

Comenzó el taller de canto para adultos mayores

21/04/2026



El Municipio de San Rafael, a través del área de Adulto Mayor, inició un taller de canto recreativo destinado a personas mayores, con el objetivo de promover el derecho a la recreación, el bienestar físico y la expresión artística.

La propuesta, coordinada por la profesora Mary Robert, se centra en el trabajo integral del cuerpo a través de la respiración, la relajación y la conexión corporal, entendiendo estas herramientas como fundamentales para aliviar tensiones cotidianas y habilitar nuevas habilidades expresivas.

“Este es un proyecto que surge de la necesidad de promover el derecho a la recreación para adultos mayores. En este taller de canto recreativo trabajamos a través de la respiración y el enraizamiento del cuerpo. A través de la respiración conectamos con nuestro cuerpo, le damos mucha importancia a la relajación para aliviar tensiones que cualquier persona trae del día a día”, explicó Mary Robert.

Durante los encuentros, se combinan técnicas de respiración y vocalización con dinámicas lúdicas y de movimiento,

priorizando lo intuitivo sin dejar de lado lo técnico.

Además, el taller propone un espacio de construcción colectiva que apunta a derribar barreras emocionales. La actividad está orientada a jubilados y adultos mayores que deseen salir de la rutina, socializar y explorar el canto como herramienta de bienestar.

El taller se dicta todos los martes de 10 a 12 horas en la sede del área de Adulto Mayor y "Pausa y Encuentro", ubicada en Saavedra 273. La propuesta es gratuita y abierta durante todo el año.