



## **SCOPRIRSI IN SCENA – GIOCO TEATRO E CREATIVITÀ PER CRESCERE”**

### **CHI SIAMO**

L'associazione l'Arte in Corso APS è un fulcro di energia culturale impegnato da oltre sei anni a promuovere la cultura, la solidarietà e l'inclusione sociale attraverso le arti. L'arte in corso è un'associazione che opera dal 2016.

Ci occupiamo di arte a 360 gradi in maniera attiva, attraverso progetti e attività solidali e sociali, cercando di portare conforto e sollievo a chi ne ha più bisogno con azioni concrete e tangibili sul territorio.

Le nostre attività sono rivolte a tutti in particolar modo a persone con disagio economico, disabilità fisica e psichica, rifugiati e richiedenti asilo dei centri Sai, ragazzi ospiti di case famiglia e dei centri minori e anziani.

Cerchiamo di trasmettere a tutti loro il concetto che se possiamo trasformare una bottiglia di plastica in un oggetto prezioso possiamo farlo con tutto quello che ci accade nella vita usando la creatività anche con le difficoltà che incontriamo.

La nostra missione è chiara: utilizzare l'arte come catalizzatore per il cambiamento positivo nella nostra comunità.

### **Premessa**

La teatroterapia è una disciplina che utilizza il teatro come strumento per esplorare e trasformare il mondo emotivo, relazionale e corporeo. Attraverso il gioco, l'improvvisazione e l'espressione creativa, i partecipanti hanno l'opportunità di sviluppare una maggiore consapevolezza di sé e degli altri, migliorando il proprio benessere psico-emotivo.

Questo progetto è pensato per bambini e ragazzi dai 4 ai 18 anni, con attività calibrate secondo le diverse fasi evolutive, al fine di creare uno spazio sicuro e stimolante per l'espressione e la crescita personale.

Il teatro, con il suo spazio creativo e protetto, offre agli adolescenti un'occasione unica per esplorare sé stessi, accettare i cambiamenti e trovare nuove forme di espressione. Attraverso il gioco teatrale, i ragazzi possono affrontare i conflitti interiori, sperimentare ruoli diversi e scoprire modalità alternative per relazionarsi con il mondo.

### **OBIETTIVI**

- Creare uno spazio sicuro per la socializzazione e l'espressione creativa.
- Rafforzare l'autostima e promuovere la consapevolezza emotiva.
- Favorire il rispetto di sé, degli altri e degli spazi condivisi.
- Sviluppare capacità di ascolto, collaborazione e problem solving creativo.

- Esplorare le proprie emozioni trasformandole in esperienze artistiche attraverso corpo, voce, immagini e parole.

## **FINALITÀ**

Il teatro diventa uno strumento di crescita personale e collettiva, offrendo agli adolescenti la possibilità di:

- Scoprire e valorizzare la propria identità e creatività.
- Superare il giudizio e le paure, sperimentandosi in piena libertà.
- Entrare in contatto con emozioni profonde attraverso il gioco, la narrazione e l'improvvisazione.
- Trasformare il proprio vissuto in espressione artistica, arricchendo il pensiero e la percezione di sé.

## **METODOLOGIA**

L'approccio del laboratorio si basa su una struttura rituale e inclusiva, favorendo un clima di fiducia e collaborazione. Ogni incontro seguirà una sequenza precisa:

1. **Introduzione rituale:** attività per creare connessione e segnare il passaggio a uno spazio extra-quotidiano.
2. **Lavoro sul corpo e sul respiro:** rilassamento, preparazione fisica e riscoperta della comunicazione corporea.
3. **Esercizi teatrali:** giochi individuali, a coppie e di gruppo per stimolare ascolto, postura, voce e ritmo.
4. **Improvvisazione guidata:** esplorazione creativa e costruzione di una narrazione condivisa.
5. **Conclusione rituale:** riflessione e chiusura simbolica dell'esperienza.

Attraverso il movimento, la voce, i colori e la scrittura creativa, i partecipanti saranno accompagnati in un percorso che unisce arte ed emozione, culminando in una performance finale frutto delle loro esplorazioni personali e collettive.

## **RISULTATI ATTESI**

Il laboratorio si propone di:

- Rafforzare l'autostima e la consapevolezza del proprio corpo come strumento di comunicazione.
- Favorire la capacità di esprimere e trasformare le emozioni.
- Stimolare il pensiero creativo e la collaborazione.
- Promuovere il benessere psicofisico attraverso l'arte e il gioco.

**Durata****MINI CORSI**

Dall'1/12 2024 al 31/12/2024 8 incontri per la fascia 4/11, 8 incontri per la fascia 7/11, 8 incontri per la fascia 12/17 in totale saranno 24 incontri divisi per fascia di età 12 a Ginosa e 12 a Ginosa Marina con l'ultimo incontro con lezione aperta per i genitori.

**Preventivo di Spesa**

N° 2 operatore specializzato in teatro terapia compreso di materiale didattico e strumenti di lavoro

Al costo di **4900,00** euro

Contrada Fiego,13  
Donnici Inferiore  
87100 Cosenza  
C.F.98111840785  
Tel 3490655958  
[opslarteincorso@gmail.com](mailto:opslarteincorso@gmail.com)  
[opslarteincorso@pec.it](mailto:opslarteincorso@pec.it)