

Teatro Puentes Invisibles
Presenta

TALLER INTERNACIONAL DE VOZ

Profesora Alegria
Caceres Benavides

“La propia voz,
el sonido del alma”





Oficina de Voz “A voz própria: o som da alma”

La metodologia che usiamo nel laboratorio vocale "La propria Voce, il suono dell'anima" è pratica, fondamentalmente esperienziale e si basa su diverse tecniche ed esperienze provenienti da insegnanti con i quali Alegría Cáceres ha ricercato e studiato per più di 15 anni.

La Voce è senza dubbio un veicolo per manifestarci come esseri e in tutta la sua dimensione umana, sia fisica che emotiva, è unica.

Ma aderisce alle condizioni di comportamento stabilite dalla società e si pone in una situazione di inganno, di maschera, di artificio e si rischia di perdere la vera identità vocale unica e individuale: reprimendo, bloccando l'espressione, la creatività e il primordiale, impedendone la liberazione. Per contrastare questo usiamo la tecnica vocale, attraverso diverse linee metodologiche, esercizi e meccanismi nel seguente modo ad esempio:

CONTENUTO:

Lavoro di gruppo: *esercizi di fiducia.*

La radice della voce: *consapevolezza del ciclo naturale di respirazione, dell'energia e della postura. Supporto vocale.*

Apertura Vocale: *Consapevolezza della vibrazione vocale, dizione, articolazione, vocalizzazione e risonatori. Rilassamento attivo per perdere il timore di parlare in pubblico. Proiezione. Viaggio della voce attraverso il corpo e i suoi diversi punti energetici.*

Voce espressiva: *Rilasciare le tensioni per esprimere organicamente, individualmente e in gruppo. Chiarezza di intenti. Esercizi con testi e canzoni. Esercizi per raggiungere il grido.*

OBIETTIVO GENERALE:

Utilizzare la tecnica vocale come elemento concreto per favorire la liberazione del sé attraverso la voce facilitando la ricerca di espressione e creatività in diversi spazi e momenti, affinché emerga, come parte essenziale della nostra esistenza, la voce che desideriamo: profonda, vera, autentica, comunicativa.

Non si tratta di un approccio virtuoso alla voce e/o al canto per sviluppare attitudini e capacità, bensì ha come idea centrale quella di utilizzare la tecnica vocale come elemento concreto per favorire la liberazione del sé attraverso la voce, aiutando i partecipanti al workshop individualmente e in gruppo a sbloccarsi e ad esprimersi in modo genuino attraverso la propria voce come strumento essenziale, naturale e organico del nostro essere.

È dedicato a chiunque voglia conoscere le proprie capacità vocali, essendo un percorso in cui possiamo crescere in tutti i sensi.

MATERIALI:

Una stanza ventilata e abbastanza grande per 16 persone, adatta al lavoro e con un pavimento adatto, situata in un luogo privato, senza vista dall'esterno (vetro, finestre, ecc.), senza specchi, dotata di servizi igienici e spogliatoi per cambiarsi e deve essere pulita ogni giorno prima di ogni sessione. Si necessita acqua minerale e bicchieri, computer portatile con lettore USB. I partecipanti devono portare un testo di almeno 10 righe.

IMPORTANTE:

Gli studenti devono avere l'80% di presenze per completare il corso. Ci saranno 10 minuti di tolleranza dall'orario iniziale (per qualsiasi ritardo involontario) dopo i quali nessuno potrà accedere al laboratorio.

