



**Samedi 8 et dimanche 9 décembre  
de 9h à 16h**

**Formation : une technique pour  
prendre conscience de son corps et de  
ses postures en classe ou à la maison**

**Par Adeline François, praticienne certifiée en  
Méthode Feldenkrais**

Les enfants à l'école ou à la maison, ont une posture fréquente d'assise qui se révèle souvent très compliquée à tenir pendant des heures. Leur apprendre à avoir une meilleure posture en classe, confortable la rendra plus facile à tenir et de plus favorisera leur concentration, l'apprentissage, la détente profonde et l'écoute de leur corps.



**Formation organisée  
par la Fédération des  
Ecoles de la  
Transition Educative  
<http://www.f-e-t-e.org/>**

**Attention : Nombre  
limité de places, ne  
tardez pas !**

**Inscription,  
programme et  
renseignements :  
[secretariat@f-e-t-e.org](mailto:secretariat@f-e-t-e.org)**

**Tarifs :**  
Adhérent 80€/ 2 jours  
Non adhérent 160€/2 jours  
Adhésion FETE : 10€/an

**Lieu :  
Ecole Fractale**



**ECOLE FRACTALE  
(primaire, collège)  
Apprendre Autrement**

8, rue des Ecoles  
Chaban 79180 CHAURAY  
05 49 33 48 90  
<http://www.ecolefractale.fr/>