

LA NEUROGYM

Qu'est-ce que c'est :

La Neurogym (*) s'adresse aux personnes souhaitant continuer à progresser suite à un AVC, un trauma crânien ou autre atteinte cérébrale.

Il s'agit d'explorer des petits mouvements variés et souvent ludiques dans une atmosphère détendue et conviviale. Tout est fait pour personnaliser les propositions de mouvements selon les possibilités de chacun. Les séances se déroulent en petit groupe, en position assise ou couchée quand cela est possible, et en utilisant souvent divers accessoires, ballons souples, rouleaux, etc.

La Neurogym se base sur la capacité du cerveau à continuer à établir de nouvelles connexions à tout âge, comme l'ont prouvé les avancées de ces dernières années en neurosciences. Cette auto-réparation du cerveau est possible à condition que le cerveau soit stimulé, et quel que soit l'ancienneté de l'accident.

Il n'est jamais trop tard pour progresser.

(*) issue de la méthode Feldenkrais™

Animée par :

Blandine Wong, praticienne de la méthode Feldenkrais™ qu'elle enseigne par ailleurs à Chambéry et Aix-les-Bains.

Elle a suivi plusieurs stages avec des personnes cérébro-lésées auprès de Joëlle Minvielle à Poitiers. Elle travaille aussi avec des enfants présentant des retards de développement.

Détails pratiques

Lieu : Espace Aurore, 31bis rue Jacotot, Aix-les-Bains

Salle en rez-de-chaussée, accès possible aux personnes en fauteuil.

Horaire : les mardis de 16H30 à 17H30, de fin septembre à juin (30 séances)

Tarifs : 95€/ trimestre (10 séances) pour un engagement à l'année

115 €/ trimestre (10 séances) pour un engagement au trimestre

séance d'essai 15 € déductible de l'inscription

Contact

Blandine Wong

04 79 63 65 75

b.wong@sensactions.fr

Site www.sensactions.fr