

# BALFOLK – NAVODILA ZA UPORABO

SLOVENIAN  
VERSION

OCTOBER,  
2023

BALFOLK = RAZLIČNI TRADICIONALNI IN POSODOBLJENI PLESI EVROPSKEGA IZVORA, POGOSTO NA ŽIVO GLASBO. PLEŠEJO SE V PARIH, V SKUPINI ALI SAMOSTOJNO. TU JE NEKAJ OSNOVNIH SMERNIC IN NASVETOV, DA BI SE VSI IMELI FAJN:

## SPLOŠNO

Na balfolk dogodkih se vsi želimo počutiti **VARNE** in **DOBRODOŠLE**.

**SPOŠTUJ GLASBENIKE.**

Na primer, ne pogovarjaj se glasneje od glasbe.

BODI PRIJAZEN DO DRUGIH,  
**DISKRIMINACIJE NE TOLERIRAMO**



(ne glede na poreklo, spol, usmerjenost, invalidnosti, videz, vero, plesne izkušnje/vlogo itd.).

**NAJPOMEMBNEJE: ČE SE OB NEČEM NE POČUTIŠ DOBRO, TEGA NE POČNI. UPOŠTEVAJ TO TUDI PRI OSTALIH.**

Obleci se tako, da ti bo prijetno.

**NI PRAVIL OBLAČENJA.**

(Ampak, prosimo, bodi oblečen/a. ;))

Vsak (ž/m/x) sme plesati z vsakim in izbrati, ali bo vodil ali sledil.

Verbalno ali fizično nadlegovanje ni nikoli sprejemljivo.

> Če se obnašaš nesprejemljivo, te organizatorji lahko na to opozorijo. V naslabšem primeru ti lahko rečejo, da zapustiš dogodek.

## OSEBNA NEGA

POSKRBI ZA  
**OSEBNO HIGIENO.**

Sam/a veš, kaj najbolje deluje zate, a vseeno je tu nekaj namigov: umivaj si roke (bakterije se hitro razmnožujejo!), umij si zobe, uporabi deodorant, in, če se potiš (kdo pa se ne?), prinesi si kaj za preobleči.

Tukaj si **ZASE.**

Vse je v redu, tudi če kak ples preskočiš in si oddahneš.



Če kadiš ali piješ alkohol, s tem ne nadleguj drugih.

Pij dovolj **vode.**



Pazi na in poskrbi za svoje fizične in čustvene meje.

## POVABILO NA PLES

Za ples lahko rečeš komur koli, tudi če ga/je (še) ne poznaš.

Povabilo na ples lahko kadar koli tudi odkloniš. Vedno lahko brez razloga rečeš »ne«.

^ To sprejmi tudi od drugih.

**ŽELIŠ VODITI/SLEDITI/OBOJE? POVEJ, KAJ TI JE LJUBŠE!**

→ Kdor koli lahko da iniciativo in vpraša za ples :)

## MED PLESOM

Vsi smo tu zato, da se imamo lepo. Preden izraziš mnenje o tem, kako nekdo pleše, se vprašaj, ali si želi povratno informacijo – lahko ni zaželena.

**PLES JE NEKAJ, KAR POČNEMO SKUPAJ.**

Upoštevaj slog in telesno govorico soplesalke/ca in se prepričaj, da je obema prijetno.

Poišči plesno držo, ki je prijetna obema. Na primer, ni vsem všeč plesati zelo tesno drug ob drugem.

→ Če ti je pri plesu neprijetno ali te kaj moti, skomuniciraj to neposredno s soplesalcem/ko. Če ti koga zmotiš, se opraviči.



Vedno vprašaj (četudi nebesedno), ali in kje se lahko pridružiš **SKUPINSKEMU PLESU.**

## PLESIŠČE

**UPOŠTEVAJ CELOTEN (RAZPOLOŽLJIV) PROSTOR.**

Ne izvajaj tveganih gibov, ne da bi bil pozoren na svojo/ega soplesalko/ca, prostor in plesalce okrog sebe.

**OBIČAJNA SMER GIBANJA:**



Pri večini plesov v parih se hitrejši pari gibljejo po zunanji krožnici, drugi pa v sredini plesišča.

**ZABAVAJ SE IN SE VIDIMO NA PLESIŠČU!**

Poster je nastal na nizozemskem dogodku »Balfolkfabriek Network Day«. Imaš kakšno vprašanje? [info@balfolk.nl](mailto:info@balfolk.nl) (English please)

(prostor za kontaktne informacije za ta dogodek)

SE POČUTIŠ NEPRIJETNO ALI SI IMEL/A SLABO IZKUŠNJO? NE OMAHUJ IN POVEJ. POGOVORI SE Z LJUDMI, KI TE NADLEGUJEJO, ZAUPAJ SE PRIJATELJEM ALI PA RECI KOMU OD ORGANIZATORJEV DOGODKA. VEDNO SE BO NAŠEL NEKDO, KI TI BO PRISLUHNIL.