Universitat de Girona
Fundació UdG: Innovació i Formació

Iniciació al Clown

1a Edició
Codi: 188019
Tipologia: Curs d'estiu
Crèdits: 1.00
Idioma: Català
Data d'inici: 12/07/2019
Data de finalització: 13/07/2019

Horari: Divendres de 10 a 14 h i de 16 a 20 h, i dissabte de 10 a 14 h.
Lloc de realització: Hotel Balneari Vichy Catalán (Caldes de Malavella)
Places: 22

Preus i descomptes

Preu: 90 €

Raons per fer el curs

-Transmetem informació constantment i ser conscients del missatge i imatge que compartim quan fem i diem coses, és de vital importància en un món on inevitablement ens relacionem en tot moment (amb nosaltres mateixos i amb els altres).
-El *clown* condensa les nostres potencialitats i també les nostres pors i judicis. Fer un exercici de revisió i obrir-nos a aquesta nova mirada que ens aporta el *clown* (més comprensiva i molt més amorosa), fa créixer i dotar de més tonalitats la nostra manera de viure el dia a dia, de relacionar-nos amb nosaltres mateixos i amb els altres, en definitiva: de viure la vida basant-nos en la comprensió, l'estima i el respecte.
-Donar espai al nostre nen interior per tal que es mostri del tot no ens convertirà en éssers més infantils, ans al contrari, ens dotarà de més espontaneïtat, sinceritat i honestedat. Serem adults més íntegres i capacitats.
-El *clown* aporta una experiència que permet saber més d'un mateix i aquest coneixement és el primer pas que promou el canvi.
-Descobrir el propi *clown* és un viatge divertit i alliberador, adequat per a qualsevol persona que vulgui conèixer i potenciar les seves habilitats i fer front a les seves ombres. Una aventura que enriqueix i que facilita la pròpia acceptació i que desenvolupa l'amor vers l'altre i un mateix.
-A més, us endureu un nas de pallasso a la butxaca!

Els estudiants de la ***Universitat de Girona*** podran reconèixer 1 ECTS (crèdit de ***reconeixement*** acadèmic) per la participació en cada edició dels ***Cursos*** d'***Estiu*** de la Xarxa Vives d'universitats, amb independència dels ***cursos*** en què s'inscriguin. És a dir, només es podrà reconèixer 1 ECTS per CURS ACADÈMIC.

Presentació

El curs «Iniciació al Clown» utilitza el *clown* (pallasso) com a camí d'autoconeixement i creixement personal. Gràcies a la màscara més petita del món (el nas vermell) buscarem la nostra essència, la part més *naïf*, sincera i genuïna de nosaltres mateixos. El *clown* condensa les potencialitats i també les pors i judicis; per aquest motiu, obrir-nos a aquesta nova visió més comprensiva i molt més

amorosa, ens permetrà ampliar la nostra manera d'afrontar, sentir i viure la vida. Aquest viatge el farem partint d'un enfoc divertit, alegre, respectuós, motivant complicitats, picades d'ullet, i amb l'objectiu final de sortir a escena, estimar a l'altre i sentir-se estimat.

Objectius

– Intentar ser un mateix.
– Apropar-nos a l'essència pròpia.
– Descobrir com som en realitat.
– Reconèixer les nostres potencialitats.
– Donar espai al nostre nen interior.
– Descobrir les nostres màscares.
– Afegir una nova màscara (el nas de pallasso) al repertori de màscares.
– Saber què ens fa reaccionar.
– Donar-li la benvinguda al sentiment de vergonya per tal de riure'ns de nosaltres mateixos.
– Obrir-nos al món que ens envolta.
– Estimar-nos i acceptar-nos una mica més.

A qui s' adreça

A persones que vulguin conèixer i apropar-se al món del pallasso. A tothom que vulgui iniciar un camí d'autoconeixement partint d'una mirada amorosa, divertida, oberta i respectuosa amb ell mateix i els altres.

Requisits d'admisió

Ser major d'edat. Cal dur roba i calçat còmodes, un mocador o bena per tapar els ulls, una llibreta i bolígraf i també cal afegir a la bossa roba que ens vagi ajustada o que considerem que ens fa sentir ridículs (no poden ser disfresses). Hi haurà la possibilitat de banyar-se a la piscina (portar banyador, tovallola, xancletes...).

Pla d'estudis

Iniciació al Clown

Introducció al *clown*. Origen, definició, diferents tipus de *clown* i característiques bàsiques.
Exercicis de sensibilitat I. Estovarem el cos i el cor per tal de començar a relacionar-nos amb nosaltres mateixos i amb els altres des d'un lloc més genuí. Començarem a veure quines màscares duem posades sense adonar-nos. Prendrem consciència de com ens comportem davant els altres.
Naixement del *clown*. Ens posarem el nas per primer cop i donarem vida al pallasso que tots tenim dins.
Exercicis de sensibilitat II. Continuarem amb més exercicis per tal d'apropar-nos a la nostra essència, des del joc, l'humor, el fet de compartir, i el que emergeixi.
Improvisacions amb el nas. Ja amb el nas posat donarem uns minuts de vida a aquest pallasso que hem descobert.
Tancament i comiat. Recollirem l'experiència viscuda, ens quedarem el nostre nas i tornarem a la vida (però amb un nas a la butxaca).

Titulació

Curs d'Estiu: Iniciació al Clown, per la Fundació Universitat de Girona: Innovació i Formació

Finançament

Finançament

Fundación Estatal para la Formación en el Empleo - FUNDAE

(anteriorment Fundación Tripartita)

Els treballadors d'una empresa privada, als qui aquesta pagui la matricula, tenen la possibilitat de bonificar-la a través de la Fundación Estatal para la Formación en el Empleo – FUNDAE (abans conegut com a Fundació Tripartita).

Per gestionar aquesta bonificació us heu de posar en contacte amb el Departament de Recursos Humans de la vostra empresa.

Per a més informació feu clic aquí.

Quadre docent

Direcció

Coordinació

Professorat

Rafel Sánchez Domingo
Persona des de fa 41 anys.
Iniciació al món del pallasso als 16 anys.
Pare des de fa 5 anys.
Pallasso fundador de la companyia de pallassos: Cop de Clown.
Codirector del Centre de Recursos Creatius Al Trot.
Ha estat membre de les companyies de teatre: Pallassos sense Fronteres, Xarop Clown—Pallassos d'Hospital i Germans Rebaixinc.
Ha realitzat múltiples cursos amb grans pallassos com: l'Avner, en Leo Bassi, en Les Bubb, en Toti Toronell i l'Alain Vigneau.
Ha obtingut el nivell de *practitioner* en PNL i la mestria de Reiki. Ha rebut 4 anys de teràpia Gestalt i ha ficat el nas en Bioneuroemoció, Eneagrama, Constel·lacions familiars, *Tapping*, *Coaching* i l'Amor en general.

---

*La direcció es reserva el dret de modificar l'equip docent, si fos necessari, per garantir el nivell de qualitat i categoria professional.

Entitats promotores

Fundació Universitat de Girona: Innovació i Formació

Universitat de Girona
Fundació UdG:
Innovació i Formació

Creativita

CREATIVITA
CREA LA TEVA VIDA

Vídeos

Vimeo: https://vimeo.com/353563145

Iniciació al Clown

Inici curs: 12/07/2019

Fi curs: 13/07/2019

Data tancament acta avaluació: 13/07/2019

Calendari

Data	Lloc	Inici matí	Fi matí	Inici tarda	Fi tarda
12/7/2019	Hotel Balneari Vichy Catalán	10:00	14:00	16:00	20:00
13/7/2019	Hotel Balneari Vichy Catalán	10:00	14:00		