

BULLETIN D'INSCRIPTION

Nom Prénom _____

Adresse _____

Courriel. _____

Tél. _____

Profession : _____

S'inscrit au cycle **d'initiation « des Os pour la Vie » 2021**

Ci- joint deux chèques de 160€.

1. Acompte de 160 € encaissé le 20 octobre 2021.
2. Chèque de 160 € encaissé le 11 novembre 2021.

Prévision autres dates : Acompte encaissé 1mois avant le stage, le solde 10 jours avant : 9-10 avril puis 15-16 octobre et 19-20 novembre 2022 si intérêt.

N.B : *Les inscriptions sont fermes et se font par ordre d'arrivée des règlements.*

Conditions d'annulation : La formation est non remboursable, sauf cas de force majeure examiné par l'organisateur.

à l'ordre, de :

**Joëlle Zammit 841 rue de bourg-Vieux
38340 Voreppe**

Date

Signature

Joëlle ZAMMIT

Kinésithérapeute

Praticienne FELDENKRAIS®

Formatrice Bones for Life

Certifiée Sounder Sleep System

Consultante en Prévention Santé

FORMATION

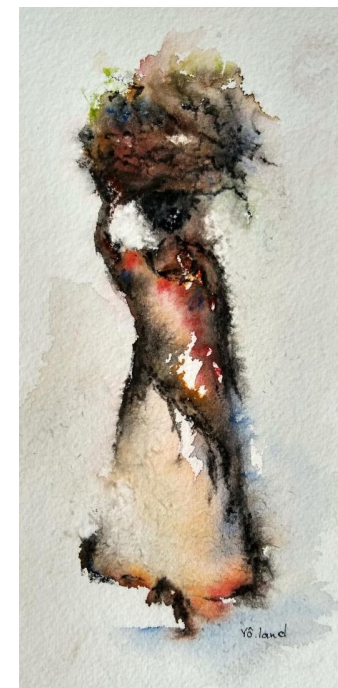
INITIATION

Des Os pour la Vie® (2021-2022)

S'adresse aux professionnels de santé et du mouvement

« Pour une ossature saine
et solide »

« Parce qu'il n'y a pas
de médicaments pour
votre posture »



A Grenoble

Renseignements-inscriptions :
joellezammit@gmail.com 06 88 17 05 95
www.joelle-zammit.fr

Première Approche : nov -déc. 2021

Objectifs :

Former des professionnels de la santé et (ou) du mouvement aux stratégies du processus « Des Os pour la Vie » ; dans le but d'aider leur patientèle ou élèves à garder ou retrouver leur autonomie.

Thèmes spécifiques : amélioration de leur posture et préservation de la densité osseuse.

Bénéfices :

- Pour le professionnel : Séquences courtes et concrètes, faciles à proposer en complément de soins ou séances individuelles et collectives.

- Pour la clientèle :

Renforce la structure osseuse.

Améliore la posture, la gestuelle et l'équilibre, au quotidien.

Préserve les articulations par transmission harmonieuse de la force au travers du squelette.

Améliore la gestion de l'immobilité (assis, debout...)

Augmente la résistance physique, la vitalité et la confiance de soi.

Clarifie le schéma de la marche (la course...).

La pédagogie :

Spécifiquement participative, guidé par la voix, et démonstrations de l'enseignante.

Positions allongées, assises ou debout.

Expérimentations des séquences essentielles, du programme complet (sur 3 ans). Remise de supports pédagogiques.

Les moyens :

Par des mouvements dynamiques, rythmiques, coordonnées et sécurisants.

Mouvements efficaces, concrets, aisément et rapidement utilisables en tout lieu et tout contexte.

Matériel utilisé : foulards et tissus, murs, chaises ou appuis de l'environnement immédiat.

Informations pratiques

Cette initiation s'adresse :

A tous les professionnels de la santé et du mouvement, des arts.

A toute personne soucieuse de son bien-être et curieuse de la découverte de cette approche,

Formation non diplômante mais certification de fin de cycle.

(me joindre pour toute question pédagogique)

Durée : 20 heures : 2 WE de 10h

Samedi : de 13h30 à 18h30

Dimanche : de 9h30 à 15h30

Dates : 20-21 novembre et 11-12 décembre 2021.

Coût : 320 € (2 modules de 160 €).

Lieu : **ESPACE HYGEE**

6 Rue des Eaux Claires 38000 Grenoble

Tram C (Vallier Doct Calmette)

Tenue : Souple et confortable. Apporter une bande de tissu de 7 m de long (sur 90cm de large).

Les réservations se feront dans l'ordre de réception des courriers d'inscription.

Pour la formation complète, me contacter.