



mhelena
TOLOSA

DESERTA EL FOSC

DESERTA EL FOSC, SURT A LA LLUM I VIU

Deserta el fosc reivindica la paraula DONA tal com l'he viscuda i la vull compartir, amb les seves llums i les seves foscors.

Deserta el fosc reconeix els sentiments de RÀBIA, de DESESPERANÇA, d'INCOMPRESIÓ que formen part del camí de la vida.

Deserta el fosc, perquè cal estimar des del RESPECTE a la diferència i admirant la riquesa de la DIVERSITAT.

Deserta el fosc perquè, un cop haguem transitat per aquestes emocions, es doni pas a l'AMOR, amb majúscules.

Deserta el fosc amb l'AMOR com a bandera oposada a la POR que només cova a la desconfiança.

Deserta el fosc amb la força de l'AMOR i en l'esperança de trobar el nostre lloc. El respecte per qui som i el desig infinit de continuar creixent.

L'AMOR porta a la confiança. L'AMOR que ens ajuda a sostenir-nos i a viure en esperança, per poder cridar ben fort:

DESERTA AL FOSC, SURT A LA LLUM I VIU

Deserta el fosc, perquè hi ha un moment a la vida que, malgrat tot, es pot encara triar ser feliç.

<https://youtu.be/upRUY2KHyBO>

POESIA EN CONTEXT: música, llengua i pedagogia en un tot indissoluble. Deserta el fosc, enfila la poesia de Montserrat Vayreda, M. Mercè Marçal, Miquel Martí i Pol, Olga Xirinacs, Vicent Andrés Estellés, Joan Vinyoli i altres cançons versionades, POESIA EN CONTEXT.

Poesia i mots: ara amb un toc informal, ara més transcendent i a voltes, absolutament irreverent, perquè no?

No es tracta de cantar, es tracta de transmetre. MÚSICA, LENGUA, POESIA I PEDAGOGIA en un tot indissoluble.



QUI SOM?

M. Helena Tolosa , veu
 Pere Coma, contrabaix
 Josep M. Vallès, guitarra
 Roger Vallès, percussió
 Anna Valls, violí

QUÈ OFERIM?

Vuit poemes musicats per M. Helena Tolosa.

Una versió dels temes *Ma Tristesa* i *Del que vaig ser*.

Un tema propi i un tema popular, *La Fadrina va a la Font*.
 d'Apel·les Mestres.

1. Deserta el fosc - Miquel Martí i Pol
2. L'arbre incandescent - Joan Vinyoli
3. És el temps de sembrar - Montserrat Vayreda
4. L'estrella - Olga Xirinacs
5. Cançó de les dones - Vicent Andrés Estellés
6. Són els teus ulls - M. Helena Tolosa
7. Ser diferent - Montserrat Vayreda
8. Ma tristesa - Lluís Llach
9. La fadrina va a la font - Apel·les Mestres
10. 8 de març - M. Mercè Marçal
11. Del que vaig ser - Poema de Rudyard Kipling
 traduït per Marià Manent/ Música Joan Crosas
12. L'amor - Miquel Martí i Pol

FITXA ARTÍSTICA

La diversitat ens enriqueix. Per això el nostre projecte és intergeneracional. Fugim de la dicotomies joves i madurs, boomers, vells... Perquè el món el cohabitarem tots, tinguem l'edat que tinguem . Totes les perspectives són vàlides i lícites.

M. Helena Tolosa

ACTRIU, CANTANT I ESCRITORA MESTRA, PSICOPEDAGOGA, LOGOPEDA



Pujada de petita dalt dels escenaris gràcies a la mare, cantant lírica, i al pare, rapsode i actor. Conta contes i rondallaire, ha col·laborat amb Nit de poetes dels Amics de la Unesco, en les edicions del FITAG i, en les edicions del Petit Fitag del 2015, 2016 i 2017 ha portat la direcció, gestió i presentació de l'espai. Composa el seu primer tema al 2004 (LA NIT I EL DIA, de Joan Vinyoli) pel Primer Simposi Joan Vinyoli a Sta. Coloma de Farners. Ha creat el concepte de POESIA EN CONTEXT, una manera d'articular la poesia per a que sigui ben mengívola, a mig camí entre la cançó i la interpretació per oferir un producte digerible per a tots els públics. Tres grans produccions: **PARAULES D'AHIR PER AVUI** (2013) compartint escena amb PEP PRAT (peça és de creació pròpia en guió, música i muntatge); **RETTALLS DE MÚSICA I POESIA** (2015) de la mà del guitarrista JM VALLÈS i el percussionista ROGER VALLÈS; **SOLITUDS** (2017), de la mà de la directora NONA ASENSIO, compartint escenaris amb JUMA CANALETA i amb el text

original de l'obra de XAVIER VALLÈS.

Col·laboracions diverses en espectacles com **CADÈNCIA**, cicle de PARAULES NOCTURNES de Sta. Coloma de Farners com a rapsode i cantant o el sopar ESTELLÉS. Publica i presenta el seu primer treball discogràfic CONFIDÈNCIES el setembre de 2020.

Actualment ha iniciat el projecte del seu segon àlbum DESERTA EL FOSC que sortirà a la llum a l'abril del 2022.

Pere Coma contrabaix

Ha estudiat amb Ferran Sala, Mario Rossy i Ze Eduardo i harmonia moderna amb Alvaro Is. Ha cursat pedagogia amb Marianne Keuning, C. H. Joubert,



Arlette Biget, Ma. A. Arnaus així com tècnica Alexander, mètode Dalcroze...

Ha assistit a diversos seminaris de Jazz amb professors com: Kurt Rosenwinkel, Mark Turner, Bruce Barth, Ben Street, Benny Golson, Idris Muhammad, Sam Yahel, Horacio Fumero...

Ha estat membre de la cobla La Flama de Farners, de L'Orquestra de Cambra de l'Empordà, de Licor Fort Jazz, de la Companyia Rocacorba, de Jazz Cat...

Ha col·laborat amb l'Orquestra del Gran Teatre del Liceu i amb l'Orquestra Simfònica del Vallès.

Actualment toca amb Joan Sadurní trio, Laia Masdeu Quartet i amb l'Orquestra de Girona i és professor de contrabaix a l'Escola Municipal de Música de Girona i a l'Escola Municipal de Música Josep Carbó de Santa Coloma de Farners

Josep M. Vallès: guitarrista i agrònom.



Estudià piano amb la professora i concertista Paquita Casanova Domènech i guitarra amb Santi Parés i Jesús Torrent.

Autodidacta des dels 16 anys, està familiaritzat amb el banjo americà, la guitarra acústica; durant els dos anys que va ser cooperant a Bolívia i Veneçuela va aprendre a tocar el "cuatro", el "charango".

El ritme del blues és una de les seves especialitats que combina amb l'harmònica.

Ha col·laborat en diferents projectes musicals com CADÈNCIES (Cia d'Art), Nit de Poetes (Espru i Vayreda) i, forma part de l'espectacle poètic RETALLS DE MÚSICA I POESIA i CONFIDÈNCIES de la Cia MHelena.

Roger Vallès, Títol Superior de Professor de Música. Percussionista



Inicià els estudis musicals a l'Escola Municipal de Música Josep Carbó de Santa Coloma de Farners amb els instruments de percussió i piano. Continuà els estudis al Conservatori de Girona on cursà el Grau Professional. Títol de Grau Superior de Música en l'especialitat de Pedagogia Musical al Taller de Músics de Barcelona Professor docent a l'escola municipal de música de Sant Feliu de Guíxols.

Ha participat en diferents espectacles teatrals de Cia MHelena i, entre d'altres, la Jove Big Band del taller de músics, la Big Band del Conservatori Isaac Albéniz, la JOGC, Poesia Bautista. El maig de 2020 estrenà l'espectacle "A ritme de somnis" al teatre de Salt" com a projecte de final de grau. L'espectacle és una audició musical teatralitzada amb coreografia per donar a conèixer la família dels instruments de percussió,

Anna Valls: Professora Superior de Violí pel Conservatori del Liceu de Barcelona



Va realitzar el Grau Professional de Música al Conservatori de Vic i el Grau Superior de Música al Conservatori de Liceu de Barcelona amb els professors Kai Gleusteen i Oksana Solovieva.

Ha participat en diferents orquestres de Catalunya com l'Orquestra de Cambra de Granollers, Orquestra de Cambra de Vic, Orquestra de Cambra de l'Empordà.

Ha format part de diferents cursos pedagògics enfocats a l'educació musical dels infants.

Ha treballat a l'Aula de música d'Anglès, l'Estudi Musical de Girona, l'Escola Dr. Carulla d'Arbúcies fent extraescolars de música i a l'Associació Montseny Guillaries en la part de musicoteràpia.

És professora de violí, piano i sensibilització musical a l'escola de música de La Celler de Ter, Vidreres i Hostalric. Component del Duet Amalgama, també acompanya al cantautor Rubèn Masnou i participa puntualment en diferents orquestres.

Gonçal Vallès: Títol Superior de Guitarra pel Conservatori del Liceu de Barcelona.



Cursa inicialment estudis de piano al Conservatori Superior de Música del Liceu de Barcelona. Més endavant, ja amb la guitarra, estudia jazz a diferents escoles com el Taller de Músics a Barcelona o el Conservatori de Bellaterra, tenint com a professors, entre d'altres, a Harold Schwender i Joan Albert Cubero. S'inicia en el món de la música clàssica amb el trombó de vares, però és amb la guitarra que conclou els estudis superiors a l'esmentat conservatori. Actualment exerceix de professor de música en educació secundària i participa en diferents projectes artístics de tall molt divers. Mestre pianer. participa en diferents projectes artístics de tall molt divers: composició de temes per projectes audiovisuals, contrabaixista en la formació Hot Club Molins , arranjador... En el projecte de Confidències i Deserta el Fosc ha fet els arranjaments musicals dels temes.

COL·LABORADORS I SINERGIES

L'estilista **Eva Masllorens** és l'autora de la portada. L'Eva té de professió base l'estilisme. Però és eclèctica, imaginativa, sensible, creativa a l'hora de visionar processos creatius. Gaudeix aportant belles i originalitat en el que fa, sigui la disciplina que sigui.

Pep Prat és el nostre tècnic de so i de llum amb una àmplia trajectòria també com a músic pianista, compositor i arranjador. **Esteve Vilarrasa** qui ha estat al darrera de la gravació des de l'estudi de So Picant, juntament amb Estudi 44.1.

Anna Prat fotògrafa i **Sandra Ollé** de Setdedisseny formen part del nostre equip. Volem ser coherents amb la cultura de proximitat amb els artistes de la comarca de La Selva

Judit Vallès ens posa dansa i moviment quan l'ocasió ho demana.

FITXA TÈCNICA

Públic

Especialment públic adult i públic adolescent a partir de 14 anys.

Disposició del públic frontal o mig cercle.

Ubicació i espai

A qualsevol hora del dia però ens agrada el capvespre i a la nit per poder jugar amb les llums!

Exterior i interior. Mínim 5 x 4 m.

Disposició

Escenari 5 persones (disposició al rider).

Cabina 1-2 en funció de l'espai sonor.

Escenografia

4 cadires negres sense braços.

1 tamboret o cadira negra alt/a.

Llums i so

Rider complet a

<https://www.mhelenatolosa.com/inici/#!/DESERTAELFOSC>



PER A QUÈ? Complementes a la proposta

Volem acostar la poesia al públic adult, jove i adolescent d'una manera: sensible, empàtica, pedagògica, artística, honesta, divertida ... Des de la proximitat i la calidesa.

A la web del projecte s'hi podrà descarregar un dossier pedagògic per majors de 14 Inclourà recursos per entendre i treballar de manera creativa els diferents poemes.

IMATGES, VÍDEOS, PREMSA I DISCOGRÀFICA

Trobareu la informació a la web

<https://www.mhelenatolosa.com/inici/>

Els nostres padrins són la discogràfica segell La Catenària.

<https://www.lacatenaria.cat/>

Nota de premsa

https://bit.ly/MHelenaTolosa_Desertaelfosc

Què diuen de nosaltres?

<https://www.flipsnack.com/mhelenatolosa131193/dossier-premsa-confid-ncies-deserta-el-fosc.html>



CONTACTE

M. Helena Tolosa Costa

Ctra. Anglès 62

17430 Sta. Coloma de Farners

671631415 / 972842294

contractacio@mhelenatolosa.com

mhelenatolosa@gmail.com

<http://www.mhelenatolosa.com>



mhelenatolosa
T O L O S A