


Colexio Oficial de  
Traballo Social  
de Galicia

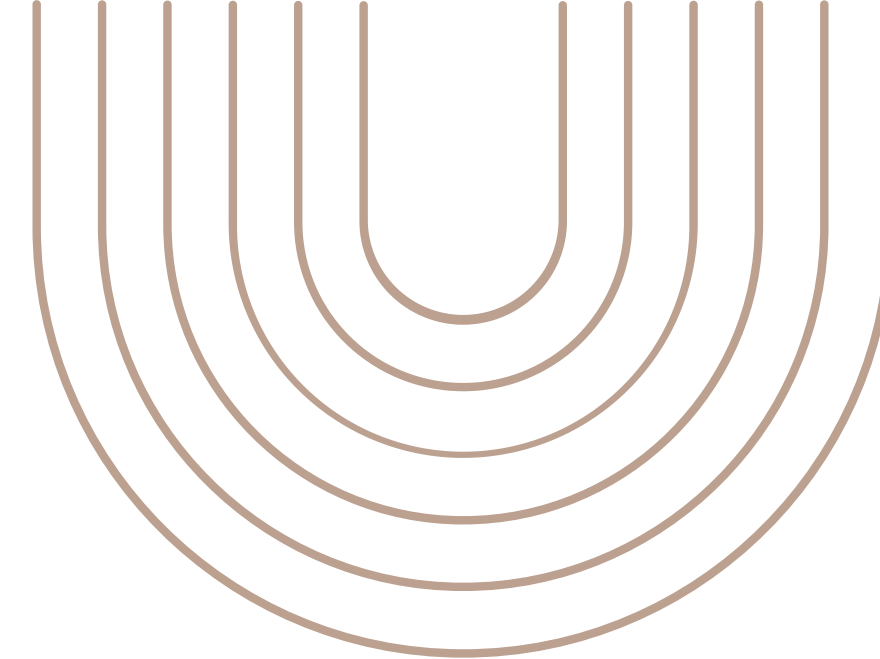
# ESPAZO A LAREIRA SOCIAL

## CURSO TEATRO VIDA

CON NEKANE FERNÁNDEZ

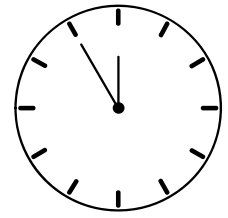


- 
- 01.** RESUMO DO CURSO
  - 02.** FUNDAMENTACIÓN
  - 03.** OBXECTIVOS
  - 04.** CONTIDOS FORMATIVOS
  - 05.** PERSOAS DESTINATARIAS
  - 06.** CALENDARIO
  - 07.** DOCENTE



**ÍNDICE**

# RESUMO DO CURSO



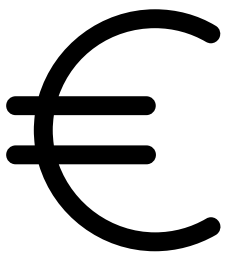
21 horas



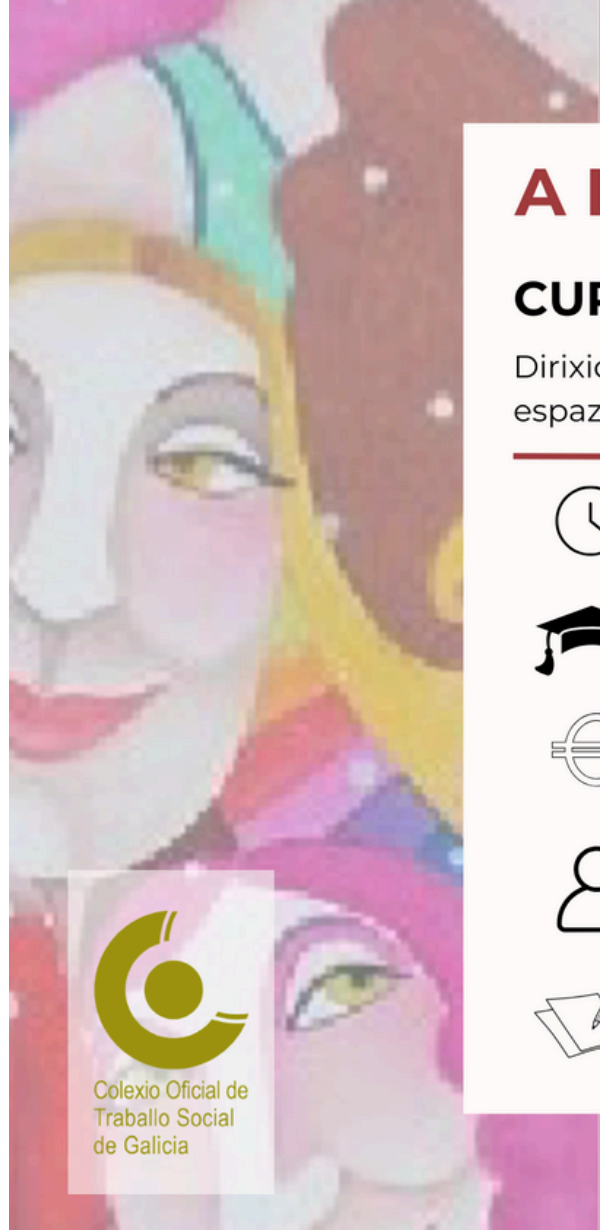
Do 1 de febreiro ao 17 de maio de 2025



**Presencial** na sede do COTSG en Santiago de Compostela



**35€** para persoas precolexiadas e colexiadas  
**50€** para persoas non colexiadas








## A LAREIRA SOCIAL

### CURSO TEATRO VIDA:

Dirixido a traballadoras e traballadores sociais. Un espazo para coidarse e medrar

---

-  1 de febreiro ao 17 de maio de 2025
-  Formación presencial na sede do COTSG, Santiago de Compostela (A Coruña)
-  35€ para persoas pre-colexiadas e colexiadas / 50€ para persoas non colexiadas
-  **Docente:** Nekane Fernández
-  **Inscripción aberta** ata o 20 de xaneiro ou completar prazos

# FUNDAMENTACIÓN

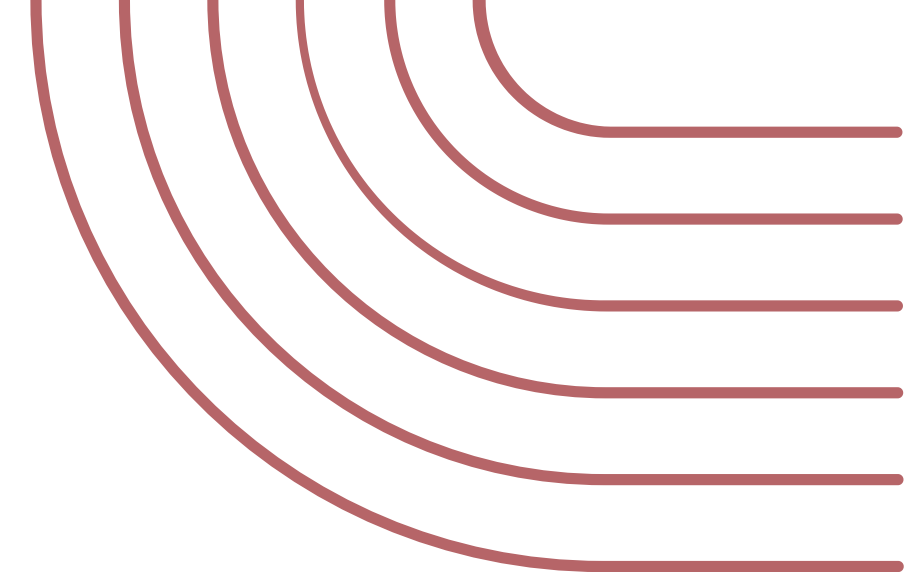
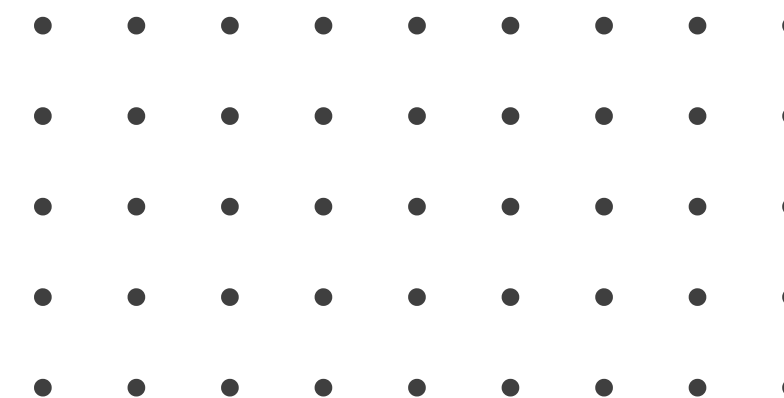
**A Lareira Social** é o espazo de autocoidado e coidados do *Colexio Oficial de Traballo Social de Galicia*, un espazo destinado ao coidado profesional, establecer e tecer redes, ademais de xerar un espazo seguro e de encontros presenciais.

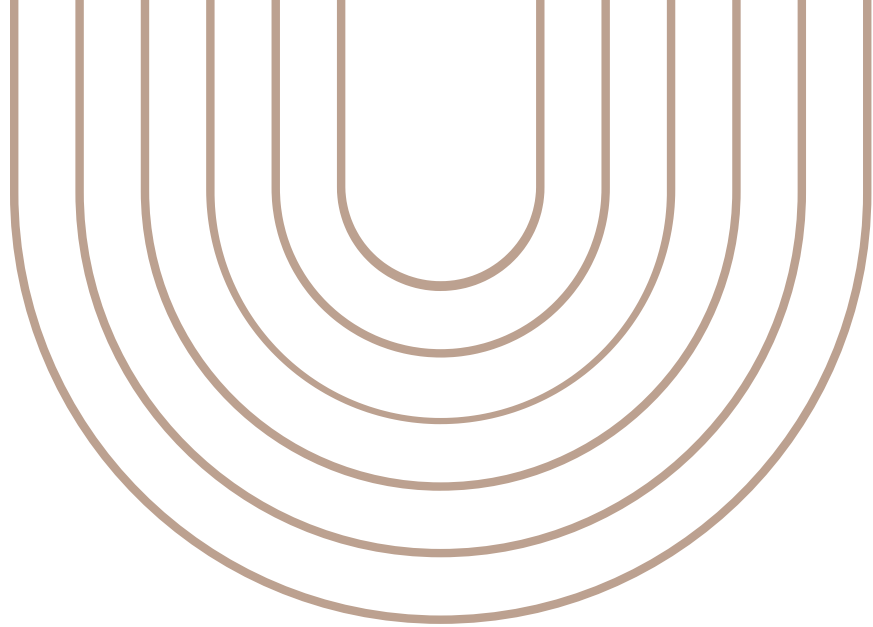
O **Curso de Teatro Vida** é un espazo para profesionais do Traballo Social para que poidan atoparse, compartir as dificultades, nutrirse, divertirse e medrar.

O **Teatro** é unha oportunidade de experer, a través das personaxes o que na vida non podemos (a ledicia, rir, saltar, bailar, cantar, chorar...) Así nos liberamos e expandimos, desenrolamos o noso potencial creativo e ampliamos a visión propia. Deste xeito podemos medrar como seres humanáns tendo en conta que o grupo é un espazo de forza compartido que nos axuda a dar o paso.

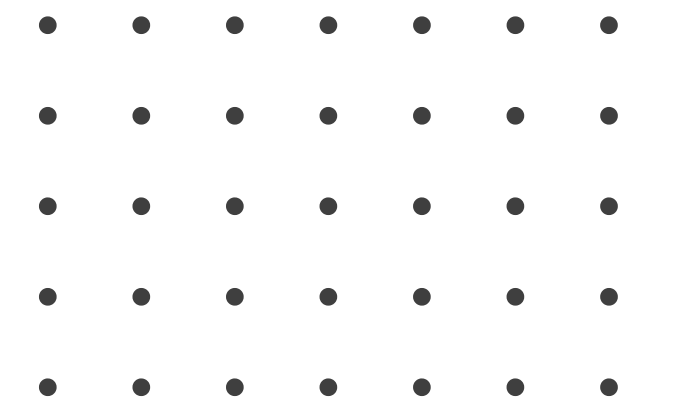
# OBXECTIVOS

- Toma de contacto co grupo e cunha mesma/cun mesmo. As nosas necesidades.
- Neutralidade. Toma de contacto do que queremos decir e o que realmente decimos.
- Favorecer a expresión e xestión das dificultades do día a día: frustración, impotencia, necesidade de poñer límites...
- Reflexionar e vivenciar a través de dramatizacións aspectos como a empatía/identificación, autonomía/paternalismo.
- Autocoidado. Qué me nutre? Qué non me nutre?
- Aprender a desdramatizar as torpezas, a torpeza das altas expectativas.
- Actualizar habilidades de comunicación, asertividade, aprender a canalizar a tensión, desagrado e ira.





# CONTIDOS FORMATIVOS



**TEATRO DA OPRIMIDA:** PRETENDE QUE AS PERSOAS PARTICIPANTES REFLEXIONEN SOBRE A SÚAS OPRESIÓNS, MEDIANTE A REPRESENTACIÓN DE HISTORIAS DE OPRESORES E OPRIMIDAS

**EXPRESIÓN DE SENTIMENTOS:** TRÁTASE DE APRENDER A DISTINGUIR OS SENTIMENTOS E AS EMOCIÓNS BUSCANDO PERSONAXES QUE SIRVAN DE CANLE PARA EXPRESALOS, VERBAL E CORPORALMENTE.

**XOGOS DE COÑECEMENTO:** DE CONTACTO, DE DIVERSIÓN, RISA E BAILE, CREANDO UN ESPAZO LIBRE DE TENSIÓNS DE ACOLLIDA.

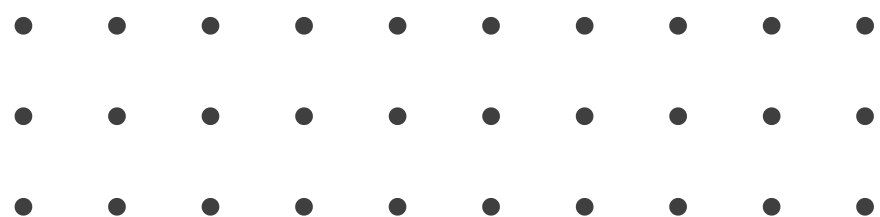
**EXPRESIÓN CORPORAL:** ESTE TRABALLO PERMITE DISFRUTAR DO CORPO, ADEMAIS DE FACILITAR O SEU COÑECEMENTO COMO FERRAMENTA DE CONXEIÓN CO MEDIO E CUNHA MESMA. O CORPO RETÉN INFORMACIÓN ÚTIL PARA MEDRAR

**EXPRESIÓN ORAL:** PARA MELLORAR A INTERRELACIÓN CO MEDIO E AXUDAR A UNHA MELLOR E MÁIS POSITIVA RESOLUCIÓN DE CONFLITOS

**RELAXACIÓN:** A RESPIRACIÓN CONSCIENTE. MASAXES SENSITIVAS EN PARALLEAS. AUTOMASAXE

# PERSOAS DESTINATARIAS

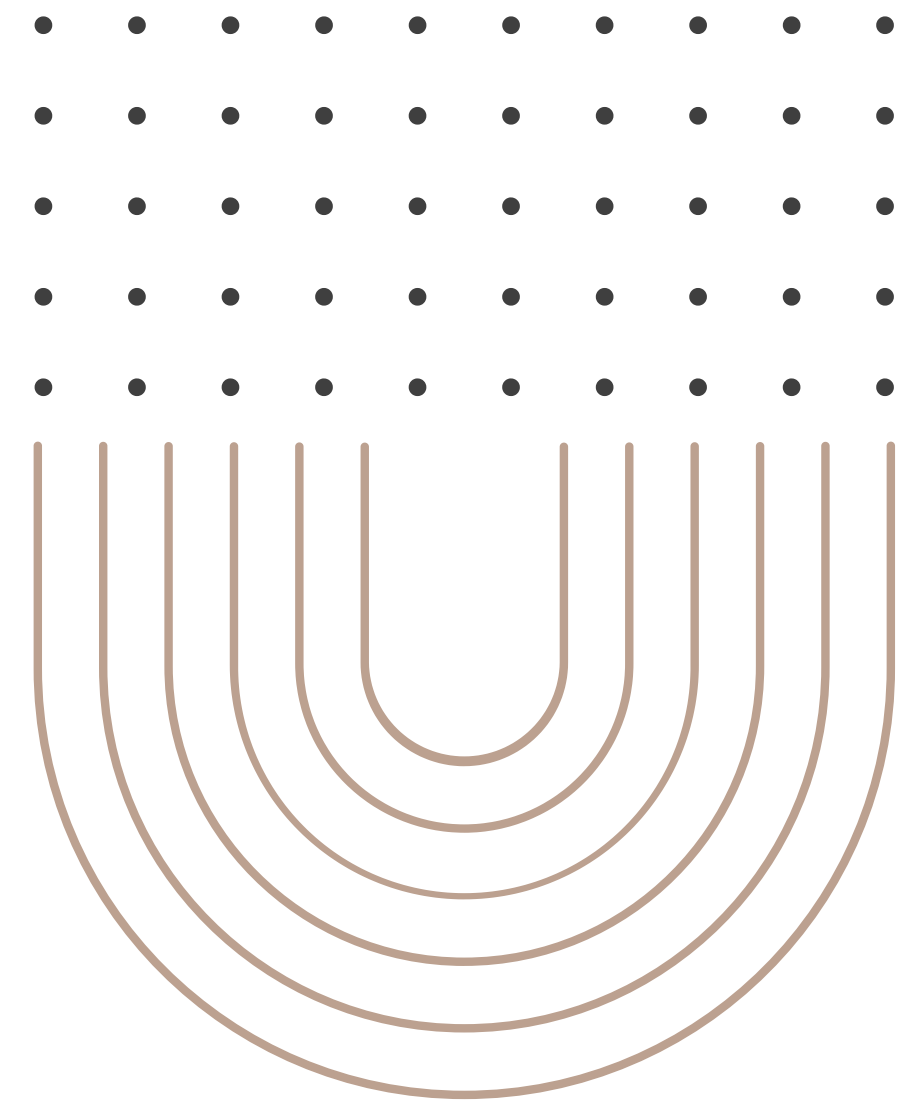
Preferentemente profesionais do Traballo Social colexiadas e precolexiadas e estudantado do grao.





O curso desenvolveráse en 7 sesións presenciais na sede do COTSG en Santiago de Compostela:

<b>SESIÓNS PRESENCIAIS</b>	<b>DATAS</b>	<b>HORARIO</b>
SESIÓN 1	1/02/2025	10:00–13:00
SESIÓN 2	22/02/2025	10:00–13:00
SESIÓN 3	15/03/2025	10:00–13:00
SESIÓN 4	29/03/2025	10:00–13:00
SESIÓN 5	12/04/2025	10:00–13:00
SESIÓN 6	3/05/2025	10:00–13:00
SESIÓN 7	17/05/2025	10:00–13:00



# CALENDARIO



# DOCENTE

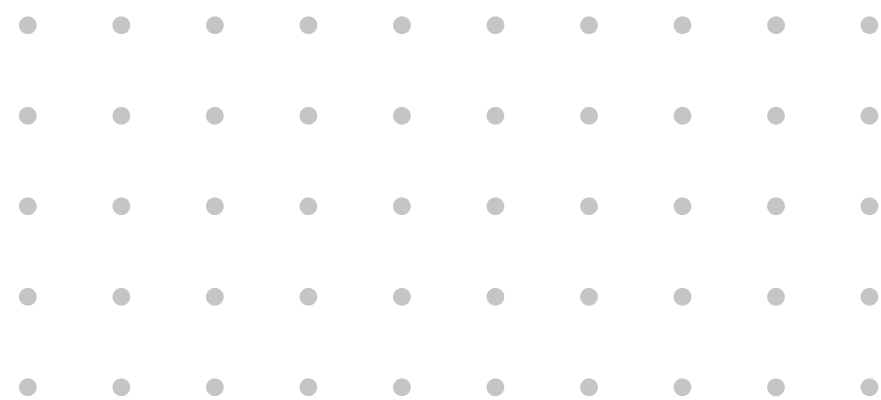
## NEKANE FERNÁNDEZ

Doutora en **Teatro e Expresión corporal** pola UDC.  
Pscióloga formada en gestalt e actriz.  
É terapeuta individual e grupal. Realiza acompañamentos terapéuticos a diferentes colectivos usando recursos artísticos como o teatro e o clown.  
Colabora como **terapeuta** na formación de **Terapia Gestalt en Guibor** (Escuela de Terapia Gestalt) en Santiago de Compostela.  
Ten **20 anos de experiencia** como formadora en Teatro e Clown para nen@s e adult@s, especializándose no traballo con Arquetipos para actores e non actores.  
Recentemente participa como axudante de dirección no espectáculo *NEVERMORE* da compañía Chévere, na preparación dos actores.  
Ten o seu propio espazo en Bertamiráns: **CreArte**, espazo para o teatro e o desenvolvemento persoal.

N



F



Colexio Oficial de  
Traballo Social  
de Galicia

# COLEXIO OFICIAL DE TRABAJO SOCIAL DE GALICIA

Rúa Dublín, 6, baixo. 15707 Santiago  
de Compostela

981 568 100

[info@traballosocial.gal](mailto:info@traballosocial.gal)

[www.traballosocial.gal](http://www.traballosocial.gal)

[facebook.com/COTSdeGalicia](https://facebook.com/COTSdeGalicia)

[@cotsgalicia](https://twitter.com/cotsgalicia)

