

Trobada de grups de dones de Girona

Taller de desdramatització i benestar emocional

Espai: **Casal Cívic i Comunitari La Rutlla de Girona (Sala d'actes)**
Carrer de la Rutlla, num 20/22, Girona

Data i horari: **27 de juny del 2025 de 10h a 14h**

Talleristes: **Carme Poll i Teresa Urroz**

Aquest taller vol ser un lloc de trobada i descoberta.

Un espai per desdramatitzar, que vol dir treure-li ferro als nostres problemes. Li donarem una mirada artística a les nostres penes, que no desapareixeran ballant, rient i fent poemes, però sí que ens semblaran menys importants.

Veniu preparades! Només cal **roba còmoda** i ganes de gaudir.

El Taller

10:00h - 11:45h

Benvinguda, roda de presentacions i després deixarem que el nostre cos s'expressi, la imaginació voli una estona i la música ens faci pessigolles.

11:45h PAUSA

12:15 - 13:15h

Ara que ja ens coneixerem una mica més, podem compartir i crear entre totes. "Problemes i solucions màgiques" un poema visual fet amb una mica de les nostres vides.

13:15 -14:00h

Conclusions. Roda de comiat

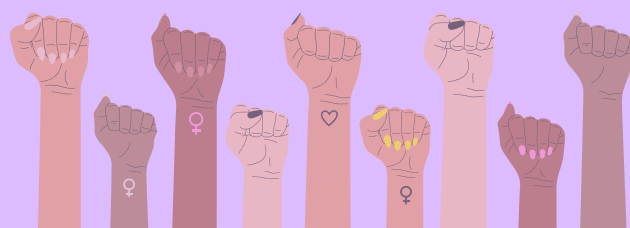
**Inscriu-te aquí
a la trobada!**



Espai cedit per:



Associació **Família
i Salut Mental** de
Girona i Comarques



Talleristes

Carme Poll Borràs

Des que em vaig graduar al col·legi del teatre l'any 1995 no he deixat de combinar la meva carrera com a actriu amb la tasca de formació i exploració dels processos creatius, no només des d'una perspectiva escènica sinó també vital. El joc escènic permet crear un univers vinculat que ens reconnecta amb el propi ser. Entregar-nos a les coordenades del joc creatiu, esbrinar què fem i com ho fem, ens permet anar descobrint on som i potser traçar una nova ruta de cap on volem anar.

Treballar de manera grupal en aquests processos també contribueix observar i compartir la diversitat de les singularitats que ens envolten i a enfortir els grups de suport.

Teresa Urroz Oroz

Dedicada professionalment al teatre i l'audiovisual des de fa més de trenta anys. He estat actriu, pedagoga, directora... i a més de trepitjar molt escenaris he anat sempre a la recerca de noves formes artístiques relacionades amb la salut i la transformació social.

Al 2011 vam crear juntament amb la Isabel Díaz, l'Associació Descabelladas, amb l'objectiu de posar l'art escènic al servei del creixement personal. Les nostres associades són dones en circumstància de malaltia a les que acompanyem creativament i que més enllà de les etiquetes han trobat l'artista que totes portem a dins.

Us deixo l'enllaç de Descabelladas on trobareu els objectius que ens impulsen i les activitats que ens fan créixer i gaudir.

descabelladas.com

