Estão abertas as inscrições para a ‘Oficina de humor - os caminhos do riso’, mais uma realização da secretaria de Cultura da Prefeitura de Mogi das Cruzes, e que tem como objetivo dar dicas preciosas sobre como destravar sorrisos, elevar a autoestima e melhorar o humor, importante ferramenta para a qualidade de vida.

A atividade gratuita acontecerá na quarta-feira, 18 de outubro, a partir das 18 horas, no Centro Cultural, que fica na Praça Monsenhor Roque Pinto de Barros, 360, Centro. Ao todo, são 40 vagas disponíveis para pessoas com mais de 12 anos, e as inscrições podem ser feitas no formato on-line, basta clicar aqui e acessar o link .

Essa é a segunda edição da oficina, que é conduzida pelo artista e técnico da secretaria de Cultura, Márcio Pial, nome conhecido no cenário cultural de Mogi das Cruzes pela versatilidade e estilo cômico. O encontro terá três horas de duração e os participantes aprenderão sobre estilos e técnicas do humor, como a palhaçaria, esquetes, improviso, stand up comedy, incluindo exercícios de criatividade.

“A arte entra em cena na oficina, que além das técnicas de humor, também trabalha a atuação física, como ritmo, tempo cômico e expressão corporal. É um ensaio para o público que tenha momentos de descontração e provoca a reflexão sobre o bem viver, expandindo a consciência dos participantes sobre como ter uma rotina mais leve e, se necessário, colocar as técnicas em prática para fugir do mau humor”, destaca a secretária de Cultura, Claudinéli Moreira Ramos.

O artista Márcio Pial reforça os aspectos destacados pela secretária de Cultura e completa com um elemento fundamental: a empatia. “Precisamos exercitar também o olhar com um colega de trabalho, com um familiar, com um vizinho e até mesmo com um novo conhecido. Eu mesmo,

já tive depressão diagnosticada e precisei de ajuda para recuperar o equilíbrio emocional. As técnicas da oficina são para o participante colocar em prática consigo e, com certeza, ajudar quem precisa", enfatiza.

Outras informações podem ser obtidas pelo telefone (11) 4798-6900, pelo e-mail culturamogi@mogidascruzes.sp.gov.br, pelo site da Secretaria Municipal de Cultura ou presencialmente na sede da pasta, que fica na rua Senador Dantas, 326, 3º andar, no Centro, de segunda a sexta-feira, das 9h às 16h30.

Serviço:

Oficina de humor - os caminhos do riso - Gratuito

Inscrições abertas - clique aqui para acessar o formulário

Vagas: 40 vagas

Idade mínima: 12 anos

Data e horário da oficina: 18 de outubro de 2023, às 18 horas

Local da oficina: Centro Cultural - Praça Monsenhor Roque Pinto de Barros, 360, Centro