

Tampere Guitar Festival
Tiedote / juttuvinkki 4.4.2016
Vapaa julkaistavaksi

Lisätiedot ja haastattelut

Tomi Tolvanen, festivaalijohtaja / Tampere Guitar Festival

Puh. 044 5633 949, tomi@tgf.fi

Verkkosivut: www.tgf.fi

Kuvagalleria: www.tgf.fi/kuvagalleria

Hyvinvointia musiikista ja liikunnasta

Musiikin harrastamisen positiivisista vaikutuksista on tullut viime aikoina runsaasti uusia tutkimustuloksia. Musiikki aktivoi molempien aivopuoliskojen hermostossa osia, joiden tehtävänä on säädellä vireyttä, tarkkaavaisuutta, muistia sekä tunteita. Lasten ja nuorten aktiivisen musiikkiharrastuksen on todettu vaikuttavan positiivisesti kuulojärjestelmän toimintaan ja motoristen taitojen kehittymiseen. Musiikkia pidetään liikunnan ohella tärkeimpänä stressinhallintakeinona, mutta entäpä näiden yhdistelmä?

Tampereella on parhaillaan käynnissä kaksivuotinen hanke, joka tähtää lasten ja nuorten kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tukemiseen ja pitkäjänteiseen harrastuneisuuteen musiikin parissa. Tällä pyritään vastaamaan tämän päivän yleiseen haasteeseen, joka on syntynyt lyhytjänteiseksi ja kiireiseksi muuttuneen harrastuskulttuurin myötä. Muutosta haetaan yhdistelemällä kulttuuria ja liikuntaa sekä positiivista yhdessä tekemistä ja olemista. Hanke toteutetaan kehittämällä Tampere Guitar Festivalin vuonna 2005 alkaneita kitarakursseja, jotka saivat liikunnallisen sävyn vuonna 2015 ja ovat laajentuneet koskemaan myös muita soitinryhmiä. Työryhmässä mukana on musiikin, liikunnan ja kehonhuollon ammattilaisia, jotka yhdistävät osaamistaan uudella tavalla koko toimintakentän hyväksi.

Sisältöjä useille eri ikäryhmille

Kesäkuun alussa Tampereella järjestettävät monimuotoiset musiikkikurssit on suunnattu niin lapsille, nuorille, harrastajille, opiskelijoille kuin ammattilaisille. Eri ikäryhmien yhdistäminen tekee kurssikokonaisuudesta ainutlaatuisen – esikuvien ja roolimallien avulla harrastuksen alkutaipaleella oleville hahmottuu kehityspolku, jossa on mahdollista hieman raottaa tulevaisuuden verhoa ja jaksaa harrastuksen parissa myös vaikeiden aikojen ylitse. Kokonaisuutta rakennetaan eri ikäryhmien erityispiirteet huomioiden, sisältöjen vaihdellussa leikistä ja pelailusta kansainvälisen tason erityisluentoihin alan tuoreimmalla tiedolla. Jokainen voi kehittää itseään sekä yksin että osana samanhenkistä ryhmää. Tavoitteena on tarjota osallistujille hyvät eväät kokonaisvaltaiseen kasvuun ja elinikäiseen harrastamiseen.

Kurssit palvelevat myös musiikkialan ammattilaisten ja opiskelijoiden tarpeita. Luentojen ja työpajojen avulla kehitetään ja parannetaan ammattimaista toimintaa ja rakennetaan ammattilaisille uusia työvälineitä taiteen opettamiseen ja ohjaamiseen. Tänä vuonna alkunsa saava The Joy of Playing -luentosarja on suunnattu kaikkien soitinryhmien opettajille ja muusikoille, ja on samalla avaus laajemmalle keskustelulle ja yhteistyölle eri instrumenttien parissa työskentelevien kesken. Teemat pureutuvat muun muassa työssä jaksamiseen, työergonomiaan sekä henkiseen ja fyysiseen puoleen muusikon ammatissa.

Tulevaisuudessa tavoitteena on rakentaa entistä laajamuotoisempi kurssi- ja leirikokonaisuus, jossa kaikenikäiset ja -tasoiset, eri soittimien soittajat kehittävät taitojaan iloisesti yhdessä tehden ja toisiltaan oppien. Kurssit ja luennot järjestetään yhteistyössä Varalan Urheiluopiston kanssa, jonka erityisalaa on liikunnallisten leirien järjestäminen. Osa sisällöstä toteutetaankin niin, että musiikin ja liikunnan harrastajat ovat vuorovaikutuksessa toistensa kanssa. Kulttuurista hyvinvointihanketta tukee Taiteen edistämiskeskus ja sen toteuttaa Tampere Guitar Festival. Lisätietoa sisällöistä löytyy verkkosivuilta www.tgf.fi.