

VOCE ENERGETICA PAROLA PERSUASIONE RECITAZIONE GESTUALITA' ARMONICA

OGNI MERCOLEDÌ MATTINA dalle 10 alle 12

GLI SPAZI DI RELAZIONE

www.associazionecarducci.it

Inizio Corsi da ottobre 2021 (a raggiungimento numero)

Scoprire e usare gli strumenti giusti e accordati

con Miriana Ronchetti

Scopri ed usa la forza della tua Voce

La Voce è uno strumento. Attraverso la voce esprimiamo quello che pensiamo e il nostro modo di stare nel mondo. È attraverso la voce che comunichiamo con il mondo. La personalità, il carisma, il fascino dipendono molto dalla voce.

Parlare in pubblico, saper gestire un gruppo di ascolto, sentirsi a proprio agio, è fondamentale per chi lavora e si sposta nella "folla". La parola è direttamente legata alla volontà e al coraggio che sono due qualità minate della cultura moderna, l'assenza delle quali porta ineluttabilmente alla patologia. Gli incontri singoli, sono programmati secondo le motivazioni del partecipante; caratteristiche che emergeranno nel corso del primo incontro ed in base alle specifiche richieste; ci si propone di avviare le persone alla conoscenza dei mezzi tecnici atti a parlare "pensando", leggere in modo espressivo un testo, recuperando così l'arte della parola, in un'epoca in cui la fretta e la quantità di informazioni da trasmettere vanno sempre più a scapito della qualità della comunicazione.

Finalità

Ottimizzare la comunicazione verbale e non verbale per raggiungere interesse e attenzione. Imparare a impostare il tono di voce in relazione all'ambiente
Sentirsi liberi, rilassati nonostante le tensioni esterne
Essere autentici consapevolmente

Gli incontri sono condotti da Miriana Ronchetti, autrice di opere teatrali e scrittrice - regista- sceneggiatrice- docente di recitazione dramma terapia ed educazione della voce. Miriana Ronchetti, mette a disposizione tecniche precise e un lavoro personale sulla voce, per imparare a usarla meglio e scoprirne i segreti.

Prendere consapevolezza della propria voce, imparando a "lavorarla" per arricchire, rendere più autentica e amabile la vostra persona.

Modalità

- Lavorare sulla postura e sul giusto allineamento del corpo per correggere le abitudini scorrette e massimizzare l'uso delle potenzialità vocali
- Individuare i problemi di affaticamento vocale e migliorare l'emissione
- Saper ascoltare e creare empatia- Lasciare spazio agli altri - Scaldare la voce

Sappiamo respirare ?

- I metodi di articolazione e tecnica vocale -
- L'utilizzo degli elementi espressivi della voce: colore, ritmo, tono, volume e pause
- Training gestuale e respiratorio
- Come affascinare l'ascoltatore e farlo stare ad ascoltare...con interesse
- Esercizi su testi
- Dizione- Esercizi pratici

A chi è consigliato il corso?

Alle persone che vogliono imparare ad usare la propria voce in modo consapevole ed attraverso l'energia di questa, imparare a trasmettere quel senso di benessere che rende piacevole stare ad ascoltare. Raccomandato a operatori, terapeuti, liberi professionisti, formatori, venditori, politici, docenti e discenti, manager, coach, operatori di relazione di aiuto, musicisti, attori.

Sede di lavoro: Sala Musa Associazione Carducci

Ideale è lavorare con gruppi di massimo 8 persone.

Costi

La cifra è € 70 mensili- Pagamento trimestrale- Occorre iscriversi all'associazione, come studente, € 30.

Miriana Ronchetti, insegnante di recitazione, teatro è terapia, educazione della voce, comunicazione, sceneggiatura teatrale e cinematografica. Autrice teatrale e sceneggiatrice, attrice, regista. www.teatroarte.it www.copionimiriana.it

“Il buon insegnamento è per un quarto preparazione e tre quarti teatro” G. Galilei

Informazioni: +39. 329.3817686

Mail: teatroarte@iol.it teatroartedidattica@gmail.com

Siti web:

www.teatroarte.it

www.copionimiriana.it

https://www.youtube.com/c/MirianaRonchetti/videos?view_as=subscriber

www.clubamiciquasimodocomo.it

<https://www.facebook.com/miriana.ronchetti>

Corso “Incontri di Voce”



Lettura e interpretazione espressiva
 Lettura tecnica del testo
 Fonetica, dizione, lettura
 Incontri privati o di gruppo

Info: teatroarte@iol.it
 tel. (+39) 329.3817686

Consigli **OCCUPARSI DELLA PROPRIA VOCE...**

mente/voce: mente tranquilla/voce tranquilla

La voce è lo strumento che ci permette di comunicare, di esprimere noi stessi e il nostro mondo, l'immensa gamma di emozioni che ci abita.

Come funziona?

La produzione della voce è risultato dell'interazione tra respirazione, attività delle corde e organi di risonanza e di articolazione. L'aria introdotta all'interno dei polmoni viene sospinta verso la laringe, sede delle corde vocali, che producono una vibrazione, che è chiamata voce. La voce viene poi modificata e articolata dalle strutture superiori, come l'orofaringe, la lingua, la mandibola, le labbra.

Averne cura ed essere consapevoli

... dovremmo evitare di abusarne, cioè sforzarla in intensità e durata. Urlare, parlare troppo velocemente o in apnea, parlare mentre si fa esercizio fisico. Sarebbe bene evitare anche fumo e alcol, non solo perché cancerogeni, ma anche perché irritanti per chi vuole tutelare al massimo il proprio "strumento". La continua sollecitazione alle corde vocali può provocare traumi da sovraccarico (*surmenage*) come polipi, emorragie, edemi da sforzo. Imparare a riconoscere il grado di sforzo a cui stiamo sottoponendo la nostra voce è fondamentale.

Riscaldamento vocale per allenare: stretching muscolare del distretto testa-collo-spalle, vocalizzi, idratazione, evitare caldo-freddo-mente tranquilla.

Aiutiamoci con: miele che è un emolliente e antisettico, leggerissimo, camomilla, propoli, liquirizia. Erisimo solo se avete gola infiammata

www.associazionecarducci.it

www.teatroarte.it