



## OFERTA WARSZTATOWA

### WARSZTATY GRUPOWE

Aktorka i wokalistka Dagny Mikoś zaprasza wszystkich chętnych do odkrycia swojego twórczego potencjału i pracy skutecznymi i inspirującymi metodami nad kreatywnością, wyobraźnią, emocjami, dykcją, głosem i oddechem. W ramach grupowych warsztatów prowadzonych przez artystkę można poznać techniki autoprezentacji, radzenia sobie ze stresem, a także oswoić się z pracą przed kamerą lub mikrofonem. Program warsztatowy jest przygotowywany specjalnie z myślą o wieku i aspiracjach uczestników.

Aby zajęcia okazały się jak najbardziej produktywne aktorka proponuje, aby czas warsztatów zamykał się w ciągu 3h (z jedną przerwą) oraz aby grupa liczyła maksymalnie do 10 osób. Warsztaty twórcze mogą być poprowadzone przez aktorkę w języku polskim i angielskim, zarówno na żywo jak i przez Internet.

Ostatnimi programami warsztatowymi poprowadzonymi przez Dagny Mikoś były:

„ERASMUS+” - warsztaty twórcze w języku angielskim dla uczniów i nauczycieli z wymiany UE, które odbyły się SP nr 10 w Kolbuszowej (2021/22),

„TEATR W SIECI” - warsztaty teatralne dla dzieci i młodzieży w Teatrze im. Wandy Siemaszkowej w Rzeszowie (2021/22),

„PODKARPACKIE KONFRONTACJE TEATRALNE” – warsztaty dla młodzieży z Teatru Formy „PARRA” w Ustrzyckim Domu Kultury (2021),

„ODKRYJ W SOBIE ARTYSTĘ” – warsztaty twórcze online zorganizowane przez samą artystkę we współpracy z Mobilną Filharmonią (2021),

„KOCHAJCIE TEATR W SOBIE” – warsztaty teatralne online dla nauczycieli zorganizowane przez Pedagogiczna Biblioteka Wojewódzka oraz CKE (2020).

**DAGNY MIKOŚ** - aktorka i wokalistka, animatorka działań twórczych. Absolwentka Wydziału Aktorskiego Państwowej Wyższej Szkoły Filmowej, Telewizyjnej i Teatralnej im. L. Schillera w Łodzi (2013) oraz Wydziału Wokalnego Krakowskiej Szkoły Jazzu i Muzyki Rozrywkowej (2018). Od 2013 roku związana z zespołem artystycznym Teatru im. Wandy Siemaszkowej w Rzeszowie. Przez 10 lat aktorskiej pracy Dagny zbudowała kilkadziesiąt ról teatralnych, radiowych i telewizyjnych. Jest laureatką wielu aktorskich nagród i wyróżnień. Mieszka i tworzy w Rzeszowie i jest jedną z ulubionych aktorek podkarpackiej publiczności.



## KONSULTACJE INDYWIDUALNE

Dagny Mikoś zaprasza na indywidualne zajęcia osoby, które po ukończeniu szkoły średniej, są zdeterminowane zdawać egzaminy praktyczne na uczelnie artystyczne i pragną studiować na Wydziale Aktorskim, Wokalnym lub Musicalowym.

Konsultacje prowadzone przez artystkę, mają charakter indywidualny i mogą być prowadzone zarówno na żywo jak i przez Internet (Zoom, Messenger, Skype). Przed zajęciami kandydatki i kandydaci na studia artystyczne są proszeni o przygotowanie i pamięciowe opanowanie jednego wiersza, fragmentu prozy lub piosenki (preferowana piosenka ludowa), a także ubranie wygodnego stroju do ćwiczeń fizycznych. Oprócz rzetelnej oceny predyspozycji kandydatki lub kandydata do zawodu aktora lub wokalisty, uczestnicy zajęć indywidualnych z Dagny otrzymują pomoc w doborze repertuaru na egzaminy wstępne oraz konkretne ćwiczenia mające na celu pobudzenie kreatywności, odwagi i wyobraźni, a także pomóc zredukować stres przed konfrontacją z komisją egzaminacyjną.

Aktorka zastrzega sobie prawo do pracy z wybranymi kandydatkami i kandydatami – decyduje o tym wstępna rozmowa telefoniczna lub online.

Konsultacje indywidualne można zamówić w sklepie internetowym:

 <https://dagnymikos.pl/sklep/>

W celu nawiązania współpracy warsztatowej prosimy o kontakt:

## KONTAKT

 +48 607 590 251

 [dagny.mikos@gmail.com](mailto:dagny.mikos@gmail.com)

 <http://dagnymikos.pl>

 <http://youtube.com/dagnymikos>

 <http://facebook.com/dagny.mikos>

 [http://instagram.com/z\\_domu\\_cipora](http://instagram.com/z_domu_cipora)