

François Combeau

Praticien et formateur depuis plus de trente ans de la **Méthode Feldenkrais®**, avec, entre autres, un programme de formation et de post- formations spécifiquement destinées aux praticiens de cette méthode.

Il a matérialisé la synthèse de toutes ses expériences par une démarche pédagogique de « *Développement somatique* » et de « *Prise de conscience des mouvements du corps et de la voix* ».

Les séminaires, formations, cours proposés en France ou à l'étranger s'adressent soit à un public de professionnels (dont pédagogues, enseignants, artistes), tout autant qu'à un public non spécialiste engagé dans un processus de développement personnel.

Il a suivi une formation corporelle et humaine dont l'itinéraire passe par la danse, le mime, différentes techniques de relaxation, l'utilisation de principes tirés de la médecine chinoise, du yoga taïste, du zen, et des bases des arts martiaux.

Orthophoniste ; formé au chant classique puis à l'enseignement de différents styles vocaux, au-delà des limites du modèle « classique ».

Pour plus d'info : cliquer sur le site : francois-combeau.fr

Lieu :

L'ARROSOIR-Espace 200.
Au carrefour Rue de Nardan et Rue du 11
Novembre 38340 Voreppe
A 3mn à pied de la Gare SNCF.

Horaires :

Samedi : 14h30 à 19h
Dimanche : 10h à 14h30

Coût : 125 €.

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

Envoi des Arrhes jusqu'au 05 octobre, non remboursables après cette date.

Après cette date, joindre la somme complète à votre inscription.

**Joindre un chèque de 10€
pour adhésion 2022
(de sept. à sept.)
à l'association AEM**

L'atelier collectif (Prise de conscience par le mouvement®)

Cette méthode s'adresse à chacun quelque soit son âge et son état de santé. Ce week-end s'adresse autant à des néophytes qu'à des habitués ou à des praticiens. Les uns pourront découvrir cette méthode originale et ses différents aspects, et les autres pourront approfondir leur pratique à travers ce thème.

Méthode Feldenkrais®

**Organisé par l'association
AEM**

**WEEK-END PUBLIC
Les 5-6 Novembre 2022**

François Combeau

Pédagogue du Mouvement et de la Voix,
Praticien et Formateur de la méthode
Feldenkrais ®

L'Oreille, instrument d'écoute et d'équilibre

Inscriptions et renseignements :

Joëlle Zammit :

joellezammit@gmail.com

06 88 17 05 95

Site : www.joelle-zammit.fr

« L'Oreille, instrument d'écoute et d'équilibre »

Notre oreille est un instrument d'écoute, d'équilibre et d'orientation spatiale extrêmement sensible. Elle joue un rôle très important dans la gestion de notre relation au monde qui nous entoure et aux autres.

Son bon fonctionnement dépend essentiellement de l'équilibre des pressions au niveau des oreilles interne et moyenne, de la bonne aération de la trombe d'Eustache que favorise une respiration nasale développée et libre, ainsi qu'une détente du naso-pharynx. Le pavillon de l'oreille est quant à lui un véritable entonnoir entre le dehors et le dedans. Son ouverture ou sa fermeture suivent les aléas de notre vie psychosomatique et relationnelle.

L'écoute est une disponibilité qui dépasse de beaucoup le simple jeu instrumental de l'oreille. Elle engage tout l'être, sa capacité de relation, d'ouverture et de présence, mais aussi sa disponibilité pour recevoir les informations sonores dans leur absolu, avant que le mental ne sélectionne et ne filtre en fonction du déjà connu et des habitudes. Elle nécessite donc une vraie présence sensorielle

Au cours de ce séminaire nous proposerons à chacun de :

- Développer une écoute par le corps tout entier, véritable dialogue vibratoire entre soi et le monde environnant.
- Libérer l'instrument de l'écoute des tensions qui limitent son fonctionnement (notamment au niveau des trapèzes et de leurs insertions sur la mastoïde, des muscles des mâchoires et du visage).
- Enrichir la perception harmonique qui permet d'entrer dans la plénitude du son.
- Stimuler la symétrie fonctionnelle des deux oreilles pour une meilleure perception du relief sonore, et la possibilité d'entendre le silence et sa densité, au-delà des bruits.
- Apprendre à s'écouter, à percevoir sa propre voix telle qu'elle est.
- Accorder écoute aérienne et écoute osseuse.
- Développer le champ sensoriel auditif dans les trois dimensions de l'espace

Ce week-end s'adresse à toutes les personnes qui souhaitent explorer les diverses composantes d'une audition claire et efficace, une audition en relief, et des relations fonctionnelles entre l'audition et les grands dynamismes qui nous animent. Il s'adresse bien sûr aussi aux personnes qui ressentent des limitations au niveau de leur audition.

Ce week-end s'adresse à toutes les personnes qui souhaitent, à travers ce travail de prise de conscience et d'écoute de soi en mouvement, continuer de se développer, affiner ses sensations pendant l'action et actualiser ce formidable potentiel que nous avons en tant qu'être humain, potentiel qui reste intact quoi que nous ayons vécu jusque-là.

BULLETIN D'INSCRIPTION

Nom _____

Prénom _____

Adresse _____

Courriel. _____

Tél. dom. _____

Tél. prof. _____

Expérience Feld : oui non

S'inscrit au week-end « L'Oreille, instrument d'écoute et d'équilibre »

Envoyez 2 chèques de 62,50€ (le premier chèque d'arrhes sera encaissé le 5 octobre) + **10€ d'adhésion à AEM.** Après le 12 octobre, envoyer 125€+10€.

À l'ordre de : L'association AEM
(Solde encaissé le 5 novembre 2022)

Date _____ Signature _____

Envoyer à : Mr Roland Zammit
Président AEM
841, rue de Bourg Vieux
38340 Voreppe