LABORATORIO TEATRALE “IL POTERE FEMMINILE”

Iniziative Filctem - 14/12/2015



LABORATORIO TEATRALE
“IL POTERE FEMMINILE”

Ideato e condotto da Stefania Petrone

Attrice e counselor – delegata Cgil. Stefanel Spa



LABORATORIO TEATRALE
“IL POTERE FEMMINILE”

Ideato e condotto da Stefania Petrone
Attrice e counselor – delegata Cgil. Stefanel spa

A chi è rivolto ?
Si tratta di un laboratorio teatrale rivolto a tutte quelle donne (delegate Cgil di Treviso) che desiderano aumentare la propria autostima e rafforzare le relazioni nell’ambito familiare e lavorativo.

L’obbiettivo:
è quello di stare meglio con noi stesse, ritrovare maggior sicurezza nelle proprie possibilità, lavorando sulla valorizzazione delle risorse , sulle proprie potenzialità, su nuove modalità per esprimere il proprio pensiero con autorevolezza e assertività. Il teatro non è altro che un mezzo per riuscire a sperimentare nuove modalità espressive, a ritrovare la dimensione del gioco, della leggerezza e della gioia . Paradossalmente lavorare sull’auto-ironia permette di “lasciar andare” tutte quelle convenzioni familiari e sociali che ci hanno blindato in ruoli che non ci appartengono. La leggerezza, il divertimento, la dimensione fanciulla sono tutti veicoli per ritrovare la nostra vera identità e ci aiutano a capire quanto grande sia il potere femminile insito in ognuna di noi.

Modalità di intervento:
durante questo laboratorio si lavorerà sulla respirazione, sulla gestualità, sul corpo, sulla voce, sulla meditazione. Verranno messe in campo non solo abilità teatrali ma anche abilità di counseling che prevedono esercizi di ascolto, comunicazione efficace e tanta condivisione. Le due modalità, quella teatrale e di counseling hanno un obbiettivo comune che è quello del perseguimento del benessere dell’individuo. Quando l’individuo “si ritrova” allora è in grado di affrontare la vita con un atteggiamento più sicuro, più ottimistico, più adulto, pronto ad un confronto e ad una dialettica più costruttiva.

Luogo dove si svolge il laboratorio: i laboratori si terranno presso la Saletta Caaf Cgil di Treviso in via Dandolo 8.

Numero di incontri: n.8 incontri a partire da gennaio 2016 ogni venerdì dalle 18.00 alle 20.00

Per info e prenotazioni:
Cristina Furlan - Cgil Filctem Treviso
e-mail :cristina.furlan@cgiltreviso.it
cell: 349-3647199

Alessandra Gagliazzo - Delegata CGIL Altana
e-mail: a.gagliazzo@gmail.com
cell: 349-2696149