



Les rotations : applications au quotidien et dans la pratique sportive

2 JOURS

PUBLIC : MASSEUR-KINÉSITHÉRAPEUTE D.E.

Participants : Maximum 14

→ TARIF : **410 euros**

Objectifs de la formation :

- Relier la région malade au reste du corps
- Élimination de mouvements parasites et acquisition de mouvements auxiliaires facilitateurs
- Intégration de gestes antalgiques
- Détente musculaire et articulaire, égalisation du tonus et augmentation des amplitudes et de la force
- Amélioration des coordinations, du sens proprioceptif et de la représentation du mouvement
- Découvrir des mobilités globales faisant appel à une meilleure transmission des forces avec un minimum d'effort
- Intégration de nouvelles stratégies pour un mouvement fluide, plus ample et efficace
- Acquisitions de nouvelles gestuelles dans le plaisir et sans effort
- Redonner confiance aux patients dans leur capacité à s'autogérer

PROGRAMME ET MÉTHODOLOGIE

Horaires : de 9h00 à 17h00

- Exercices pratiques à ressentir sur soi, afin de les transmettre aux patients soit par des indications verbales ou soit par le toucher
- Les exercices sont faciles, ludiques, éveillant la curiosité et l'intérêt du patient
- Méthode du questionnement pour rendre le patient co-auteur de son traitement
- Apprentissage du "toucher Feldenkrais" orienté sur la structure osseuse avec la notion de support et de transmission
- Travail inter-actif à deux et à trois pour développer l'écoute, le ressenti, et les choix de stratégies d'action en fonction de chaque individu
- Synthèse théorique et pratique en fin de journée

SÉMINAIRE DE
RÉÉDUCATION BASÉE
SUR L'APPROCHE
SYSTÉMIQUE DU
MOUVEMENT,
D'APRÈS LA MÉTHODE
FELDENKRAIS

FORMATEUR

Françoise FIGUIÈRE

- Masseur-Kinésithérapeute
- Diplômée de la méthode Feldenkrais aux USA en 1983
- Formatrice en formation continue (Assas, établissements hospitaliers et centres de rééducation)

DATE

2 et 3 octobre 2010

Possibilité d'organiser cette formation dans un lieu à votre convenance.

Dates et prix, nous consulter.

LIEU

École d'Assas
56 rue de l'Église 75015 Paris

À NOTER

Prévoir une tenue vestimentaire type jogging