

PRISE DE CONSCIENCE PAR LE MOUVEMENT
ET EXPRESSION ÉMOTIVE

Montréal, 14 au 20 juin 2010
26 juin au 2 juillet 2010

Formulaire d'inscription

Nom: _____

Adresse: _____

Courriel: _____

Téléphone: _____

Cellulaire: _____

Sexe: Masculin _____ Féminin _____

Âge: (âge minimal requis: 18 ans)

Stage du 14 au 20 juin _____

Stage du 26 juin au 2 juillet _____

Coût du stage:

\$425 _____ avant le 15 avril 2010

\$475 _____ après cette date

(pour les participants 2008-2009)

\$375 _____ avant le 15 avril 2010

\$425 _____ après cette date

Mode de paiement

Chèque _____

Mandat-poste _____

PAYPAL _____

Envoyez ce formulaire avec votre paiement à

AUTOPOÏÉSIS,
au 1012, avenue du Mont-Royal est,
bureau 107, Montréal,
Québec, Canada H2J 1X6.

Si vous souhaitez utiliser
le mode de paiement **Paypal**,
il faut le faire en passant par le site web
de Madame Laura Facciponti:

www.breathxpress.com.

(Veuillez noter qu'il faut s'adresser
à Madame Laura Facciponti en anglais.)

LA MÉTHODE FELDENKRAIS^{MD} D'ÉDUCATION SOMATIQUE

Cette méthode d'éducation somatique, développée par Moshe Feldenkrais, docteur en génie mécanique et en sciences physiques, et ceinture noire de judo, utilise le mouvement corporel pour améliorer la qualité et l'efficacité du fonctionnement de la personne. À travers le mouvement, cette méthode nous propose de devenir plus conscients de nos habitudes de mouvement puis d'élargir notre répertoire d'actions. La réduction de l'effort, l'aisance, la lenteur, l'efficacité et le confort sont des stratégies importantes utilisées en éducation somatique. L'exploration ludique, mais aussi systématique, des options de mouvement est spécifique à la méthode. L'attention est dirigée vers l'observation des différences sensorielles et vers la participation de l'ensemble de la personne dans le mouvement. Cette méthode connaît diverses applications dans le monde des arts, de la santé, du travail, de l'éducation, des sports etc.



1012 Mont-Royal Est, # 107, MONTRÉAL, QC, CANADA, H2J 1X6
514-522-8027 autopoiesis@oguimond.com http://www.oguimond.com

POUR VOUS INSCRIRE ET RÉSERVER VOTRE PLACE

Écrivez-nous à
<autopoiesis@oguimond.com>
ou téléphonez au **514-522-8027**,
et faites parvenir un chèque
ou mandat-poste,
de **425\$ avant le 15 avril 2010**
ou de **475\$ après cette date**

(rabais aux participants des stages
de 2008-2009:
375\$ avant le 15 avril
ou 425\$ après cette date)

Chèque ou mandat-poste
libellé au nom d'**AUTOPOÏÉSIS**,
à l'adresse suivante:

AUTOPOÏÉSIS,
école d'art **Feldenkrais^{MD}**
1012, avenue du Mont-Royal
est, bureau 107
Montréal, Québec H2J 1X6

Cette somme n'est pas remboursable,
à moins que le stage ne soit annulé.

Les stages auront lieu au
CENTRE KINESPHERE
1565 Avenue Mont-Royal est,
Montréal



Métro MONT-ROYAL

centrekinesphere.com

*Odette Guimond et Laura Facciponti
(durant son passage à Montréal)
seront également disponibles pour donner
des leçons individuelles de 60 minutes
sur rendez-vous. (Coût : 65\$).*

PRISE DE CONSCIENCE PAR LE MOUVEMENT et EXPRESSION ÉMOTIVE

RENCONTRE
ENTRE DEUX MÉTHODES

LA MÉTHODE
FELDENKRAIS^{MD}
D'ÉDUCATION SOMATIQUE

et

LA MÉTHODE
D'ALBA EMOTING[®]



STAGE en français

du **14 au 20 JUIN 2010**

(relâche le 17 juin)

Stage donné par **ODETTE GUIMOND**

Niveaux *débutants* et *intermédiaires*

STAGE en français et en anglais
du **26 JUIN au 2 JUILLET 2010**

(relâche le 29 juin)

Stage donné par **ODETTE GUIMOND**
et **LAURA FACCIPONTI**

Niveaux *débutants*, *intermédiaires* et *avancés*

Informations personnelles

(Répondez à ces questions dans la mesure où vous vous sentez à l'aise de le faire, pour que nous puissions mieux vous connaître et répondre à vos besoins)

Profession/ occupation:

Quelle est votre expérience pratique de la méthode Feldenkrais d'éducation somatique et/ ou de l'Alba Emoting (si vous en avez une)?

Quelles sont vos attentes face à ce stage de Prise de Conscience par le Mouvement (méthode Feldenkrais) et d'Expression émotive (méthode d'Alba Emoting)?

Comment avez-vous eu connaissance de la tenue de ces stages?

Voulez-vous nous faire connaître à l'avance certaines limites ou certaines préoccupations personnelles sur le plan physique et/ou émotionnel dont vous aimeriez discuter avec nous, avant la tenue de ces stages? Dans ce cas, nous serions heureuses d'entrer en contact avec vous par téléphone, par courriel ou en personne, avant la tenue du stage.

STAGE en français

du **14 au 20 JUIN 2010**

(relâche le 17 juin)

Stage donné par **ODETTE GUIMOND**

Odette Guimond, Ph.D, professeure certifiée de la Méthode Feldenkrais^{MD} d'éducation somatique et instructrice certifiée d'Alba Emoting® (CL3) est



comédienne, metteuse en scène et directrice d'AUTOPOÏÉSIS, et directrice artistique du Réverbère Théâtre. Elle est professeure de dramaturgie et d'Interprétation à l'École de théâtre du Cégep de Saint-Hyacinthe, et chargée de cours au département de danse de l'UQÀM. Elle donne également des leçons de *Feldenkrais* en pratique privée. Elle s'intéresse particulièrement à l'intégration de l'éducation somatique dans le domaine des arts d'interprétation. [www.oguimond.com]

L'Alba Emoting est le chaînon manquant en Éducation somatique. Ces leçons d'expression émotive particulièrement lorsqu'elles sont présentées avec des leçons de Prise de Conscience par le Mouvement de la Méthode Feldenkrais constituent une occasion unique d'apprendre à sentir, ressentir et agir. Une combinaison superbe, sinon optimale.

Yvan Joly M.A. (Psy.), psychologue et formateur international de la Méthode *Feldenkrais* d'éducation somatique.

HORAIRE DES ACTIVITÉS

de **9h30 à 12h30**

et

de **14h00 à 17h00** heures

Le stage propose, à parts égales, des leçons en *Alba Emoting* et en *Feldenkrais*.

STAGE en français et en anglais
du **26 JUIN au 2 JUILLET**
2010

(relâche le 29 juin)

Stage donné par **ODETTE GUIMOND**
et **LAURA FACCIPONTI**

Laura Facciponti, MFA, instructrice certifiée d'Alba Emoting® (CL4) est



comédienne et professeure associée de théâtre à l'Université de Caroline du Nord, à Asheville, aux États-Unis, où elle enseigne la voix et l'interprétation. Elle s'intéresse particulièrement à l'expression émotive chez les performeurs. Elle est l'un des 10 instructeurs certifiés d'*Alba Emoting®* aux États-Unis. Elle a enseigné cette technique aux États-Unis, au Chili, au Mexique et en Angleterre. [www.Breathxpress.com]

Les paiements peuvent être faits via **Paypal**, sur le site web de Laura Facciponti.

LA MÉTHODE D'ALBA EMOTING®

Cette méthode, développée par Susana Bloch, docteure en neurosciences et spécialiste en neurophysiologie et en psychophysiologie, permet à chacun d'apprendre à faire naître, à exprimer et à moduler consciemment et de façon sécuritaire, des émotions fondamentales, en s'appuyant sur des moyens physiologiques et organiques. La méthode utilise des *patterns* respiratoires particuliers, accompagnés par des attitudes posturales et des expressions faciales spécifiques à chaque émotion. Ces *patterns* précis aident toute personne à exprimer avec justesse, à reconnaître et à moduler ses émotions, à mieux reconnaître les émotions des autres, et à transmettre ses émotions sans ambiguïté. La méthode est reconnue comme un outil de formation efficace pour les acteurs, mais elle intéresse également les psychologues, les sociologues, le monde des affaires etc.



«Je ne crois pas que j'aurais pu comprendre toutes les subtilités de l'Alba Emoting sans la neutralité que nous propose le Feldenkrais.»

Témoignage d'un acteur