

**10 maggio 2025, ore 10.00-12.30**

## **Rallentare - Workshop sulla lentezza con Moni Wespi**

**Al Crott, Poschiavo**

Laboratorio di movimento aperto a tutti

Costo: CHF 30 (intero) / CHF 20 (ridotto: apprendisti/studenti/AVS/AI/cartaCultura)

Iscrizione: [info@riverbero.ch](mailto:info@riverbero.ch)

Nel suo **workshop** Moni Wespi (Grigioni) ci introduce all'arte della lentezza. Ascoltare il corpo, seguire i propri impulsi, perdersi nel tempo. Anche stare fermi è movimento, respiriamo, siamo presenti e godiamo semplicemente di esserci. IMMERGERE il corpo umano nel suo ambiente: spazio pubblico urbano, natura o situazioni interiori. L'idea è quella di mettere l'essere umano in una posizione meno dominante, proponendo un'azione rallentando e ascoltando il corpo e l'ambiente. Mettendo in discussione la gerarchia in vigore da secoli e la frenesia della vita quotidiana. Come diventare una pietra? Come diventare muschio, una superficie? Respirare come un albero? Erba secca o natura addormentata? Fare una pausa. Ascoltare come lo farebbe un animale. Praticiamo in un ambiente protetto e poi usciamo nello spazio pubblico/nella natura. La lentezza in contrasto con la velocità della nostra vita quotidiana. Concediamoci un po' di tempo libero!

### **Residenza**

Ispirata dalla natura dei Grigioni, nel suo progetto attuale SLOWED LANDSCAPES, Moni Wespi vuole esplorare il potere della LENTEZZA attraverso installazioni performative, in situ e partecipative in cui invita il pubblico a rallentare. Questo progetto è già stato in una residenza di ricerca a Milano e presentato in quanto work in progress all'Hangar Bicocca nel 2023.

**Moni Wespi** è una coreografa, direttrice artistica e visual designer basata nei Grigioni. Nella sua pratica coreografica crea immagini attraverso scelte scenografiche radicali combinate alla sua ricerca sul movimento. Nel 2007 fonda la compagnia Loutop, con la quale ha creato un progetto portato in tournée a livello internazionale tra il 2007 e il 2024 (250 rappresentazioni). Nel 2010 Monika Wespi ha ottenuto un premio di Zurigo per il suo lavoro con Loutop. Dal 2014 al 2022 ha ampliato la sua carriera artistica con collaborazioni internazionali vivendo e lavorando a Bruxelles, dove ha creato il progetto coreografico e arte visiva Moving Portrait, che esplora i confini tra staticità e micromovimento, presentato sotto forma di videoinstallazioni. Dal 2019 il progetto comincia ad assumere una forma performativa e partecipativa, in cui il pubblico diventa performer. Attualmente sta sviluppando il progetto Slowed Landscapes, un'installazione performance adattabile a qualsiasi posto e che invita lo spettatore a rallentare. È interessata a un approccio multidisciplinare, elaborando concetti visivi e materiale coreografico per progetti scenici, performer, musicisti, stilisti, partecipando alla creazione e alla definizione del loro linguaggio/della loro identità visiva, sviluppando costumi, scenografie e supporti per video, fotografie e progetti scenici.

**18 maggio 2025, ore 18.00**

**Slowed Landscapes**

## **Installazione performativa**

**Piazza Poschiavo, Poschiavo**

Nell'ambito della [Festa danzante Poschiavo 2025](#).