

«Natura és Cultura»: L'art i la dansa com a benestar per a la salut mental tornen a Avinyó

L'objectiu és donar respir a persones que conviuen amb trastorns mentals i desestigmatitzar la malaltia apropant aquest col·lectiu a la població



Expressió artística al bosc de la Torre dels Soldats d'Avinyó | Fundació Setba

Aquesta setmana ha tornat el programa *Natura és Cultura*, que Avinyó acull al Bosc de la Torre dels Soldats des de 2017. Aquest projecte, organitzat per la Fundació Setba, rep usuaris d'entitats de salut mental de Catalunya per realitzar treballs artístics -inspirats en el bosc d'Oma (Bizkaia) del pintor basc Agustín Ibarrola-, sota la direcció artística del codirector de Cal Gras i artista local Quim Moya.

L'objectiu és donar respir a persones que conviuen amb trastorns mentals i desestigmatitzar la malaltia apropant aquest col·lectiu a la població, a través de les seves manifestacions d'art.

Fins al 9 d'octubre, un total de quatre entitats de salut mental passaran una setmana a la residència de Cal Gras d'Avinyó, experimentant la tècnica de *land art* (art terrestre), que té com a principi utilitzar pintures sostenibles que no facin malbé els arbres, i realitzant activitats d'expressió corporal, com la dansa, per aconseguir l'harmonia dels usuaris amb el seu entorn. La manresana, psicòloga i ballarina Maria Ribera Salvador serà l'encarregada de dur a terme aquesta experiència sensorial.

Entre les entitats participants es troben la Fundació Althaia de Manresa, la Fundació Els Tres Turons i Ràdio Nikosia de Barcelona i la Unitat de Salut Mental de l'Hospital de Mataró.

Eudald Vilaseca, alcalde d'Avinyó valora molt positivament el projecte Natura és Cultura: "El camí amb els arbres dels soldats ha creat curiositat entre la població d'Avinyó. Disposar d'aquest punt, juntament amb la Torre dels Soldats que és un monument històric que s'està restaurant i el camí Ramader que, gracies a Josep Solsona, s'està recuperant, és i serà un punt d'atracció molt positiu per al poble".

Del bosc a les aules

També, amb la finalitat de fomentar la inclusió social, desestigmatitzar la malaltia mental, visibilitzar la problemàtica de les persones amb trastorns mentals i fer que els nens del municipi s'identifiquin amb el bosc pintat, els alumnes de l'escola Barnola participen en el projecte. Arran de la Covid-19, aquest any la trobada ha passat de ser presencial a un intercanvi epistolar on s'establirà una comunicació artística entre ells.

Sensibilització del projecte

Paral·lelament, en el Marc del Dia Mundial de la Salut Mental (10 d'octubre 2020) i de la +Mediterrània de la Fira Mediterrània de Manresa, la Fundació Setba inaugurarà l'exposició *Natura és Cultura* del 8 al 18 d'octubre a l'Espai7 del Casino de Manresa. Una exhibició fotogràfica d'Oriol Segon Torra que mostrarà aquest treball artístic i la recuperació dels camins de transhumància visionant en un audiovisual la tècnica de la Pedra Seca.

Com millora l'art i la natura en la salut mental de les persones?

Actualment, i arran del confinament per la Covid-19, s'ha pogut experimentar majoritàriament que l'art és necessari per a la nostra salut mental. La creació artística individual fomenta l'autoestima i l'apoderament, mentre que la col·lectiva reforça el desenvolupament personal i la integració social.

Els resultats del projecte *Natura és Cultura* són molt positius a nivell personal i també interessantíssims des del punt de vista plàstic. Aquest any la Fundació Althaia ens ajudarà en l'avaluació de l'impacte del projecte en els participants.

Laura Plans, metgessa psiquiatra del SESM-DI (Servei Especialitzat de Salut Mental en Discapacitat Intel·lectual) de la Catalunya Central a Althaia valora que "des del punt del vista dels metges i dels psiquiatres ens centrem moltes vegades amb la medicació i no anem més enllà. Crec que projectes com aquests s'han de continuar fent. Parlant amb els participants i valorant el projecte, puc dir que l'impacte de tots ells és molt positiu, ja que s'han pogut expressar lliurement".