

## ASSOCIACIÓ RITME I COMPROMÍS



**Seu social:** Sant Esteve de Palautordera

**Àmbit geogràfic:** Autonòmic

**Forma jurídica:** Associació sense ànim de lucre

- 3 persones treballadores
- 6 persones voluntàries

### Nombre actual de persones ateses

- 25 a serveis a la infància i la joventut
- 320 a serveis a la gent gran
- 10 a serveis específics vinculats a l'àmbit de l'execució penal
- 18 a usuàries a altres col·lectius: (Persones en procés oncològic als hospitals)

**[www.ritmeicompromis.org](http://www.ritmeicompromis.org)**

### Breu història de l'organització

El projecte Ritme i Compromís s'inicia el 2016 de forma voluntària per un grup de professionals de la dansa duent a terme actuacions artístiques a centres de dia i residències de la gent gran i a centres penitenciaris. L'associació es constitueix el desembre del 2020 i es professionalitza el projecte amb noves activitats i públics. El 2021 s'obren els tallers comunitaris amb el primer taller al centre d'acollida de joves menors l'Olivar, aquest any hem celebrat la quarta edició. El 2022 fem el primer taller de llarga durada a centres penitenciaris, concretament a Wad-Ras amb continuïtat el 2023 a Lledoners i també el primer taller comunitari amb gent gran amb la Fundació Pere Relats. El 2023 iniciem sessions de dansa i ritme setmanals a un centre obert de menors, al Servei d'Intervenció Socioeducativa (SIS) de Sabadell del Nord i també a quatre hospitals amb persones en procés oncològic, l'Hospital de la Vall d'Hebron, l'Hospital de Granollers, l'Hospital de Mataró i l'Hospital Clínic de Barcelona. Paral·lelament, hi ha hagut actuacions artístiques a centres de dies i residències de gent gran.

### Missió

La missió de Ritme i Compromís és millorar la qualitat de vida i el benestar físic i emocional de col·lectius en risc d'exclusió social.

Facilem espais de relació, processos d'inclusió i de transformació personal a través de canals d'expressió com són el ritme, el moviment i el claqué. La nostra activitat es concreta en actuacions amb un col·loqui posterior adaptat al col·lectiu, tallers comunitaris de llarga durada i sessions de dansa i moviment.

Ens adreçem a col·lectius en situació de vulnerabilitat i que tenen un accés limitat a la cultura, gent gran que es troben en centres de dia o residències, persones recluses dels centres penitenciaris de Catalunya i joves en centres oberts i centres d'acollida. També ens adreçem a persones que viuen un procés oncològic a hospitals de Catalunya oferint tallers de dansa i moviment.

### Descripció de l'activitat

La nostra activitat es concreta en:

- Tallers comunitaris trimestrals amb la participació de persones en risc d'exclusió social i joves voluntaris que estudien dansa per professionalitzar-se. Es treballa l'autoestima, la confiança, la responsabilitat i la col·laboració, amb un treball en equip i participatiu que fomenta la inclusió i la transformació personal. El taller culmina amb una posada en escena.

- Sessions de dansa, moviment i ritme a centres de menors oberts com a forma de prevenció secundària de la salut mental per a joves d'entre 10 i 16 anys. A partir del moviment i la dansa connectem amb el i les joves per millorar el seu benestar emocional i cultivar processos de resiliència i de creixement personal i emocional des d'una perspectiva de prevenció.
- Sessions de dansa quinzenals a hospitals amb persones en procés oncològic per fomentar el benestar emocional i reduir l'estrès i l'ansietat, guanyar confiança i autoestima i fomentar l'expressió individual i col·lectiva.
- Actuacions de claqué amb un posterior col·loqui a residències i centres de dia de la gent gran. Apropem la cultura a qui en té un accés limitat facilitant un espai d'expressió i de relació.

## DESCRIPCIÓ DE LA INICIATIVA PROPOSADA

### RITME INTERN

#### Breu descripció

El projecte presentat és un taller comunitari de dansa i ritme amb els interns de CP Lledoners i una posterior exposició itinerant del treball. Són 12 sessions durant tres mesos amb 10 interns i una posada en escena al teatre del centre penitenciari, amb un col·loqui posterior davant de familiars, personal educador i interns. El treball i el seu impacte sortirà del centre penitenciari i es mostrarà a la ciutadania en una exposició que reflexionarà sobre la capacitat transformadora que tenen les arts en les persones i concretament en els centres penitenciaris. L'objectiu general del projecte és millorar la qualitat de vida dels interns.

Els objectius específics són:

- Fomentar la salut física i emocional dels interns a través del moviment, el ritme i la dansa, proporcionant una oportunitat per connectar amb el seu cos i expressar-se creativament.
- Millorar la confiança en si mateixos, promoure l'autoestima i la comunicació interpersonal a través d'una activitat grupal que incentiva a la cooperació i la creativitat.
- Fomentar la reflexió, el creixement personal i l'aprenentatge de formes d'expressió artística com la dansa i la fotografia.
- Impulsar una conversa més àmplia sobre les oportunitats de transformació i rehabilitació dins del sistema penitenciari a través de l'exposició pública del treball.
- Desafiar els estigmes socials i fomentar el poder de l'art per a canviar vides i construir una societat més justa i comprensiva.

#### Aportació de valor de la iniciativa

Les activitats artístiques com la dansa i el moviment ofereixen oportunitats múltiples i complementàries al treball que fan els i les professionals dins les presons per la rehabilitació i la inserció social dels interns. La dansa i el moviment permeten:

- Expressar i regular les emocions i reduir l'estrès amb el cos, sense necessitat de paraules
- Aprendre i desenvolupar noves capacitats
- Interaccionar i comunicar-se reduint la soledat
- Reduir els comportaments sedentaris amb activitat física
- Millorar l'autoestima i la confiança en un mateix

Hi ha múltiples informes que parlen dels beneficis de les arts a l'hora de buscar la implicació de la població reclusa, en particular d'aquells interns que han negat la seva participació en altres activitats relacionades amb la salut. Detallem una referència entre moltes altres:

- The arts of desistance: assessing the role of arts-based programmes in reducing reoffending. Howard J Crime Justice. Cheliotis L, Jordanoska A. 2016

#### Necessitat a la que respon

El projecte respon a la necessitat d'abordar els següents aspectes:

- Rehabilitació i reinserció social: A l'Estat Espanyol i a Catalunya, la pràctica de la reclusió amb estades llargues en lloc de mesures en medi obert han dificultat la reinserció del pres i portat a índexs alts de reincidència. Així doncs, calen programes de rehabilitació dins la presó i programes de suport i acompanyament a la sortida per evitar la reincidència en el delictes\*.

Des de Ritme i Compromís fem arribar la cultura a la població reclusa i a través de la dansa i el moviment potenciem l'autonomia, la confiança, la comunicació, el desbloqueig d'emocions, l'adquisició d'altres capacitats, en definitiva, apoderem a la persona perquè sigui crítica i promotora del canvi i li doni més eines per la reinserció a la sortida del centre penitenciari.

- Promoure la inclusió i la no estigmatització del col·lectiu: és necessari connectar la comunitat i desmitificar les percepcions negatives sobre la presó, fent evident que l'oportunitat de la rehabilitació existeix i pot ser poderosament impulsada a través de l'expressió artística. Per aquest motiu, aquest any volem fer l'exposició per oferir una finestra a l'interior dels processos de transformació personal que es produeixen a través de la dansa i el ritme dins el context penitenciari.

\*Pilar Heras i Trias (2015). La reinserció postpenitenciària, una terra de ningú. Taula d'entitats del Tercer Sector Social de Catalunya.

### Principals objectius assolits

- Millorar la salut emocional i mental dels interns (ansietat, sentiments de tristesa, soledat...). La dansa és una forma d'expressió que ajuda a canalitzar les emocions, a millorar l'estat d'ànim i a reduir l'estrès.
- Incrementar capacitats personals com l'autoestima, la superació, la cooperació i la responsabilitat amb el desenvolupament de noves habilitats i el treball en equip.
- Reduir el nivell de violència i conflictes dins del centre penitenciari, ja que l'art és una eina de diàleg i mediació que permet a les persones expressar-se i trobar punts en comú.
- Reforçar les relacions i la comunicació
- Millorar l'estat físic potenciant les capacitats motrius i rítmiques.
- Promoure valors com la inclusió, la diversitat i la igualtat de gènere, que són fonamentals per a una societat més justa i equitativa. El fet que es promogui una perspectiva de gènere en el taller de dansa i que es faci referència als estereotips de gènere en la dansa, ajuda a conscienciar als participants sobre les desigualtats de gènere i les formes en què aquestes es manifesten en la societat en general.

### Principals resultats obtinguts

S'han dut a terme les següents accions als centres penitenciaris de Catalunya:

- dues actuacions artístiques a CP Lledoners, el 2018 i el 2019
- dues actuacions a CP Brians 2 i CP Wad-Ras el 2019
- un taller comunitari a CP Wad-Ras el 2022
- un taller comunitari a CP Lledoners el 2023

Participants en els tallers:

- CP Wad-Ras (2022): 10 participants; 7 sessions d'1h 30'
- CP Lledoners (2023): 10 participants; 9 sessions d'1h 30'

Resultats qualitatius: Valorem el benestar emocional, el creixement personal, la participació i la qualitat metodològica a través d'enquestes i reflexions en l'àmbit grupal durant qualsevol fase del procés de treball. Amb els interns es fa sobretot un treball de valoració grupal a través de trobades post-funció, també es fan reflexions sobre les seves necessitats prèvies a l'acció.

### Abast de l'experiència

El treball amb arts escèniques dins els centres penitenciaris sol ser puntual, sense continuïtat, excepte el CP Lledoners que té un grup de teatre estable. Des de Ritme i Compromís formulem un projecte de més llarga durada i amb continuïtat.

En aquesta nova edició del taller a CP Lledoners hem volgut mostrar a la ciutadania el procés intern que s'ha dut a terme

a través de la novetat d'una exposició itinerant en col·laboració amb la Fundació Carulla i que s'iniciarà al Museu Terra a l'Espluga de Francolí. L'exposició és una finestra a l'interior dels processos de transformació personal i comunitària que es produeixen a través de la dansa i el ritme dins del context penitenciari. Mitjançant l'exposició del treball creatiu dels interns, volem inspirar una reflexió profunda i una comprensió més àmplia de les possibilitats de rehabilitació i reinserció.

### Persones implicades en l'experiència:

**Treballadores: 4**

**Membres equips directius: 1**

**Ateses: 10**

**Altres: 4** (1 persona a la gestió de captació de fons, 1 consultor estratègic, personal del Museu Terra de la Fundació Carulla)



### Principals factors clau d'èxit

- L'equip artístic de ballarines professionals amb experiència en el treball dins els centres penitenciaris i amb altres col·lectius en risc d'exclusió social.
- La presència d'una fotògrafa professional, Montse Capdevila, la comissària i dissenyadora de reconegut prestigi Núria Vila i l'artista Kati Riquelme.
- La metodologia predefinida i alhora flexible segons el col·lectiu
- L'aliança amb la Fundació Carulla, una entitat amb llarga experiència en les arts com a mitjà de transformació social, que dona suport a l'exposició fotogràfica.
- L'aliança i la coordinació amb l'aula de teatre del CP Lledoners.
- El moviment i la dansa com a mitjà d'intervenció per millorar el benestar.
- El suport econòmic del Departament de Justícia amb el finançament dels tallers el 2022, el 2023 i el 2024 que en permet la continuïtat.

### Dificultats i reptes superats en el desenvolupament de la iniciativa

La principal dificultat superada ha estat passar d'unes activitats basades en el voluntariat que es van iniciar el 2018 a aconseguir un model de projecte sostenible econòmicament i amb estruc-

tura estable al darrere. El finançament privat i públic és imprescindible per aconseguir una estructura de gestió professional i una continuïtat al projecte, si aquesta estructura es basa en una part molt important de voluntariat i no es professionalitza tendeix a empobrir l'estratègia del projecte per falta de recursos humans que hi puguin dedicar temps i esforços, ja que aquests s'acaben dirigint a altres projectes remunerats.

### Elements innovadors que aporta la iniciativa

Detallem els punts que considerem innovadors de la nostra iniciativa:

- L'eina que utilitzem com a mitjà d'intervenció i transformació: el moviment, la dansa i el ritme. Treballem d'una manera àmplia, no només basant-nos en la dansa o el moviment, sinó també en el ritme i la percussió, arribant així a un ventall més ampli de persones que es poden sentir més còmodes en un àmbit o en un altre.
- El fet de portar el treball fora del centre penitenciari amb una exposició i que es pugui obrir aquesta transformació personal a través de les arts a la ciutadania. L'exposició genera una reflexió sobre les possibilitats de rehabilitació i reinserció. A través d'històries personals, expressions artístiques i moments de col·laboració, aspirem a desafiar els estigmes socials i a fomentar una conversa significativa sobre el poder de l'art per a canviar vides i construir una societat més justa i comprensiva.

### Factors que permeten la transferència i replicabilitat

La replicabilitat de la iniciativa es fonamenta en la metodologia de l'activitat que la fa adaptable a tots els centres penitenciaris i també a altres col·lectius, personalitzant-la quan cal. Per exemple, amb altres col·lectius és viable incorporar persones externes durant la fase 2 com estudiants de dansa per compartir i enriquir l'experiència a totes les parts.

El mètode té tres fases:

- Fase 1. Procés d'adaptació i coneixement del vocabulari. Consisteix en unes primeres sessions d'expressió del cos, a través de diferents ritmes, sons i percussions.
- Fase 2. Treball grupal, de confiança. Sessions per treballar el grup i la importància de sentir-s'hi dins. Cultivem el sentiment de pertinença i el treball cooperatiu.
- Fase 3. Presentació del treball. Preparem unes peces, fetes prèviament durant les sessions, i les mostrem davant del personal del centre penitenciari, altres interns i familiars. Posteriorment, es fa un col·loqui amb totes les persones participants del projecte per tal de compartir vivències i reflexions. Aquesta presentació possibilita mostrar el seu esforç, el seu dia a dia i sentir-se valorats.

L'exposició està prevista que sigui itinerant i es pugui visitar a diferents espais del territori català amplificant l'impacte de la iniciativa. S'inicia al Museu Terra propietat de la Fundació Carulla a l'Espluga de Francolí.