



# LETTURA IN NATURA

---

## WORKSHOP DI LETTURA ESPRESSIVA ED ESCURSIONE IN NATURA

### COSA

Workshop di lettura espressiva in Natura. Giochiamo con suoni, voce e parole all'interno di un'esperienza a pieno contatto con la natura. Per riscoprire se stessi a partire dalla propria vocalità in relazione con l'ambiente che ci circonda.

### PERCHE'

L'esperienza in natura ci dà la possibilità di vivere sensazioni ed emozioni forti grazie alla percezione di colori, odori e atmosfere primitive. La parola, la poesia e la voce possono aiutarci ad amplificare questa esperienza mettendo in gioco noi stessi e ponendoci in diretta relazione con gli elementi che ci circondano. Il respiro è più aperto, la voce risuona tra gli alberi, il vento e le foglie; gli animali rispondono al richiamo della nostra voce. Il bosco ci risponde in un dialogo uomo-natura che da millenni l'essere umano cerca di scoprire.

### COME

Formazione sulla voce (2 ore) + Escursione guidata ed esperienza pratica di lettura in Natura (2 ore).

1. La prima parte di formazione sulla voce è guidata dall'attore e formatore Marco Nicosia:

- l'uso consapevole della voce
- la respirazione
- i risuonatori
- riscaldamento vocale
- ascolto attivo
- lettura espressiva
- la scelta del testo

2. La seconda parte prevede un'escursione guidata da guide ambientali escursionistiche AIGAE (Marina Luciani e Valentina Anello) in cui ciascuno avrà l'opportunità di mettere in pratica il proprio testo e la propria voce in un esercizio creativo di lettura in natura.

**Marco Nicosia**

Attore ed Educatore teatrale.

Sede legale: Via Umberto I 9, 20043 Vanzago (Milano)

P.IVA: 09740330965 - CF: NCSMRC90H11H264S

Tel.: +39 345 871 7909 | Website: [avventurasullegambe.com](http://avventurasullegambe.com)

### **Programma:**

09.45 ritrovo c/o Centro Parco

10.00 formazione in aula sulla voce

12.30 pranzo al sacco a cura dei partecipanti

14.00 escursione guidata ed esperienza pratica di lettura in natura

### **DOVE**

Centro Parco La Fagiana, Pontevecchio di Magenta

### **CHI**

Il workshop è ideato e condotto da Marco Nicosia (Attore e Formatore teatrale) e sarà accompagnato da Marina Luciani (Guida Ambientale Escursionistica) ed è rivolto ad attori ed educatori interessati al lavoro in natura, a guide ambientali escursionistiche e a chiunque voglia sperimentare la propria voce nell'ambiente naturale.

**Marco Nicosia:** Attore ed educatore teatrale. Marco nasce nel 1990 a Rho. La sua passione più grande è giocare e tra tutti i giochi quello del teatro è per lui l'ideale per scoprire il mondo. Sempre disponibile alla teatralizzazione di qualsiasi cosa canzoni, racconti, favole ed escursioni. Crede fortemente che il teatro sia un potente veicolo per la scoperta del mondo e la ricerca di se stessi. Collabora con numerose scuole, associazioni ed enti pubblici e privati per la realizzazione di progetti formativi e artistici in campo pedagogico, culturale e sociale. Impegnato da molti anni nel volontariato è Presidente dell'associazione di promozione sociale Wake Up Vanzago.

**Marina Luciani:** Guida Ambientale Escursionistica certificata AIGAE (tessera nr: LO595) e Guida Naturalistica ed Escursionistica per il Parco Lombardo della Valle del Ticino (matricola nr: 474). Vive a Vigevano e lavora principalmente nelle foreste del Parco del Ticino, con l'obiettivo di promuoverne la bellezza. Diplomata al Liceo Scientifico con il mito di Piero Angela e laureata in Filosofia inseguendo Donald Davidson, ha lavorato in diversi uffici e strutture di sport all'aria aperta prima di trovare la sua dimensione e creare Avventura sulle Gambe.

### **QUANDO**

4 marzo 2023

### **COSTO**

45€/persona

Minimo 10, massimo 20 partecipanti

### **CONTATTI**

Marina Luciani: +39 351 509 7309

marina.luciani@avventurasullegambe.com

www.avventurasullegambe.com

### **Marco Nicosia**

Attore ed Educatore teatrale.

Sede legale: Via Umberto I 9, 20043 Vanzago (Milano)

P.IVA: 09740330965 - CF: NCSMRC90H11H264S

Tel.: +39 345 871 7909 | Website: avventurasullegambe.com