

CRECIMIENTO PERSONAL,
TEATRO Y TERAPIA

DESCÚBRETE CON EL TEATRO

EL ESCENARIO 2

Descubre que te ocurre cuando te expones y **aprende a gestionarlo.**

ACTUAR 4

Descubre el poder del juego como herramienta para **ganar confianza y seguridad.**

IMPRO TEATRAL Y AUTOESTIMA 6

Conecta con tu **espontaneidad y mejora tu comunicación** a través de la impro y aprende a validarte y a quererte.

LA ENERGÍA DEL SÍ LA ENERGÍA DEL NO 8

Descubre como conectar con la energía del No y **sentirte empoderado.** Ábrete al sí para **conectar contigo mismo** y con los demás.

CONECTA, SUELTA Y DISFRUTA 10

Conecta contigo, suelta el **control**, y disfruta de jugar y **mostrarte como eres.**

SALIR AL MUNDO 12

El teatro te hace **libre**, te **empodera**, te ayuda a sentirte mas **seguro** y mas **tranquilo** ante la exposición, te ayuda a **mostrarte** como eres y a gestionar y expresar tus emociones .

Aprende a confiar en ti, aprende a valorarte, a quererte, a superar tus miedos, superar tus inseguridades a soltar el control y tener mas equilibrio emocional..

1 ¡TU SI PUEDES HACER TEATRO!

Conoce a gente como tu, en un **lugar seguro y sin juicio** para adentrarte en un viaje a través del teatro.

3 EL MIEDO

Profundizar e indagar en el miedo y tomar **herramientas para superarlo.**

5 PERSONAJES Y MASCARA

Conócete y gana **seguridad** descubriendo como te muestras a los demás y que ocultas

7 DESBLOQUEA TU MENTE

Descubre el origen de tu dialogo interno lleno de juicios y **transfórmalo a tu favor.**

9 EMOCIONES Y CLOWN

Descubre como **traspasar tus bloqueos** y poder entregarte al juego al mismo tiempo que **conectas y expresas todas tus emociones!**

11 LA LIBERTAD DE ACTUAR

Siéntete **libre** desde un lugar más tranquilo, **empodérate** y sal al escenario de la vida.

DESCÚBRETE
CON EL TEATRO
19ª Y 20ª EDICIÓN
DESDE 2018



Que incluye: 12 talleres presenciales + 2 sesiones individuales online + Video curso

Grupo 1: los **miércoles** 19:00h - 21:00h
Grupo 2: los **jueves** 19:30h - 21:30h

Donde: Passatge d'Alió, 34, 08037
Barcelona Metro: Joanic

SETIEMBRE

L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

OCTUBRE

L	M	M	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

NOVIEMBRE

L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	1			

www.descubreteconelteatro.com
ig: @descubreteconelteatro
info@descubreteconelteatro.com
Ferran: 630785777