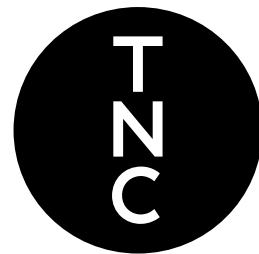


HOLA, RÀBIA!



TEATRE NACIONAL
DE CATALUNYA

Per saber-ne més

Hola, ràbia! és una obra que parla sense embuts d'aquesta emoció tan intensa. I és que la ràbia és tan poderosa que quan la sentim tenim ganes de cridar, plorar i, fins i tot, de trencar coses. Però no li hem de tenir por, ni tancar-la en una caixa, al contrari, deixar-la sortir de tant en tant i de manera controlada és ben necessari.

Cia. La Banda crea un petit elogi a la ràbia mitjançant els contes, la música i la participació de petits i grans. Els enllaços següents us ajudaran a explorar les emocions i, en concret, la ràbia i l'enuig.



Emociona't: Parlem d'emocions - InfoK | 3cat



Tinc un volcà de Míriam Tirado i Joan Turu - La llar del conte



Meditació per treballar l'enuig - 10 minuts de pati | 3cat

Important: *Hola, ràbia!* és un espectacle participatiu en el qual el públic juga un paper crucial. És important que quan sortim a l'escenari a ajudar les actrius, ho fem de manera ordenada i calmada.



Equip artístic

La Dolo Bertrán, actriu i música de la companyia, ens explica per què van voler crear un espectacle sobre la ràbia, aquesta emoció que ens fa cridar, protestar i que sovint ens transforma. A més a més, ens explica com sonen les emocions. Com creieu que sona la ràbia?



Dolo Bertrán

Per fer-ne un tast

Abans de venir, us proposem treballar les emocions mitjançant el joc teatral.

Proposta

I tu, què faries?

La Cia. La Banda us proposa que fabriqueu la vostra pròpia caixa de la ràbia on poseu tot allò que més us fa enrabiar.

Proposta

