



Divulgação

Elenco feminino dá vida e voz a personagens presas em um ciclo interminável de demandas profissionais e cobranças emocionais

# Elas estão **cansadas**

Comédia dramática joga luz nas pressões da vida moderna e expõe o peso invisível carregado por quem aprendeu a dar conta de tudo o tempo todo

Entre bastidores caóticos, crises silenciosas, áudios intermináveis de aplicativos de mensagens, expectativas esmagadoras e cafés que esfriam no meio da rotina, um grupo de mulheres tenta sobreviver ao próprio cansaço enquanto se prepara para entrar em cena. Esse cenário, que transita de forma

tênue entre a realidade e a ficção, é o ponto de partida de “Manual de sobrevivência das mulheres exaustas”, espetáculo com texto e direção de Juliana Fernandes, em cartaz no Teatro Cândido Mendes.

A montagem apresenta uma comédia dramática que joga luz sobre as pressões da vida contemporânea e expõe o peso invisível carregado por quem aprendeu a dar conta de

tudo, o tempo todo. No palco, as atrizes Dani de Azeredo, Denise Queiroz, Ingrid Lima, Isa Jales, Jacqueline Marins, Joseane Kelly, Juliana Muniz e Taís Zavareze dão vida a personagens presas em um ciclo interminável de demandas profissionais, cobranças emocionais, buscas por autocuidado performático para manter (?) uma presença produtiva nas redes sociais. Entre cenas

fragmentadas, quebras constantes e situações absurdamente familiares, o espetáculo conduz a plateia por uma narrativa que espelha o cotidiano com humor afiado, ironia e momentos de identificação dolorosamente reais.

Juliana detalha que a peça foi concebida como uma tragicomédia focada na exaustão feminina contemporânea e no esgotamento

gerado pela exigência de uma performance constante. Ao longo da encenação, as personagens transitam por momentos absurdos e extremamente reconhecíveis, evidenciando como o cansaço extremo foi normalizado e até romantizado no dia a dia das mulheres. “O público ri, se identifica e, aos poucos, percebe que por trás do humor existe um esgotamento profundo e coletivo. Mais do que falar sobre cansaço, a gente questiona a obrigação de ser forte o tempo inteiro e propõe uma reflexão sobre culpa, sobrecarga emocional, saúde mental e a dificuldade de pedir ajuda. É um espetáculo que usa o humor como ferramenta de identificação, mas que também convida o público a refletir sobre os limites humanos em uma sociedade que exige performance constante”, explica a diretora.

A escolha de abordar esse assunto no palco nasceu da percepção da autora de que o esgotamento virou uma constante na rotina moderna. “Escolhi escrever um texto sobre esse tema por ser algo muito comum atualmente: a exaustão constante. Principalmente entre mulheres que, muitas vezes, acumulam funções, responsabilidades emocionais, cobranças profissionais e pessoais enquanto ainda tentam manter a aparência de que está tudo sob controle”, destaca.

## SERVIÇO

### MANUAL DE SOBREVIVÊNCIA DAS MULHERES EXAUSTAS

Teatro Cândido Mendes (Rua Joana Angélica, 63 - Ipanema) De 20 a 28/6, aos sábados e domingos (20h)

Ingressos entre R\$ 35 e R\$ 100

## NA RIBALTA

POR AFFONSO NUNES

Nil Caniné/Divulgação



### Reagindo à homofobia

A peça Hétero Sigilo chega à sua terceira temporada no Teatro Municipal Zimbrinski, na Tijuca, entre 19 e 28 de junho (sextas e sábados às 20h; domingos às 19h). O solo de Bernardo Dugin, com direção de João Fonseca, nasceu de um ataque homofóbico sofrido pelo ator durante uma missa. A montagem mistura humor, confissão e crítica social para abordar os pactos silenciosos que fazemos para caber em uma sociedade heteronormativa, transformando experiências íntimas em objeto de identificação coletiva.

Divulgação



### Cabaré e performance

O Dolores Clubn, na Lapa, recebe nesta quinta-feira (18), às 20h30, apresentação única do cabaré “Rosas e Navalhas – Rainhas do Mesmo Palco”. Idealizado pelas artistas Divina Malandra e Fairy Adams, o espetáculo promete uma combinação de música, dança, burlesco e elementos ritualísticos para criar uma experiência sensorial marcada pela fantasia e liberdade artística. Com direção musical de Rohl Martinez, a montagem faz do palco território de encantamento onde cabaré, performance e feitiçaria se misturam.

Renato Mangolim/Divulgação



### Convivência inesperada

Duas mulheres desconhecidas se encontram em um espaço de passagem e constroem uma convivência inesperada em “Daqui Também Me Voy”, espetáculo de palhaçaria e comicidade física que aborda medo, vulnerabilidade e pertencimento feminino. Criado por Ana Carolina Sauwen, Florencia Santangelo e Cami Basterra, a montagem mistura clown e teatro gestual para explorar o encontro entre Alucinda, metódica e desconfiada, e Magnolia, expansiva e imprevisível. As apresentações ocorrem até 21 de junho no Sesc Copacabana.