

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  
DESDE 2018 + 300 ALUMNOS + 25 EDICIONES



**Que incluye:** 12 talleres presenciales + Video curso + tutoría

Horario: los **miércoles** 19:00h - 21:00h

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

## SEPTIEMBRE

18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

## OCTUBRE

						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

		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			

## DICIEMBRE

			1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24

[www.descubreteconelteatro.com](http://www.descubreteconelteatro.com)  
ig: @descubreteconelteatro  
info@descubreteconelteatro.com  
Ferran: 630785777