

## ESPERIENZA TEATRALE LE PAROLE DEL CORPO

Una formazione pensata per il team building



**Cosa si propone:** Il progetto propone il teatro come esperienza di team building, un'occasione di socializzazione e condivisione sia per membri che lavorano già insieme, sia per gruppi e individui con luoghi di provenienza lavorativa diversa. Creare uno spazio di benessere condiviso contribuisce alla qualità dell'ambiente lavorativo, facilitando la comunicazione e la relazione tra i componenti. In una giornata lavorativa poter avere momenti ricreativi - dove il corpo diventa protagonista respirando all'aria aperta e muovendosi consapevolmente - aumenta il livello di lucidità e presenza, rafforzando il gruppo di lavoro e stimolando lo scambio di idee.

Il teatro diventa lo strumento per indagare sia le possibilità comunicative ed espressive di ognuno, sia le dinamiche relazionali di un gruppo tramite esercizi di imitazione, ascolto, ritmo e trasformazione.

Attraverso il gioco del teatro, si entra in uno spazio dove tutto diventa leggero e i ruoli quotidianamente indossati cambiano assumendo

nuove forme e quindi dando origine a nuove dinamiche e rinnovando la modalità di lavoro.

**Metodologia:** Il percorso proposto ha una durata intensiva di una giornata dove si vivranno 5/6 ore insieme oppure 3 sessioni di lavoro nel corso della giornata attraverso le quali affrontare un percorso completo di pratiche teatrali in natura. Là dove possibile, l'incontro si apre con una camminata all'aperto secondo la tecnica del walking, in fila indiana, dove i partecipanti verranno invitati ad aprire lo sguardo e l'ascolto ai suoni dello spazio che si attraversa.

A partire dall'esplorazione individuale del movimento legato al respiro, si passerà ad un fase dinamica in rapporto allo spazio e agli altri, per arrivare a scoprire la voce come prolungamento delle posture del corpo.

L'ultima fase sarà dedicata al tema che il gruppo ha scelto di affrontare, trasformato dal linguaggio teatrale.



**Obiettivi:** Scoprire le possibilità espressive e comunicative individuali / Indagare le dinamiche relazionali del gruppo / Trasformare in teatro le difficoltà individuali e le dinamiche di gruppo.

Cosa portare: abbigliamento da trekking media montagna, scarpe da trekking, giacca a vento, zaino (con almeno borraccia, cambio per eventuale sudata, kway e snack).

**Durata:** una giornata.

Difficoltà: T (medio-bassa) sentiero turistico.

Dislivello: circa 200 metri.

Pubblico: team building, gruppi organizzati.

Particolarmente indicato per team building.

**Prezzi: 400€ + iva**

N.B. i prezzi possono variare a seconda delle richieste specifiche dei gruppi e del numero di partecipanti all'esperienza.

**Per un preventivo contattare**

[andrea.fenoglio@visoaviso.it](mailto:andrea.fenoglio@visoaviso.it)

**N.B.** i prezzi possono variare a seconda delle richieste specifiche dei gruppi e del numero di partecipanti all'esperienza.