

# Tupungato: las clases de teatro para adultos mayores tienen nuevo día y horario

19 octubre, 2021



**Será los jueves.**

A partir de esta semana, las clases de teatro para adultos mayores se dictarán los **días jueves de 17 a 18h, en el Salón de Actividades Artísticas y Culturales de Tupungato**. La Municipalidad además informó que continúan las inscripciones abiertas para quienes quieran sumarse y disfrutar durante una hora de expresión corporal, técnicas de voz, improvisación y puestas en escena.

La profe a cargo del taller, Carolina Martínez, contó que la idea de la propuesta es que los participantes puedan “divertirse, expresarse, tener más seguridad en sí mismo,

autonomía ya sea a la hora de hablar”. Sobre las clases compartió: “trabajamos una entrada en calor, hay juegos, hacemos mucho trabajo corporal, mental, la memoria, la rapidez mental, la toma de decisiones”.

En cuanto al desarrollo que viene teniendo el taller, la educadora comentó que “las personas que están yendo se están divirtiendo un montón”, e invitó a otros adultos mayores a ser parte de este grupo “a darle una oportunidad al teatro y al juego que por ahí los dejan de lado, es un espacio muy lindo para sentirse útil, cumplir objetivos, trabajar, mover el cuerpo y sobretodo reírse muchísimo, no tengan vergüenza que la idea es divertirse”.

También la profe anticipó: “La idea es que podamos montar una obra, salir, mostrar lo que hacemos, hay muchos elencos de adultos mayores en la provincia con quienes podríamos compartir momentos”.

Esta iniciativa a cargo del Área del Adulto Mayor y la Dirección de Desarrollo Cultural del Municipio de Tupungato, contribuye como terapia para el alma, cuyo fin es mejorar la salud mental de abuelas y abuelos, incentivándolos a participar de este espacio de expresión, aprendizaje y recreación, a través del cuerpo y la palabra.

El taller invita al encuentro interpersonal, a crear un vínculo diferente a través del juego, las sensaciones, el cuerpo, el contacto y la interacción con los otros; impulsando la exploración, lo espontáneo, creativo y la producción grupal en escenas de ficción.

### **Los beneficios de participar en talleres y dinámicas teatrales tanto a nivel individual como grupal:**

-Los personales: autoconfianza, mejora de la expresión corporal, autoconocimiento, autoestima, concentración, desinhibición, control corporal, relajación y mayor creatividad.

-Los sociales y grupales: logran mayor flexibilidad ante nuevas propuestas, escucha activa, paciencia, comunicación, confianza en el otro, tolerancia, sentimiento de pertenencia a un grupo, colaboración, solidaridad.

### **Inscripciones**

Abuelas y abuelos podrán alistarse al taller de lunes a viernes, de 8 a 13 en el Área del Adulto Mayor, ubicada en el Anexo Municipal, calle Beltrán 43, o vía WhatsApp al 2622577827. Del mismo modo también pueden anotarse en la Dirección de Desarrollo Cultural, sito en 9 de julio 175.