

Fem teatre

Dijous de 19.00h a 20.30h

Inici: 13 d'abril

Taller de 15h: 10 sessions/1h30m

A càrrec d'Arola Segarra i Marta Palència (Trama Serveis Culturals)

Lloc: Lleiialtat Santsenca

Preu 61,65€

Mitjançant el joc, la improvisació i la pràctica teatral, prendrem consciència del nostre cos i de les nostres emocions. Descobrirem com utilitzar el cos, la veu i la gestualitat per construir i interpretar personatges. Amb les dinàmiques que ens dóna el teatre de les oprimides, explorarem els interessos del grup per fomentar la creació col·lectiva.

Continguts

- El reconeixement i l'expressió de les nostres emocions.
- L'autoestima i l'empatia.
- L'acció col·lectiva com a element d'apoderament i de transformació social.
- S'exploraran les temàtiques que siguin de l'interès pel grup

Metodologia de treball

Les sessions comptaran amb exercicis de relaxació i escalfament inicials, seguits de jocs i dinàmiques teatrals (en les que s'hi inclouran exercicis del teatre de les oprimides) i d'improvisació.

Objectius

- Millorar l'expressió oral i perdre la vergonya a parlar en públic.
- Prendre consciència del nostre cos.
- Reconèixer les nostres emocions, sentiments i valors.
- Incentivar l'autoestima i l'empatia.
- Promoure la cooperació, la col·laboració i el treball en grup

Docents

Arola Segarra, humanista i actriu i **Marta Palència**, educadora social amb formació en teatre de les oprimides.

Inscripcions:

inscripcio@lleialtat.cat o al taulell de recepció de la Lleiialtat Santsenca