

# Enseignante :

## Joëlle ZAMMIT

Passionnée par le potentiel d'apprentissage des individus et curieuse de comprendre l'humain.

Kinésithérapeute.

Consultante en prévention-santé.

Praticienne Feldenkrais depuis 1988.

Formée au processus « Bones for life ».

Certifiée Souder Sleep System.

### Lieu :

Salle Armand Pugnot  
114 Rue Jean Acharde 38340 Voreppe

### Horaires :

Samedi : 14h à 18h30  
Dimanche : 9h à 13h30

### Tenue :

Souple, chaude, tapis confortable.  
Nombre de places limitées.  
Les réservations se feront dans l'ordre de réception des courriers d'inscription.

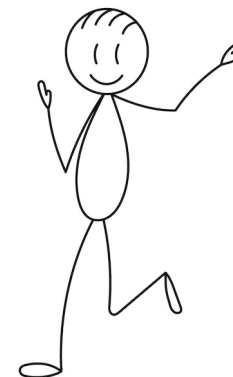
**Pour toute inscription à un stage ou un atelier avec AEM il sera demandé une adhésion annuelle de 10 € à l'association ( de septembre à septembre )**

**« Je ne cherche pas des corps souples, mais des cerveaux souples »  
Moshé Feldenkrais**

# Des Pieds à la Tête

## Atelier Feldenkrais 23-24 Mars 2024

Organisé par l'Association AEM  
pour l'association [Vaincre la Mucoviscidose -Don libre](#)



**Inscriptions et renseignements :**  
[roland.zammit@wanadoo.fr](mailto:roland.zammit@wanadoo.fr) ou 06 88 17 05 95  
Site: [www.joelle-zammit.fr](http://www.joelle-zammit.fr)

# Des pieds à la tête : compléter et enrichir l'image de soi

## Le week end :

Ce thème est particulièrement adapté pour faire connaissance avec la Méthode Feldenkrais.

Nous y explorerons un des objectifs concrets de cette Méthode: lors de nos mouvements, comment la force traverse le squelette, de l'appui d'une extrémité vers l'autre extrémité.

Quand notre organisation est optimum, le mouvement se propage harmonieusement et de façon proportionnée, d'un bout à l'autre de notre structure.

Les gestes sont alors efficaces, sans efforts, légers, confortables et adaptés à la situation vécue.

Les séquences balayeront le projecteur de l'attention sur les différents étages du corps, tout en les reliant toujours de façon systémique.

L'atelier sera l'occasion d'explorer, de réveiller des sensations et d'expérimenter comment permettre cette transmission; et peut-être, de revoir certaines de nos habitudes qui perturbent ou entravent le cheminement de cette force.... Ceci, au travers de la boucle sensori motrice, qui gère notre auto-régulation.

« Apprendre c'est passer de l'obscurité à la lumière. Apprendre, c'est créer.

Apprendre, c'est faire quelque chose de rien, quelque chose qui grandit et qui retombe sur vous, en vous éclairant »

Moshé Feldenkrais

Virginie DOUINE  
VAINCRE LA MUCOVISCIDOSE

Déléguée territoriale Isère

Secrétaire générale

06.81.72.06.64

[isere@vaincrelamuco.org](mailto:isere@vaincrelamuco.org)

[vaincrelamuco.org](http://vaincrelamuco.org)

## BULLETIN D'INSCRIPTION

Nom \_\_\_\_\_

Prénom \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Courriel. \_\_\_\_\_

Tél. \_\_\_\_\_

Expérience Feld : oui  non

S'inscrit à l'atelier : Des pieds à la tête

Ci-joint un chèque de **10€**  
**d'adhésion** à l'ordre de AEM  
*sauf si adhésion déjà produite)*

*Si vous le désirez, la valeur du stage étant de 90 €, vous pouvez faire un don à Vaincre La Mucoviscidose, montant libre (chèque à l'ordre de Vaincre la Mucoviscidose, 66 % du montant du don déductible de vos impôts)*

Date

Signature

Envoyer à Roland Zammit  
841 rue de Bourg Vieux  
38340 Voreppe

**Ce travail s'adresse à tous sans condition physique particulière**