

mhelena
T O L O S A



Una mirada profunda.

contes per a mares,
pares, avis, àvies...

Qui diu que fer de pares i mares es porta a la sang?

M. Helena Tolosa - veu i guió

Josep M. Vallès - guitarra



SINOPSI

Tot just sembla que ja s'han adormit. En el silenci de la nit, els pensaments i vivències del dia es van fent presents. La feina rutinària i mecànica de plegar mitjons desaparellats permet a la Maria interioritzar els dubtes, les vivències, les anècdotes d'aquest dia a dia de fer de mare o de pare, de tieta, d'àvia, d'educador. La música de fons ens relaxa i segueix el ritme dels pensaments.

Qui diu que fer de pares i mares és fàcil i es porta a la sang?

A mig camí entre el gènere rondallaire i el teatre de text es van desfilant contes i històries que ens parlen de les pors, els dubtes, l'acceptació, l'amor incondicional i la responsabilitat que comporta fer de pares i de mares! Expectatives, mirades, conflictes ...

Qui diu que els contes només són per als infants?

La metàfora és poderosa. Els humans som éssers narrats que habitem la paraula i ens encanten les històries!!!

FITXA TÈCNICA

Públic

Públic adult

Disposició del públic frontal, en forma d'U i mig cercle

Disposició

Escenari 2 persones.

Escenografia

- Adaptació a diferents espais minimalistes o no (biblioteques, teatres, auditoris, sales diverses...).
- Elements integrants: una tauleta, una butaca, un sofà, un balancí, una llum... qualsevol altra cosa, ens encant improvisar l'espai!

Llums i so

- En funció de l'espai, llum diàfana o senzillament una làmpara de peu. En escenaris més grans rider de llums.
- Depèn de l'espai s'amplifica la guitarra o la guitarra i la veu.

Duració

L'espectacle té una durada aproximada de 50/60 minuts en un sol acte.

- Temps de muntatge escenari llums/so: 30 minuts.
- Temps desmuntatge: 15 minuts.

Formats

- Conta contes.
- Teatre fòrum: debat/col·loqui + dossier de debat.
- Cafè Filosòfic: debat/col·loqui + dossier de debat.



Per a què? Complementos a la proposta

Document amb referència als contes i al llibre “Els nostres conflictes de cada dia: manual pràctic per a la gestió familiar diària” (Ediciones del Serbal, M. Helena Tolosa).

Imatges, vídeos

Trobareu la informació a la web:

<https://www.mhelenatolosa.com/teatre/#!/MIRADA>

Contes terapèutics i consells:

<https://youtu.be/iBfBfZ6i8tg>

<https://youtu.be/WHVcWeNzscA>

https://youtu.be/zG_KOKOMnIU



mhelena
T O L O S A

CONTACTE

M. Helena Tolosa Costa

Ctra. Anglès, 62

17430 Santa Coloma de Farners

671631415 / 972842294

contractacio@mhelenatolosa.com

mhelenatolosa@gmail.com

<http://www.mhelenatolosa.com>