

Corso in Tecniche e Pratiche di Narrazione

ADULTO 10 incontri destinati a chi desidera esprimersi, esporre, presentare, narrare sé stesso o un prodotto con vivezza, chiarezza e strutturazione secondo obiettivo ma anche mediante un sincero trasporto emozionale; un percorso per rendere il parlare al pubblico un momento di piacere, distensione, svago e relax, come di intensa relazione. Particolarmente indicato per tutte le figure e tipologie professionali che sono chiamate a interagire empaticamente con il pubblico

Sabato mattina, dalle ore 10 alle 13

INFANZIA 10 incontri destinati al singolo genitore e/o alla coppia genitoriale, ma anche a educatori, formatori e, in generale, a tutte quelle figure che afferiscono al mondo dell'infanzia, per rendere divertente, piacevole e rilassante il raccontare una storia ai propri bambini, sempre così energici e affamati di avventura...a qualsiasi ora del giorno! Fiabe, favole, miti e leggende, ma anche racconti che si amano o d'invenzione: si sperimenterà come il benessere creativo dell'adulto sia divertimento e tranquillità per i più piccoli

Sabato pomeriggio, dalle ore 14 alle 17

Da Sabato 16 Gennaio 2021
per 10 incontri

COSTO: € 300

(+ € 25 Tessera Associativa che dà diritto a Buoni e Promozioni su tutti gli abbonamenti e tutte le attività)



Condittrice: **Monica Massone**, 15 ottobre 1981, diplomata attrice (qualifica professionale) presso la "International Acting School" di Roma (Corso di Formazione Professionale Regione Lazio), laureata

in Teatro Educativo e Sociale, presso l'Università degli Studi di Torino, Corso di Laurea in D.A.M.S. (Discipline delle Arti, Musica e Spettacolo), studentessa di Drammaturgia Performativa e Comunitaria presso il Centro di Ricerca per il Teatro di Milano, di Teatro Sociale presso il Social Community Theatre Centre di Torino, di Arti e Terapie Espressive presso il Corso Specialistico indetto dal Teatro Integrato Internazionale di Roma e di Storytelling presso la Scuola Holden di Torino. Si perfeziona nel metodo Stanislavskij-Strasberg con le insegnanti ed attrici Lena Lessing, Francesca De Sapio, Beatrice Bracco, Ilza Prestinari ed ancora con Alessandro Del Bianco ed Andrea Novicov. È titolare di "Quizzy Teatro", impresa di produzione, organizzazione e allestimento di spettacoli di teatro di prosa, di teatro per l'infanzia e di teatro per il sociale. Lavora intensamente come conduttrice di Laboratori di Teatro con ragazzi e bambini di Scuole e Centri Aggregativi piemontesi, nonché con adulti in progetti di Ricerca Performativa

I corsi sono condotti da Monica Massone presso "EQUILIBRI Studio Psico - Fisco", via San Lorenzo, n° 99, Alessandria

Per informazioni e prenotazioni:
Monica Massone • 348 4024894 • quizzyteatro@gmail.com



organizzano



FARE TEATRO PER...

... **crescere** *"Adesso parlo io!"*

Laboratorio annuale di Teatro per **RAGAZZI** dai 13 ai 19 anni (con elementi **Educativi** e **Sociali**)
Espressione Corporea, Gestualità, Sguardo, Ascolto, Movimento, Tocco e Sinergia Collettiva

Sei già perfetto!
Datti vita!



Da **Lunedì 9 Novembre 2020**
a **Luglio 2021** compreso.
Ogni **Lunedì**, dalle ore 17 alle 19

... per esprimere il proprio **Sé**
"Il Tempo e il Desiderio"

Laboratorio annuale di Teatro per **ADULTI**
(con elementi **Sociali** e di **Benessere**)
Ascolto, Sguardo, Gesto, Movimento, Espressione Corporea, Tocco e Relazione

Sei sempre in tempo!
Datti alla vita!



Da **Mercoledì 11 Novembre 2020**
a **Luglio 2021** compreso
Ogni **Mercoledì**,
dalle ore 20,30 alle 22,30

... crescere

"Adesso parlo io!"

Laboratorio annuale di Teatro
(con elementi **Educativi** e **Sociali**)

Espressione Corporea, Gestualità, Sguardo, Ascolto,
Movimento, Tocco e Sinergia Collettiva

per **RAGAZZI** dai 13 ai 19 anni

Saper riconoscere e gestire le emozioni, i rapporti con gli altri e i cambiamenti del corpo e della mente. Accettare e potenziare le proprie caratteristiche, trasformandole in atto creativo

"Sei già perfetto! Datti vita!"

Da **Lunedì 9 Novembre 2020**

a **Luglio 2021** compreso.

Ogni **Lunedì**, dalle ore **17** alle **19**

... per esprimere il proprio Sé

"Il Tempo e il Desiderio"

Laboratorio annuale di Teatro
(con elementi **Sociali** e di **Benessere**)

Ascolto, Sguardo, Gesto, Movimento,
Espressione Corporea, Tocco e Relazione

per **ADULTI**

Donare tempo a sé stessi e dedicarlo ai propri desideri. Ri - Conoscere, ri - scoprire ed esprimere liberamente passioni e aspirazioni, trasformandole in atto creativo. Esprimere la propria creatività, raccontare se stessi, incontrare e interagire con gli altri. Liberare pulsioni e istinti

"Sei sempre in tempo! Datti alla vita!"

Da **Mercoledì 11 Novembre 2020**

a **Luglio 2021** compreso

Ogni **Mercoledì**, dalle ore **20,30** alle **22,30**

Mediante la pratica teatrale, si vogliono allenare le 10 Life Skills (Competenze Cognitive, Emotive e Relazionali):

- Consapevolezza di sé
- Gestione delle emozioni
- Gestione dello stress
- Comunicazione efficace
- Relazioni efficaci
- Empatia
- Pensiero creativo
- Pensiero critico
- Prendere decisioni
- Risolvere problemi

Il lavoro è incentrato sulla fisicità e sulla parola integrata al movimento. Vogliamo lasciare il corpo libero di comunicare, anche mediante il fare l'esperienza di un linguaggio non-verbale (Chi volesse ha, perciò, l'opportunità di originare una storia composta da sole azioni fisiche)

- Lavoro su corpo ed emozioni
- Creazione di un personaggio
- Improvvisazione
- Ideazione o scelta di un testo - monologo o dialogo - e/o di una partitura d'azioni fisiche
- Interpretazione e allestimento di scene inventate dai partecipanti oppure ispirate a opere già esistenti

Moduli di lavoro:

- Allenamento d'attore
- Giochi di ascolto
- Giochi di contatto
- Giochi di fiducia
- Lavoro sul personaggio: scoprirne, attraverso il nostro corpo, il fisico e, mediante la sua gestualità, individuarne personalità e carattere, coerenze e contraddittorietà, sogni e bisogni, aspettative e mancanze, scopi, volontà e conflitti
- Improvvisazione: libera, strutturata e "a canovaccio". Da circostanze e situazioni del nostro quotidiano a episodi della vita del personaggio
- Ideazione di un monologo, di un dialogo o di una partitura d'azioni fisiche, ispirata alle improvvisazioni

- Tecniche d'immedesimazione
- Dimostrazione di Lavoro finale, creata dal gruppo stesso di partecipanti

Sarà il gruppo a proporre e a decidere in autonomia il TEMA del Laboratorio, uno spazio e un momento di gioco, divertimento, intrattenimento e di libera espressione emotiva.

Il laboratorio offre la possibilità di:

- esprimere un pensiero, un sentimento, un punto di vista sul proprio quotidiano, sulla società, sul mondo, anche attraverso il corpo e la voce di un personaggio d'invenzione oppure ispirato alla letteratura
- raccontare se stessi, dare forma alla propria interiorità, anche tramite la creazione di un personaggio capace di trasmettere la parte più vera di noi e, allo stesso tempo, offrirci protezione e sicurezza da un'esposizione diretta
- incontrare una moltitudine di tipologie umane e rispondere a un bisogno di conoscenza e comprensione di sé stessi e degli altri
- liberare emozioni, pulsioni e istinti, per acquisire e potenziare la propria autostima

COSTO TRIMESTRALE

per ciascun corso: € 250

(+ € 25 Tessera Associativa che dà diritto a Buoni e Promozioni su tutti gli abbonamenti e tutte le attività)