



Recetas para jugar

Tinte natural.

Receta para hacer pintura savia

Necesitas:
Hortalizas de tu elección
(remolacha, zanahoria, espinacas...)
1 recipiente por hortaliza
1 embudo
Frascos pequeños

Pelamos las hortalizas y las cortamos en finas láminas teniendo en cuenta que cada hortaliza será un colorante. Secamos estas láminas al sol durante dos o tres días, o bien en el horno o en un microondas a baja potencia e intervalos cortos de unos 30 segundos, comprobando que no se quemen. Cuando estén crujientes y completamente secas, las convertiremos en polvo con un molinillo o una batidora. Lo importante es obtener un polvo seco y sin grumos. Este polvo de color intenso será nuestro colorante, listo para mezclarlo con un poquito de agua y un pincel, como si de una acuarela se tratase, o utilizando nuestros dedos. Ya podemos comenzar a teñir. Utiliza el embudo y los frascos para guardar los colorantes que te sobren.

*Explora tu imaginación y utiliza cualquier otro material que tengas a mano y pueda generar algún color: cúrcuma, café, flores... Te sorprenderán no solo sus colores, también sus olores y sabores. Si quieres seguir experimentando puedes usar estos pigmentos para teñir el pelo, telas o utilizarlos como colorantes alimenticios.



Savia Mapas para jugar el Museo

movimiento propio

Jugar con los movimientos de las diferentes partes de tu cuerpo, con el estado de tensión o con la relajación de tus músculos. Observar la manera en que te mueves es una forma de crecer en consciente relación con tu cuerpo, conectando contigo misma. Moverse, bailar, saltar, estirarse, relajarse, rodar...! Esta es la base de la alegría misma! El palpitio, retumbar profundo y constante, es una metáfora que nos invita a vibrar y a transitar este juego desde el movimiento vital que marca el ritmo de nuestros pasos.

¿Jugamos a ir al Museo?

2

Al monstruo de la laguna le gusta bailar la cumbia. Se empieza a mover seguro, de a poquito y sin apuro (¡eso!) ...



Adivina adivinador:

Para bailar me pongo la capa y para bailar me la vuelvo a quitar, porque no puedo bailar con la capa y sin la capa no puedo bailar.

¿Cómo jugamos hoy?



Juguemos al ritmo de...

3

¡obras relacionadas con el baile, la danza y el cuerpo!

Un trabalenguas para iniciar el gran juego de **imitadores de obras de arte:**

El cangrejo se quedó perplejo, al ver su reflejo en aquel espejo.

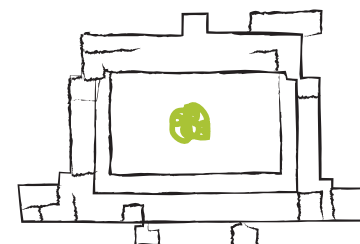
Cuando el arte se vuelve piel:

De esta obra a mi cuerpo, de esta figura a mi propio movimiento, de un movimiento a una estatua, ¿Veo esta obra y soy una...?



4

Ascensores de cristal: ¿Qué veo desde arriba, qué veo desde abajo?



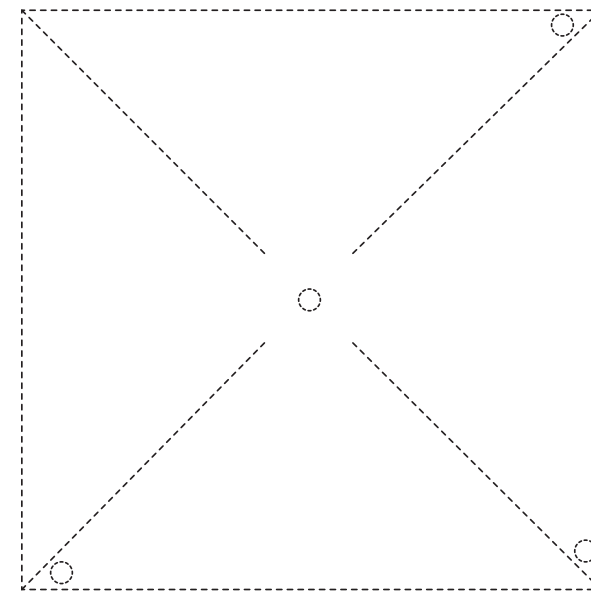
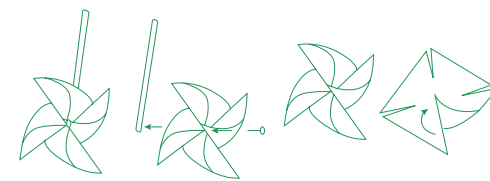
Jardín de Sabatini: Carmen, el viento y el equilibrio

Patio Nouvel: El poder del juego



Palpitando

5



7



9

¿Cómo se mueve esta línea?

