Ri – trovarsi

(...e mi ritrovo ad ogni mio ritorno)

≈ LABORATORIO DI TEATRO x TUTTIGIORNI ≈

13 – 16 – 20 NOVEMBRE 2023

IL LABORATORIO

...E mi ritrovo ad ogni mio ritorno. (Guido Gozzano)

Come ci suggeriscono le parole del poeta Guido Gozzano, qualche volta abbiamo bisogno di *ri-trovarci*, di ri-prendere fiducia in noi stessi e andare avanti a testa alta, pronti per tornare ad affrontare le peripezie che la vita pone sul nostro cammino.

Non è facile imparare ad essere sempre noi stessi, a credere nelle nostre capacità e ad amarci così come siamo. Eppure possiamo riuscirci, con un po' di sforzo e la voglia di metterci in gioco. E' la stagione del *ri-trovarsi*, con se stessi e con gli altri, per trascorrere insieme momenti di leggera condivisione.

Che cosa può aiutarci?

Il TEATRO è uno dei più potenti strumenti di formazione e sviluppo personale!

- ✓ aiuta a superare pudori ed inibizioni
- ✓ aiuta ad affrontare il timore del giudizio degli altri
- ✓ è una meravigliosa palestra di fantasia e creatività
- ✓ è un facilitatore rispetto al lavoro di gruppo
- ✓ è un modo per tenere in allenamento le facoltà di concentrazione e memoria.
- ✓ è un mezzo straordinario per prendere contatto con le proprie emozioni e per esprimerle, anzichè reprimerle.

Un workshop intensivo in tre giornate, una veloce scoperta o *ri-scoperta* delle regole dell'arte teatrale, che offrono quel "*teatro per tutti i giorni*" da mettere in pratica durante le nostre frenetiche giornate.
Si parteciperà attivamente ad una carrellata di esercizi tra rilassamentoe risveglio muscolare, recitazione e dizione, tra giochi di memoria e concentrazione, tra il cercare feeling con il partner di scena e con i compagni di gruppo, ritrovando l'equilibrio perso nei mesi estivi, spesso carenti di attività creative e di concentrazione sulla propria crescita personale.
Un ripasso per i teatranti, un input per chi desidera provarci!

RI-TROVIAMOCI: è il momento!

ORGANIZZAZIONE

NUMERO INCONTRI: **Tre**

DURATA : **2 ore**, dalle **20.45** alle **22.45**

SEDE: Piccolo Teatro Città di Ravenna a S.Bartolo (RA), Via Cella 261

CALENDARIO:

Lunedi 13 novembre 2023
Giovedì 16 novembre 2023
Lunedi 20 novembre 2023

Il calendario potrebbe subire variazioni, prontamente comunicate

MODALITA' D'ISCRIZIONE

APERTURA ISCRIZIONI: **3 NOVEMBRE 2023**

- ✓ telefonando alla Capit **0544/591715** dal lunedì al venerdì, dalle 9 alle 12.45
- ✓ scrivendo una mail all'indirizzo: **iscrizioni@capitra.it**

Info: Ass.ne Capit, 0544/591715 dalle 9.30 alle 12.30

info@capitra.it

www.capitra.it/Corsi/ KantieriTeatrali

Facebook: kantieriteatrali

QUOTA DI PARTECIPAZIONE

€ 50

La quota d'iscrizione dovrà pervenire entro l'inizio del laboratorio.

ASS. AMICI DELLA CAPIT APS - VIA GRADENIGO, 6
48122 RAVENNA

IBAN: IT 95 G 08542 13103 000000310279

DOCENTE

Alessandro Braga, regista, attore, opera dal 1985 nella Compagnia del Piccolo Teatro Città di Ravenna. E'docente di laboratori teatrali per adulti e studenti delle scuole primarie e secondarie.