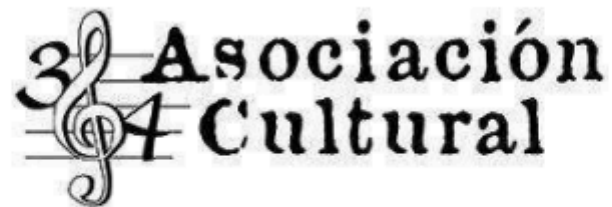


# MEMORIA MIP 2025

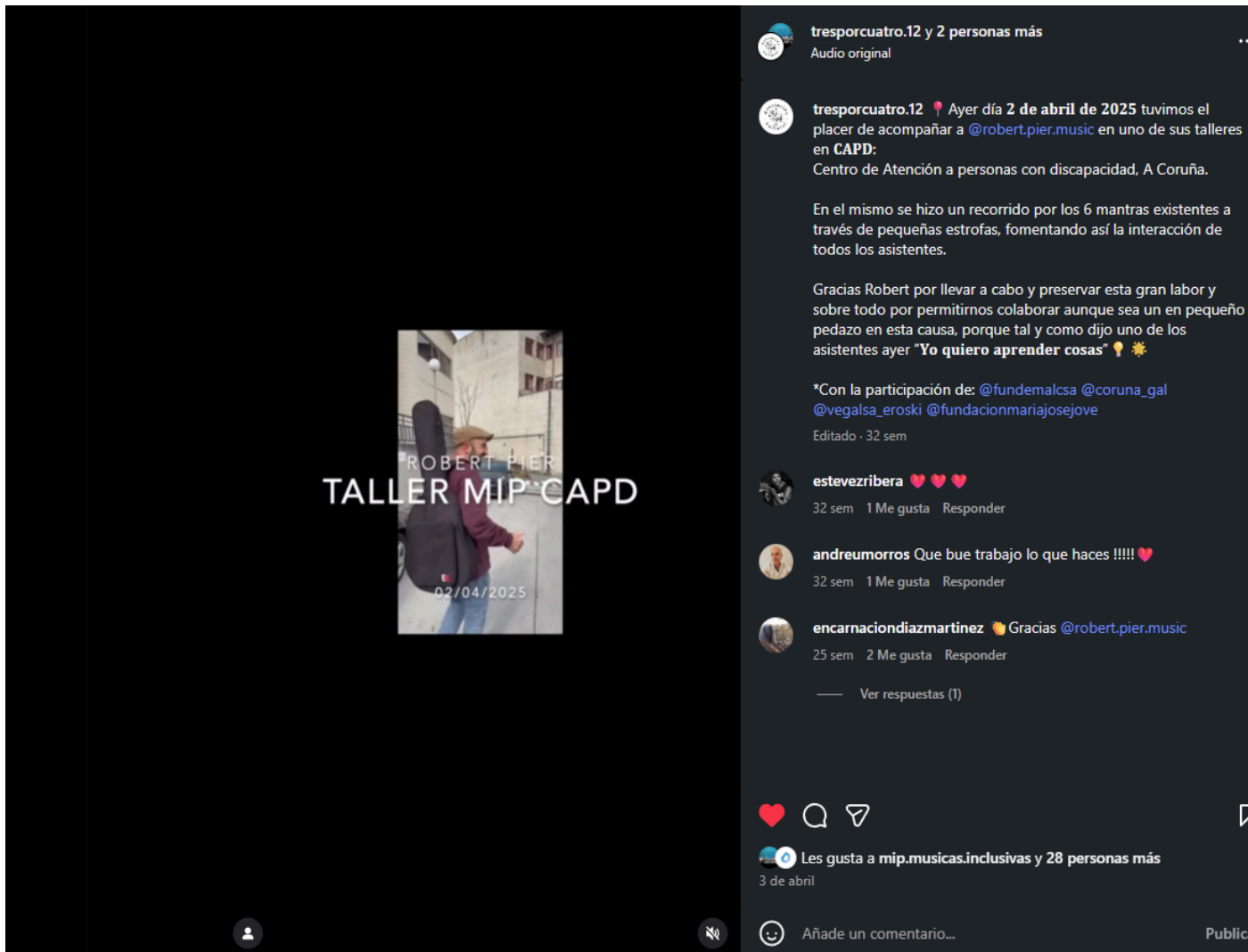


**MIP, Músicas Inclusivas e Participativas** é un proxecto desenvolto pola **Asociación Tres por Cuatro** en colaboración con **Robert Pier**. Leva un percorrido de 8 anos realizándose co obxectivo de fomentar a inclusión, a diversión e a música como ferramenta para sandar. Consiste na realización de obradoiros nos que se combina música con artes visuais, acompañando e enriquecendo a posta en escena. O proxecto baséase en temáticas de cohesión e integración social, diversidade e convivencia intercultural, sensibilización ambiental, igualdade, integración de persoas con diversidade funcional e educación en valores. Nace da unión da **Asociación Cultural Tres por Cuatro** co músico, compositor e técnico sociosanitario coruñés, Robert Pier. A metodoloxía do traballo e o sistema MIP, baséase na súa formación e experiencia persoal e profesional con diferentes colectivos de diversidade funcional, os mantras ambientais, a psicomotricidade e os instrumentos de percusión menor. Robert Pier empeza a súa carreira musical a moi temperá idade, compoñendo os seus propios temas en distintas bandas e abarcando estilos moi diferentes como pop, rock reggae, funk ou música de autor. En 2016 presenta “O poder curativo dous Mantras”, terapia musical enfocada na diversidade, que se fundamenta no coñecemento e interiorización dos mantras que o artista e terapeuta creou. O diverso alumnado que realiza os obradoiros con Robert Pier, practica os mantras ambientais, concepto orixinario do hinduísmo que se fundamenta na interpretación de Calle SAN

IGNACIO 7, 5B 15001 A CORUÑA TLF. 881928691  
tresporcuatro.12@gmail.com www.tresporcuatro.gal 2  
cancións curtas e circulares, que segundo algunhas crenzas  
teñen un poder psicolóxico e espiritual.

Neste 2025 o proxecto xirou entornando aos **Mantras das emocións**. A partir de febreiro, e grazas á aportación da Fundación Emalcsa a través da VIII Convocatoria de Cultura Accesible e Inclusiva, comezaron os obradoiros MIP, nos que Robert Pier practica os mantras co colectivo de artistas con diversidade funcional das entidades sociais colaboradoras. Realizáronse talleres MIP en Fundación ADCOR, Fundación Luis Seoane, CEIP Torre de Hércules, CAPD, APEM, ADACECO, Aspronaga, CEIP Cidade Vella, Fundación ONCE (virtuais) Círculo de artesanos e Aquarium Finisterrae, e para finalizar un ano máis, un evento de fin de curso no mes de xuño, do cal vos deixamos a continuación as imaxes e ligazóns dos vídeos realizados e publicados nas redes sociais de todo o acontecido. Ademais, participamos xunto co Coro Diversos Funcionais no Festigal, festival na Coruña que rompe coas trabas coas que se atopan moitas persoas á hora de crear e consumir cultura.

# Taller de CAPD



The image shows a screenshot of an Instagram post. The main content is a video thumbnail featuring a man in a brown jacket and hat carrying a guitar case, with the text "ROBERT PIER TALLER MIP CAPD" and the date "02/04/2025". The post is from the account "tresporcuatro.12" and includes a caption in Spanish describing a workshop held at the CAPD center in Coruña. The caption mentions that 6 mantras were explored through small stanzas to encourage interaction. It also thanks Robert Pier for his work and lists several participants. The post has received several likes and comments from users like "estevezribera", "andreumorros", and "encarnaciondiazmartinez". At the bottom, there are icons for liking, commenting, and sharing, along with a notification that 28 people liked the post.

**tresporcuatro.12** y 2 personas más  
Audio original

**tresporcuatro.12** 📍 Ayer día 2 de abril de 2025 tuvimos el placer de acompañar a [@robert.pier.music](#) en uno de sus talleres en CAPD:  
Centro de Atención a personas con discapacidad, A Coruña.

En el mismo se hizo un recorrido por los 6 mantras existentes a través de pequeñas estrofas, fomentando así la interacción de todos los asistentes.

Gracias Robert por llevar a cabo y preservar esta gran labor y sobre todo por permitirnos colaborar aunque sea un en pequeño pedazo en esta causa, porque tal y como dijo uno de los asistentes ayer "Yo quiero aprender cosas" 🙌🔥

\*Con la participación de: [@fundemalcsa](#) [@coruna\\_gal](#) [@vegalsa\\_eroski](#) [@fundacionmariajosejove](#)

Editado · 32 sem

**estevezribera** ❤️❤️❤️  
32 sem · 1 Me gusta · Responder

**andreumorros** Que buen trabajo lo que haces !!!!!❤️  
32 sem · 1 Me gusta · Responder


**encarnaciondiazmartinez** 🙌 Gracias [@robert.pier.music](#)  
25 sem · 2 Me gusta · Responder

— Ver respuestas (1)

Les gusta a [mip.musicas.inclusivas](#) y 28 personas más  
3 de abril

Añade un comentario... Publico

## Centro de día Monte Alto fundación dcor



eta

mip.musicas.inclusivas  
Audio original

mip.musicas.inclusivas 🎵 Hola, hoxe compartimos con vos un taller realizado onte día 4 de abril as 12:30h por @robert.pier.music en colaboración coa @fundacionadcor, no centro de día Monte Alto! 🎵

🎧 Neste reels podemos ver @robert.pier.music realiza o canto dun dos seus mantras favoritos, en compañía de amigos do centro do día! 🎧

Este mantra pertence a un conxunto de mantras que el mesmo creou, en base a emocións, e os cales emocionan aos nosos compañeiros do centro de día Monte Alto!

🌟 Mantédevos atentos as nosas redes sociais para vindeiras novidades!

@tresporcuatro.12 @robert.pier.music @fundacionadcor @mip.musicas.inclusivas

\*Con la participación de: @fundemalcsa @coruna\_gal @vegalsa\_eroski @fundacionmariajosejove


Editado · 32 sem Ver traducción

👍 🗨️ 📌

👤 Les gusta a aspronaga y 10 personas más  
4 de abril

😊 Añade un comentario... Publicar

# ASPRONAGA



mip.musicas.inclusivas  
Audio original

mip.musicas.inclusivas 🎸 Hola, hoxe compartimos con vos un taller realizado onte día 4 de abril as 16h por @robert.pier.music en colaboración coa @aspronaga , no centro Ricardo Baró! 🎸

👉 Neste reels podemos ver como @robert.pier.music realiza o canto dun dos seus mantras favoritos, en compañía de algúns dos seus amigos que xa tanto conoce no centro! 👉

Esperamos que vos guste este momento compartido en @robert.pier.music e un dos seus amigos do centro Ricardo Baró!

🌟 Mantédevos atentos as nosas redes sociais para vindeiras novidades!

@tresporcuatro.12 @robert.pier.music @aspronaga @mip.musicas.inclusivas


\*Con la participación de: @fundemalcsa @coruna\_gal @vegalsa\_eroski @fundacionmariajosejove

Editado · 32 sem Ver traducción

Les gusta a erik\_lepeich y 11 personas más  
4 de abril

Añade un comentario... Publicar

## ADACECO



mip.musicas.inclusivas

mip.musicas.inclusivas 🎸 Onte, día 28 de abril, tivemos o pracer de acompañar a @robert.pier.music a realizar un dos seus talleres MIP, con @danocerebral\_acoruna. Ensaiaimos os Mantras das emocións coa colaboración dos compañeiros do centro de día que estiveron cantando e axitando as maracas durante toda a mañá! Con esta actividade conseguimos reforzar a unidade e a coordinación 🎶

🌟 Grazas aos artistas diversos funcionais, **ADACECO** e á @fundemalcsa por facer este proxecto posible. 🌟

Aquí deixámosvos un par de fotos e vídeos do que foi a sesión de onte. Seguíde pendentes ás nosas redes!

@coruna\_gal @fundacionmariajosejove @vegalsa\_eroski

#MIP #ADACECO #fundacionemalcsa #musica #musicasinclusivas

29 sem Ver tradución


Les gusta a robert.pier.music y 9 personas más

29 de abril

Añade un comentario...

Publicar

## CEIP Torre de Hércules.



mip.musicas.inclusivas

mip.musicas.inclusivas 🌟 Bo día!

📖 No día de hoxe voltamos ao Centro Cívico de Monte Alto con @robert.pier.music para practicar os mantras das emocións e da natureza coa xente da @fundacionadc or e CEIP Torre de Hércules. 🎶

🎉 Pasámolo en grande coma sempre!! Unha mañá chea de diversión e música!

Como de costume, agradecer aos artistas diversos funcionais, aos rapaces e rapazas do colexio e á @fundemalcsa por facer isto posible!

Vémonos na próxima!

@coruna\_gal @fundacionmariajosejove @vegalsa\_eroski #MIP #musicasinclusivas #FundacionADCOR #musica

25 sem Ver tradución

fundacionmariajosejove 🌟🌟🌟🌟

25 sem 1 Me gusta Responder

Ver respostas (1)


Les gusta a robert.pier.music y 11 personas más

23 de mayo

Añade un comentario...

Publicar

## Cantóns



mip.musicas.inclusivas  
Audio original

mip.musicas.inclusivas 🌟 Bos días!

📍 Onte, 9 de xuño, estivemos noutro taller MIP con @robert.pier.music nos cantóns, coa xente da @fundaciononce

🎵 Pasamos unha tarde estupenda chea de música e diversión, practicando os mantras dos acordos toltecas entre outros!! Aquí deixámosvos un par de clips do taller

🌟 Coma sempre, agradecer á xente da Fundación ONCE e á @fundemalcsa

Vémonos na próxima!


@coruna\_gal @fundacionmariajosejove @vegalsa\_eroski #musicasinclusivas #mip #musica #concellocoruña #fundacionemalcsa

Editado · 23 sem · Ver tradución

3 Me gusta  
10 de Junio

Añade un comentario... Publicar

## Centro Ágora



mip.musicas.inclusivas y 2 personas más  
Centro Ágora

mip.musicas.inclusivas 🙌 GRACIAS 🙌

🌟 Aún con resaca emocional por todo lo vivido este pasado martes en el Centro Ágora. Que gusto da estar con gente así de maravillosa haciendo proyectos tan chulos. 🌟

📄 Gracias a @lucia\_borrallo por plasmarlo tan bonito. @nwnphoto

🌱 Gracias por supuesto una vez más a todos los que hacéis esto posible @bmmunicipalcoruna @fundacionadcor @apem\_coruna @aspronaga @fundaciononce @adaceco @capd @caip.cidadevella

Organiza: @tresporcuatro.12  
Patrocina: @fundemalcsa  
@coruna\_gal @vegalsa\_eroski @fundacionmariajosejove  
7 sem

🌟 lucia\_borrallo 🙌🙌🙌 Muchísimas gracias, fue una experiencia inolvidable... 🙌🙌🙌 unirse a través del canto y la música, me pareció un Logro descomunal!!! Muy, muy agradecida!!  
7 sem · 2 Me gusta · Responder

Ver respuestas (1)

Les gusta a sions.enclavemusical y 38 personas más  
23 de septiembre

Añade un comentario... Publicar

## FESTIGUAL Grande Obra de Atocha



## MANTRAS DE LAS EMOCIONES GRATITUD

### GRATITUD

Con gratitud, se siente mejor la vida

Con gratitud generamos más alegría

Con gratitud valoras el momento

Con gratitud...con gratitud

### EL AMOR

Besos, caricias

Hasta en un plato de comidas se halla amor

Cuidados, abrazos

Se puede percibir amor en todos lados



### EL ODIO

Cuando hay odio, hay ira

Y en la ira, hay enfado

En el enfado hay rabia

Y todo eso es el rencor

Pero con un poco de compasión

### LA ACEPTACIÓN

Todo es perfecto

Más allá de lo aparente

Lo que sucede, conviene

Pues cabe aceptar

Las diferencias y la verdad

## **MANTRAS DE LOS 4 ACUERDOS**

### **Honra tus palabras (1er acuerdo)**

Honra tus palabras amigo, hónrala. ¡Hónralas!

Honra tus palabras amiga, hónralas. ¡Hónralas!

Emplea tus palabras en dirección a la verdad y al amor

Y sé aquello que sueñas y sientas

### **No te tomes nada personalmente (2do acuerdo)**

Nada de lo que digan te lo tomes personal

Cada quien opina desde su historia

Confía en ti y en tu capacidad con el corazón

Y no te tomes nada personal

### **No supongas (3er acuerdo)**

No supongas, no des por hecho las cosas

Haz preguntas si te aparecen dudas

Que suponer hace inventar historias

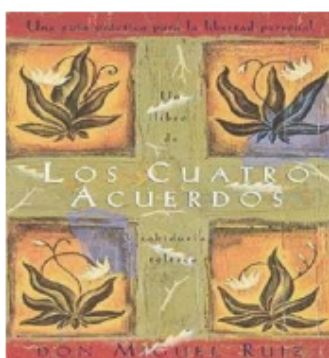
Y puede lastimar si no preguntas

### **Haz siempre lo máximo que puedas (4to acuerdo)**

Haz siempre lo máximo que puedas, y serás feliz

Eres feliz cuando haces lo que te gusta, eres feliz

Expresa lo que eres y pasa a la acción, serás feliz



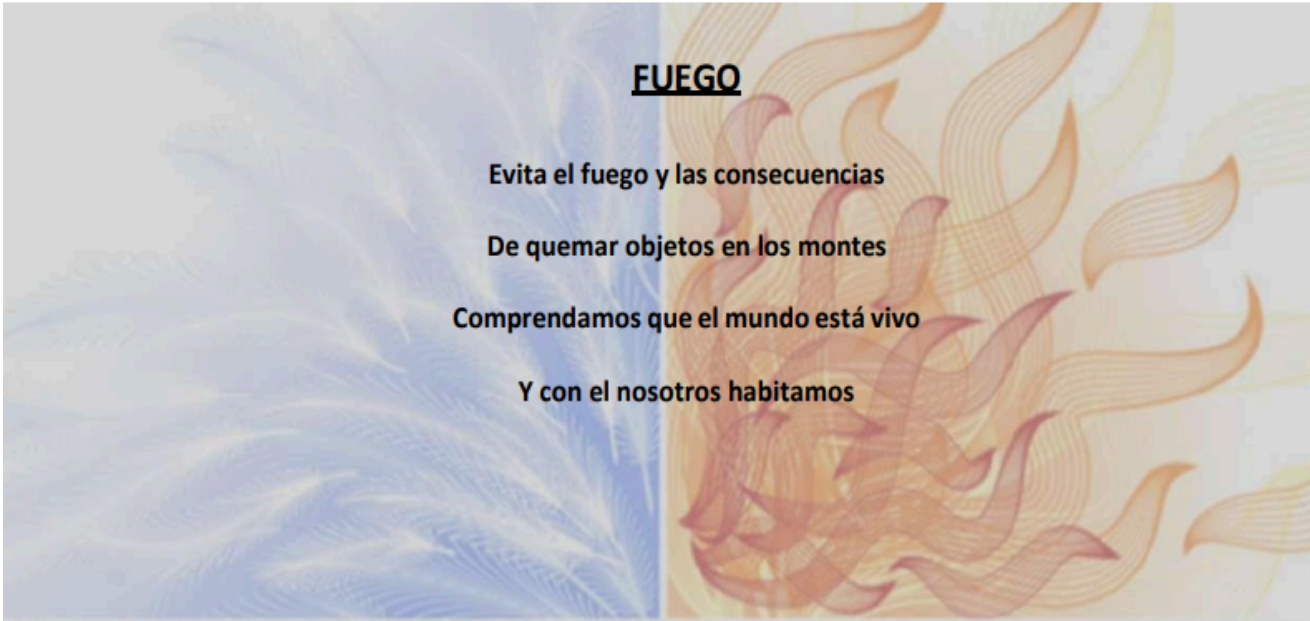
## **MANTRAS MEDIOAMBIENTALES**

### **AGUA**

El agua es vida, cuidala  
Si no lo hacemos se nos va acabar  
Cierra las llaves, evita las fugas  
Tomemos conciencia, cuidala

### **AIRE**

Plantemos flores para ayudar  
A nuestra tierra a respirar  
Usemos las bicis y caminemos  
Cuidemos el aire para vivir



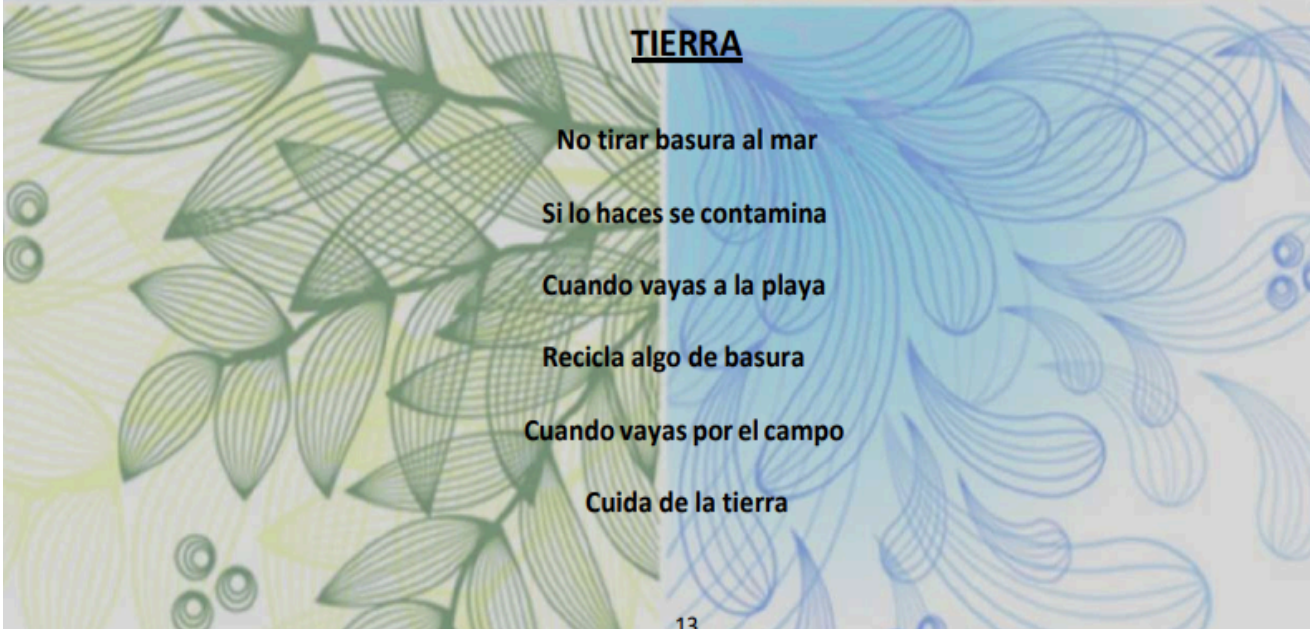
## FUEGO

Evita el fuego y las consecuencias

De quemar objetos en los montes

Comprendamos que el mundo está vivo

Y con el nosotros habitamos



## TIERRA

No tirar basura al mar

Si lo haces se contamina

Cuando vayas a la playa

Recicla algo de basura

Cuando vayas por el campo

Cuida de la tierra

## **PRIMAVERA**

**Campo, flores de multicolores**

**Las aves vuelven al nido**

**De las plantas salen hojas**

**Campo, flores, es primavera**

**Vuelven las mariposas**

**Despues del frio invierno**

## **VERANO**

**En verano nos vamos a deleitar**

**Con la playa y con el sol**

**Los dias son mas largos, el cielo más azul**

**Y la tempetarura es ideal**

**Y en verano nos podemos bañar**

**En la piscina o en el mar**

**Los dias son alegres y hace mas calor**



**OTOÑO**

Nacen las castañas y empieza el frío  
El viento sopla con más fuerza  
Los árboles sueltan las hojas  
Es tiempo de nueces y membrillo

**INVIERNO**

Guantes y abrigos que en invierno hace mucho frío  
Bufandas, gorros y la nieve que hay en la montaña  
Solsticio, diciembre, las lluvias y las navidades  
Frío, amor y frío, frío... frío

## **CONSECUCIÓN OBXECTIVOS**

O noso obxectivo é favorecer a participación e a inclusión social, tanto nos talleres como nos concertos, nos que tamén colaborarán ademais dos artistas diversos funcionais, un estupendo elenco de músicos instrumentistas, para presentar este espectáculo inclusivo musical ao público, nun intercambio artístico e cultural. O elenco de artistas diversos funcionais, dende xóvenes a persoas da terceira idade pertencentes as tres entidades sociais, (colectivos desfavorecidos) protagonizarán os concertos son, polo xeral, persoas moi abertas e sensibles á comunicación con outras persoas. O intercambio de experiencias está garantido. Este proxecto impulsa a capacidade creativa dos artistas diversos funcionais de Galicia, coordinados por Robert Pier quen dirixe este evento en colaboración con outros músicos galegos. Combina música con artes visuais acompañando e enriquecendo a posta en escena, ademais de facilitar a súa accesibilidade mediante axudas audiovisuais. Os talleres e os centros nos que se celebran están pensados para as persoas con diversidade funcional polo que inclúen toda clase de solucións de accesibilidade. Durante a sesión apréndese accións e boas condutas, por exemplo: O uso responsable diario da auga, evitar consecuencias desfavorables na natureza e tomar conciencia da suma importancia do aire, o lume e a terra, onde se irá reflexionando durante a xornada, e entre todos iremos achegando medidas nas cales, dentro das nosas posibilidades, podemos empregar cotidianamente para

previr accidentes na natureza e diminuír a contaminación atmosférica. Calle SAN IGNACIO 7, 5B 15001 A CORUÑA TLF. 881928691 tresporcuatro.12@gmail.com

www.tresporcuatro.gal 17 Para a medición do impacto social utilizaremos utilizaremos medidores cuantitativos e cualitativos, realizando unhas fichas de asistencia a cada un dos obradoiros, obtendo ao final o número de usuarios participantes, cuantificarmos tamén o público asistente ás presentacións finais, tendo así o número de beneficiarios directos. Mediremos tamén o impacto nas redes sociais o noutros medios de comunicación, obtendo unha estimación dos usuarios indirectos. Como medidas cualitativas establecemos unhas sinxelas enquisas de usuarios e do persoal das entidades sociais e dos concellos, sobre as súas opinións e valoracións dos obradoiros e do resultado final do MIP. As accións do programa, por suposto fomentan a igualdade de xénero no marco da inclusión social das persoas diversas funcionáis.