



**METODO FELDENKRAIS®**

Consapevolezza Attraverso il Movimento® Integrazione Funzionale®



**Franca Cristofaro**, assistant trainer

Insegnante autorizzata dal 1991.

**CAGLIARI, 11/12 SETTEMBRE 2010**

**Orario: 9:30/17:30**

## **RICHIESTI CREDITI E.C.M. PER FISOTERAPISTI**

### ***L'intelligenza funzionale alla riscossa: migliorare il nostro agire è possibile.***

Per accordare uno strumento, bastano piccoli, ma precisi, mirati e raffinatissimi aggiustamenti.

Ugualmente per utilizzare al meglio le potenzialità umane è utile raffinare la propriocezione: notare le sfumature, riconoscere gli eccessi, scoprire gli schemi psicomotori non funzionali, limitanti e rimuoverli.

Il nostro obiettivo è "Ripulire" per lasciar ri-emergere l'intelligenza - corporea? innata? istintiva? arcaica?

Non saprei come definirla, ma so che ci fa agire con più efficacia e minor dispendio d'energia.

**Moshe Feldenkrais** (da lui il nome al metodo) considerava indispensabile alla crescita e alla salute dell'essere umano riattivare il processo d'apprendimento troppo spesso abbandonato con l'età adulta. Il metodo propone di ri-imparare ad imparare, di acquisire consapevolezza attraverso il movimento. Il movimento rivela chi e come siamo, è strettamente correlato a sensazione, sentimento e pensiero e può essere la chiave d'accesso alla globalità della persona. L'insegnante invita all'esplorazione, ad eliminare lo sforzo dall'azione, a ritrovare il piacere di muoversi, senza modelli da imitare. L'allievo può giocare con le abitudini e con sé stesso, può riconoscere e modificare schemi psicomotori vecchi e nuovi. La libertà d'azione ritrovata e integrata lo aiuta a risvegliare le naturali risorse dell'organismo.

**La lezione di gruppo** - chiamata Conoscersi Attraverso il Movimento® (C.A.M.®) - è un'esplorazione di sé attraverso sequenze di movimenti alle volte semplici, alle volte complessi, ma sempre lontani dallo sforzo e piacevoli. Sequenze ispirate alle fasi d'apprendimento del bambino: respirare, ciucciare, rotolare, gattonare, fino all'azione di camminare, correre o danzare. Movimenti che coinvolgono ogni parte della persona: attenzione, percezione, immaginazione e coscienza di sé.

*Il seminario si rivolge a tutti coloro che desiderano fare esperienza o approfondire la conoscenza del Metodo Feldenkrais® e a chi vuole incontrare questa metodologia con un interesse professionale, operatori nel campo della relazione di aiuto in ambito sanitario, educativo, sociale e della danza. (educatori, insegnanti, pedagogisti, psicomotricisti, fisiocinesiterapisti, operatori sanitari e sociali, psicologi, assistenti sociali, medici, professionisti della danza).*

*Lo stage avrà carattere sia teorico che pratico.*

***E' richiesta una tenuta calda che permetta libertà di movimento, un materassino da ginnastica, una coperta, calzoncini ed un piccolo cuscino per la testa.***

*A conclusione del corso verrà rilasciato a ciascuno dei partecipanti un attestato di frequenza.*

*Lo stage è riconosciuto nell'ambito del programma della Scuola di Formazione Professionale in Danza Movimento Terapia Integrata® del Centro Studi Danza Animazione Arte Terapia.*

Per informazioni ed iscrizioni:

**CENTRO STUDI DANZA ANIMAZIONE ARTE TERAPIA**

Via Principe Amedeo n° 13 – 09124 CAGLIARI

Tel. 070.650349 – Fax: 070.655779

e-mail: [csdanza@tin.it](mailto:csdanza@tin.it) [www.danzamovimentoterapia.it](http://www.danzamovimentoterapia.it)

=====

METODO FELDENKRAIS® 11/12 SETTEMBRE 2010 SCHEDA DI ISCRIZIONE

Nome e Cognome.....

Indirizzo.....C.A.P.....Città.....

Tel.....Cell.....e-mail.....

PER CHI RICHIEDE I CREDITI ECM:

Data e luogo di nascita.....C.F.: .....

Esprimo il consenso alla utilizzazione dei dati personali ai sensi e per gli effetti di cui all'art. 13, D.Lgs. 30 giugno 2003 n° 196 per la trasmissione a studi di consulenza amministrativa e per ricevere ulteriori inviti dal Centro Studi Danza Animazione Arte Terapia.

FIRMA \_\_\_\_\_

modalità di pagamento: si prega di contrassegnare qui di seguito la quota di iscrizione a cui ci si riferisce:

<b>Entro il 01 giugno</b>	<input type="checkbox"/> 100 € senza crediti ECM	<input type="checkbox"/> 120 € con crediti ECM
<b>Dopo il 01 giugno</b>	<input type="checkbox"/> 130 € senza crediti ECM	<input type="checkbox"/> 150 € con crediti ECM

L'iscrizione può essere effettuata presso la nostra Sede o inviando l'intero importo tramite vaglia postale o c/c n° n°89418313 intestato a:CENTROSTUDI DANZATERAPIA, Via Principe Amedeo 13, 09124 Cagliari

*LA SCHEDA D'ISCRIZIONE, UNITAMENTE ALLA RICEVUTA DEL PAGAMENTO VA SPEDITA VIA FAX AL N° 070/655779*

***OPPURE VIA EMAIL: csdanza@tin.it***

=====

