



## DESCRIPCIÓ DELS TALLERS A L'ATENEU AURORA REALITZATS PER MATRAKA ASSOCIACIÓ

### TALLER D'EXPRESSIONI TEATRAL

Aquest és un taller de teatre mitjançant tècniques d'improvisació, és a dir, que no existeix un guió previ.

A més a més del teatre utilitzarem altres llenguatges artístics, tals com el moviment i l'expressió corporal, la música, la paraula i l'absència d'ella. D'aquesta manera donarem importància a l'expressió dels cossos alhora que la recuperació del joc com a mitjà per a conèixer-nos i relacionar-nos.

Serà un espai d'investigació personal i grupal que busca aprofundir, entre d'altres, l'escolta, la creativitat i la composició escènica.

Experimentarem des de les sensacions que anem tenint, per actuar-les, redescobrir-les i compartir-les; així mateix crearem escenes a partir de les nostres vivències i del que ens afecta, construint espais on la dicotomia correcte/incorrecte no són importants.

Les sessions es desenvoluparan en tres parts. Una primera part per escoltar el cos, com està? Seguidament una segona part amb de dinàmiques de moviment, de joc i tècniques teatrals per tal de treballar diferents aspectes; tals com l'escolta, la des-inhibició, la creativitat, la improvisació... I una tercera part per la composició escènica i la posada en comú de la sessió.

#### **Dinamitza:**

**Laia Rota** (1982): Llicenciada en Psicologia l'any 2005 per la Universitat Autònoma de Barcelona. Formada en teatre espontani per Oriol Blanch Sigüenza i component de la companyia de teatre espontani [L@s Cartógraf@s](#). Formada en dansa teràpia amb Teresa Monsegur. Formada en dansa contemporània amb *Cristina Martí i Carles Salas*. Membre del grup estable de dansa contemporània de la UAB i de la companyia de dansa *Ectopía*.

Ha treballat com educadora especial a l'escola Vil·la Joana i a la Fundació Aspanias de Barcelona. Dedicada des de 2003 al món del teatre i l'expressió corporal sent membre d'associacions vinculades a l'àmbit artístic i cultural, pedagògic i social, tals com La Sospechosa, Sin Vergüenza i ara Matrakassociació. Ha realitzat tallers i cursos en diferents col·lectius, des d'escoles de primària, secundària i d'educació especial, fins a col·lectius en situació de risc, tals com centres d'acolliment, presó de Can Brians i una fundació de reinserció per a dones. També ha treballat com a psicòloga d'un projecte educatiu de criança compartida, acompanyant, avaluant i intervenint en en tal projecte.





## TREBALL CORPORAL I MOVIMENT CREATIU

Plantegem aquest taller com la combinació de tècniques provinents de diferents disciplines tals com l'expressió corporal, la dansa, el ioga, el teatre físic i la dansa-teatre amb l'objectiu de generar una consciència i, sobretot, un "estat" corporal.

El nostre cos ens parla i l'hem d'escoltar. Prendre consciència de les sensacions corporals ens permet conèixer's més i millor i alhora, a partir de dinàmiques d'estimulació de la creativitat i el joc entre l'espai, el temps i l'energia ens permet endinssar-nos en el nostre moviment més autèntic tot donant-li un toc únic i diferent.

Cada persona tenim una manera de moure's i expressar-nos i serà el treball i la intenció que ens permetrà redescobrir-nos obrint nous canals cap a la experimentació i la creació.

Les sessions estàn orientades a treballar diferents elements i temàtiques que ens permetin a poc a poc anar entrant en aquest univers corporal, sensorial, expressiu i creatiu.

No hi ha una manera "correcta" de moure's, no busquem l'estètica en allò que fem, sinó que valorem el que ja tenim i li donem un espai on sentir-ho i fer-ho evident.

El cos no està desvinculat dels nostres pensaments i de les nostres emocions. El cos, per tant, forma part també de la nostra personalitat i actitud davant la vida.

El treball es basa en l'aprofitament de dites diferències i individualitats, com brillants en brut, predisposats a ser especials.

Donar-nos permís és la clau per gaudir d'un espai compartit on el cos és el principal protagonista. Endinssar-nos en l'estat de la nostra musculatura, articulacions i corporeïtat i treballar elements que ens obrin noves possibilitats de moviment, experimentació, creació i composició.

### **Dinamitza:**

**Mercè Aranda** (1981) : Diplomada en Educació Social per la UB (2005), Postgraduada en Expressió, Comunicació i Llenguatges a la pràctica educativa per la Escola d'Expressió i Psicomotricitat Carme Aymerich de Barcelona (2006). Formada com Monitoria en Art-Teràpia per l'escola Inter Art de Barcelona (2006). Formada en Dansa-Teatre amb Giuseppe Stella (2006-2009) així com altres llenguatges expressius tals com: clown, malabars, dansa, teatre i plàstica. Es forma en Processos Creatius per educadors/es amb Núria Banal i Eva Vilanova a l'Espai Marabal de Barcelona (2011). Actualment es forma en Clown-Gestalt amb Alain Vigneu a l'AEC de Barcelona i en Expressió Corporal Creativa amb l'Instituto Alfa de Madrid. Actualment també participa al laboratori de Dansa-Teatre dirigit per Marisol Cordero amb residència artística a NunArt de Barcelona.





## TALLER ART TERÀPIA

A través de l'art podem explorar la nostra creativitat, les nostres emocions i canalitzar allò que som. L'Art esdevé una forma més d'expressió que tots i totes tenim i que ens enriqueix i ens dona eines per créixer com a persones.

Els tallers que aquí presentem, es basen en l'experiència del nostre caminar, la recerca d'una manera nova de concebre'ns, treurem el nen/a que portem a dins, reflexionarem, aprendrem i ens veurem d'una forma diferent i alliberadora en un espai de confiança i treball conjunt.

Com ho farem?

Utilitzarem diferents disciplines : Meditació, tècniques de loga, plàstica, teatre, joc creatiu, dansa, música, moviment creatiu....

En aquest taller, treballarem el nostre jo: les nostres emocions, les nostres formes d'actuar, com ens veiem? Com ens veuen els altres?

Al principi de cada sessió explicarem les eines que anem a utilitzar i farem una introducció a la temàtica de treball.

Al final de la sessió tindrem el nostre espai de reflexió conjunt: què hem après? com ens sentim?....

En tot el taller fomentarem el màxim la creativitat.

Aquest taller no pretén ser un espai de teràpia clínica i acompanyament individual.

Dinamitzadora

**Cristina Barriach (1981):** Llicenciada en Psicologia per la UB (2005), Formació en Teràpia Floral per Ricardo Orozco (Escola Anthemon) (2008), formació en tècnica de Cant per Viv Mannig (2004) i Marta Mateu (2006- 2009), I,II,III nivell d'Omnia Reiki amb el Mestre Ernest Guirao (2009). formació de Dansa Contemporània amb Anna Rubirola curs de teatre físic Amb Ale Risorio, Actualment fent el curs de terapeuta professional d'Omnia reiki.

Ha treballat com a educadora i directora de lleure (titulada) durant els anys 2001 al 2006, també com a tallerista Del Planetari municipal i al Observatori Fabra (2005- 2006). Actualment treballa com dinamitzadora sociocultural de l'Equipament municipal Espai 210 del barri de la Sagrada Família.

