



**CULTURE ON  
PRESCRIPTION**



# **PROGRAMA ATELIERULUI "TERAPIE PRIN TEATRU" - ROMÂNIA**



Cofinanțat de  
Uniunea Europeană

## PARTENERI ȘI CONTACTE

Proiectul Erasmus+ Culture on Prescription Europe a început în ianuarie 2022 și se va desfășura până la sfârșitul lunii martie 2024. Proiectul implică organizații partenere din șase țări europene:

**ISIS Institut für Soziale Infrastruktur  
Frankfurt, Germany**

European Coordination

**Jana Eckert**

✉ [eckert@isis-sozialforschung.de](mailto:eckert@isis-sozialforschung.de)

🌐 [www.isis-sozialforschung.de](http://www.isis-sozialforschung.de)

**Gesundheitsamt Frankfurt am Main, Germany**

🌐 <https://frankfurt.de/de-de/service-und-rathaus/verwaltung/aemter-und-institutionen/gesundheitsamt>

**Dublin City University, Ireland**

🌐 [www.dcu.ie](http://www.dcu.ie)

**AFEdemy, Academy on age-friendly  
environments in Europe BV, The Netherlands**

🌐 [www.afedemy.eu](http://www.afedemy.eu)

**EAEA, European Association for the  
Education of Adults, Belgium**

🌐 [www.eaea.org](http://www.eaea.org)

**SHINE 2Europe, Lda, Portugal**

🌐 [www.shine2.eu](http://www.shine2.eu)

**GEAC, Asociația Grupul de Educație și  
Acțiune pentru Cetățenie, Romania**

🌐 [www.geac.ro](http://www.geac.ro)

## AUTORI

**GEAC, Asociația Grupul de Educație și  
Acțiune pentru Cetățenie**

Iuliana Iliescu

✉ [iuliana.iliescu@apd.ro](mailto:iuliana.iliescu@apd.ro)

Radu Meirosu

✉ [meirosu.radu@gmail.com](mailto:meirosu.radu@gmail.com)



## CONTRIBUABILI

Victor Tapeanu (GEAC)



Copyright © 2024 Culture on Prescription



Această publicație este licențiată sub o [licență internațională Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 \(CC BY-SA 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Finanțat de Uniunea Europeană. Punctele de vedere și opiniile exprimate aparțin, însă, exclusiv autorului (autorilor) și nu reflectă neapărat punctele de vedere și opiniile Uniunii Europene sau ale Agenției Executive Europene pentru Educație și Cultură (EACEA). Nici Uniunea Europeană și nici EACEA nu pot fi considerate răspunzătoare pentru acestea.



Cofinanțat de  
Uniunea Europeană

## Instrucțiuni generale pentru planificarea unui atelier:

se recomandă:

- desfășurarea între 6 și 10 întâlniri/sesiuni per curs
- desfășurarea unor întâlniri suplimentară pre-, precum și una ulterioară, pe lângă cele 6-10 sesiuni efectiv per curs
  - acestea sunt pentru a pregăti și a încheia cursul fără a pierde timp prețios din timpul cursului
  - sondajul și evaluarea urmează să fie efectuate în aceste două întâlniri
- se recomandă ca ședințele/sesiunile să aibă loc în fiecare săptămână până la trei săptămâni (cu maximum patru săptămâni între ședințe/sesiuni)
- se recomandă minim 8 și până la maxim 10 participanți per curs
- cele de mai sus sunt recomandări, adică: implementarea cursului va respecta condițiile și cerințele fiecărei regiuni și poate fi ajustată în consecință dacă este necesar
- „Chestionarul”: va fi folosit pentru întrebările Warwick-Edinburgh care pun/măsoară nivelul de izolare/singurătate (sentimentul acestuia)
- „Evaluarea”: va fi folosit pentru sondajul „Cum-ți-a plăcut-cursul”

## Structura atelierului



### DESPRE FACILITATOR

VICTOR ȚĂPEANU este actor, regizor și director artistic la Cuibul Artiștilor. A regizat peste 38 de spectacole și a jucat de peste 1000 de ori pe scena lui Cuib. A învățat pas cu pas ceea ce el numește astăzi „antreprenoriat cultural” și a transformat Cuibul Artiștilor într-un loc de întâlnire, emoție, detașare, dezvăluiri și simț al comunității. Peste 150.000 de spectatori au pășit pe ușile Cuibului în 1.450 de spectacole din 2015.

#### ZIUA 1 – MARTIE 13

**30 min** - Introducerea facilitatorului, cunoașterea participanților, prezentarea proiectului, a obiectivelor, a așteptărilor, a rezultatelor și a întregului proces de creație/actorie.

**60 min** - Exerciții de improvizație cu scopul de a conecta participanții la grup și de a performa împreună.

**60 min** - Crearea unui moment pe scenă deschisă, pe o temă aleasă împreună cu participanții.

#### ZIUA 2. – MARTIE 20

**30 min** - Încălzirea corpului cu exerciții de mișcare inspirate din practica indiană Kalarippayattu.

**60 min** – Improvizație în fața camerei video pe un subiect individual ales de către participant.

**60 min** – Recapitularea momentului de scenă din Ziua 1, la care se vor adăuga suplimentar elemente de direcție, mișcare, intenție și improvizație.

#### ZIUA 3. – MARTIE 27

**30 min** - Încălzirea corpului cu exerciții de mișcare inspirate din practica indiană Kalarippayattu.

**15 min** - Exerciții de respirație.

**45 min** - Exerciții pentru emoții. Înțelegerea conceptului de emoții și a modului în care sunt folosite în actorie.

**60 min** - Crearea celei de-a doua scene a piesei finale. Improvizație în actorie și explorarea dialogului urmând caracterele Di Gerent.

#### **ZIUA 4. – APRILIE 10**

**30 min** - Încălzirea corpului cu exerciții de mișcare inspirate din tradiția Kalaripayattu din India.

**30 min** - Cântare în grup, bazată pe metoda învățată și studiată la Institutul Grotowski din Polonia.

**60 min** - Dans și crearea unei coregrafii pentru a treia scenă pentru spectacol.

**30 min** - Conectarea primelor trei scene ale spectacolului.

#### **ZIUA 5. – APRILIE 17**

**30 min** - Încălzirea corpului cu exerciții de mișcare inspirate din tradiția Kalaripayattu din India.

**60 min** - Improvizație în fața camerei. Stimularea imaginației și a dialogului.

**60 min** - Cântare în grup, bazată pe metoda învățată și studiată la Institutul Grotowski din Polonia. Crearea scenei 4.

#### **ZIUA 6. – APRILIE 24**

**30 min** - Încălzirea corpului cu exerciții de mișcare inspirate de la Teatrul Odin din Danemarca. Vom lua o pictură celebră drept inspirație și o vom transforma în mișcare.

**120 min** - Repetarea tuturor celor 4 scene. Adăugarea de muzică și design luminos.

Exploarea împreună cu participanții complexitatea și frumusețea procesului creativ.

#### **ZIUA 7. – MAI 8**

**30 min** - Încălzirea corpului cu exerciții de mișcare inspirate de la Teatrul Odin din Danemarca.

**60 min** - Dans și repetarea coregrafiei pentru cea de-a treia scenă a spectacolului.

**60 min** - Explorarea improvizației pentru scena finală.

#### **ZIUA 8. – MAI 15**

**30 min** - Încălzirea corpului cu exerciții de mișcare inspirate de la Teatrul Odin din Danemarca.

**60 min** - Exerciții pentru emoție – improvizație actoricească. Creșterea gradului de conștientizare despre cum pot fi văzute și gestionate emoțiile.

**60 min** - Cântare în grup, bazată pe metoda învățată și studiată la Institutul Grotowski din Polonia.

#### **ZIUA 9. – MAI 2**

**150 min** - Repetiție finală. Lucru asupra scenografiei, costume, recuzită, design de lumini, decor și o retrospectivă prin întreg spectacol.

## **ZIUA 10. – MAI 29**

**30 min** - Încălzirea corpului cu exerciții de mișcare inspirate de la Teatrul Odin din Danemarca.

**20 min** - Prezentarea spectacolului.

**30 min** - Discuții asupra posibilelor îmbunătățiri.

**10 min** - Retrospectiva întregului spectacol.

**20 min** - Prezentare și filmarea spectacolului.

**40 min** - Concluzii înainte de ziua spectacolului.

## **ZIUA 11. - MINISPECTACOL DE IMPROVIZAȚIE**



# CULTURE ON PRESCRIPTION



Cofinanțat de  
Uniunea Europeană