EDI Academy CENTRO DI FORMAZIONE **ECM**



MILANO 2-3 ottobre 2027

DOCENTE

Marta MELUCCI — *Insegnante certificata e assistant trainer di Metodo Feldenkrais®, Trieste*

SALUTE DEL PAVIMENTO PELVICO APPROCCIO INTEGRATO DEL METODO FELDENKRAIS®

16 ECM

DESCRIZIONE

Il Metodo Feldenkrais® è un sistema educativo basato sul movimento che interviene in maniera integrata sul piano biomeccanico, sensoriale e cognitivo. Ideato negli anni '50 dallo scienziato ed esperto di arti marziali Moshe Feldenkrais, è conosciuto in tutto il mondo come un metodo originale, non invasivo ed efficace, in grado di migliorare notevolmente la consapevolezza e la qualità del movimento. È utilizzato in vari contesti: benessere, sport, arte ed educazione, oltre che in percorsi di riabilitazione e di ricerca neuroscientifica.

Durante il corso si approfondirà l'effetto benefico del Feldenkrais sulla salute del pavimento pelvico, per una migliore percezione e un'attivazione efficace di questa delicata e potente **parte del corpo, strettamente connessa alla postura, alla respirazione e a funzioni fisiologiche essenziali**. I caratteristici movimenti lenti e delicati, l'ascolto profondo e l'approccio globale, rendono il Metodo uno **strumento particolarmente efficace per intervenire positivamente sui processi di recupero funzionale dell'area pelvica, migliorandone tanto la forza quanto la flessibilità**.

Il corso prevede **lezioni pratico-esperienziali integrate da discussioni teoriche e momenti di confronto.**

Il corso è rivolto ai professionisti del settore sportivo e riabilitativo che vogliano conoscere il Metodo Feldenkrais® e integrarne alcuni principi alla propria pratica professionale, con particolare attenzione alla salute del pavimento pelvico.

La sperimentazione diretta del Metodo inoltre, permetterà ai partecipanti di conoscere strategie efficaci per l'auto-organizzazione, il benessere personale e la riduzione dello sforzo durante il lavoro coi pazienti.

OBIETTIVI

- Apprendere le basi teoriche del Metodo Feldenkrais®
- Applicare alcune strategie del Metodo Feldenkrais® nel recupero funzionale del pavimento pelvico
- Integrare le proprie competenze professionali con alcuni elementi chiave del Metodo Feldenkrais®
- Conoscere strategie conservative per il benessere dell'operatore nel lavoro coi pazienti.

DESTINATARI:
Medici, Fisioterapisti, Ostetriche,
Massofisioterapisti iscritti all'elenco speciale,
Laureati in Scienze motorie,
Massofisioterapisti,
Studenti dell'ultimo anno del CdL

PECULIARITA'

AMPIE SESSIONI PRATICHE

+ 39 02 7021 1274 formazione@eenet.it www.ediacademy.it Viale E. Forlanini, 21/23 - 20134 Milano

EDI Academy CENTRO DI FORMAZIONE **ECM**

MILANO 2-3 ottobre 2027



SALUTE DEL PAVIMENTO PELVICO APPROCCIO INTEGRATO DEL METODO FELDENKRAIS®

16 ECM

PROGRAMMA Prima giornata - 9.00-18.00

- Presentazione del corso

LEZIONE ESPERIENZIALE Metodo Feldenkrais®
- "L'orologio pelvico"
  - movimenti per liberare il bacino da distesi
- Introduzione teorica al MF
- Un approccio integrato:
  - immagine di sé
  - ascolto
  - respiro
- Le ossa del bacino

LEZIONE ESPERIENZIALE Metodo Feldenkrais®
- "L'orologio pelvico"
  - movimenti per liberare il bacino da seduti

LEZIONE ESPERIENZIALE Metodo Feldenkrais®
- Il controllo degli sfinteri

- Le fasce muscolari dell'area pelvica: tono e flessibilità
- La propriocezione nei processi di recupero

PROGRAMMA Seconda giornata - 9.00-18.00

LEZIONE ESPERIENZIALE Metodo Feldenkrais®
- differenziare gli emibacini

- Accompagnare all'ascolto
- Principali disfunzioni dell'area pelvica femminile e maschile
- Le strategie educativo/riabilitative del Metodo Feldenkrais®

LEZIONE ESPERIENZIALE Metodo Feldenkrais®
- Respirazione e pavimento pelvico

LEZIONE ESPERIENZIALE Metodo Feldenkrais®
- Pavimento pelvico
- colonna vertebrale
- postura

Valutazione ECM

Si consiglia abbigliamento comodo e un telo per lo svolgimento delle parti pratiche

PROMO E OFFERTE
su www.ediacademy.it

-10% Prenota Prima
-20% Course Sharing
-30% Special Refresh

QUOTA: € 440 IVA inclusa

+ 39 02 7021 1274 formazione@eenet.it www.ediacademy.it Viale E. Forlanini, 21/23 - 20134 Milano