

LU.CA – Teatro Luís de Camões

Sessão descontraída *Dentro do Coração*, de Márcia Lança
20 outubro 2019 – 11:30



O que é uma sessão descontraída?

É uma sessão de teatro, dança ou música que decorre numa atmosfera mais descontraída e acolhedora e com mais tolerância no que diz respeito ao movimento e ao barulho na plateia. Destina-se a todos os indivíduos e famílias que preferam um ambiente com reduzidos níveis de ansiedade. Famílias com crianças pequenas, pessoas com deficiências sensoriais, sociais ou de comunicação; pessoas com condições do espectro autista (ASD), incluindo síndrome de Asperger; pessoas com deficiência intelectual; crianças com défice de atenção; pessoas com síndrome de Down; pessoas com síndrome de Tourette; seniores em estados iniciais de demência. Mais informação em acessocultura.org.

O LU.CA fica na Calçada da Ajuda, 80.
As duas entradas são quase ao nível da rua e uma delas (a da direita, junto ao segurança) tem uma rampa de acesso.



Vamos ver o espetáculo *Dentro do Coração*,
de Márcia Lança.

Passando as portas da entrada, entramos no
foyer.



Os assistentes de sala, que estão
identificados com uma T-shirt do LU.CA,
estão no *foyer* para nos ajudar e esclarecer as
nossas dúvidas.



Comparamos o bilhete na Bilheteira.



À nossa frente, temos as escadas de acesso ao Entrepiso.

O acesso à Sala de Espetáculos, faz-se pelas portas à esquerda e à direita destas escadas.



As casas de banho ficam ao lado das portas para a Sala de Espetáculos e ambas são adequadas a pessoas com mobilidade condicionada.



Para chegarmos ao Entrepiso, temos de subir as escadas. Lá, encontramos livros, papel e canetas para desenhar. Infelizmente, não há acesso para pessoas com mobilidade condicionada.



Esta é a sala. Durante o espetáculo, a ideia é ficarmos à vontade e atentos, para que possamos ver e ouvir tudo o que acontece. Não vamos tirar fotografias, nem fazer vídeos.



Se o barulho nos incomodar, podemos tapar os ouvidos ou dar a mão a quem nos acompanha. Em qualquer momento, podemos sair para um lugar mais sossegado – que pode ser a zona de conforto que criamos no Entrepiso –, e depois voltar a entrar na sala quando quisermos.



Se houver alguma emergência, devemos seguir as indicações dadas pelos Assistentes de Sala, pela Segurança e pela sinalética. Vista do palco, a sala é assim.



No fim do espetáculo, batemos palmas em sinal de agradecimento e os intérpretes agradecem.

Se não quisermos, não batemos palmas e podemos dar a mão a quem nos acompanha.

Por último, saímos do teatro pela mesma porta por onde entrámos e podemos dizer que já fomos ao LU.CA – Teatro Luís de Camões.



História Visual

Esta é a Ana, a intérprete do espetáculo.
Ela dança e canta sozinha em palco durante os 35min de espetáculo.

Apesar de não haver quase luz no palco, conseguimos ver o cenário: um triângulo de madeira suspenso e um círculo no chão.



As luzes de sala apagam-se e sai uma atriz de trás do triângulo e diz uma adivinha: *“O que é que é: que está lá no centro, muito dentro, bate certo mas discreto e leva vento ao pensamento?”*



A atriz vai para o centro do círculo e começa a cantar com gestos, fazendo a forma do coração com as mãos.
A luz vai mudando de cor para laranja, permitindo ver o círculo.



A luz muda, começa uma nova música e a atriz dança várias atividades do cotidiano, batendo com os pés e emitindo sons:

Tênis

Macaca / Quero lá saber / Flamenco

Cavalo / Cavalo Selvagem

Telefone

Disparar

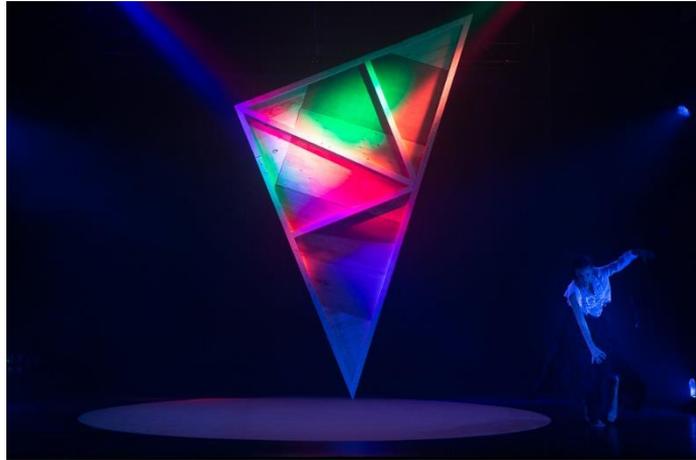
Pôr óculos, escrever e ler

Pés pesados

Macaco / Chão queima / Nadar /

Peixe

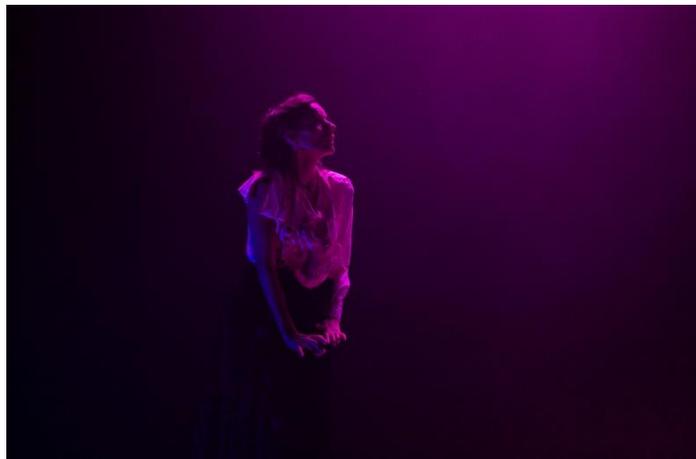
Soldado / Robot / Moscas ...



A luz apaga-se e fica escuro.

De repente surge uma luz rosa.

Ao ver-se perdida e só, a atriz canta e dança, vai falando das veias, glóbulos e plaquetas.



A atriz vai aos saltos cantarolando e pára no centro. Neste momento a atriz descobre e grita que está "**Dentro do Coração**".



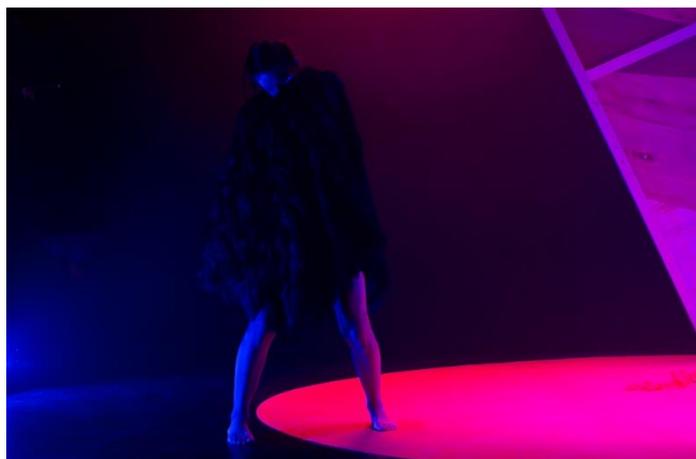
A atriz vai buscar uma fita vermelha atrás do triângulo e dança com a fita.



A dança termina e a fita transforma-se em coração.
A atriz vem até à boca de cena e fala com o coração nas mãos.



A atriz atira o coração para trás das costas e fica aflita quando percebe que não tem coração e transforma-se no monstro das pernas, grunhindo.



O monstro acaba por se sentir só e colocar o coração no peito. De seguida o monstro transforma-se em atriz e vem à boca de cena cantar sobre o seu coração e com a perna faz os batimentos cardíacos.



Termina a música e a luz apaga-se.

Acendem-se as luzes da sala.
A atriz vem à boca de cena agradecer.

Ficha artística:

Direção artística Márcia Lança

Cocriação e Performance Ana Madureira

Apoio dramaturgico Carolina Campos

Luz Daniel Worm

Cenário Rita Carmo

Música Vahan Kerovpyan

Figurinos Ainhoa Vidal

Ilustração Gonçalo Antunes

Produção VAGAR / Daniela Ribeiro

Produção executiva Liliana Baroni

Coprodução LU.CA – Teatro Luís de Camões

Residências Estúdios Victor Córdon, CAL, Pólo Cultural das Gaivotas | Boavista, Companhia Olga Roriz, Largo Residências

Apoio Fiequimetal / CGTP-IN

Agradecimentos Alex Cassal, Ana Rita Teodoro, António Lança, Aram e Virginia Kerovpyan, Blaise Powell, Cátia Santos, Família Madureira Milheiro, Elisa e Guiomar, Gabriela Salhe, Gonçalo, Helena e Maria Nvart, Jaime Mears, Jorge Rodrigues, Luzia Vital, Natália Neto, Pedro Fabião e Samuel