

TALLER de teatre i corporalitat: COM PARLA EL TEU COS?

Gaudeix, comparteix, juga, aprèn, entrega't, empodera't, emociona't... i sigues conscient del que transmet el teu cos



Consciència del cos quan estem davant d'un possible client, en una reunió, en una exposició oral... en definitiva, quan volem donar una imatge de nosaltres. Què transmet realment el nostre cos? Es correspon amb el que creiem que arriba o amb el personatge que volem ser? Podem canviar-ho! Cal començar a ser conscients i saber què volem que arribi.

Som personatges de la nostra història, només tu pots canviar el teu personatge.

Pensar, sentir i posar cos. (Pablo Heinig)

Sessió de dues hores de duració amb un mínim de sis persones.

CONTINGUT TALLER:

PRESENTACIÓ TALLERISTA I TALLER

RECONeixEMENT COM ESTIC - VALORACIÓ CREATIVA

REFLEXIÓ QUÈ TRANSMET EL MEU COS

DINÀMIQUES CONTACTE INICIAL GRUPAL

TREBALLEM LA CONFIANÇA EN MI - EMPODERAMENT

ROLLPLAY EN GRUPS (QUÈ TRANSMET EL MEU COS I QUÈ VULL QUE TRANSMETI)

LA CLAU, EINA

VALORACIÓ CREATIVA DEL TALLER

DINÀMICA FINAL: TÚNEL DE REGALS.

