

# CONSERVATORIO DI MILANO

## **Laboratorio “Armonia tra Suono, Emozione e Movimento: Un Viaggio Esplorativo per Musicisti” – Prof.ssa Stefania Belotti & M° Fabio Moretti**

19 Settembre 2026 – ore 8.15-13.15 – Sala Coro

26 Settembre 2026 – ore 8.15-13.15 – Sala Coro

03 Ottobre 2026 – ore 8.15-13.15 – Aula 108

10 Ottobre 2026 – ore 8.15-13.15 – Sala Coro

Referente Prof.ssa Stefania Belotti - ([stefania.belotti@consmilano.it](mailto:stefania.belotti@consmilano.it))

### **Obiettivi:**

Esplorare la connessione tra musica, emozioni e movimento; Sviluppare la consapevolezza corporea e l'espressività attraverso la musica; Migliorare la capacità di gestire le emozioni e lo stress; Promuovere la creatività e l'improvvisazione musicale; Rafforzare il senso di comunità e collaborazione tra gli studenti

### **Programma:**

#### **Sabato 1:**

Introduzione al progetto e alle sue finalità; Esplorazione delle emozioni attraverso la musica: ascolto attivo, discussione e riflessione; Esercizi di movimento e body percussion per connettersi con il proprio corpo e la musica

#### **Sabato 2:**

Improvvisazione musicale guidata: esplorare le emozioni attraverso la creazione sonora spontanea; Esercizi di respirazione profonda per favorire il rilassamento e la concentrazione; Creazione di una improvvisazione musicale collettiva basata sulle emozioni emerse

#### **Sabato 3:**

Danza e movimento espressivo con la musica: liberare le emozioni attraverso il corpo; Esercizi per esplorare la drammaticità e l'espressività vocale; Riflessione sul ruolo delle emozioni nella performance musicale

#### **Sabato 4:**

Integrazione di musicoterapia, emozioni e corpo nella propria pratica musicale; Presentazione di progetti individuali o di gruppo; Conclusione del progetto e condivisione di feedback

### **Metodologia:**

Il progetto si svolgerà in un'atmosfera di apertura, accoglienza e rispetto reciproco. Le attività saranno condotte in modo esperienziale e creativo, utilizzando diverse tecniche di musicoterapia, movimento corporeo e teatro musicale. Si favorirà la partecipazione attiva e il contributo di tutti gli studenti.

### **Conclusione:**

Questo progetto offre un'occasione unica agli studenti del Conservatorio di esplorare la profonda connessione tra musica, emozioni e corpo. Attraverso un percorso esperienziale e creativo, i partecipanti potranno sviluppare la propria consapevolezza personale, migliorare la gestione delle emozioni e rafforzare le proprie capacità espressive. Il progetto si propone inoltre di creare un senso di comunità e collaborazione tra gli studenti, favorendo la crescita personale e professionale di ciascuno.

### **Iscrizioni tramite i seguenti link Jotform:**

Studenti interni: <https://form.jotform.com/223053017219345>

Studenti esterni: <https://form.jotform.com/223053044978357>

Termine iscrizioni: 01 Settembre 2026 - ore 23.59