

COMUNICARE IN PUBBLICO

La comunicazione è emozione.

Il corso verrà svolto in forma di laboratorio quale **strumento di supporto alle volontarie e ai volontari** provenienti da vari ambiti dell'associazionismo, **che vogliano lavorare sulla gestione delle emozioni, la conoscenza di sé e il proprio modo di comunicare e gestire le relazioni con i singoli e con i gruppi**. Ogni Comunicazione, verbale e non verbale, racconta qualcosa ai nostri interlocutori di ciò che siamo. Di tanto, spesso, noi non abbiamo consapevolezza. È per questo, che proponiamo un laboratorio che abbia al centro la scoperta della propria voce e del proprio corpo come veicolo per la scoperta di sé.

Il percorso laboratoriale è pensato al fine di favorire l'ascolto, l'empatia e il confronto. **Il laboratorio è interamente esperienziale** e non è costituito da lezioni frontali. **Fondamentale la disponibilità a lavorare con il corpo e a mettersi in gioco**. La Metodologia di lavoro utilizzerà le tecniche teatrali nella gestione della relazione con l'altro e/o gli altri.

Strumenti e attività

Esercizi per migliorare la consapevolezza emotiva.

Esercizi per la scoperta e lo sviluppo delle proprie capacità espressive.

Gestione delle emozioni.

Gestione del corpo e della voce.

Basi di dizione e articolazione vocale.

Gestione della respirazione.

Studio su tempi, pause, ritmi, espressione vocale.

È necessario partecipare al laboratorio, con abbigliamento comodo (tuta). Si lavorerà scalzi o con calze antiscivolo.

Partecipanti

Il laboratorio è gratuito ed è rivolto a un massimo di 15 volontarie/i di Enti di Terzo Settore della Città Metropolitana.

Tempi e luogo di svolgimento

L'attività si svolgerà in presenza nei giorni 16-23-30 gennaio 2026 e 2-13 febbraio 2026, dalle ore 18.00 alle 20.30 a Reggio Calabria.

È richiesta la partecipazione a tutti gli incontri.

Docente

Renata Falcone, attrice e formatrice teatrale.

Termini e modalità di iscrizione

Per iscriversi è disponibile apposito modulo al link: <https://forms.gle/61D6tZhF4FdyqGmV8>

Le richieste vanno inviate entro martedì 13 gennaio 2026 e saranno trattate in ordine cronologico di arrivo.

Nel caso di richieste da parte di volontari appartenenti allo stesso ETS, per garantire l'accessibilità al maggior numero di enti, verrà presa in considerazione solo la prima pervenuta, mentre le successive saranno ammesse, in caso di posti ancora disponibili, a chiusura delle iscrizioni.

Segreteria organizzativa e info

Centro Servizi per il Volontariato dei Due Mari - ETS

Via Alfonso Frangipane III Traversa Privata n. 20 89129 Reggio Calabria

Tel.+39 0965 324734 Mobile +39 392 943 58888 e-mail info@csvrc.it

Lunedì, martedì, giovedì e venerdì ore 9:00/12:00 e 15:30/18:30