

Les leçons sont axées sur les liens
que nous pouvons faire entre
le système nerveux, les yeux, le corps.

- Cela signifie être dans:
- la **Sensation**
 - la **Perception**
 - l'**Attention**

MOSHE FELDENKRAIS (1904-1984): ingénieur en mécanique et physicien a consacré 40 ans de sa vie à étudier les relations entre notre système nerveux et le corps. Il a formé de nombreux praticiens tant aux Etats-Unis qu'en Europe et en Israël.

W. H. BATES (1860 -1931): ophtalmologue new-yorkais, a étudié avec ses disciples une méthode de rééducation fonctionnelle de la vue.

CONTACT

Véronique Ryelandt

Avenue Léopold Wiener, 20

1170 Watermael-Boitsfort

Tel: 0497 389 603

courriel: veroryelandt@skynet.be

www.feldenkraisbelgium.be



**les yeux – le corps
le corps – les yeux**

*Quand le corps est
en mouvement, les yeux
sont en mouvement.
Quand les yeux devien-
nent fixes, le corps perd
de sa mobilité.*



Véronique Ryelandt

Praticienne de la méthode Feldenkrais

Praticienne de la méthode Bates

Les leçons sont axées sur les liens
que nous pouvons faire entre
le système nerveux, les yeux, le corps.

- Cela signifie être dans:
- la **Sensation**
 - la **Perception**
 - l'**Attention**

MOSHE FELDENKRAIS (1904-1984): ingénieur en mécanique et physicien a consacré 40 ans de sa vie à étudier les relations entre notre système nerveux et le corps. Il a formé de nombreux praticiens tant aux Etats-Unis qu'en Europe et en Israël.

W. H. BATES (1860 -1931): ophtalmologue new-yorkais, a étudié avec ses disciples une méthode de rééducation fonctionnelle de la vue.

CONTACT

Véronique Ryelandt

Avenue Léopold Wiener, 20

1170 Watermael-Boitsfort

Tel: 0497 389 603

courriel: veroryelandt@skynet.be

www.feldenkraisbelgium.be



**les yeux – le corps
le corps – les yeux**

*Quand le corps est
en mouvement, les yeux
sont en mouvement.
Quand les yeux devien-
nent fixes, le corps perd
de sa mobilité.*



Véronique Ryelandt

Praticienne de la méthode Feldenkrais

Praticienne de la méthode Bates

Les leçons d'apprentissage s'adressent à toute personne quel que soit son âge.

La nature des leçons permet à chacun de puiser ce dont il a besoin.

La découverte du confort, du bien-être permet de nouvelles questions et l'ouverture de nouveaux espaces.

- Comment gérer ou prévenir un inconfort visuel tel que la myopie, l'hypermétropie, l'astigmatisme, le strabisme, la presbytie...?
- Comment retrouver le plaisir de lire et d'assister à des spectacles, de conduire la voiture?
- Comment passer des heures devant l'ordinateur sans fatigue ?

Les leçons d'apprentissage s'adressent à toute personne quel que soit son âge.

La nature des leçons permet à chacun de puiser ce dont il a besoin.

La découverte du confort, du bien-être permet de nouvelles questions et l'ouverture de nouveaux espaces.

- Comment gérer ou prévenir un inconfort visuel tel que la myopie, l'hypermétropie, l'astigmatisme, le strabisme, la presbytie...?
- Comment retrouver le plaisir de lire et d'assister à des spectacles, de conduire la voiture?
- Comment passer des heures devant l'ordinateur sans fatigue ?

- Quelles sont nos capacités à être en mouvement à travers les circonstances de la vie, les moments heureux, les difficultés, les peurs, les traumatismes.

- Quel impact tous ces événements peuvent-ils avoir sur notre comportement visuel et corporel ?

Les méthodes Bates et Feldenkrais se rejoignent dans un même objectif :

UNE PRISE DE CONSCIENCE A TRAVERS LE MOUVEMENT,

en faisant des liens entre
notre système nerveux
et notre corps.

- Quelles sont nos capacités à être en mouvement à travers les circonstances de la vie, les moments heureux, les difficultés, les peurs, les traumatismes.

- Quel impact tous ces événements peuvent-ils avoir sur notre comportement visuel et corporel ?

Les méthodes Bates et Feldenkrais se rejoignent dans un même objectif :

UNE PRISE DE CONSCIENCE A TRAVERS LE MOUVEMENT,

en faisant des liens entre
notre système nerveux
et notre corps.

Véronique Ryelandt

propose deux types de démarches, suivant la méthode de M. Feldenkrais :

1) PRISE DE CONSCIENCE PAR LE MOUVEMENT (PCM)

La personne est guidée par les indications verbales du praticien. Elle découvre la détente, la souplesse, la fluidité et la juste articulation de sa structure osseuse, c'est à dire de son squelette.

2) INTEGRATION FONCTIONNELLE (IF)

C'est un travail individuel où la personne se laisse conduire par le toucher du praticien, qui l'amène dans le mouvement. La personne redécouvre des mouvements plus justes et plus simples qui, même s'ils sont inattendus ou inhabituels, restaurent une mobilité déliée et plus harmonieuse.

Véronique Ryelandt

propose deux types de démarches, suivant la méthode de M. Feldenkrais :

1) PRISE DE CONSCIENCE PAR LE MOUVEMENT (PCM)

La personne est guidée par les indications verbales du praticien. Elle découvre la détente, la souplesse, la fluidité et la juste articulation de sa structure osseuse, c'est à dire de son squelette.

2) INTEGRATION FONCTIONNELLE (IF)

C'est un travail individuel où la personne se laisse conduire par le toucher du praticien, qui l'amène dans le mouvement. La personne redécouvre des mouvements plus justes et plus simples qui, même s'ils sont inattendus ou inhabituels, restaurent une mobilité déliée et plus harmonieuse.