevista personal per correu electrònic, 15 de maig de 2023), alumna italiana d'ERASMUS a Girona del mateix any que Mukena i fan de la Costa Brava, afirma que es va assabentar de les activitats d'oci a través d'un grup de whatsapp d'estudiants.

Segons Ramon Girona (entrevista personal per correu electrònic, 15 de maig de 2023) l'art en general és un atractiu dels projectes culturals comarcals. Les llengües del català i del castellà formen part de la integració social. Especialment, el vicerector de la Universitat de Girona confia en el poder cultural i d'oci de la província.

7.3 Mapa

Girona i Platja d'Aro formen part de la comarca catalana de Girona. Llavors, la figura 3 d'Esteva (2024) mostra la comarca de Girona.

Figura 3. Mapa de la comarca de Girona, Catalunya, Espanya que assenyalava la ciutat de Girona i el poble de Platja d'Aro (Esteva, 2024).



8. Activitats i calendari

Les accions i el cronograma són eines útils per planificar i dur a terme el projecte cultural aprofitant el temps i els recursos.

8.1 Accions

Les accions tenen en compte el públic i els objectius per l'execució de la proposta.

8.1.1 Taula d'accions

En la taula d'accions s'introdueixen les activitats ordenadament. El 'stakeholder' principal són els participants del projecte per mantenir-lo viu (veure Taula 1).

Públics/ Stakeholders	OE 1: Atingir entre deu i quinze participants per sessió	OE 2: Ensenyar nocions culturals dels balls llatins.	OE 3: Conscienciar que la dansa és una teràpia	OE 4: Aplicar la dansa com a eina potent d'integració social	OE 5: Provocar la consciència del moviment del cos.	OE 6: Promoure la igualtat entre els participants
Públic 1: Participants de Girona i de Platja d'Aro	A.1.1.1: Presentació en aules. A.1.1.2.: Instagram A.1.1.3.: Correus electrònics. A.1.1.4 Festa. A.1.1.5. Cartells A.1.1.6. Dos agents de relacions públiques.	No hi ha accions	A.3.1.1.: Enquestes reflexives i de satisfacció. A.3.1.2. Actuació final	A.4.1.1. Dinàmiques grupals. A.4.1.2: Quedades extra fora de l'aula.	A.5.1.1. Escalfament. A.5.1.2. Meditació.	A.6.1.1. Part expositiva individual obligatòria a les sessions.
Públic 2: Professorat especialitzat	No hi ha accions.	A.2.2.1. Exposició breu.	A.3.2.1.: Formació dels treballadors.	No hi ha accions.	A.5.2.1 Raonament verbal.	A.6.1.2 Protocol d'igualtat de gènere i racisme.
Públic 3: Entitats de promoció	No hi ha accions.	No hi ha accions	A.3.3.1. Xerrada	No hi ha accions.	No hi ha accions.	No hi ha accions.
Públic 4: Col·laboracions	A.1.5.1.: Reunió	No hi ha accions	No hi ha accions.	No hi ha accions.	No hi ha accions.	No hi ha accions.

Taula 1: Taula d'accions del projecte cultural segons els stakeholders i els objectius específics (Esteva, 2024)

Segons mostra la taula 1, la majoria d'accions estan encaminades als participants i als professors que viuen l'experiència. Els patrocinadors es diferencien dels col·laboradors, per més que s'encarreguin siguin encarregats del pla de comunicació, perquè fan funcions diferents explicades a l'apartat 15.5.

8.1.2 Cronograma

Com s'ha esmentat en l'apartat 7, el projecte està pensat per un trimestre format pels mesos de març, abril i maig. L'activitat es fa els divendres. Aquest període és adequat perquè fa bon clima i forma part del segon semestre educatiu.

ACCIONS	Febrer				Març				Abril				Maig			
OE1. Captar entre deu i quinze participants per sessió																
A.1.1.1.: Presentació en aules.																
A.1.1.2.: Promoció a Instagram																
A.1.1.3.: Correus electrònics.																
A.1.1.4 Festa																
A.1.1.5. Cartells																
A.1.1.6. Dos agents de relacions públiques																
OE 2: Ensenyar nocions bàsiques culturals sobre els balls llatins.																
A.2.2.1. Exposició breu.																
OE 3: Conscienciar que la dansa és una teràpia																
A.3.1.1.: Enquestes reflexives i de satisfacció.																
A.3.1.2. Actuació final																
A.3.2.1.: Formació dels treballadors																
A.3.3.1. Xerrada																
OE 4: Aplicar la dansa com a eina potent d'integració social																
A.4.1.1. Dinàmiques grupals																
A.4.1.2. Quedades extra																
OE 5: Provocar la consciència del moviment del cos																
A.5.1.1. Escalfament																
A.5.1.2. Meditació																
A.5.2.1 Raonament verbal																
OE 6: Promoure la igualtat entre els participants																
A.6.1.1. Part expositiva individual obligatòria a les sessions.																
A.6.1.2. Protocol d'igualtat de gènere i en contra del racisme.																

Taula 2: Cronograma de les accions (Esteva, 2024).

Com s'observa a la taula 2, el febrer se centra en la promoció i en la comunicació, el març i abril en el seguiment i en la innovació i el maig en l'anàlisi i la millora.

9. Organització i funcionament intern

En aquest punt cal definir l'equip de treball. S'ha considerat que una persona pot fer-se càrrec d'un parell d'ocupacions per estalviar. Es pot afegir personal en les pròximes edicions si la primera versió del projecte té més èxit del previst.

Clara Esteva Nascimento és la directora i administrativa del projecte. És la més capficada en la gestió i la coordinació perquè és la creadora de la proposta. Tanmateix, no hi haurà diferències d'idees ni malentesos perquè lidera sola.

El comunicador ha de ser un becari de Comunicació Cultural o en excepció d'alguna carrera de la Facultat de Lletres o d'Educació i Psicologia. A part de les tasques esmentades a l'apartat 4.1.5, crea els formularis d'inscripcions i tria els grups. La directora és la tutora de pràctiques. En altres paraules, el comunicador és l'encarregat de posar-se en contacte amb els stakeholders. Finalment, examina el projecte a través de l'enquesta final de satisfacció i ordena els resultats visualment, per exemple en gràfics. Tot això en 240 hores de pràctiques.

Els professors: són Emy Arts, del grup jove, i Alberto Rica Godoy, del grup adult i de gent gran. Han de preparar les sessions, enviar quedades de ball per un grup de WhatsApp, fer un seguiment del projecte amb anotacions i preparar una actuació final. Cristian Díaz i Marius Farnarier són professors suplents i invitats puntualment.

Els docents de Comunicació Cultural poden aportar investigació i coneixements voluntàriament sobre la dansateràpia aplicada a la integració social.

La psicòloga Núria Pérez i Deulofeu liderar sessions mensuals de teràpia després de l'última sessió de cada mes. En aquesta quedada els alumnes poden expressar sensacions o inquietuds i així créixer com a persones. La psicòloga decideix si la sessió és grupal o individual.

10. Pla de comunicació

La Comunicació serveix per articular el projecte cultural i arribar als stakeholders.

10.1 DAFO

La DAFO analitza visualment les fortaleses, debilitats, oportunitats i amenaces.

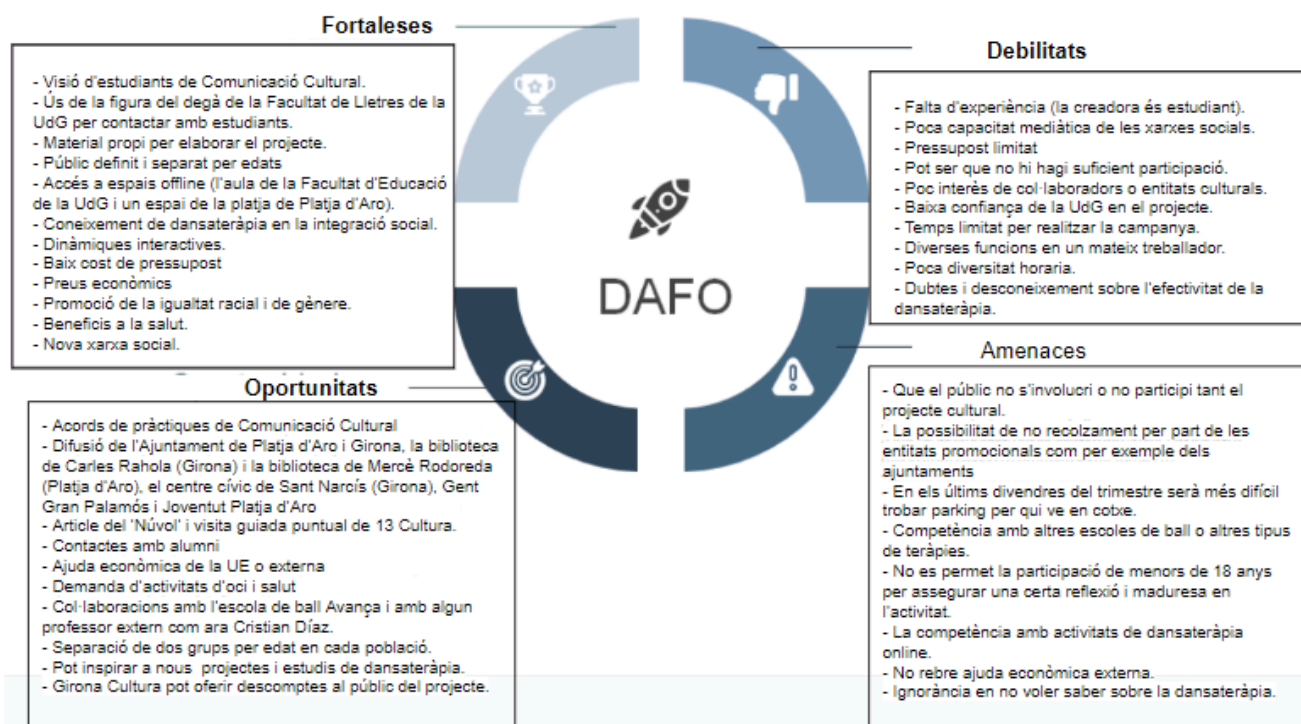


Figura 4. Anàlisi DAFO del projecte cultural. (Esteva, 2024) .

Segons la figura 4 redactada per Esteva en 2024, principalment les fortaleses d'aquest projecte són la qualitat de **recursos** i l'**autoconfiança**, la debilitat és el **baix pressupost**, l'oportunitat és el conjunt de **col·laboradors** i **entitats culturals** promocionals i l'amenaça és la possibilitat de **manca de suport** dels *stakeholders*. (La llista dels *stakeholders* la trobareu a l'annex 15.6.)

L'**estructura participativa** compta amb molta influència però poc interès cultural perquè el seu interès és directiu i permissiu. El **personal docent** és d'alt interès pels seus coneixements i per la seva tècnica, però de baixa influència perquè existeixen oficis i consideracions superiors. L'**alumnat** és d'alt interès, per analitzar els beneficis de la dansateràpia aplicada a la integració social, però, té la influència més baixa perquè són els voluntaris de la proposta. Finalment, les **entitats externes** tenen alta influència i baix interès perquè només són mitjans per arribar als participants gràcies a que compten ja amb un públic consolidat.

10.2 Identitat corporativa

Els objectius artístics i socials contenen l'essència i el motiu de la proposta.

10.2.1 Missió, visió i valors

Aquest apartat inclou els principis, la imatge proposada i el rerefons del projecte.

La missió és oferir un projecte cultural de qualitat sobre la dansateràpia aplicada a la integració en un curset i experiment social d'un trimestre. Aquest projecte disposa d'una investigació de conceptes clau i d'una estratègia comunicativa. L'objectiu és arribar al públic objectiu i formar afinitats entre els membres. El treball procura

revalorar els projectes culturals en el mercat des d'una perspectiva crítica, innovadora i interactiva. Tanmateix, un altre mèrit és fomentar la reflexió social i artística, recollint opinions professionals i experiencials.

La visió és ser un projecte cultural de referència en l'oferta de la comarca gironina, generant aprenentatges artístics, socials i terapèutics. En conclusió, es desitja que el projecte sigui reconegut en utilitat, originalitat i qualitat i crear un espai de col·laboració i d'intercanvi de coneixements sobre els balls llatins.

Respecte als valors, tots els treballadors es comprometen amb el projecte. Es respecta la diversitat cultural, l'equitat de gènere i les opinions constructives. La responsabilitat social està present en el treball en equip i en l'intercanvi d'experiències per aconseguir l'èxit i els propòsits del projecte.

10.2.2 Naming

El nom del projecte és **LatiCura**- Connectem grups units per ritmes llatins.

El terme '*Lati*' fa referència als **balls llatins**, i '*Cura*' resumeix l'objectiu **terapèutic**. '*Lati*' és una arrel abreviada de '*latino*', ja que, és més fàcil i ràpida de pronunciar i perquè els orígens de les danses són els països hispanoparlants d'Amèrica central i del Sud. L'eslògan afegeix la dimensió d'**integració social**. És un bon nom perquè és **original**, **recordable** i té una **sonoritat diferenciada**. També, és un nom **descriptiu** perquè explica el servei ofert i **associatiu** perquè vincula els balls llatins amb l'antídot contra la marginació i la solitud.

10.2.3. Identitat gràfica

La identitat gràfica està composta per un logotip, uns colors, un format de lletra i un visual en xarxes socials. Els *tags* de la marca són: acolliment, connexió i autenticitat.

10.2.3.1 Logotip

El logotip té un disseny exuberant que representa els valors i objectius i que atrau.



Figura 5. Logotip i eslògan del projecte cultural 'LatíCura'. (Esteva, 2024).

El logotip compta amb el nom i l'eslògan. El mot *LatíCura* es divideix en els dos colors de la marca, aprofitant que està format per dues arrels. Cada color apareix en el lloc més indicat del logotip segons la psicologia de colors que s'explica a l'apartat 10.3.3.1. A dalt del nom apareix una parella, en diferents colors, fent honor a la normativa de ball i a la igualtat independentment del tipus de diferències. La cadena simbolitza la connexió. La tireta que surt als peus representa la cura de la teràpia. El cercle que els envolta els ajunta en una atmosfera on s'enfoquen en l'aquí i en l'ara. El dibuix blau d'una persona amb una fletxa cap amunt descriu el progrés i el creixement personal. Finalment, la palmera recorda l'origen dels balls llatins i les maraques destaquen la importància de dominar el ritme (veure la figura 5).

10.2.3.2 Pantone

Els colors seleccionats són de la gamma freda per diferenciar-se d'altres combinacions majoritàries. Aquests colors apareixen en tota la imatge corporativa.

Les característiques del **blau** són HTML: #004AAD, RGB: 0 74 173, HSV: 214° 100% 67% i CMYK: 100% 57% 0% 32%. Aquest to transmet confiança, compromís i inspiració, que són els valors necessaris per entregar-se al projecte i així obtenir un resultat satisfactori. També, revela la seriositat d'un projecte de qualitat. Per tant, afegeix una utilitat a la dansa sense observar-la només des de l'oci.

Les característiques del **verd** són PANTONE: PMS 7481, HTML: #00bF63 i RGB: 0 191 99. El verd es vincula amb la cura, el ressorgiment, l'equilibri emocional i la creativitat, per tant, li dona un toc fresc, exòtic, natural i medicinal als balls llatins.

10.2.3.3 Tipografia corporativa

Les lletres escollides són *Hagrid* (script) i *Roboto* (Sans-serif) i *Arial* (sans-serif).

La lletra *Hagrid* propicia la creativitat i l'expectativa d'èxit. També, proporciona la dimensió artística i transmet les connexions inexplicables a l'aula (veure figura 6).

Figura 6. Font Hagrid en lletres, números i caràcters (Esteva, 2024).

ABCDEFGHIJKLMNŃOPQ
RSTUVWXYZ
Abcdefghijklmñopqrst
uvwxyz
0123456789
(,;:&%€)

Roboto és una lletra nítida, minimalista i atractiva que expressa la innovació i la utilitat del treball. A més a més, és comprensible per a qualsevol públic, transmet desconnexió l'actitud i no té cap decoratiu que desvia l'atenció.

ABCDEFGHIJKLMNŃOPQRSTUVWXYZ
Abcdefghijklmñopqrstuvwxyz
0123456789
(,;:&%€)

Arial és la lletra més acceptada perquè és imparcial i adaptadora en tots els àmbits.

ABCDEFGHIJKLMNŃOPQRSTUVWXYZ
Abcdefghijklmñopqrstuvwxyz
0123456789
(,;:&%€)

10.2.3.4 Disseny de xarxes socials

Les **xarxes socials** són eines efectives per arribar al públic, sobretot als joves. **Tik Tok** és la plataforma adequada per aconseguir **viralització** i **Instagram** és **visual**. S'ha abandonat **X** i **Facebook** per centrar-se en les altres xarxes. Ambdues xarxes seleccionades han de tenir la mateixa foto de perfil i colors dels apartats 10.3.3.1 i 10.3.3.2 per unificar la imatge corporativa.

Figura 7. Disseny provisional del compte de LatíCura a Tik Tok. (Metricool, 2022).

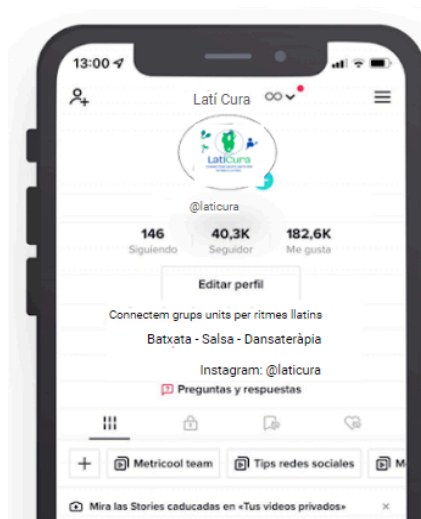


Figura 8. Disseny provisional del compte de LatíCura d'Instagram. (Esteva, 2024).



10.2.5. Missatge i to

El missatge i el to serveixen de suport promocional, sobretot en **publicacions**.

Els missatges en to **emocional** són: “Deixa’t curar mentre gaudeixes de les danses llatines”, “Troba l’equilibri; una mica de teràpia i una mica de balls llatins”, “Teràpia, *bachata* i salsa no són excloents, poden anar de bracet, segueix *LatíCura*”.

Els escrits **col·lectius** són: “Els beneficiats de *LatíCura* s’entreguen a l’experiència amb compromís i col·laboració”, “Per fi ja està aquí el projecte gironí de dansateràpia llatina” i “Porteu músiques i dinàmiques a les sessions de *LatíCura*”.

Els missatges de la imatge corporativa tenen un to **col·lectiu**, ja que es procura la cura a través de la connexió i els vincles, amb un toc **emocional** per enganxar el públic objectiu associant els balls llatins amb el benestar. L’idioma és el **català**

perquè és el més parlat a la província de Girona, però els missatges també es tradueixen en espanyol, francès, portuguès i anglès pels estrangers. Els textos sovint van **acompanyats de músiques** de bachata i salsa a les xarxes socials.

10.3 Pla de difusió de xarxes socials

L'estratègia de promoció s'encaixa en les xarxes socials d'*Instagram* i de *Tik Tok*.

Es forma un **fotomaton** a l'entrada de l'aula o de la zona de la platja amb accessoris relacionats amb la dansateràpia i el logotip. Els alumnes o turistes poden penjar fotografies amb els *hashtags* #laticura i #fotolaticura. També, apareixerà **decoració** tropical com a indicació fins al punt de l'activitat, com per exemple una palmera.

Aquest pla de difusió **no** considera la relació amb els **mitjans tradicionals**, ja que, les notes de premsa pujarien el pressupost. Cal recalcar que si el projecte creix els mitjans tradicionals apropiats serien: el Diari de Girona, el Punt Avui, TV Girona, el Núvol, TV Costa Brava, 324, Flaix FM, Ràdio Platja d'Aro i Ràdio Girona FM. En el cas de les televisions es podria crear un programa cultural del progrés a l'aula o alguna notícia puntual. Altrament, en la ràdio es podria oferir un pòdcast amb els professors coneguts, participants, especialistes en dansateràpia o crítics per debatre, o un test sobre la dansateràpia, aprofitant la interacció telefònica. El premi del test seria una entrada a l'actuació final amb conversa posterior amb la creadora.

El marxandatge tampoc és necessari perquè el projecte parteix de zero i, per tant, encara no és conegut sòlidament. Però, en tot cas el marxandatge serien bolígrafs, bosses, camises i cantimplors. Aquests materials estan relacionats amb l'esport i l'aprenentatge i inclouen el logotip fàcilment.

Concloent, aquest pla de difusió es mesura en visualitzacions, m'agrades, comentaris, seguidors i, per tant, en **interacció mediàtica** efectiva a curt termini.

10.3.1. Estratègies per les xarxes socials

El mes de febrer està enfocat a generar expectació, conscienciar i donar informació. En canvi, el trimestre primaveral consisteix a oferir un seguiment, generant *engagement*, i consolidar la imatge corporativa. Posteriorment, les xarxes socials poden fidelitzar el públic o aconseguir més públic.

El compte d'*Instagram* és interactiu i constant, sobretot a la primavera. El perfil té activat el mode professional per utilitzar eines d'estadística i ser més visible.

El *story* setmanal és un **recordatori** de les sessions del divendres, amb les dades de contacte facilitades, i contingut audiovisual o fotogràfic. Una altra idea és publicar als *stories* una caixa de preguntes de múltiples respostes sobre alguna música dels estils ballats. Aquestes preguntes estan enfocades en el cantant, el videoclip,

curiositats... per contextualitzar els seguidors i involucrar-los. Una altra idea és fer un destacat de difusió que englobi les col·laboracions amb les entitats culturals.

Altrament, els professors de ball estaran presents a l'estratègia a través de mencions, vídeos en directe, etc. També, s'utilitza l'aplicació *Buffer* per programar publicacions ordenades.

Resumint, el perfil d'Instagram té contingut de **qualitat** formal i informatiu i la mètrica concreta són els *m'agrada*, comentaris, visualitzacions i els 'insight'³ del compte.

El **Tik Tok** del projecte té vídeos dinàmics, per exemple el becari surt al carrer per fer entrevistes en les quals faci preguntes de cultura musical, sobre experiències i utilitats dels balls llatins i sobre el coneixement del projecte, entre altres temes. Una altra versió del vídeo consisteix en ballar bachata i salsa pel carrer.

Un altre post seria ajuntar declaracions de satisfacció al llarg del projecte. Així mateix, els professors afegirien tutorials que continguin els beneficis dels passos.

L'impacte de *Tik Tok* es mesura per visualitzacions de vídeos curts, *m'agrada*s, comentaris, guardats, compartits, visualitzacions de perfil i seguidors. Un factor a destacar és que l'aplicació valora les **originalitats**, per tant, és aconsellable variar els formats. Tot i això, el compte se suma a les **tendències** setmanalment durant el projecte. Els vídeos de *Tik Tok* es poden aprofitar a Instagram en forma de *Reels*.

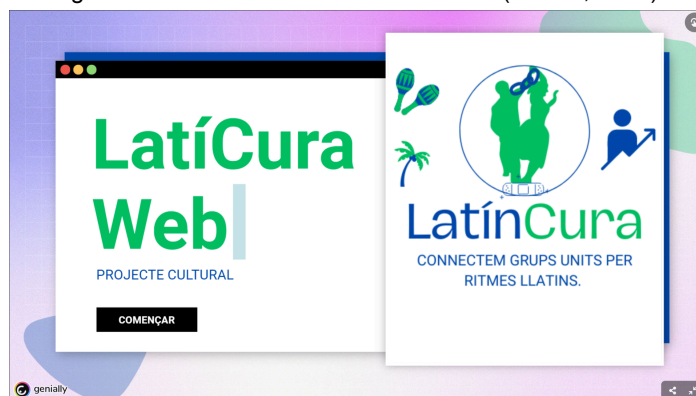
En conclusió, les accions necessàries són la **constància**, les estratègies, com ara utilitzar **hashtags**, **etiquetes** de perfils o la **localització**, i **interactuar**, contestant comentaris, clicant *repost*, seguint i fent col·laboracions.

10.3.2 Pàgina web

El portafolis interactiu <https://erasmublog0.wordpress.com/2024/04/28/laticura/> reforça visualment el projecte i el contacte amb el públic objectiu.

³ Comptes aconseguits- seguidors i no seguidors, comptes que interactuen i total de seguidors.

Figura 9: Portafolis interactiu de LatíCura. (Esteva, 2024).



La publicació interactiva apareix dins del portafolis de *WordPress* de la creadora del projecte, per oferir informació bàsica de manera dinàmica, vinculant-se amb la diversió dels balls llatins. Aquest portal d'hipertext està compost d'una introducció del projecte, la localització, els beneficis, els objectius, el públic objectiu i el contacte. Aquesta aposta promou les eines **TIC** de multimèdia.

La publicació es pot traduir a espanyol, francès, portuguès i anglès, idiomes parlats pels treballadors, en el cas d'èxit turístic. Així mateix, si el projecte guanya ajudes o lucre suficient es pot invertir en la creació d'una pàgina web completa per part de l'empresa Garoina Comunicació.

El portafolis ha de ser un *post* destacat en les xarxes socials corresponents. En resum, la publicació interactiva és fàcil de navegar i llueix la imatge corporativa.

11. El pressupost

Els recursos econòmics són els mínims en ser la primera versió del projecte. No es descarta invertir més en futures edicions.

El guany mínim és de 1.200 euros si s'aplica el descompte en tots els participants, a meitat de preu per ser estudiants o jubilats. S'ha multiplicat quatre divendres per tres mesos, per la quantitat mínima de participants per el preu individual.

Cal tenir en compte que molt material és propi o atorgat per la universitat o per ajuntaments com ara: enquestes, cartells, internet, ordinador, fulls, bolígrafs, projectors, xarxes socials, escenaris, altaveus, micròfon, dues barres de bar (de Montilivi), taules, pancarta, etc.

Les 720 xinxetes costen 6 euros, els 1.000 gotos 20 euros, 100 bocates 150 euros, 500 cerveses 150 euros i 500 aigües 50 euros. La despesa total de material surt a 376 euros. Després, també s'afegeix el cost dels dos ballarins de 3.600 euros en total en els tres mesos. Llavors, el conjunt de despeses dona 3.967 euros, en la qual quantitat si li restem els 1.200 euros de lucre mínims surt 2.767 euros.

Es demanen subvencions a les entitats promotores escollides, fins i tot a la Diputació de Girona, per pagar totes les despeses i acabar amb lucre. La quantitat de la subvenció és de 5.000 euros al ser un projecte petit. Al final, el lucre és de 2.233 euros bruts, menys els costos de crear una empresa unipersonal.

12. Resultats i efectivitat en la integració social

Aquesta proposta s'avalua a partir del seguiment vinculat als objectius específics de l'apartat 4.2.1.2.

L'objectiu específic 1 valora la quantitat de participants objectius atinguts i observa si els grups d'edats són adequats o si el projecte triomfa més en una franja d'edat i si és així s'hauria d'estudiar per què.

Els objectius específics 2, 3, 4 i 5 s'avaluen en el qüestionari obert consentit a final de curs, analitzant la qualitat de les respostes. A més a més, l'objectiu específic 4 també es pot verificar a través de les quedades fora de l'aula i el nivell de col·laboració i cohesió observat en el seguiment del professor/a.

Per acabar, l'objectiu específic 6 s'examina en el nivell de respecte i en la igualtat d'oportunitats, com ara a l'hora de participar, a les aules.

Aquest projecte valora una anàlisi qualitativa final perquè l'enfocament de l'avaluació són les vivències. A més a més, la pregunta 2 del formulari s'interessa pel lloc d'habitatge dels participants per comprovar si el km 0 funciona.

13. Conclusions

La dansateràpia de bachata i salsa ajunta una cura de moviment aplicada a la integració social amb l'alegria i la història original dels balls llatins.

Així doncs, els principals beneficis de la dansateràpia són la cohesió grupal, la identificació i externalització d'un sentiment i l'augment de la immunologia. Aquesta dinàmica de dansateràpia inclou la diversitat cultural a l'aula. La dansateràpia encaixa en nombroses matèries escolars i conscientment en totes les franges d'edat de majors de divuit anys. Els turistes també es tenen en compte. Concretament, el repte dels balls llatins és dominar el ritme i les tècniques. Aquest projecte requereix una participació activa. La principal referència del projecte ha estat el grup 'ESN Dance Coïmbra' gràcies a l'intercanvi social i la diversitat de nacionalitats de l'equip.

El projecte cultural tracta d'un curs de balls llatins de març a maig, per observar una evolució personal i tècnica gràcies a tècniques com l'escalfament per evitar lesions i el raonament verbal. Altrament, el treball s'avalua per guanys econòmics i per avaluacions dels professors formats i dels participants compromesos. Calen permisos dels ajuntaments de Platja d'Aro i Girona identificats prèviament per

implementar el projecte i altres per impulsar-lo. La metodologia és innovadora i variant a les sessions per afegir dinamisme.

S'ha arribat a la conclusió que les sessions han de ser dinàmiques i divertides per consolidar el grup i han de garantir respecte. Cal corregir els passos per evitar lesions sempre respectant el cos de cadascú. Les accions generen expectació, informació, promoció i implantació del projecte i s'ordenen en un calendari.

La directora i administrativa del projecte lidera la comunicació interna per sobre dels ballarins, el psicòleg i el becari. La principal fortalesa del projecte és la confiança, la formació i els recursos humans i la principal dificultat és el baix pressupost d'inici. Els *stakeholders* són els treballadors, el públic objectiu, les col·laboracions i les entitats promotores. La identitat corporativa és unitària, en el logotip, a *Tik Tok* i *Instagram* i al portafolis de l'entitat. Les xarxes socials són constants, ordenades i segueixen les tendències. Finalment, l'efectivitat es valora en interactivitat, en satisfacció i en diners.

Els objectius del treball s'han complert. S'ha estudiat la dansateràpia de balls llatins aplicada a la integració social en profunditat, estudiant les seves referències, i s'ha dissenyat un projecte del tema, en una aplicació pràctica, i que, per tant, és viable.

Aquest treball ha ofert una visió única gràcies als coneixements, experiències personals i en l'enfocament d'un tipus de dansa i en la integració. Aquesta característica ha complert amb els objectius específics 2, 3, 4 i 5, en canvi, l'1 i el 6 necessiten l'execució del projecte a la realitat. Per aquest mateix motiu, es recomana de cara a futures investigacions tenir nous enfocaments, barrejar la dansateràpia amb nous camps i invertir en la seva investigació.

14. Fonts d'informació i referències bibliogràfiques utilitzades:

La citació de fonts es divideix en externes i en pròpies.

14.1 Bibliografia i Webgrafia

- Aladro Vico, E., Valbuena, F., & Padilla, G. (2012). Redes sociales y jóvenes preuniversitarios españoles: los nuevos ejes de socialización y comunicación. Austral Comunicación. URI: <https://rii.austral.edu.ar/handle/123456789/283>
- Anthony, M. (2021). Pa'lla Voy [Video oficial de YouTube]. Recuperat de https://www.youtube.com/watch?v=1EarnVR8_Og
- Arnheim, R. (1954). Art and visual perception: A psychology of the creative eye. Univ of California Press. https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=68hz5phbLMwC&oi=fnd&pg=PR1&dq=+feet+at+a+180%C2%B0+angle+when+in+1st+position+Arnheim+59&ots=2dXT23m5_I&sig=j0xoFQPSrvlyrKcswYZutVgplws#v=onepage&q&f=false

- Associació Universitària de Cultura Occitana. (2024). Activitats culturals AUCOC. Aula de música i dansa tradicional i popular de la UdG. URI: <https://www.udg.edu/ca/estudia/Ofertra-formativa/Altra-oferta-formativa/Activitats-amb-reconeixement-de-credits/detall?id=151>
- Astobiza, A. M. (2016). Filosofía de la danza: Cuerpo y expresión simbólica. [Philosophy of Dance: Body and Symbolic Expression] Daimon, Suppl. Supplement 5, , 295-305. <https://doi.org/10.6018/daimon/268861>
- Bailey, R. (Ed.). (2000). Teaching values and citizenship across the curriculum. London: Koga.
- Blanco, R. (1999). Hacia una escuela para todos y con todos. Boletín del proyecto principal de educación para América Latina y el Caribe, 48(1), 55-72. https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/43270127/hacia_una_escuela-libre.pdf?1456932310=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DHACIA_UNA_ESCUELA_PARA_TODOS_Y_CON_TODOS.pdf&Expires=1706032630&Signature=WhSWz0CJ56Kxv0Ut~Mur2gKwAaGgjZnp26rhBOwRehuApkfvslOb6tvF3B8zfS8R-j5lOnCwOnDoiFJr4ibmZ-SzWZtpjubuwqEcwvBw00UzIESqKqeFG9uMselenX8NkwYaYRSd8QEYPIEaLM35IVaDJvhr0MVoPr0XsdyjIDiEA9F9xS31PZtXf80IVnalZo1S5HFblp04iCJlv1hJgOogKQTXMwSWXaM8T-wl-Q5gm550yJx0Mal8eTjBXglY6HozZc-TAvXPoFMuSZTm2uxgx4N5CxVo~bhZfxZGMLe9VcYX~GJTwnOuWrtjM~CHqH55dITf7hsmUAMgaL37lg__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA
- Bourdieu, P. (1991 [1980]). El sentido práctico. Traducción de Álvaro Pazos. Madrid: Taurus.
- Bucek, L. E. (1992). Constructing a child-centered dance curriculum in The Journal of Physical Education. Recreation a Dance. Nov.-dec., 39-42. https://eclass.uth.gr/modules/document/file.php/ECE_U_163/Constructing%20a%20Child%20Centered%20Dance%20Curriculum.pdf
- Bueno, D. (2022). El cerebro adolescente. Descubre cómo funciona para entenderlos y acompañarlos. GRIJALBO.
- Burns, M. S. (2005). The Simonson Technique: A qualitative assessment of the technique through Laban Movement Analysis. New York University. UMI. <https://www.proquest.com/openview/299d29625749848714c74b7f5320d4c3/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y>
- Cardinal, M. K. (2015). Introducing the Core Arts Dance Standards: Identifying Possibilities for Integration and Reciprocity with Physical Education. Journal of Physical Education, Recreation & Dance, 86(2), 3-7. <https://www.proquest.com/scholarly-journals/introducing-core-arts-dance-standards-identifying/docview/1658759871/se-2>
- Chayanne. (2023). Bailando Bachata [Video Oficial de YouTube]. Recuperat de <https://www.youtube.com/watch?v=dsLjyLn859g>
- Chirinos-Lizarraga, C., Reyes-Tejada, G., Ventura-León, J., & Reyes-Bossio, M. (2022). Programa basado en técnicas artísticas para incrementar la

- inteligencia emocional en jóvenes voluntarios. [Artistic techniques-based program to increase emotional intelligence in young volunteers] *Apuntes Universitarios*, 12(1), 171-189. <https://doi.org/10.17162/au.v11i5.922>
- Citro, S. (2012). "Cuando escribimos y bailamos. Genealogías y propuestas teórico-metodológicas para una antropología de y desde las danzas", en *Cuerpos en movimiento. Antropología de y desde las danzas*, 17-64, Buenos Aires: Biblos.
 - Colbert, D. (2007) *Los siete pilares de la salud. La manera natural para una vida más saludable*. Editorial Copyright.
 - COLL, F.J. (2006). "Recursos de arteterapia en el aula escolar". *Nuevos caminos para la mejora personal y social*. p. 11-22.
 - D'Summer Costabrava. (2022, julio 7). *Simplemente ella @evelynlanegrasalsa sobran adjetivos*. Facebook. <https://www.facebook.com/dsummerfestival/>
 - Diab, K., & Yehuda, B. S. (2007). Dancing between Integration and Exclusion: Voices of Arab Teachers and Students at an Israeli Teachers College. *International Journal of Diversity in Organizations, Communities, and Nations*, 7(4), 147-156. <https://doi.org/10.18848/1447-9532/CGP/v07i04/39381>
 - Schlaich, J., & DuPont, B. (1993). The art of teaching dance technique. (No Title). <https://cir.nii.ac.jp/crid/1130282271273291136>
 - Echarri, F. (2022). El programa QuidArte del Museo Universidad de Navarra: el arte al servicio del bienestar y el cuidado en el contexto de la pandemia Covid-19. *Arteterapia*, 17, 71-84. <https://doi.org/10.5209/arte.79927>
 - El Azzouzi, O. (2023, 15 de maig). Entrevista personal.
 - Eye On Dance. (1988). Nova York. (S)*MGZMD 180. Jerome Robbins Dance Division, The New York Public Library for the Performing Arts.
 - Farnarier, M. (2024). "Als 21 anys em vaig endinsar en el món de l'autoconeixement i el desenvolupament personal". Post d'Instagram. https://www.instagram.com/reel/C3C_94LimGQ/?utm_source=ig_web_copy_link&igsh=MzRIODBiNWFIZA== .
 - Ferrari, V. (2015). *Soledad en la vejez: el adulto mayor y su entorno social como agentes de cambio*. Trabajo final de grado. Montevideo: Editorial UR. FP. URI: <https://hdl.handle.net/20.500.12008/6332>
 - Festival D'Summer Costa Brava 2022. (2022). *Im Joying*. <https://imjoying.com/events/8beabad7-9432-4772-a0f0-fb9cb12b8d5f>
 - Fit Camp Tonifícate y Baila. (2021). ESTE DOMINGO TE ESPERAMOS A LAS 10 AM EN BLANES MUÉVETE Y DISFRUTA DE LA MAÑANA CON FIT CAMP BLANES TONIFÍCATE Y BAILA SOLO POR 3 EUROS ENTRENAMIENTO Y BAILE. Event del diumenge 5 de desembre del 2021 de 10 a 11h CET de FitCamp Tonifícate y Baila. Facebook. <https://www.facebook.com/events/blanes/fit-camp-tonif%C3%ADcate-y-baila/266124705553251/>

- Forte, V.F., & Bueno, C.M. (2016). EXPERIENCIAS DE DANZATERAPIA DE MUJERES QUE HAN SUFRIDO CÁNCER DE MAMA. UN ESTUDIO FENOMENOLÓGICO. Universidade Estadual Paulista (UNESP), Bauru (São Paulo-Brasil). DOI: 10.5209/rev_PSIC.2016.v13.n1.52494.
- Fundación Sgae. (1999). MIRE, Fitxa completa del Teatre Auditori Municipal de Sant Feliu de Guíxols. <https://www.proyectomire.org/web/datosrecinto.php?id=178&d=t&df=63#>
- Girona Duran, R. (2023). Entrevista personal.
- González López, K. H. (2021). Emociones y bailes latinos. Facultat d'Educació de la Universitat de Laguna. URI: <http://riull.ull.es/xmlui/handle/915/23482>
- Goodill SW. Dance/movement therapy for adults with cystic fibrosis: pilot data on mood and adherence. *Altern Ther Health Med.* 2005;11:(1):76-77
- Güemes-Hidalgo M. et al. (2017). Desarrollo durante la adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. Junta Directiva de la SEPEAP. https://www.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2017/06/Pediatria-Integral-XXI-4_WEB.pdf#page=8
- Hernández, D. (1995). Bachata: a social history of a Dominican popular music. Temple University Press.
- Higgins, K. (2023). The effect of toe padding on dancing ballet on pointe. Department of Kinesiology and Physical Education. McGill University. <https://escholarship.mcgill.ca/concern/theses/1g05fj46v>
- Joyce, M. (1987). Técnica de danza para niños. Barcelona: Martínez Roca.
- Quintero, Á. (1999). Salsa, sabor y control. Sociología de la música tropical. México. D.F: Editorial Siglo XXI.
- Laban, R. (1987). *El dominio del movimiento* (J. B. Cuello, Trans.). Madrid. Fundamentos, editorial.
- Landecker, W. S. (1951). Types of Integration and Their Measurement. *American Journal of Sociology*, 56(4), 332–340. <http://www.jstor.org/stable/2771696>
- Latas, M. Á. M., & Monclús, G. J. (2011). Arteterapia para todos: La clave está en la diferencia/Art Therapy for all the pupils: The key lies in the difference. *Arteterapia*, 6, 13-32. <https://www.proquest.com/scholarly-journals/arteterapia-para-todos-la-clave-esta-en/docview/921330723/se-2>
- Linné, J. (2019). Recensión Ruidos en la web. Cómo se informan los adolescentes en la era digital. PAAKAT: Revista de Tecnología y Sociedad, 9(16).
- Lloret, V. G. (2009). Danza e integración/Dance and Integration. *Arteterapia*, 4, 79-96. <https://www.proquest.com/scholarly-journals/danza-e-integración-dance-integration/docview/208958713/se-2>

- Lugo, C. (2012, Jul 03). La Danza es lo que me devuelve a la vida: Cecilia Lugo. Notimex. <https://www.proquest.com/newspapers/la-danza-es-lo-que-me-devuelve-vida-cecilia-lugo/docview/1023338725/se-2>
- Márquez, D., Wilbur, J., Hughes, S., Berbaum, M., Wilson, R., Buchner, D i McAuley, E. (2014). B.A.I.L.A. A Latin dance randomized controlled trial for older Spanish-speaking Latinos: Rationale, design, and methods. Contemporary Clinical Trials, 38, 397-408. Recuperat de: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4123962/>
- Metricool. Disseny provisional del compte de Laticura de Tik Tok. [Fotografia]. (2022). Recuperat de <https://metricool.com/es/optimizar-perfil-tiktok/>
- Miras-Ruiz, R. (2018). "RE-CORDIS. Memoria y Emoción tras las Rejas". Trauma. Arteterapia y Danzaterapia. Salud Mental en Prisión (1ª parte). Arteterapia, 13, 191-207. <https://doi.org/10.5209/ARTE.60477>
- Mora, A. S. (2007). El aprendizaje de la danza en un campo de creencia y de luchas. La perspectiva analítica de Pierre Bourdieu y su contribución a la antropología de la danza. Maguaré, (21) <https://www.proquest.com/scholarly-journals/el-aprendizaje-de-la-danza-en-un-campo-creencia-y/docview/1677600322/se-2>
- Muchnik, E. y Seidmann, S. (1998) Aislamiento y soledad. Buenos Aires: Eudeba.
- Mukena, A. (2023, 15 de maig). Entrevista personal.
- OpenAI. (2024). Resposta de Chat GPT a la pregunta sobre com ser autònoma com a graduada en una carrera per poder tenir un becarí. Comunicació personal. <https://www.openai.com/chatgpt>
- Palumbo, M. (2019). Fluctuaciones de la energía emocional durante las clases de salsa y bachata. cadernos pagu, e195705. pp. 24-26. <https://www.scielo.br/j/cpa/a/mQBxRmMpgVqmwXJjWFmpzpq/?lang=es&format=pdf>
- Pierce, L. (2014). The integrative power of dance/movement therapy: Implications for the treatment of dissociation and developmental trauma. The Arts in Psychotherapy Volume 41, Issue 1. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2013.10.002>. (<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0197455613001652>).
- Keun, L. L. (2017). PROMOTING NATIONAL INTEGRATION THROUGH DANCE EDUCATION IN SINGAPORE SCHOOLS *. Current Politics and Economics of South, Southeastern, and Central Asia, 26(2), 109-124. <https://www.proquest.com/scholarly-journals/promoting-national-integration-through-dance/docview/2191284157/se-2>
- Krzaklewska, E., & Krupnik, S. (2008). The Role of the Erasmus Programme in Enhancing Intercultural Dialogue. Presentation of the Results from the Erasmus Student Network Survey 2007. Article. Retrieved from <http://hdl.handle.net/2099/5767>

- Reyes, I. (1983). Desviaciones caracteriales en niños y adolescentes. Redined. 1. <http://hdl.handle.net/11162/90003>
- Richards, H. (2012). Educación para la integración social. Universitat de Santiago de Xile. Políticas Públicas, 5(2). <https://core.ac.uk/download/pdf/162593741.pdf>
- Rigat, E. F., Clos, M. L., Giraldo, O. E., Font, À. I., & Romañach, J. L. (2022). Planificando una receta azul: los beneficios del mar en la promoción de la salud. *Atencion Primaria*, 54(2). Doi: 10.1016/j.aprim.2021.102253.
- Román-Velázquez, P. (1999). The making of Latin London. Salsa music, place and identity. Londres: Ashgate.
- Sanchez, A. S. (2014). El mestre/a d'Educació Musical en el nou marc de l'EEES: un estudi a partir de les competències professionals. (Tesis doctoral, Universitat de Girona. Departament de Didàctiques Específiques). <http://hdl.handle.net/10803/326735>
- Sánchez, I. G., Ordás, R. P., & Lluch, Á. C. (2011). Iniciación a la danza como agente educativo de la expresión corporal en la educación física actual: aspectos metodológicos. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (20), 33-36. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3713271>
- Santisteban, T. B. (2014) .Adolescencia: definición, vulnerabilidad y oportunidad. <http://scielo.sld.cu/pdf/ccm/v18n1/ccm02114.pdf>
- Scinaro, V. (2023, 15 de maig). Entrevista personal.
- Strassel, J. K., Cherkin, D. C., Steuten, L., Sherman, K. J., & Vrijhoef, H. J. M. (2011). A Systematic Review of the Evidence for the Effectiveness of Dance Therapy. *Alternative Therapies in Health and Medicine*, 17(3), 50-9. <https://www.proquest.com/scholarly-journals/systematic-review-evidence-effectiveness-dance/docview/892742758/se-2>
- Subiabre, M. (2013). Los salseros tienen fiesta: Salsa, baile y escucha musical en Santiago de Chile a finales de los ochenta. *Revista Resonancia*, 32, 47- 64. Recuperat de: <https://repositorio.uc.cl/bitstream/handle/11534/4575/000615082.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Telencuestas. 2021. Cens de població 2021: 'Población de Girona, Gerona, en 2021'. Girona, Espanya. Instituto Nacional de Estadística.
- Telencuestas. 2021. Cens de població 2021: 'Población de Castell-Platja d'Aro, Gerona, en 2021'. Platja d'Aro, Espanya. Instituto Nacional de Estadística.
- Tello, A. (2004, Jul 21). Enseñan danzaterapia a 'maestros especiales'. *Reforma* <https://www.proquest.com/newspapers/ensenan-danzaterapia-maestros-especiales/docview/307365680/se-2>

- Tonificateybaila. (2023). Ponle ilusión, acción y fé. Instagram. <https://www.instagram.com/p/CttPMBPLw66/?hl=es-la>
- Torres, A. L. A., & García, A. P. (2020). Organizaciones Culturales de la Sociedad Civil:: Modelos de gestión cultural y administrativa. Estudios sobre las culturas contemporáneas, 25(50), 47-72. Pp. 66-69. <https://revistasacademicas.uco.es/index.php/culturascontemporaneas/article/view/584>
- Tragant, O. (2009). El dia D. Dia Internacional de la Dansa, 29 d'abril. Els valors de la Dansa. Monogràfic [Figura 2] de El Periódico, 25-04-09. Associació de Professionals de Dansa de Catalunya. https://tragantdansa.com/wordpress/wp-content/uploads/2017/03/PER-LA-NOVA-WEB_Dia_D_2009_Els_valors_de_la_Dansa_b1.pdf
- Universitat de Girona. (2023). Memòria Anual 2022-2023: UdGImpacte. Girona, Espanya: Secretaria acadèmica de la Universitat de Girona.
- Vila Montealegre, A. (2010). La Imatge gràfica de Platja d'Aro: anàlisi i evolució.
- Wengrower, H. (2013). La vida es danza: el arte y la ciencia en la danza movimiento terapia. Editorial Gedisa.

14.2 Referències pròpies

- Esteva Nascimento, C. (2022).
- Esteva Nascimento, C. (2024). "Anàlisi DAFO del projecte cultural". [Figura 4]. Canva.
- Esteva Nascimento, C. (2024). "Disseny provisional del compte de LatíCura d'Instagram". [Figura 8]. Instagram i Presentació de Google.
- Esteva Nascimento, C. (2024). "Font Hagrid en lletres, números i caràcters". [Figura 6]. Canva. <https://www.canva.com/design/DAGBuqwwDdY/ZsKPY1MTpLDN5jE6IbKE5w/edit>
- Esteva Nascimento, C. (2023). "Imatge de la portada. A la figura 1 s'observa un collage del grup de "ESN Coïmbra Dance" practicant danses llatines com a teràpia per a fins d'integració social" [Figura 1]. Erasmus Students Network Coïmbra Dance amb la col·laboració de la Universitat de Coïmbra.
- Esteva Nascimento, C. (2024). "Logotip i eslògan del projecte cultural 'LatíCura'". [Figura 5 en png]. Canva. <https://www.canva.com/design/DAGBuqwwDdY/ZsKPY1MTpLDN5jE6IbKE5w/edit>
- Esteva Nascimento, C. (2024). "Mapa de la comarca de Girona, Catalunya, Espanya que assenyalava la ciutat de Girona i el poble de Platja d'Aro". [Figura 3]. Google My Maps. <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1WM41XStQ2Jk1bG5PpGxJimE6APU51-Y&usp=sharing>

<https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1WM41XStQ2Jk1bG5PpGxFimE6APU51-Y&usp=sharing>

- Esteva Nascimento, C. (2024). "Portafolis interactiu de LatíCura". [Figura 9, Captura de pantalla]. Wordpress i Genially. Recuperat de <https://erasmublog0.wordpress.com/2024/04/28/laticura/>
- Esteva Nascimento, C. (2024). Taula 1: "Taula d'accions del projecte cultural segons els stakeholders i els objectius específics".
- Esteva Nascimento, C. (2024). Taula 2: "Cronograma de les accions".
- Esteva Nascimento, C. (2024). Taula 3: "Acció A.1.1.1: presentació del nou projecte cultural a totes les aules de les facultats de Lletres i de Psicologia i Educació".
- Esteva Nascimento, C. (2024). Taula 4: "Acció A.1.1.2: Promoció del projecte cultural a través dels comptes de Instagram @udglletres i @udgfactorisme, i d'un compte personal de Instagram, @dansaterapia_gir.pda".
- Esteva Nascimento, C. (2024). Taula 5: "Acció A.1.1.3: Correus electrònics promocionals".
- Esteva Nascimento, C. (2024). Taula 6: "Acció A.1.1.4: Festa de difusió".
- Esteva Nascimento, C. (2024). Taula 7: "Acció A.1.1.5: Cartells publicitaris".
- Esteva Nascimento, C. (2024). Taula 8: "Acció A.1.1.6: Dos agents de relacions públiques practiquen Street Marketing".
- Esteva Nascimento, C. (2024). Taula 9: "Acció A.1.5.1: Reunió amb els col·laboradors".
- Esteva Nascimento, C. (2024). Taula 10: "Acció A.2.2.1: Exposició breu sobre la batxata i la salsa".
- Esteva Nascimento, C. (2024). Taula 11: "Acció A.3.1.1: Enquestes reflexives i de satisfacció".
- Esteva Nascimento, C. (2024). Taula 12: "Acció A.3.1.2: Actuació final".
- Esteva Nascimento, C. (2024). Taula 12: "Acció A.3.2.1: Formació dels treballadors del projecte cultural".
- Esteva Nascimento, C. (2024). Taula 13: "Acció A.3.3.1: Xerrada concienciativa i promocional".
- Esteva Nascimento, C. (2024). Taula 14: "Acció A.4.1.1: Dinàmiques grupals".
- Esteva Nascimento, C. (2024). Taula 15: "Acció A.4.1.2: Quedades extra".
- Esteva Nascimento, C. (2024). Taula 16: "Acció A.5.1.1: Escalfament".
- Esteva Nascimento, C. (2024). Taula 17: "Acció A.5.1.2: Meditació".
- Esteva Nascimento, C. (2024). Taula 18: "Acció A.5.2.1: Raonament verbal".
- Esteva Nascimento, C. (2024). Taula 19: "Acció A.6.1.1: Part expositiva individual".
- Esteva Nascimento, C. (2024). Taula 20: "Acció A.6.1.2: Protocol d'igualtat".
- Esteva Nascimento, C. (2024). Taula 22: "Llistat de Stakeholders".

16. Annex

L'annex afegeix credibilitat al treball. Està format per dues enquestes: una que han respost els participants de "*Dance ERASMUS ESN Coïmbra*" i una altra pensada per futurs participants d'aquest projecte per valorar la satisfacció.

16.1 Enquesta als participants del programa "*Dance ERASMUS ESN Coïmbra*"

Els participants són d'Espanya, Turquia i Costa Rica. El formulari és d'opció múltiple, la qual cosa el fa més fàcil i probable de ser respost.

1. Alguna vegada has tingut problemes d'integració social?
 - a. Si- 33,3%
 - b. No- 66,7%

2. Què és per a tu la dansa?
 - a. Un hobby- 0%
 - b. Una teràpia- 100%

3. Amb quina finalitat-motivació et vas apuntar al grup 'ESN Coïmbra Dance'?
 - a. Per fer nous amics- 33,3%
 - b. Per divertir-me- 33,3%
 - c. Per desconnectar- 0%
 - d. Per passió cap a la dansa- 33,3%

4. Has notat l'element cultural de les trobades?
 - a. Si, en la varietat de nacionalitats- 100%
 - b. Si, en la història, el context i l'origen de les danses llatines- 0%
 - c. No- 0%

5. Has notat els beneficis de les reunions i, per tant, trobes útil el grup?
 - a. Si: autoconfiança, socialització, aprenentatge, entreteniment...- 33,3%
 - b. No gaire, podria haver estat més útil- 66,7%

6. Has conegut gent nova?
 - a. Si- 66,7%
 - b. No, ja coneixia als meus companys d'abans- 33,3%

7. T'has trobat amb un grup cohesionat?
 - a. Si- 33,3%
 - b. No- 66,7%

8. Creus que falta alguna cosa al grup de dansa de l'ESN?
 - a. Organització- 0%
 - b. Involucració - Participació- 100%
 - c. Suport extern- 0%

16.2 Proposta de qüestionari de satisfacció del nou projecte cultural.

Una vegada els participants hagin conviscut i hagin estat a gust en una experiència enriquidora farà falta plasmar una reflexió del projecte. El qüestionari és de respostes lliures i esteses, és a dir, sense cap límit d'extensió. Per tant, és similar a una entrevista.

1. Alguna vegada has tingut algun problema d'integració social?
2. Ets de Platja d'Aro o de Girona?
3. Coneixes alguna altra activitat dissenyada per a la integració social a Platja d'Aro?
4. Coneixes alguna altra activitat dissenyada per a la integració social a Girona?
5. Què és la dansa per tu?
6. Amb quina motivació-propòsit t'has inscrit en aquesta activitat cultural?
7. A on has notat l'element de la Comunicació Cultural dins l'activitat?
8. Quina és la teva percepció de la dansateràpia com a eina d'integració social?
9. Creus que és un projecte útil i que aporta beneficis? Justifica la teva resposta.
10. Has fet amistats noves?
11. Menciona una qüestió rellevant que has après amb el projecte.
12. Faries algun canvi a la dinàmica escollida?
13. Consideres que el grup ha estat cohesionat?
14. T'ha servit el projecte per expressar-te més i per prendre consciència del teu cos?
15. Et veus còmode per participar en una quedada final fora de les sessions?
16. Si haguessis de descriure l'experiència en una paraula quina seria?

16.3 Crònica de l'experiència pròpia a les quedades de 'ESN Dance Coïmbra'

Connexions d'integració social a l'ERASMUS de Coïmbra gràcies a la dansateràpia

Es van realitzar dues quedades organitzades per la comunitat de dansa d'Erasmus Students Network al principi del primer semestre universitari de 2023 per a facilitar la socialització dels nous alumnes ERASMUS a Coïmbra, i per tant per promoure la integració social amb fins terapèutics.

La primera quedada es va organitzar a la tarda de l'11 d'octubre de 2023. Com a nova alumne d'ERASMUS estava predisposada a conèixer a gent nova i a fer l'esforç de socialitzar per trobar el meu lloc i el meu cercle de suport en un altre país que no és el meu, però que ho ha acabat essent part de mi amb el temps. La trobada es va dur a terme en el carrer, concretament a un mirador que donava vistes a una festa a la terrassa de benvinguda dels ERASMUS organitzada també per la ESN i a tota la ciutat de Coïmbra. Feia molt bon temps i vaig arribar al punt marcat després de classes. Quan vaig arribar hi havia un noi alemany, en Nico, esperant. Vam apreciar la vista i vam començar a practicar junts amb un altaveu davant de la gent que passava. De casualitat, ja vam coincidir abans en una excursió a Porto. Anàvem parlant de la nostra experiència en el ball i ensenyant el que havíem après. Ens vam adonar que havíem après diferents estils de salsa de diferents procedències, però justament això va fer que l'experiència fos enriquidora. De seguida vaig saludar de lluny a la meva companya de pis que anava a la festa a l'aire lliure. Després, va arribar una noia turca, Nehir, que tenia molta més experiència en el ball gràcies a classes nombroses. Vam anar intercanviant les parelles de dansa i vam anar explicant els moviments i el perquè dels moviments. Tres noies brasileres en el mirador ens estaven mirant amb molta atenció i gravant curioses. No vaig dubtar a parlar amb elles i invitar-les a ballar i elles encantades es van unir. Era la primera vegada que coneixien la salsa i la bachata. En recompensa ens van ensenyar el 'forró', un ball típic del nord-est del Brasil, per tant, vam expandir coneixement i fronteres. De seguida, també es va unir inesperadament un noi que coneixia en Nico per intentar aprendre també per primera vegada. Vam començar a ballar de dia i vam acabar de nit.

La segona quedada es va produir a la tarda del 9 de novembre de 2023. Aquesta vegada en Nico havia reservat una aula a l'Estadi Universitari de Coïmbra, al Pavelló 3. Tan sols ens va costar un euro per persona. En aquesta segona trobada també venia de classes, però tenia pressa perquè tornava a tenir classes aquell mateix dia. Vaig arribar la primera i vaig fer algunes fotografies del lloc. Posteriorment, va arribar en Nico i de seguida la Nehir, per tant, vam repetir els mateixos de la trobada anterior. Però, addicionalment, també es va afegir una nova integrant, l'Anna, que vivia a Alemanya, però és de Costa Rica. Casualment, ja coneixia a l'Anna d'una festa en comú de la discoteca NB. A l'hora de fer parelles

vaig anar majoritàriament amb l'Anna amb la qual tenia la facilitat de parlar en espanyol en comptes d'anglès. L'Anna no tenia cap experiència d'abans, però va aprendre els passos molt ràpid. Els altres ja teníem la dinàmica per ensenyar i aprendre. Va ser una quedada més seriosa i un xic més estricte en tema nivell de dansa. El ritme ja estava més accelerat i la sala estava preparada amb altaveus professionals. Vam comprovar que és possible organitzar aquest tipus d'activitats només cal programació i com a crítica constructiva ens va fer falta una millor estratègia de dansateràpia a les sessions, en el sentit de ser conscients del cos i dels beneficis aportats a la salut. Més endavant ens vam tornar a veure en festes on vam ballar molt junts o pels carrers de la internacional i acollidora ciutat de Coïmbra.

16.4 Enquestes d'integració social a la comarca de Girona

Es va entrevistar a dues alumnes que van fer ERASMUS a Girona, a un alumne del grau de Comunicació Cultural i al vicerector de la Universitat de Girona.

16.4.1 Entrevista a alumnes d'ERASMUS a Girona

Anais Mukena i Valentina Scinardo van fer ERASMUS a Girona al curs 2022-2023 i ambdues van visitar sovint la Costa Brava.

1. Com t'has assabentat de les activitats o de l'oci per integrar-te socialment a Girona?

Anais: "He visitat molts equipaments culturals com el Museu del cinema Tomàs Mallol. També vaig participar en la tradicional festa de les flors a Girona, anomenada "Girona, temps de flors", que és una festa tradicional que fa la ciutat per celebrar la primavera i que és molt bonica. I per acabar, el centre de la ciutat de Girona va ser el lloc on vaig passar més temps, hi ha molts bars i restaurants molt interessants per fer amics".

Valentina: "El meu principal oci era nocturn. Sortia per la plaça Independència, a Lux i a Platea. Vaig descobrir aquests llocs gràcies a un grup de *Whatsapp* d'estudiants".

2. Has tingut recursos de la Universitat de Girona que t'han facilitat integrar-te socialment; quina benvinguda vas rebre?

Anais: Sí, pels estudiants Erasmus han imposat tutors que ens ajuden a descobrir la ciutat, i també que ens ajuden a integrar-nos i adaptar-nos a la facultat. Solen ser estudiants de l'últim any de carrera.

Valentina: No n'he tingut.

16.4.2 Entrevista a un comunicador cultural

Omar El Azzouzi és un alumne del Grau de Comunicació Cultural resident a Girona i que, per tant, es coneix bé la xarxa d'integració social que hi ha a Girona i a Platja d'Aro per proximitat.

1. Consideres que la comarca de Girona té bons projectes culturals relacionats amb la integració social?

"Sí, però no amb la suficient visibilitat, ni amb prou treball en xarxa entre els diferents projectes culturals".

2. Creus que els ciutadans s'assabenten dels projectes culturals d'integració social?

"Oferta n'hi ha molta, el que ens falta és una promoció adequada i més activa. El tema de la integració ja és més complicat perquè depèn de l'interès personal de cada un".

16.4.3 Entrevista al vicerector de la Universitat de Girona

En Ramon Girona Duran és el vicerector de la Universitat de Girona i proporciona una visió més professional a l'estudi i concretament de la integració social dels alumnes ERASMUS.

1. De quina forma la cultura pot estar present en els projectes d'integració cultural?

"L'art en general de la comarca gironina atrau molt nivell cultural. Un altre element cultural important és l'existència simultània sobretot entre el català i castellà per parlar amb els gironins i els estrangers".

2. Creus que la cultura de Girona és un element que utilitzen des de la facultat de lletres de la UdG per atraure estudiants d'ERASMUS i per integrar-los socialment?

"Des de la Facultat de Lletres s'utilitza l'element cultural com a reclam, però no només per als alumnes de mobilitat. De fet, també per als alumnes d'aquí, dels set graus de la Facultat. Començant per l'espai que ocupa la Facultat -l'antic convent de Sant Domènec- i, també, la mateixa ciutat de Girona que ofereix aspectes positius, en aquest sentit: una ciutat amb un fort component cultural, però també d'oci; una ciutat de mida mitjana -no és Barcelona, però, tampoc una ciutat petita-, amb els avantatges de les grans ciutats i sense alguns dels seus inconvenients, i que, en realitat, tampoc no es troba tan lluny d'una gran ciutat com Barcelona".

3. Quines facilitats oferiu des de la Facultat de Lletres als estudiants d'ERASMUS perquè es puguin adaptar a la comarca de Girona i es puguin assabentar dels seus projectes culturals?

”Fins fa dos anys -aquest curs no, per motius organitzatius del funcionament general de la Facultat i, més enllà, del funcionament de la mateixa UdG-, estava en marxa un programa, impulsat per la Facultat, que es deia *MenArts*. Aquest programa el que feia era establir vincles entre els estudiants que arribaven d'Erasmus, etc. i estudiants de la Facultat nostra, que els feien com de mentors. Quedaven amb els estudiants de fora i practicaven les llengües d'aquí, i també, la llengua de l'estudiant estranger; aquestes trobades també serveixen per a fer conèixer Girona i els seus voltants, o més enllà les comarques de Girona, i fins i tot Barcelona. I, per tant, el coneixement de la cultura i dels equipaments culturals de Girona i també de l'oci. No, però, d'una manera sistemàtica, sinó que era molt a criteri de l'alumne que feia de mentor de l'estudiant vingut de fora”.

16.5. Fitxes de les accions

Les fitxes de les accions amplien detalladament informacions sobre les accions de la taula 3 a la 20 (Esteva, 2024). Les accions consisteixen en una promoció i en garantir la qualitat del projecte cultural.

Taula 3: Acció A.1.1.1: presentació del nou projecte cultural a totes les aules de les facultats de Lletres i de Psicologia i Educació (Esteva, 2024).

Títol de l'activitat: A1.1.1: Presentació del nou projecte cultural		Objectiu: OE1. Captar entre deu i quinze participants per sessió
Durada: El dia 19 de febrer de 2025 des de les 10.30h del matí fins passar per les aules de les dues facultats a les 16h.	Stakeholders destinataris: Alumnes de la facultat de Lletres i de Psicologia i Educació.	Stakeholders implicats: Professors que estan fent classes (permís per entrar a l'aula), creadora del projecte cultural.
Breu descripció de l'activitat: La directora del projecte passa per totes les aules de la facultat de Lletres i de Psicologia i Educació a promocionar el projecte i a proporcionar informació de les inscripcions.		
Recursos necessaris:	Humans: Creadora del projecte cultural.	Materials i tècnics: Un ordinador i un projector com a suport.
Indicadors objectivament verificables:	(Què) Donar a conèixer un nou projecte cultural (Quant) a 1.300 estudiants de la Facultat de Lletres i Turisme de la UdG (Com) passant per totes les classes de les Facultats escollides entre les 10.30 i les 16h explicant la proposta i les inscripcions (Per a què) per a què els alumnes s'apunten a l'activitat (Quan) el dia 19 de febrer de 2025 per a què s'apunten amb temps.	
Tasques prèvies/observacions:	Dissenyar un formulari d'inscripció i programar amb la creadora el dia de promoció.	

Taula 4: Acció A.1.1.2: Promoció del projecte cultural a través dels comptes de Instagram @udgllretres i @udgfactorisme, i d'un compte personal de Instagram, @dansaterapia_gir.pda (Esteva, 2024).

Títol de l'activitat: A1.1.2: Promoció a Instagram.		Objectiu: OE1. Captar entre deu i quinze participants per sessió
Durada: En els comptes @udgllretres i @udgfactorisme es publicarà contingut una vegada a la setmana, els dimecres, durant el mes de febrer de 2025. En canvi, en el compte personal, @dansaterapia_gir.pda, igual que els altres, però també durant el trimestre.	Stakeholders destinataris: Alumnes de la Universitat de Girona (15.376) , sobretot els d'interès cultural (1.300), i participants o interessats en el projecte cultural (Universitat de Girona,2023).	Stakeholders implicats: Les persones que portin les xarxes socials de @udgllretres i @udgfactorisme, i la persona responsable per el compte de @dansaterapia_gir.pda .
Breu descripció de l'activitat: Fer promoció del projecte cultural a través de les xarxes socials. S'utilitza la varietat d'eines que ofereix Instagram. El contingut es basa en la promoció, en la informació d'inscripció, en les novetats, en el seguiment del projecte i en les promocions de les quedades 'socials' de balls llatins. També, es busca interacció amb el públic en forma de recepció de propostes i comentaris. Els vídeos penjats seran curts per crear expectatives i per ser més directes.		
Recursos necessaris:	Humans: 1 persona que porti les xarxes socials personals del projecte cultural. 1 persona que es responsabilitza de @udgllretres 1 persona que es responsabilitza de @udgfactorisme	Materials i tècnics: 3 comptes d'Instagram.

Indicadors objectivament verificables:	(Què) promocionar i informar sobre el nou projecte cultural (Quant) a 1.300 estudiants de la Facultat de Lletres i Turisme de la UdG, així com als 14.000 restants. A part dels joves, l'objectiu és tenir un altre grup d'adults o de gent gran de deu a quinze persones captades. (Com) a través de fer promoció i informació actualitzada en les xarxes socials del compte propi i de @udgletres i @udgfactorisme (Per a què) per a què els dos grups d'alumnes i d'adults i gent gran s'apunten a l'activitat i es mantinguin informats (Quan) en els comptes de @udgletres i @udgfactorisme, durant una vegada per setmana els dimecres de febrer de 2025, i en el compte propi igual que en els altres, però també durant el trimestre de la proposta.
Tasques prèvies/observacions:	Crear un compte d'Instagram. Parlar amb les persones que porten els comptes de @udgletres i @udgfactorisme per rebre el seu suport. A més a més, s'ha d'editar els vídeos i el contingut en general que es vol publicar.

Taula 5: Acció A.1.1.3: Correus electrònics promocionals (Esteva, 2024).

Títol de l'activitat: A1.1.3: Correus electrònics.		Objectiu: OE1. Captar entre deu i quinze participants per sessió
Durada: Una vegada al mes durant el mes de febrer, els dimarts, per aconseguir els grups fixos d'edats diferents.	Stakeholders destinataris: Tots els alumnes de la Universitat de Girona (15.376) i tots els adults i gent gran empadronada a Platja d'Aro (9.379) i Girona (81.969), per aconseguir grups fixos de deu a quinze persones (Teleencuestas. Cens de població 2021. "Población de Castell-Platja d'Aro, Gerona, en 2021" i "Población de Girona, Gerona, en 2021", 2021, paràgraf 5. Institut Nacional d'Estadística).	Stakeholders implicats: Vicedegà de la Facultat de Lletres de la UdG, Ramon Girona Duran, que envia els correus als estudiants i la col·laboració dels Ajuntaments de Platja d'Aro i Girona.
Breu descripció de l'activitat: En Ramon Girona envia correus als alumnes de la Universitat de Girona i els ajuntaments de Platja d'Aro i de Girona envien correus promocionals als majors d'edat. Aquests correus disposen de tota la informació sobre el projecte cultural i l'accés a una inscripció.		
Recursos necessaris:	Humans: Vicedegà de la Universitat de Girona i dos treballadors de l'àrea de cultura dels ajuntaments de Girona i de Platja d'Aro.	Materials i tècnics: Un ordinador, un compte de gmail i internet.
Indicadors objectivament verificables:	(Què) Proporcionar la informació i les inscripcions limitades virtualment (Quant) a 15.376 estudiants de la Universitat de Girona, a 9.379 majors d'edat empadronats a Platja d'Aro i a 81.969 empadronats a Girona, (Com) contactant amb les persones necessàries de la Universitat i dels dos ajuntaments i enviant-lis la informació preparada (Per a què) per aconseguir dos grups de deu a quinze persones, un enfocat a joves i l'altre enfocat a adults i gent gran. (Quan) els dimarts de febrer de 2025.	
Tasques prèvies/observacions:	Resumir la informació del projecte cultural i dissenyar un formulari d'inscripció i proposar el treball pensat a les entitats esmentades.	

Taula 6: Acció A.1.1.4: Festa de difusió (Esteva, 2024).

Títol de l'activitat: A1.1.4: Festa de difusió	Objectiu: OE1. Captar entre deu i quinze participants per sessió
---	---

Durada: El 15 de febrer de 2025 de 16h a 20h, perquè és un horari que expandeix el públic de totes les edats i a més a més s'adapta perquè la festa es fa en un dissabte, quan la majoria sol tenir algun temps lliure.	Stakeholders destinataris: Tots els alumnes de la Universitat de Girona (15.376) i tots els adults i gent gran empadronada a Platja d'Aro (9.379) i Girona (81.969), per aconseguir grups fixos de deu a quinze persones (Teleencuestas. Cens de població 2021. "Población de Castell-Platja d'Aro, Gerona, en 2021" i "Población de Girona, Gerona, en 2021", 2021, paràgraf 5. Institut Nacional d'Estadística).	Stakeholders implicats: Vicedegà de la Facultat de Lletres de la UdG (permís), Ramon Girona Duran, un cuiner/a, un dj, tècnics, un professor de dansa i dos ballarins col·laboradors (Cristian Díaz i Marius Farnarier) i creadora del projecte cultural.
Breu descripció de l'activitat: La festa és un event social on la creadora del projecte presenta els punts principals en forma de xerrada. La festa es fa al claustre de la Facultat de Lletres i Turisme. Hi ha un catering amb berenar. La part dinàmica de la festa comença amb les col·laboracions dels ballarins Cristian Díaz i Marius Farnarier i finalitza amb dansateràpia lliure animada per un dj. En aquesta festa també es programa un espai d'inscripcions en un full blanc de nous professors de dansateràpia interessats en participar en pròximes edicions del projecte.		
Recursos necessaris:	Humans: Vicedegà de la Universitat de Girona, un cuiner, un dj, dos ballarins i la creadora del projecte cultural.	Materials i tècnics: Escenari, altaveus, micròfon, dues barres, dues taules grans, pancarta de 380X230 cm, una càmera, 1.000 gots, 5.000 bocates de llom amb formatge, 5.000 bocates de frankfurt, 15.000 cerveses, 6.000 aigües, un full i un bolígraf.
Indicadors objectivament verificables:	(Què) Promocionar el projecte cultural i simular una petita mostra d'aquest creant un ambient integrat i terapèutic. (Quant) a 15.376 estudiants de la Universitat de Girona, a 9.379 majors d'edat empadronats a Platja d'Aro i a 81.969 empadronats a Girona, (Com) reservant l'espai del claustre de la Facultat de Lletres i Turisme i connectant amb el personal necessari amb organització (Per a què) per a donar a conèixer el nou projecte cultural i crear expectativa en aquesta edició i en possibles properes, i així guanyar nom. (Quan) el dissabte 15 de febrer de 2025.	
Tasques prèvies/observacions:	Sintetitzar l'explicació del projecte cultural, encarregar i montar el material i menjar necessari i contactar amb els col·laboradors i participants de l'event.	

Taula 7: Acció A.1.1.5: Cartells publicitaris (Esteva, 2024).

Títol de l'activitat: A1.1.5: Cartells publicitaris		Objectiu: OE1. Captar entre deu i quinze participants per sessió
Durada: Una setmana abans de la primera aula, del 24 de febrer al 2 de març de 2025.	Stakeholders destinataris: Tots els alumnes de la Universitat de Girona (15.376) i tots els adults i gent gran empadronada a Platja d'Aro (9.379) i Girona (81.969), per aconseguir grups fixos de deu a quinze persones (Teleencuestas. Cens de població 2021. "Población de Castell-Platja d'Aro, Gerona, en 2021" i "Población de Girona, Gerona, en 2021", 2021, paràgraf 5. Institut Nacional d'Estadística).	Stakeholders implicats: Conserjes i descans de les facultats de Girona, i ajuntaments de Girona i Platja d'Aro (permís).
Breu descripció de l'activitat: Un estudiant de pràctiques de Comunicació Cultural demana permís a la Universitat de Girona i als ajuntaments de Girona i Platja d'Aro per penjar cartells publicitaris per la Universitat de Girona i pels llocs públics de Girona i Platja d'Aro. Els llocs seleccionats centrals són el Campus del Barri Vell i el Campus Montilivi de la Universitat de Girona, el carrers Emili Grahit i Jaume I i la Oficina de Turisme de Platja d'Aro. Aquesta acció reemplaça una possible acció d'enviar cartes als		

ciutadans empadronats de les dues poblacions perquè és una acció menys viable i que comporta més pressupost, ja que, s'hauria de contractar diversos repartidors de cartes i el preu dels segells de cartes es considera elevat per a una primera versió del projecte.

El cartell té el logotip de LatíCura, una imatge dels llocs i professors seleccionats i el correu electrònic de contacte. Una part del cartell s'enfoca en el públic jove fent èmfasi a la socialització i la integració i l'altra part a adults i gent gran en la part de socialització amb fins de desconexió i companyia. No s'aposta per fulletons perquè en la majoria d'ocasions la gent els tira. Si el projecte té èxit, en altres edicions es pot considerar promocionar econòmicament un post d'Instagram o un banner del cartell.

Recursos necessaris:	Humans: Un dissenyador, un estudiant de pràctiques de Comunicació Cultural.	Materials i tècnics: 180 cartells , 720 xinxetes (4 per cartell) i impressora.
Indicadors objectivament verificables:	(Què) Promocionar el projecte cultural. (Quant) a 15.376 estudiants de la Universitat de Girona, a 9.379 majors d'edat empadronats a Platja d'Aro i a 81.969 empadronats a Girona, (Com) penjant cartells publicitaris del projecte cultural amb els permisos aconseguits de la UdG i dels ajuntaments mencionats (Per a què) per a donar a conèixer el nou projecte cultural i per captar l'atenció de possibles participants o seguidors del treball. (Quan) una setmana abans de la primera sessió del projecte, concretament del 24 de febrer al 2 de març de 2025.	
Tasques prèvies/observacions:	Dissenyar el cartell, comprar el material necessari, imprimir els cartells, demanar els permisos necessaris i penjar-los.	

Taula 8: Acció A.1.1.6: Dos agents de relacions públiques practiquen Street Marketing (Esteve, 2024).

Títol de l'activitat: A.1.1.6: Dos agents de relacions públiques practiquen Street Marketing		Objectiu: OE1. Captar entre deu i quinze participants per sessió
Durada: El dissabte 8 de febrer de 2025 de 9 a 17h.	Stakeholders destinataris: Tots els adults i gent gran empadronada a Platja d'Aro (9.379) i Girona (81.969), per aconseguir grups fixos de deu a quinze persones (Teleencuestas. Cens de població 2021. "Población de Castell-Platja d'Aro, Gerona, en 2021" i "Población de Girona, Gerona, en 2021", 2021, paràgraf 5. Institut Nacional d'Estadística).	Stakeholders implicats: Ajuntaments de Girona i Platja d'Aro (permís).
Breu descripció de l'activitat: La creadora del projecte demana permís als ajuntaments de Girona i de Platja d'Aro per ocupar uns determinats espais públics durant una jornada completa. Després, el becari fa Street Marketing amb habilitats de convenciment. Un becari fa mitja jornada al carrer Emili Grahit i i l'altre la fa a l'Avinguda s'Agaró.		
Recursos necessaris:	Humans: La creadora del projecte i un becari de Comunicació Cultural.	Materials i tècnics: 180 cartells publicitaris i impressora.
Indicadors objectivament verificables:	(Què) Donar a conèixer el nou projecte cultural (Quant) a 9.379 majors d'edat empadronats a Platja d'Aro i a 81.969 empadronats a Girona, (Com) a través del contacte humà proper i repartint cartells (Per a què) per a que el projecte i el coneixement sobre la dansateràpia guanyi més popularitat i per completar amb temps els grups de participants objectius. (Quan) el dissabte 8 de febrer de 2025, gairebé un mes abans de l'inici del trimestre.	
Tasques prèvies/observacions:	Dissenyar els cartells i imprimir-los, seleccionar els dos estudiants de pràctiques i demanar els permisos als ajuntaments.	

Taula 9: Acció A.1.5.1: Reunió amb els col·laboradors (Esteve, 2024).

Títol de l'activitat: A.1.5.1.: Reunió amb els col·laboradors.	Objectiu: OE1. Captar entre deu i quinze participants per sessió
---	---

Durada: El dilluns 10 de febrer de 9h a 10h.	Stakeholders destinataris: Els col·laboradors són els ballarins Emty Arts, Alberto Rica Godoy, que són ballarins de Barcelona i de Lloret de Mar que es dediquen a ensenyar salsa i batxata, i l'escola de balls llatins Avança Dance & Fitness.	Stakeholders implicats: La creadora del projecte, Clara Esteva Nascimento.
Breu descripció de l'activitat: Clara Esteva organitza una reunió dividida en dues parts, la primera dedicada als col·laboradors, i la segona centrada en les entitats patrocinadores. La reunió especifica convenis on ambdues parts surten guanyant. Per exemple, es poden invitar els ballarins especialitzats en balls llatins a una sessió especial per a fer una classe autèntica de balls llatins o es pot provar un intercanvi d'aules en els diferents espais que disposen els contactes especificats anteriorment. La videotrucada pot tenir exemples pràctics de la dinàmica desitjada del projecte cultural.		
Recursos necessaris:	Humans: La creadora del projecte cultural.	Materials i tècnics: Un ordinador i l'aplicació de Google Meet.
Indicadors objectivament verificables:	(Què) Guanyar i organitzar les col·laboracions i els patrocinis per satisfer i sorprendre de deu a quinze participants per sessió(Quant) a 9.379 empadronats a Platja d'Aro i a 81.969 empadronats a Girona, però amb el límit marcat de 15 persones per grup com a màxim (Com) reunint els interessats en una reunió online (Per a què) per aconseguir convenis de participacions i intercanvis d'espais i publicitat mútua (Quan) el dilluns 10 de febrer de 9h a 10h, la primera part, i de 10 a 11h la segona part..	
Tasques prèvies/observacions:	Resumir el contingut de la reunió, practicar-la aprofitant el temps de videotrucada. Enviar mails per avisar de la reunió amb el codi per entrar.	

Taula 10: Acció A.2.2.1: Exposició breu sobre la batxata i la salsa (Esteva, 2024).

Títol de l'activitat: A.2.2.1. Exposició Breu de 5 minuts sobre la bachata i la salsa.		Objectiu: OE2. Ensenyar nocions bàsiques culturals sobre els balls llatins.
Durada: 5 minuts en totes les sessions del projecte cultural de març a maig de 2025.	Stakeholders destinataris: Els deu-quinze participants de cada grup de les sessions del projecte cultural. En conclusió, com a màxim 60 participants en total.	Stakeholders implicats: La creadora del projecte i futura professora de ball, Clara Esteva Nascimento i els col·laboradors Cristian Díaz, Marius Farnarier i possibles professors de balls llatins de l'escola de ball Avança Dance&Fitness.
Breu descripció de l'activitat: El professor que ofereix la sessió s'ha d'informar i ha d'estudiar prèviament informació sobre els balls llatins per incloure la dimensió cultural.		
Recursos necessaris:	Humans: La creadora del projecte cultural i 2 col·laboradors com a mínim.	Materials i tècnics: Un ordinador, apunts i micròfon.
Indicadors objectivament verificables:	(Què) sintetitzar les cultures llatines relacionades amb la salsa i la batxata en un trimestre(Quant) a deu-quinze participants en cada sessió i, consegüentment, a 60 persones com a màxim. (Com) amb exposicions curtes de 5 minuts (Per a què) per a revelar cada dia unes petites dades culturals però importants(Quan) en uns 5 minuts de la primera part de totes les aules de març a maig.	
Tasques prèvies/observacions:	Escollir i resumir la teoria més interessant i curiosa dels balls llatins i de la cultura dels països d'origen que els van crear, i seguidament, memoritzar-la. És important innovar en la teoria, que no només sigui la bàsica, i explicar-la amb fascinació.	

Taula 11: Acció A.3.1.1: Enquestes reflexives i de satisfacció (Esteva, 2024).

Títol de l'activitat: A.3.1.1.: Enquestes reflexives i de satisfacció.	Objectiu: OE 3: Conscienciar que la dansa és una teràpia.
---	--

Durada: 5-15 minuts aproximadament, depenent del nivell de voluntat de reflexió per part dels participants al final del projecte, el divendres 30 de maig de 2025.	Stakeholders destinataris: Els deu-quinze participants de cada grup de les sessions del projecte cultural. En conclusió, com a màxim 60 participants en total.	Stakeholders implicats: La creadora del projecte i tots els participants (opinió).
Breu descripció de l'activitat: La directora passa unes enquestes reflexives, sobre el nivell de satisfacció i de benestar que la dansa ha portat als participants. Els formularis són de resposta oberta per ampliar l'expressió personal. A continuació, recull els resultats i fa una avaluació crítica del projecte cultural. El resultat de les respostes es pot ensenyar als treballadors del projecte per adonar-se que el seu ofici és útil.		
Recursos necessaris:	Humans: La directora i 40-60 participants del projecte cultural, dependent de la quantitat d'inscripcions en el trimestre.	Materials i tècnics: Un ordinador, impressora i 60 enquestes.
Indicadors objectivament verificables:	(Què) conscienciar dels beneficis que aporta la dansateràpia: expressió personal lliure, col·laboració, integració social, millora de condicions físiques, consciència del moviment, la millora de l'apreci propi i cap als altres... (Quant) a deu-quinze participants en cada sessió i, conseqüentment, a 60 persones com a màxim. (Com) amb preguntes crítiques que fan pensar en l'experiència viscuda (Per a què) per millorar el projecte de cares a pròximes edicions i per conscienciar que el ball és terapèutic (Quan) en 5-15 minuts aproximadament, depenent del nivell de voluntat de reflexió per part dels participants al final del projecte, el divendres 30 de maig de 2025..	
Tasques prèvies/observacions:	Redactar les preguntes i imprimir els formularis.	

Taula 12: Acció A.3.1.2: Actuació final (Esteve, 2024).

Títol de l'activitat: A.3.1.2. Actuació final		Objectiu: OE 3: Conscienciar que la dansa és una teràpia.
Durada: 3:16 min de batxata amb "Bailando Bachata" (Chayanne, 2023) + 4:41 min de salsa amb "Pa'lla Voy"(Anthony, 2021). En total 7 minuts i 57 segons, el dissabte 31 de maig de 2025.	Stakeholders destinataris: Familiars i amats dels 40-60 participants, amb un aforament de 240 invitats com a màxim, és a dir 4 per persona si són 60 els participants de l'edició o 6 per persona si són 40. L'aforament màxim real és de 386 persones, però es considera que cal començar amb una xifra més realista (Fundació Sgae, 1999, pàrr. 7 "Sala").	Stakeholders implicats: Els dos professors i tots els participants, és a dir, 40-60 voluntaris, dependent de l'èxit de l'edició del projecte cultural.
Breu descripció de l'activitat: Els dos professors proposen fer una actuació final per comprovar la cohesió, les habilitats i la millora general dels participants del projecte. Aquesta actuació és un indicador d'èxit que està compost per una cançó de salsa seguida d'una de batxata. S'ensenyà la mateixa coreografia per cada grup, així doncs, la coreografia es repeteix 4 vegades perquè hi ha 4 grups.		
Recursos necessaris:	Humans: Els dos professors i 40-60 participants del projecte cultural, dependent de la quantitat d'inscripcions en el trimestre.	Materials i tècnics: 240 butaques del Teatre Auditori Municipal de Sant Feliu de Guíxols, l'escenari, dos altaveus i dos tècnics de so.
Indicadors objectivament verificables:	(Què) conscienciar de les millores terapèutiques que aporta la dansa (Quant) a deu-quinze participants en cada sessió i, conseqüentment, a 40-60 persones (Com) a través d'una actuació (Per a què) per comprovar aptituds adquirides socials i de benestar(Quan) en un total 7 minuts i 57 segons, el dissabte 31 de maig de 2025.	
Tasques prèvies/observacions:	Dissenyar els passos de ball, fer el remix de les dues cançons i coincidir a cada participant el permís de tenir 4 invitacions del públic de l'actuació.	

Taula 13: Acció A.3.2.1: Formació dels treballadors del projecte cultural (Esteva, 2024).

Títol de l'activitat: A.3.2.1.: Formació dels treballadors		Objectiu: OE 3: Conscienciar que la dansa és una teràpia.
Durada: 1 hora, específicament, el dimarts 7 de febrer de 2025 10h a 11h. En el cas de que algun membre del projecte no pugui en aquesta marcació es pot concretar una altre hora si així ho sol·licita.	Stakeholders destinataris: Els membres del projecte que són estudiants de pràctiques de Comunicació Cultural, dos carters, els professors col·laboradors i patrociniis que promouen el projecte.	Stakeholders implicats: La creadora del projecte cultural, la Clara Esteva.
Breu descripció de l'activitat: La creadora del projecte cultural, Clara Esteva Nascimento, reuneix als membres interessats en formar part del projecte cultural, directament o indirectament, per explicar la filosofia i les intencions favorables del projecte. El contingut de l'ensenyament és un resum petit d'aquest treball de final de grau. Aquesta formació no és l'únic requisit per formar part del projecte, és a dir, s'exigeix també alguna altre formació relacionada amb la tasca de cada professional o experiència prèvia.		
Recursos necessaris:	Humans: La creadora del projecte cultural.	Materials i tècnics: Un link de Google Meet i una presentació de Google de suport.
Indicadors objectivament verificables:	(Què) conscienciar de les millores terapèutiques que aporta la dansa (Quant) a deu-quinze participants en cada sessió i, consegüentment, a 40-60 persones (Com) mitjançant una formació online amb un suport visual (Per a què) per a interioritzar els beneficis del projecte (Quan) el dimarts 7 de febrer de 2025 10h a 11h.	
Tasques prèvies/observacions:	Resumir aquest treball de final de grau, dissenyar una presentació visual de recolzament, memoritzar la teoria i exposar-la. Cal notificar als interessats, enviant el link de la reunió per gmail, per a que això sigui possible.	

Taula 14: Acció A.3.3.1: Xerrada conscienciadora i promocional (Esteva, 2024).

Títol de l'activitat: A.3.3.1. Xerrada conscienciadora i promocional		Objectiu: OE 3: Conscienciar que la dansa és una teràpia.
Durada: La durada de cada presentació és d'1 hora. Les conferències es produeixen el dijous 13 de febrer de 2025 de 9 a 17h.	Stakeholders destinataris: Tots els adults i gent gran empadronada a Platja d'Aro (9.379) i Girona (81.969), per aconseguir grups fixos de deu a quinze persones (Teleencuestas. Cens de població 2021. "Población de Castell-Platja d'Aro, Gerona, en 2021" i "Población de Girona, Gerona, en 2021", 2021, paràgraf 5. Institut Nacional d'Estadística).	Stakeholders implicats: La creadora del projecte cultural, la Clara Esteva i les entitats culturals patrocinadores: la Universitat de Girona, El Diari de Girona, El Punt Avui, TV Girona, la biblioteca de Carles Rahola (Girona) i la biblioteca de Mercè Rodoreda (Platja d'Aro), el centre cívic de Sant Narcís (Girona), Gent Gran Palamós, Tretze Cultura i Joventut Platja d'Aro.
Breu descripció de l'activitat: La creadora del projecte cultural, Clara Esteva Nascimento, presenta una conferència a les entitats patrocinadores, és a dir, a entitats públiques. Els patrociniis seleccionats són diferenciats per abordar dos rangs d'edat diferents. Cada reunió no és només consciència de la dansateràpia com a eina d'integració social, sinó que també propicia la fama del projecte cultural.		
Recursos necessaris:	Humans: La creadora del projecte cultural.	Materials i tècnics: Un micròfon, un projector i una presentació de Google de suport.
Indicadors objectivament verificables:	(Què) conscienciar de les millores de la dansateràpia i promoure el projecte cultural (Quant) a 9.379 majors d'edat empadronats a Platja d'Aro i a 81.969 empadronats a Girona (Com) exponer els beneficis d'aquest projecte cultural i de la dansateràpia en general en una sola presentació (Per a què) per educar sobre la dansateràpia i per promocionar el projecte (Quan) de 9 a 17h, durant el dijous 13 de febrer de 2025.	

Tasques prèvies/observacions:	Sintetitzar la teoria de la dansateràpia aplicada a la integració social, crear una presentació de Google, memoritzar la teoria i posar-se en contacte amb les entitats per anar marcant l'horari cada una de les presentacions.
--------------------------------------	--

Taula 15: Acció A.4.1.1: Dinàmiques grupals (Esteva, 2024).

Títol de l'activitat: A.4.1.1. Dinàmiques grupals dins les sessions de dansateràpia		Objectiu: OE 4: Aplicar la dansa com a eina potent d'integració social
Durada: Les dinàmiques grupals estan constituïdes per 10 minuts d'imitació, 5 al principi i 5 al final, 20 minuts de lideratge davant la classe i 20 minuts ballant amb parelles aleatòries, llavors, en conclusió, duren un total de 50 minuts de cada sessió.	Stakeholders destinataris: Els deu-quinze participants de cada grup de les sessions del projecte cultural. En conclusió, com a màxim 60 participants en total, i com a mínim 40 persones.	Stakeholders implicats: Els dos professors i els 40-60 participants de la primera edició del projecte cultural, segons el nivell d'èxit en voluntaris.
Breu descripció de l'activitat: Els professors ensenyen els passos bàsics dels dos balls llatins triats durant 5 minuts a la primera part de classe i en 5 minuts més a l'última part. En aquest moment, el grup és un i imiten la mestra. Cada alumne al llarg del trimestre té com a mínim una oportunitat de liderar i intervenir amb l'aula i millorar així habilitats d'iniciativa davant un grup. La principal estratègia d'integració social són les parelles aleatòries que escullen els monitors i que van canviant en cada sessió. En parella, la socialització, l'ajuda mútua i la coordinació se centren amb una única altra persona. Però, a l'hora de tenir un moment amb cada persona de l'aula el grup es cohesionava i un participant pot trobar més de pressa amb qui té més afinitat. Les dinàmiques grupals disminueixen el sentiment de solitud.		
Recursos necessaris:	Humans: Dos professors i els 40-60 participants.	Materials i tècnics: Un micròfon, altaveus, un petit escenari i ordinador.
Indicadors objectivament verificables:	(Què) Utilitzar la dansateràpia per formar uns grups amb cohesió (Quant), concretament, quatre grups formats per 10-15 participants en cada un. (Com) a través de dinàmiques grupals enfocades en l'imitació, el lideratge davant de l'aula i parelles alternades en cada sessió. (Per a què) per unificar el grup i la sensació individual de tots els membres de pertànyer a una comunitat de dansateràpia. (Quan) en un total de 50 minuts durant un trimestre que va de març a maig.	
Tasques prèvies/observacions:	Triar les cançons de les sessions i practicar la classe prèviament a fer-la.	

Taula 16: Acció A.4.1.2: Quedades extra (Esteva, 2024).

Títol de l'activitat: A.4.1.2: Quedades extra		Objectiu: OE 4: Aplicar la dansa com a eina potent d'integració social
Durada: Cada quedada dura entre dues i quatre hores. Un bon exemple són els dissabtes de 22 a 2h al llarg del curs.	Stakeholders destinataris: Els deu-quinze participants de cada grup de les sessions del projecte cultural. En conclusió, com a màxim 60 participants en total, i com a mínim 40 persones.	Stakeholders implicats: La creadora del projecte cultural, els 40-60 participants de la primera edició del projecte cultural, segons el nivell d'èxit en voluntaris, i els col·laboradors Emty Arts, Alberto Rica Godoy i Avança Dance & Fitness.
Breu descripció de l'activitat: La directora crea un grup de WhatsApp amb els stakeholders implicats i, amb la participació dels col·laboradors i dels participants, va enviant 'events socials de salsa i batxata' de la zona gironina, fora de l'aula.		
Recursos necessaris:	Humans: La directora, els 40-60 participants i els tres col·laboradors esmentats.	Materials i tècnics: Un grup de WhatsApp i un compte d'Instagram per buscar els events.

Indicadors objectivament verificables:	(Què) Aplicar la dansateràpia en la unió social dels grups (Quant) format per 40-60 participants, la directora del projecte cultural i els tres col·laboradors mencionats, Com) proposant quedades extra fora de l'aula en un grup de WhatsApp (Per a què) per propiciar quedades fora de l'aula i enfortir els vincles i popularitzar els balls llatins a la comarca gironina, (Quan) en quedades de 4 hores, per exemple els dissabtes de 22 a 2h, al llarg del curs.
Tasques prèvies/observacions:	Demandar els números de telèfon a l'aula, crear el grup de WhatsApp i buscar events de dansateràpia de la zona a través d'una recerca d'Instagram.

Taula 17: Acció A.5.1.1: Escalfament (Esteva, 2024).

Títol de l'activitat: A.5.1.1. Escalfament.		Objectiu: OE 5: Provocar la consciència del moviment del cos
Durada: 10 minuts a cada sessió.	Stakeholders destinataris: Els deu-quinze participants de cada grup de les sessions del projecte cultural. En conclusió, com a màxim 60 participants en total, i com a mínim 40 persones.	Stakeholders implicats: Els dos professors i els 40-60 participants de la primera edició del projecte cultural, segons el nivell d'èxit en voluntaris.
Breu descripció de l'activitat: Els professors ensenyen estiraments al mig d'una rotllana d'aprenents per tal de que la imitin i així, activin el cos. Aquesta acció es realitza amb música llatina de fons.		
Recursos necessaris:	Humans: Dos mestres i els 40-60 participants.	Materials i tècnics: Altaveus
Indicadors objectivament verificables:	(Què) Activar tots els músculs del cos (Quant) a deu-quinze participants de cada un dels quatre grups de ballarins Com) escalfant el cos amb estiraments actius (Per a què) per evitar lesions, guanyar flexibilitat i prendre consciència de les habilitats del cos (Quan) durant 10 minuts a la primera part de cada sessió.	
Tasques prèvies/observacions:	Preparar diversos estiraments per cada sessió, formar una rotllana humana i seleccionar la música de fons.	

Taula 18: Acció A.5.1.2: Meditació (Esteva, 2024).

Títol de l'activitat: A.5.1.2. Meditació.		Objectiu: OE 5: Provocar la consciència del moviment del cos
Durada: 5 minuts a cada sessió.	Stakeholders destinataris: Els deu-quinze participants de cada grup de les sessions del projecte cultural. En conclusió, com a màxim 60 participants en total, i com a mínim 40 persones.	Stakeholders implicats: Els dos professors i els 40-60 participants de la primera edició del projecte cultural, segons el nivell d'èxit en voluntaris.
Breu descripció de l'activitat: Els dos professors exigent que voluntaris tanquin els ulls per relaxar-se a través d'un exercici de meditació. Al llarg de la pràctica els monitors emfatitzen la importància de la respiració i exposen un relat on cadascú ha d'imaginar per connectar amb l'aquí i l'ara, amb música lenta.		
Recursos necessaris:	Humans: La professora del projecte cultural i els 40-60 participants.	Materials i tècnics: Altaveus i micròfon.
Indicadors objectivament verificables:	(Què) Meditar prenent consciència del cos (Quant) amb deu-quinze participants de cada un dels quatre grups de ballarins Com) seguint una història imaginària i respirant conscientment (Per a què) per agrair una sessió terapèutica i viure amb més plenitud, (Quan) en cinc minuts de cada aula setmanal, de març a maig.	
Tasques prèvies/observacions:	Inventar o seleccionar un relat setmanal, memoritzar-lo i escollir la música convenient de fons.	

Taula 19: Acció A.5.2.1: Raonament verbal (Esteva, 2024).

Títol de l'activitat: A.5.2.1 Raonament verbal		Objectiu: OE 5: Provocar la consciència del moviment del cos
Durada: 60 minuts en cada aula, consegüentment, es raona verbalment en cada sessió completa.	Stakeholders destinataris: Els deu-quinze participants de cada grup de les sessions del projecte cultural. En conclusió, com a màxim 60 participants en total, i com a mínim 40 persones.	Stakeholders implicats: Els dos ballarins del projecte cultural.
Breu descripció de l'activitat: Els mestres expliquen per què de cada moviment per prendre consciència dels beneficis terapèutics i de l'expressió artística, entre d'altres aspectes, del ball. També, corregeixen els moviments equivocats ràpidament. Aquesta tècnica permet un seguiment de l'alumnat aportant crítiques constructives amb una actitud propera.		
Recursos necessaris:	Humans: Els dos professors i els 40-60 participants.	Materials i tècnics: Micròfon i dos altaveus.
Indicadors objectivament verificables:	(Què) Justificar cada moviment i corregir els equivocats, (Quant) a deu-quinze participants de cada un dels quatre grups de ballarins, per tant, a 40-60 persones, (Com) amb el mètode del raonament verbal i el seguiment basat en correccions, (Per a què) per saber els beneficis del ball i per provocar consciència del moviment del cos (Quan) els 60 minuts de cada aula del projecte cultural.	
Tasques prèvies/observacions:	Estudiar els balls llatins en profunditat.	

Taula 20: Acció A.6.1.1: Part expositiva individual (Esteva, 2024).

Títol de l'activitat: A.6.1.1. Part expositiva individual		Objectiu: OE 6: Promoure la igualtat entre els participants
Durada: Cada participant té 20-30 segons per cada presentació a la primera sessió depenent de la xifra total dels participants, i cada lideratge individual és de 20 minuts.	Stakeholders destinataris: Els deu-quinze participants de cada grup de les sessions del projecte cultural. En conclusió, com a màxim 60 participants en total, i com a mínim 40 persones.	Stakeholders implicats: Cada un dels 40-60 participants.
Breu descripció de l'activitat: Cada ballarí fa una presentació molt breu explicant el que vulgui explicar en relació a com es sent, perquè està aquí, la seva experiència prèvia en balls llatins... Aquesta tècnica serveix per trencar el gel. Per altre banda, cada participant ha de liderar el grup per lo menys una vegada obligatòriament en tot el trimestre i prendre l'iniciativa amb la classe durant 20 minuts d'una sessió.		
Recursos necessaris:	Humans: 40-60 participants.	Materials i tècnics: Micròfon, música i dos altaveus.
Indicadors objectivament verificables:	(Què) Presentar-se i liderar un grup de dansa individualment, (Quant) davant de les 40-59 persones restants, (Com) a través d'una introducció i un ensenyament o aportació, (Per a què) per donar-lis a tots la mateixa oportunitats d'expressar-se i de que es deixin conèixer, (Quan) durant 20-30 segons per presentació express i al llarg de 20 minuts per cada intercanvi de papers amb el professor.	
Tasques prèvies/observacions:	Preparar les presentacions i exposicions individuals.	

Taula 21: Acció A.6.1.2: Protocol d'igualtat (Esteva, 2024).

Títol de l'activitat: A.6.1.2 Redactar un protocol d'igualtat de gènere i en contra del racisme.	Objectiu: OE 6: Promoure la igualtat entre els participants
---	--

Durada: 1 hora, el dissabte 1 de març de 2025.	Stakeholders destinataris: Els deu-quinze participants de cada grup de les sessions del projecte cultural. En conclusió, com a màxim 60 participants en total, i com a mínim 40 persones.	Stakeholders implicats: Cada un dels 40-60 participants i la professora de l'aula.
Breu descripció de l'activitat: La creadora del projecte redacta un protocol d'igualtat de gènere i en contra del racisme perquè part de la integració social té a veure amb el respecte. Aquest protocol es penja a l'aula. També a les inscripcions revisa que hi hagi perfils similars però també variats per ser un grup enriquidor.		
Recursos necessaris:	Humans: La creadora i dos professors del projecte i 40-60 participants.	Materials i tècnics: un full, impressora i 4 xinxetes.
Indicadors objectivament verificables:	(Què) redactar un protocol per assegurar la mirada de gènere i la inexistència del racisme a l'aula, (Quant) dirigit als 40-60 participants del projecte cultural, (Com) plantejant unes actuacions visibles en cas d'assetjament, (Per a què) per promoure el respecte i la seguretat a l'aula (Quan) al llarg de tot el trimestre, però el protocol es pot redactar en una hora el dissabte 1 de març de 2025.	
Tasques prèvies/observacions:	Inspirar-se en altres protocols d'altres institucions com per exemple de la Universitat de Girona i imprimir el protocol propi.	

15.6. Identificació dels *stakeholders*

Definir els *Stakeholders* és clau per enfocar millor el projecte, concretament per escollir a tota la gent involucrada en aquest.

Taula 22: Llistat de Stakeholders (Esteva, 2024).

LLISTAT DE STAKEHOLDERS	
Estructura Participativa	Personal Docent i Investigador
Directora, coordinadora i administrativa del Projecte Cultural: Clara Esteva Nascimento claraesteva9@gmail.com	Coordinadora de Comunicació Cultural: Olga del Río odelrios@gmail.com
Rector de la Universitat de Girona: Joaquin Salvi Mas 972 41 80 41 rector@udg.edu	Profesorat de Comunicació Cultural https://www.udg.edu/ca/depfc/estudis/comunicacio-cultural/professorat
Administrativa de pràctiques de la Facultat de Lletres Georgia Mesa 972 418 228 practiques.aellt@udg.edu	Professor de balls llatins dels grups joves: Emty Arts @emtyarts
Degà de la Facultat de Lletres: Àngel Quintana 972 41 8713 angel.quintana@udg.edu	Professor de balls llatins d'adults i de gent gran: Alberto Rica Godoy @alberto_rica_
Resta de degans de la Universitat de Girona https://seu.udg.edu/ca-es/publicacions-oficials/directori-de-carrecs-i-encarrecs/filtre/filtre/20	Professor suplent o puntual: Cristian Díaz @cristiandiazb
	Professor suplent o puntual: Marius Farnarier @marius_farnarier
	Psicòloga: Núria Pérez Deulofeu 972 31 45 32 info@gnosc.cat
Alumnat	Entitats Externes
Alumnat en total: 40-60 participants.	Ajuntament de Girona : 972 419 000 / 972 419 010, ajuntamentinforma@ajgirona.cat
1 alumne de pràctiques de Comunicació Cultural	Ajuntament de Platja d'Aro 972 81 72 84 https://ciutadaplajadaro.com/
	Diputació de Girona : 972 18 50 00
	Diari de Girona : 972 20 20 66, diaridegirona@ddg.cat (Director: Josep Callol, jcallol@ddg.cat / Subdirector: Oriol Puig, opuig@ddg.cat)
	El Punt Avui 972 186 400
	Escola Avança Dance & Fitness 619 45 72 49 https://smartlink.metricool.com/public/smartlink/avanca-danceandfitness
	TV Girona : 972 221 111, tvgirona@tvgirona.tv (Director: Àlex Martí amarti@tvgirona.tv)
	Tretze Cultura 640 121 085 tretzeculturaweb@gmail.com
	Universitat de Girona 972 41 80 00
	Biblioteca Carles Rahola 972 20 22 52 bpigirona.cultura@gencat.cat
	Biblioteca Mercè Rodoreda 972 82 54 91 biblioteca@plajadaro.com

Centre Cívic de Sant Narcís	972	23	70	63
Gent Gran Palamós	972	60	92	92
Joventut Platja d'Aro	972	82	54	63
Garoina Comunicació	621	18	78	87

Segons la taula 22 redactada per Esteva en 2024, la identificació dels stakeholders es resumeix en la **directora** del projecte i el personal que acorda un **conveni de pràctiques**, els **docents investigadors**, els **professors de dansa**, l'**alumnat** del projecte, un **becari** i les **entitats promotores**.

