



De izquierda a derecha, Violeta Lleixà, Josep Lanau y el ilustrador Hernan En H. FOTO: CEDIDA

Tortosa

Festi P≈ART, un festival que quiere ayudar a gestionar la **ansiedad** a través del arte

El evento se celebrará este sábado y contará con intervenciones musicales y artísticas, y talleres de dibujo, escritura, música y teatro

S. FORNÓS
TORTOSA

Ofrecer a través del arte, la música, el teatro, la escritura, la danza y el dibujo herramientas y experiencias para que las personas puedan gestionar su ansiedad. Esta es la razón de ser del proyecto P≈ART, impulsado por Violeta Lleixà y Josep Lanau, integradores sociales y ex estudiantes del Institut de l'Ebre de Tortosa. Ambos promueven el proyecto motivados porque «la ansiedad cada vez está más presente en la sociedad y que ha empeorado por la coyuntura social y económica, con la experiencia de la pandemia».

Así, el proyecto, que actualmente se encuentra en fase de financiación colectiva (a través de la plataforma GoFoundMe), parte de la base de que «además de gestionar la ansiedad a través del acceso a un profesional de la psicoterapia, de realizar actividad deportiva con frecuencia, de reducir el consumo de tabaco, alcohol y cafeína y de seguir una alimentación saludable, la ansiedad también puede gestionarse a través del arte».

En esta línea, basándose en la simbiosis entre las personas, la tecnología, la salud y el arte, el

proyecto ofrece herramientas y experiencias para la autogestión de la ansiedad.

Presencial y virtual

Por ello, P≈ART plantea un punto presencial que se sustenta en el aprendizaje experiencial a través de talleres vinculados al arte, y un punto virtual que divisa un nuevo horizonte que combina el acompañamiento y el aprendizaje.

El evento forma parte del proyecto impulsado por Violeta Lleixà y Josep Lanau

je a través de una aplicación que incluiría el acceso, en distintos niveles, a una biblioteca de contenidos sobre la ansiedad, un consultorio, un fórum, etc. «Un espacio seguro para aprender, donde expresar todo aquello que nos preocupa y nos angustia», destacan los impulsores del proyecto.

El festival

Por todo ello, con la intención de visibilizar el proyecto este sábado se celebrará el Festi P≈ART. «El festival es una rama más de nuestro proyecto, en el que el ar-

te nos acompaña en todas sus vertientes a través de actuaciones, talleres, stands y actividades. Queremos romper estigmas, promover el arte y la salud mental con el proyecto y con el festival», destacan Violeta Lleixà y Josep Lanau.

El evento se celebrará en el paseo central y la Nau del Parc Teodor González de Tortosa, desde las 10 hasta las 23 horas, con entrada gratuita. En esta primera edición, participarán artistas destacados como el bailarín y coreógrafo Roberto Olivan, quien hará una *performance* mientras el ilustrador Hernan En H protagonizará un *live painting*; la Cia. Sinèrgia con la obra teatral *Encenalls*; el artista de reggae JuanMaMaN; el espectáculo *Màgia és Màgia* de Riure Màgic; el DJ Krøtøan; el intérprete Josep Ruiz y su banda; el dueto musical Clàudia Xiva y Josep Lanau, y el viaje sensorial de artes visuales y música de Alba G. Corral y Josep Lanau Franch.

Por último, el festival ofrecerá stands y talleres en los que el público podrá participar en actividades creativas, con inscripción previa, de dibujo, música, escritura y teatro que serán una cata del trabajo que se realizará en el proyecto P≈ART.