MIP Mantras das Emocións
Memoria 2022

VI Edición de MIP (Músicas Inclusivas e Participativas) – Memoria de Actividades 2022

Presentación do proxecto

MIP (Músicas Inclusivas e Participativas) é un proxecto de intervención social e cultural que nace da colaboración entre a Asociación Cultural Tres por Cuatro e o músico, compositor e técnico sociosanitario coruñés Robert Pier. O seu principal obxectivo é promover a inclusión social, a participación comunitaria e o desenvolvemento persoal a través da música, favorecendo espazos de encontro nos que persoas con diferentes capacidades, experiencias e realidades poidan compartir unha vivencia artística común.

No ano 2022 desenvolveuse a VI Edición do proxecto, consolidando unha metodoloxía de traballo baseada na accesibilidade, a participación activa e o valor da música como ferramenta de expresión emocional, comunicación e convivencia.

Entidades participantes

Nesta edición participaron as seguintes entidades sociais e educativas da cidade da Coruña:

- ADACECO
- ADCOR
- APEM
- ASPRONAGA
- COGAMI
- ONCE
- CEIP Cidade Vella

Cómpre destacar especialmente a incorporación de dúas novas entidades colaboradoras, APEM e ASPRONAGA, cuxa participación supuxo unha importante ampliación do alcance do proxecto e contribuíu a enriquecer a diversidade do grupo de participantes.

A implicación dos profesionais das entidades, o seu apoio constante e a coordinación mantida ao longo de todo o curso resultaron fundamentais para o correcto desenvolvemento das actividades.

Desenvolvemento das actividades

Ao longo do curso realizáronse sesións e talleres musicais periódicos nas distintas entidades participantes, coordinados por Robert Pier. Estas actividades permitiron achegar a práctica musical a persoas con diferentes perfís e necesidades de apoio, favorecendo a súa participación activa en procesos creativos e artísticos.

Os talleres centráronse no traballo vocal, a percusión corporal, a interpretación musical, a expresión emocional e a preparación do repertorio que posteriormente sería presentado en directo durante o concerto de fin de curso.

A metodoloxía empregada apostou por adaptar os contidos ás capacidades e características de cada grupo, garantindo que todas as persoas participantes puidesen contribuír activamente á experiencia musical e artística.

Durante o desenvolvemento das actividades observouse unha elevada motivación por parte dos usuarios e usuarias, así como unha importante mellora en aspectos relacionados coa autoestima, a socialización, a comunicación e o sentimento de pertenza ao grupo.

Os Mantras das Emocións

Un dos elementos centrais desta edición foi o traballo arredor dos Mantras das Emocións, composicións creadas por Robert Pier que permiten abordar diferentes estados emocionais a través da música.

Estas pezas traballan emocións universais como a alegría, a tristeza, o amor, a gratitude, a aceptación ou o medo, facilitando espazos de reflexión e expresión emocional tanto a nivel individual como colectivo.

A utilización destes recursos musicais permitiu fomentar a educación emocional dos participantes, promovendo o recoñecemento e a expresión dos sentimentos dun xeito creativo, accesible e participativo.

Concerto de fin de curso

Como culminación do proceso desenvolvido durante o ano, celebrouse un concerto de fin de curso no Auditorio do Ágora da Coruña, grazas á colaboración do Concello da Coruña.

O evento reuniu sobre o escenario a máis de 60 artistas pertencentes ás diferentes entidades participantes, acompañados pola CSM Jazz Band, que colaborou de maneira destacada no espectáculo.

O concerto caracterizouse polo seu carácter inclusivo, participativo e accesible, ofrecendo ao público unha mostra do traballo realizado ao longo do curso. A asistencia foi moi numerosa e o público participou activamente nalgunhas das propostas musicais, contribuíndo a crear unha atmosfera de celebración, emoción e convivencia.

A actuación converteuse nun espazo de visibilización da diversidade, poñendo en valor as capacidades artísticas das persoas participantes e demostrando a importancia da cultura como ferramenta de inclusión social.

Avaliación e resultados

A valoración global da VI Edición de MIP é moi positiva.

Entre os aspectos máis destacados figuran:

- A consolidación do proxecto como referente de música inclusiva na cidade da Coruña.
- A incorporación de novas entidades colaboradoras.
- O elevado nivel de participación e compromiso dos usuarios e usuarias.
- O fortalecemento das relacións entre as distintas entidades sociais participantes.
- O impacto positivo da música como ferramenta de expresión emocional, benestar e participación social.
- O éxito do concerto final tanto en asistencia como en implicación do público.

A experiencia confirmou unha vez máis o valor da música como elemento transformador, capaz de xerar espazos de encontro onde todas as persoas poden participar en igualdade de condicións e sentirse parte activa dun proxecto común.

Agradecementos

A Asociación Cultural Tres por Cuatro quere expresar o seu agradecemento a todas as entidades participantes, aos seus profesionais, ás persoas usuarias e ás súas familias pola confianza depositada no proxecto.

Do mesmo xeito, agradecemos especialmente a colaboración do Concello da Coruña pola cesión do Auditorio do Ágora, así como o apoio recibido por todas as persoas e institucións que fixeron posible o desenvolvemento desta sexta edición.

Material audiovisual

Vídeos da VI Edición de MIP:

- https://www.youtube.com/watch?v=PKSrnPV1fyY
- https://www.youtube.com/watch?v=XHVI8UZ1XsE
- https://www.youtube.com/watch?v=6Xl7wRsIBMU

Durante o curso 2022 desenvolvéronse múltiples sesións e talleres musicais nas distintas entidades participantes do proxecto MIP, coordinados por Robert Pier. Estas actividades centraronse no traballo vocal, a percusión corporal, a expresión musical e emocional, así como na preparación do repertorio interpretado posteriormente no concerto de fin de curso.

Os talleres adaptáronse ás características e necesidades de cada grupo, favorecendo a participación activa de todas as persoas e garantindo unha experiencia accesible e inclusiva. A través destas sesións promovéronse dinámicas de creación colectiva, comunicación e traballo en equipo, contribuíndo ao desenvolvemento persoal e social das persoas participantes nun contexto artístico compartido.

FUNDACIÓN
emalcsa

FUNDACIÓN
emalcsa

LA FELICIDAD
La felicidad es la sonrisa
Que sale al vivir contentos
Es la pasión por lo que se hace
Y es dar gracias a la vida

Difusión en redes sociais e plataformas dixitais

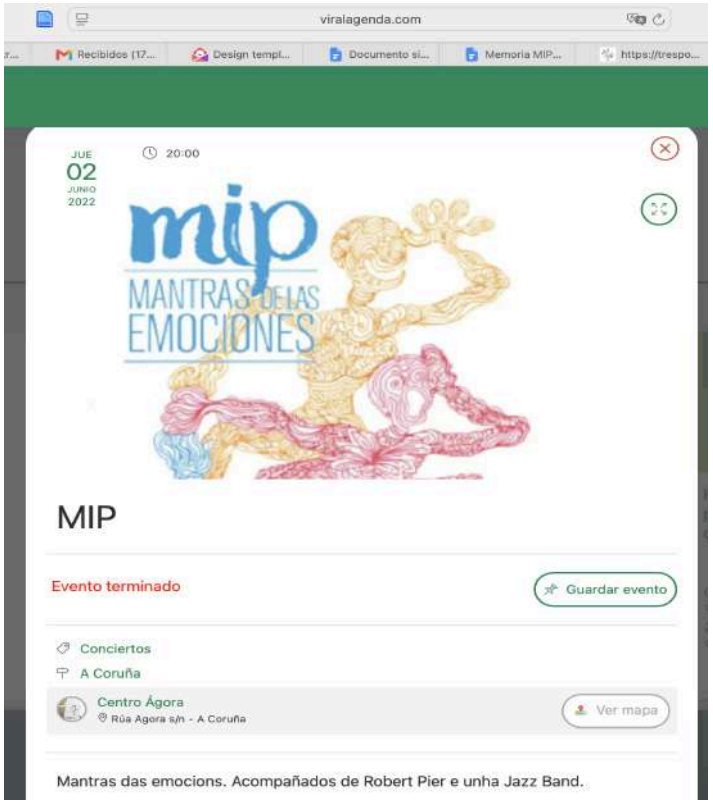
Co obxectivo de dar visibilidade ao concerto do 10º aniversario de MIP (Músicas Inclusivas e Participativas), realizouse unha campaña de comunicación a través das redes sociais da Asociación Cultural Tres por Cuatro e dos perfís vinculados ao proxecto.

As publicacións compartidas permitiron difundir información sobre o concerto, lembrar a traxectoria de MIP ao longo destes dez anos e poñer en valor os testemuños das persoas participantes, xerando interacción e alcance entre o público seguidor do proxecto.

Entre os contidos difundidos destacaron os recordos de edicións anteriores de MIP, publicacións conmemorativas do 10º aniversario, información práctica sobre o evento e a difusión da cobertura realizada por distintos medios de comunicación.

Ademais, o evento foi publicado na plataforma cultural Viral Agenda, ampliando a súa difusión e facilitando o acceso á información por parte de novos públicos interesados na programación cultural e social da cidade.

A continuación incorpóranse capturas de pantalla das publicacións realizadas en redes sociais e da aparición do evento na plataforma Viral Agenda como mostra das accións de comunicación desenvolvidas.



José Saavedra
8 de junio de 2022 ·

Que momento irrepetible.
Repetimos🎵❤️🙏

MIP - Músicas Inclusivas y Participativas-
8 de junio de 2022 ·

En el Ágora pudimos disfrutar del maravilloso concierto MIP de Robert Pier acompañado de los artistas de diferentes entidades como Fundación Emalcsa, Aspronaga Asociaci... **Ver más**

7

Comentas como José Saavedra

MIP - Músicas Inclusivas y Participativas-
3 de junio de 2022 ·

Ayer en el Ágora pudimos disfrutar del maravilloso concierto MIP de Robert Pier acompañado de los artistas Diversos Funcionales.... **Ver más**

Promociona esta publicación aumentar el alcance de **MIP - Músicas Inclusivas y Participativas-**.

Promocionar reel

8 5

MIP - Músicas Inclusivas y Participativas-
4 de mayo de 2022 ·

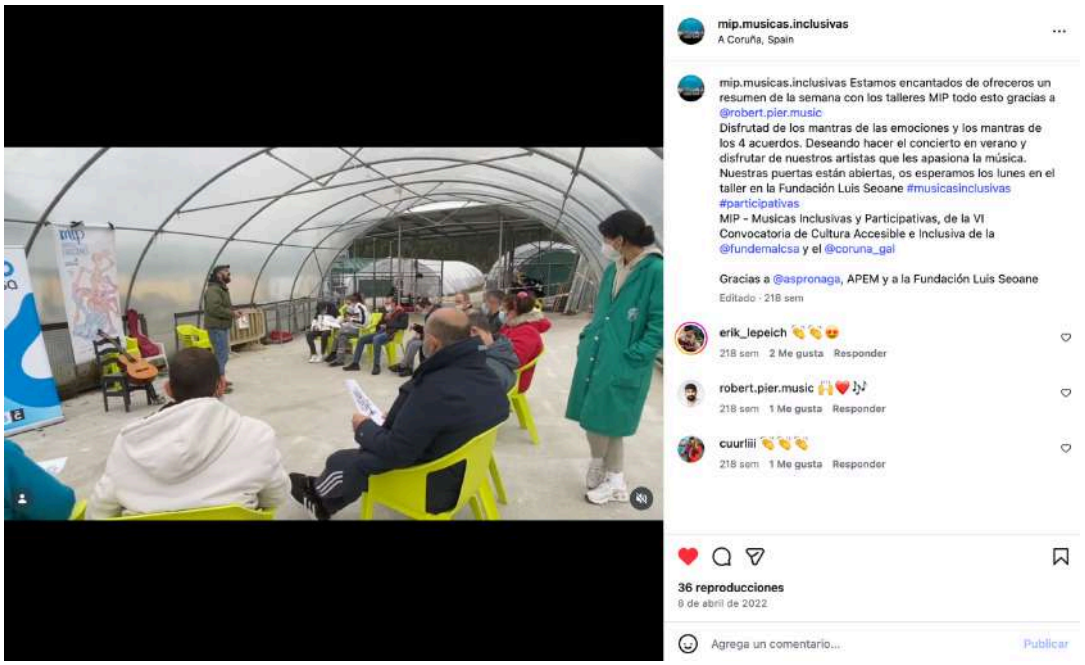
Nuevo taller sobre los mantras de las emociones y los mantras de los 4 acuerdos en Aspronaga Asociación con Robert Pier
Les apasiona la música, y se notó mientras seguían el ritmo y cantaban los mantras como los artistas que son.
#inclusionsocial #musicas #participativas
MIP - Musicas Inclusivas y Participativas, de la VI Convocatoria de Cultura Accesible e Inclusiva de la Fundación Emalcsa y el Concello da Coruña **Ver menos**

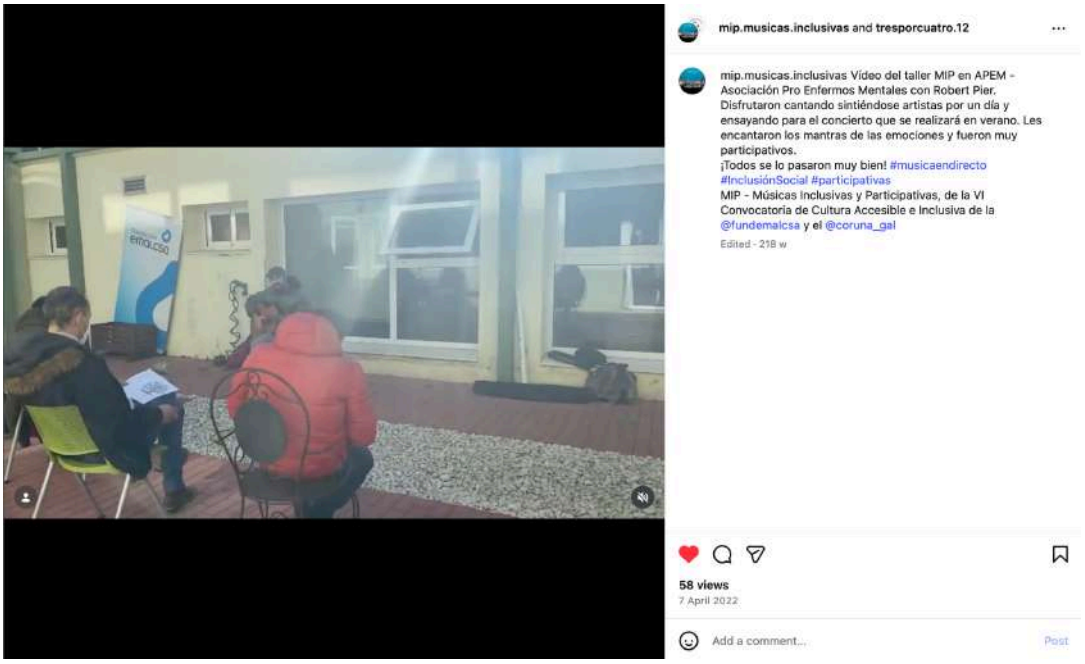
MIP - Músicas Inclusivas y Participativas-
7 de abril de 2022 ·

Nuevo taller sobre los mantras de las emociones y los mantras de los 4 acuerdos en Aspronaga Asociación con Robert Pier
Les apasiona la música, y se notó mientras seguían el ritmo y cantaban los mantras como los artistas que son.
#inclusionsocial #musicas #participativas
MIP - Musicas Inclusivas y Participativas, de la VI Convocatoria de Cultura Accesible e Inclusiva de la Fundación Emalcsa y el Concello da Coruña **Ver menos**

- Facebook:

https://www.facebook.com/profile.php?id=100008218472815
https://www.facebook.com/profile.php?id=100063500853475





- Instagram:

https://www.instagram.com/mip.musicas.inclusivas/?hl=es
https://www.instagram.com/tresporcuatro.12/?hl=es

MANTRAS DE LAS EMOCIONES

GRATITUD

Con gratitud, se siente mejor la vida

Con gratitud generamos más alegría

Con gratitud valoras el momento

Con gratitud…con gratitud

EL AMOR

Besos, caricias

Hasta en un plato de comida se halla amor

Cuidados, abrazos

Se puede percibir amor en todos lados

LA FELICIDAD

La felicidad es la sonrisa

Que sale al estar contentos

Es la pasión por lo que se hace

Y es dar gracias a la vida

EL ODIO

Cuando hay odio, hay ira

Y en la ira, hay enfado

En el enfado hay rabia

Y todo eso es el rencor

Pero con un poco de compasión

Siempre se puede volver al amor

LA TRISTEZA

Llanto, dolor y pena

Es lo mismo que la tristeza

La tristeza es lo contrario

De la alegría y amor

LA ACEPTACIÓN

Todo es perfecto

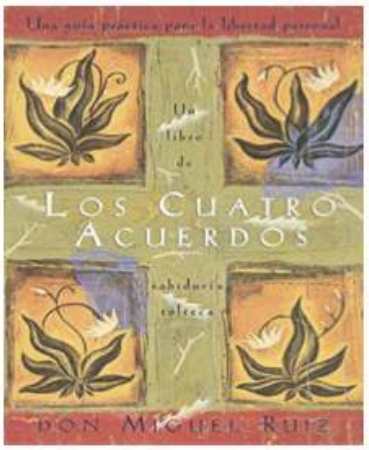
Más allá de lo aparente

Lo que sucede, conviene

Pues cabe aceptar

Las diferencias y la verdad

MANTRAS DE LOS 4 ACUERDOS/



Honra tus palabras (1er acuerdo)

Honra tus palabras amigo, hónralas. Hónralas!

Honra tus palabras amiga, hónralas. Hónralas!

Emplea tus palabras en dirección a la verdad y al amor

Y se todo aquello que sueñas y sientas

No te tomes nada personalmente (2do acuerdo)

Nada de lo que digan te lo tomes personal.

Cada quien opina desde su historia

Confía en ti y en tu capacidad con el corazón

Y no te tomes nada personal

No supongas (3er acuerdo)

No supongas, no des por hecho las cosas

Haz preguntas si te aparecen dudas

Que suponer hace inventar historias

Y puede lastimar si no preguntas

Haz siempre lo máximo que puedas (4to acuerdo)

Haz siempre lo máximo que puedas, y serás feliz

Eres feliz cuando haces lo que te gusta, eres feliz

Expresa lo que eres y pasa a la acción, serás feliz

Y siempre disfruta de este momento, y serás feliz