

Enseignante:

Joëlle ZAMMIT

Kinésithérapeute.
Praticienne Feldenkrais depuis 1988.
Formée au processus « Bones for life ».
Certifiée Sounder Sleep System.

**Séance hebdomadaire à
Voreppe (hors congés scolaires)
le mardi : 12h30-13h30**

Rappel des prochains ateliers :

**Se mouvoir avec aisance
21-22 Mars 2026**

Feldenkrais & Neurologie
(Réservé Praticiens)
28-29 Mars

- **A VOIRON :**
Ateliers Mensuels
Samedi matin de 10h30 à 12h30 :

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

Lieu :

Espace M. Vial (salle Roize)
38340-Voreppe
178 Avenue H de Balzac

Horaires :

Samedi: 13h à 18h30

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 AEM (de
septembre à septembre)

**Tarif privilégié pour inscription
aux 2 ateliers des 8 novembre
et 22 novembre 2025 : 50€ x 2**

**S'organiser face
aux Ecrans**

**Atelier
Feldenkrais
22 Novembre 2025**

Organisé par l'Association
AEM :



Inscriptions et renseignements :

Joëlle Zammit :

joellezammit@gmail.com

06 88 17 05 95

Site: www.joelle-zammit.fr

S'organiser face aux Ecrans

A qui s'adresse ce Week-End :

A toute personne souhaitant améliorer son organisation personnelle :

Dans la relation toujours plus prenante aux différents supports informatiques, comment permettre aux yeux de garder leur capacité d'adaptation aux différents environnements, préserver une posture indolore et garder une présence et attention bienveillante renouvelée à nous-mêmes.

L'expérience de se vivre en mouvement permettra d'enrichir l'image de soi et de laisser émerger de nouvelles capacités d'adaptation aux défis imprévisibles du quotidien.

Au profit de l'association « AFU Mriya Ukraine », 65% déductible des impôts

Méthode Feldenkrais :

Elle propose de prendre conscience de vous ; par votre façon de bouger, en douceur, guidée par votre ressenti, et à votre propre rythme.

Et ainsi de mettre à jour les organisations qui induisent les tensions inutiles et les attitudes inadaptées.

Au fil des explorations, va émerger plus de finesse dans l'image de vous même, vous permettant de répondre à vos vrais besoins.

De vos nouvelles capacités d'adaptation découlent plus de souplesse, de fluidité dans votre vie ; de confort au quotidien.

Vous découvrez plus de vitalité...

« Rendre l'impossible possible
Le possible facile
Le facile agréable
L'agréable esthétiquement beau »

M. Feldenkrais

BULLETIN D'INSCRIPTION

Nom _____

Prénom _____

Adresse _____

Courriel. _____

Tél. dom. _____

Tél. prof. _____

Expérience Feld : oui ☐ non ☐

S'inscrit au week-end
«S'organiser face aux écrans»

Ci-joint un chèque de 60 € à l'ordre de :
(AFU Mriya Ukraine)+ 10€ adhésion **AEM**
(Chèques encaissés le 22 novembre 2025)
Date _____ Signature _____

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

Ce travail s'adresse à tous sans condition physique particulière