

TALLER DE TEATRE AL CENTRE CIVIC LA CADENA.

Els tallers de teatre com aprenentatge de la vida.

El teatre és un art, una manera d'expressar-se, una via de comunicació, que quan s'imparteix a nivell taller, ens proporciona moltes eines formatives, culturals i de creixement personal. Un dels objectius principals dels tallers de teatre és ensenyar a les persones a expressar-se, a vèncer les seves dificultats amb el llenguatge, a comunicar-se i a veure i viure la vida d'un altra manera. Com a actriu professional i com a docent del teatre crec que el taller de teatre és un mitjà molt potent per aprendre a comunicar-se i a viure. El teatre és una manera molt dinàmica de fer treballar a les persones per tal que assoleixin tot el seu potencial expressiu i creatiu i perquè coneguin un art que, com a tal, ens enriqueix en el coneixement de les persones, dels pobles i de les diferents cultures i societats.

OBJECTIUS.

Com a treball tècnic:

- Coneixement de l'espai i lateralitat.
- Respiració, relaxació.
- Importància de la veu i la dicció.
- Importància del cos per a la representació.
- Escoltar i escoltar-se.
- Aprendre a improvisar.
- Aprendre a memoritzar.

Com a actituds i valors:

- Respecte pel treball individual i col·lectiu.
- Crítica i autocrítica.
- Valoració del teatre com a mitjà d'expressió i comunicació.
- Educació no sexista.
- Educació en la diversitat.
- Educació per la pau.

METODOLOGIA.

El treball en grup, la reflexió, el reconeixement de les nostres realitats, el compartir i viure a través de l'art i en particular, a través del teatre, fa que es puguin treballar tot tipus de situacions de manera natural i espontània. Aconseguint l'objectiu mitjançant la creació d'un espai de trobada de persones, que fomenti el debat i l'enriquiment mutu, compartint idees i coneixements. Els aprenentatges individuals per a cada participant van des d'escoltar, actuar, improvisar, parlar en públic a comunicar-se i adquirir valors com la cooperació, la col·laboració i l'ajuda mútua. El resultat, com a grup cohesionat, ens portarà a crear històries teatralitzades amb altes dosis de creativitat i de veritat.

ESTRUCTURA DE LES CLASSES.

1. Respiració i consciència corporal.

Durant els primers minuts prendrem consciència del nostre cos i de la nostra respiració, preparació indispensable pel treball de moviment i creatiu. Treballs de respiració abdominal i de relaxació, individuals i en parella.

2. El moviment.

Mitjançant el moviment espontani del nostre cos, començarem a jugar amb la música i la dansa. No es treballa cap mena de dansa en concret sinó que es tracta del moviment que sorgeix natural dels nostres cossos. Els alumnes es mouran segons els seus desitjos i les seves possibilitats. Es tracta d'un moviment d'alliberament i d'escolta d'un mateix. Treballs individuals i en parella.

3. La paraula.

Sense oblidar-nos de tot el treball anterior, incorporarem la paraula, amb jocs d'improvisació per parelles o grups.

4. Conclusions.

Cada classe acaba amb una ronda de reflexions per compartir com ens hem sentit, què hem trobat en el treball, què ens aporta el moviment, què ens aporta la paraula, així com preparar el treball de la propera sessió, segons el que hagi anat sortint en les improvisacions de la sessió.

CV. Gemma Charines. 56 anys. Actriu i Pedagoga.

<https://www.aadpc.cat/gemma-charines/>

Es va formar com a actriu a l'**Estudi de Txiqui Berraondo i Manuel Lillo**, a l'any 1999 i desde llavors, segueix combinant el seu treball com actriu i pedagoga, reciclant-se constantment amb els cursos que ofereix l'**AADPC**. Molt interessada en treballar el gènere, va fer un curs de "Reconstrucció de la ficció des d'una perspectiva de gènere", amb Alicia Reyero. Ha treballat també el cos i la dansa amb diferents professionals, "Six view points" amb Oskar Luko, "Laboratori d'experimentació de dansa teatre" amb el Colectivo Lamajara, "Tècnica Presence" amb Olga Álvarez i "Keep moving", amb Mercedes Boronat, on es fa un treball molt profund de moviment per a potenciar l'estat de creativitat absoluta.

La seva última feina com a **actriu i directora** ha estat amb la **Cia. Las Clitorianas**, amb l'espectacle "Invocando a Segismundo", octubre 2021, al Teatre del Patronat de Premià de Mar, Barcelona i al març 2022 al Teatre Kaddish de El Prat de Llobregat, Barcelona. I amb la **Cia. Dramatiks**, amb La Botiga de la Conxa, al Patronat de Premià de Mar, Barcelona, al mes de març 2022.

Forma part també de la Cía. **Comando Señoras**, que amb "Ritos de Amor y Guerra", espectacle de creació col·lectiva dirigit per Alicia Reyero, han fet un total de 10 actuacions a diferents centres cívics de Barcelona, dins de Barcelona Districte Cultural, entre novembre 2020 i març 2021. Han actuat a Galícia, a la Mostra de Teatre de Cangas i darrerament a Tarragona, dins del FITT, on han rebut el **Premi del públic**.

Al desembre 2019 reb el **Premi a la Millor actriu** amb "Poka Yoke", de Silvana Pérez, dins de la 24a Mostra de teatre de Barcelona, al Teatre del Raval. Entre d'altres, ha treballat en muntatges com "Poka Yoke" de Silvana Pérez, a la Sala Porta 4 de Barcelona i "Achicorias", de Carlos Be, dirigit per Helena Tornero, a la Sala Atic 22, de Barcelona. Ha treballat també en dansa, amb els espectacles "+45", de Sebastian

García Ferro, Grec 2016, Mercat de les Flors, Barcelona i “The Show must go on”
performance de Jerome Bel, Mercat de les Flors, 2015, Barcelona.

L'any 2017 es va estrenar com a actriu de cinema amb el llargmetratge, “**Llueven Vacas**”, de Carlos Be, dirigit per Fran Arráez, que ha estat en diversos Festivals amb molt bona acollida, Málaga, León, Nápoles i Hervás, en aquest últim hem rebut el Premi a la Interpretació col·lectiva. Ha estat **candidata als Goya com a actriu revelació** per aquest llargmetratge.

Com a **pedagoga** porta treballant des de fa 20 anys a l'escola de teatre **Patronat de Premià de Mar**, amb alumnes de totes les edats i procura sempre que els alumnes facin servir la seva metodologia per aprofundir no només en el àmbit teatral, sinó també en el propi creixement personal.

També cal destacar el seu projecte personal “**Contes tú. Persones com tu també surten als contes**” El projecte vol promoure la participació activa dels infants amb la reflexió, el debat i el desenvolupament de la creativitat a través d'una experiència de narració oral que els hi permeti prendre consciència dels “*superpoders*” de la vulnerabilitat pròpia i dels altres. A través de la narració oral, els infants i joves treballen la igualtat. Amb aquest projecte treballa per l'**Ajuntament de Santa Coloma de Gramanet, Àrea d'Igualtat** i també amb el **Centre de Recursos Pedagògics de Sants-Montjuïc**.

Videobook: <https://youtu.be/99-3UuQeXD4>

Comando Señoras: <https://www.youtube.com/watch?v=40GK0ZrlqkA>

Poka Yoke: <https://www.youtube.com/watch?v=AFKqi4o1U5o>

Llueven Vacas: <https://www.youtube.com/watch?v=QtDPeCV92fl>