



Presència: Empoderament i Acompanyament

Eines de performance per a entorns empresarials

A qui s'adreça

Professionals interessats en l'adquisició i millora de tècniques per actuar i comunicar amb seguretat, i per millorar la qualitat de les relacions interpersonals a l'entorn laboral.

Objectius

- Prendre consciència i donar valor al propi cos com a eina comunicativa fonamental.
- Empoderar els professionals per a que puguin apreciar allò que fan i comunicar amb seguretat.
- Millorar la qualitat de les relacions interpersonals amb els companys/es i els clients.

Continguts

- El meu cos: consciència corporal-emocional-mental.
- Acompanyant el meu cos: consciència i dinàmica de l'acció.
- Cos significat: consciència i control del llenguatge corporal.
- Acompanyant el cos de l'altre: l'escolta i la presència com a base constructiva de les relacions humanes.

Metodologia

- Exercicis de consciència corporal i mindfulness.
- Exercicis de butoh i moviment conscient (Feldenkrais).
- Dinàmiques individuals d'expressió corporal improvisada a partir de temàtiques empresarials.
- Exercicis d'acompanyament del moviment.
- Exercicis de teatre físic / performance de composició grupal instantània.
- Exercici final de composició d'una petita peça basada en una situació professional.
- Pràctica reflexiva.
- Adaptació a les necessitats de l'empresa i els professionals.

Requeriments

- Curs de 8 hores en 2 dies distribuïdes en sessions de 4 hores



Data 23 i 30 de gener de 2018, de 16 a 20 h

Lloc Centre de formació teatral El Galliner. C. Dr. Gaspar Casal, 5 (Girona)

Preu 120 €

Professor Álvaro Prats Bertomeu

** Els cursos organitzats per La Ponedora poden ser bonificats en el pagament de quotes a la Seguretat Social i l'empresa pot recuperar una part de l'import dedicat a la formació.*

** La Ponedora es reserva el dret d'anul·lar un curs si no hi ha un nombre d'alumnes suficient.*

Places limitades. No es fan reserves

Més informació i inscripcions :

Associació Gironina de Teatre
Plaça Hospital, 6. 17002 Girona
Casa de Cultura de Girona
T 972 221 377
lapedora@agt.cat

Horari d'atenció al públic
de dilluns a dijous de 10 a 15 h i de 16 a 19 h

Una vegada formalitzada la inscripció ens posarem en contacte amb l'alumnat per acabar d'ajustar tot el referent al desenvolupament del taller.
