

LICEO STATALE

VERONICA GAMBARA



LICEO LINGUISTICO - LICEO MUSICALE - LICEO DELLE SCIENZE UMANE
Via V. Gambara 3 - 25121 Brescia Fax 0303776455
Cod. meccanografico BSPM020005 – C.F. 80049650171
Cod. IPA istsc_bspm020005 – Cod. Unico fatturazione UFNB18
E-mail bspm020005@istruzione.it – PEC bspm020005@pec.istruzione.it
www.liceogambara.edu.it



Brescia, 5 giugno 2023

Ai docenti

Circ. n. 283

Oggetto: iscrizioni corso di formazione metodo Feldenkrais

Si invitano i docenti a compilare modulo Google entro il giorno 14 giugno 2023:

<https://forms.gle/kgVufsao13iciPRP9>

per iscrizioni al corso “ Metodo Feldenkrais nell’apprendimento” che sarà tenuto dalla prof.ssa Elena Laffranchi, all’esito della procedura espletata.

Il corso è volto ad affinare la consapevolezza di sé stessi attraverso movimenti che fanno parte di uno schema di funzioni, arricchisce la percezione del sé e riduce le rigidità causate dall’eccesso di sforzo spesso causa di dolori articolari.

Si precisano di seguito date e modalità di realizzazione.

Per motivi organizzativi legati ad esigenze dei partecipanti impegnati lavorativamente in orari differenti vengono date diverse modalità di partecipazione:

- IN PRESENZA vivamente consigliata dalla docente in quanto uno degli obiettivi del corso è quello di ritrovare tempo, spazio, cura di sé e delle relazioni nell’ambiente di lavoro

- ON LINE in questo caso preparare un tappetino e una telecamera puntata su di esso in modo da rendersi visibili durante lo svolgimento della lezione

Le lezioni in presenza hanno la durata di 90 minuti di cui 60 di pratica e 30 per breve premessa e confronto finale.

17 GIUGNO (LEZIONE APERTA ANCHE AI NON ISCRITTI CHE DESIDERANO PROVARE)

CALENDARIO LEZIONI ISCRITTI AL CORSO:

GIUGNO

-17 Al termine del collegio docenti (per i docenti impegnati in altre attività verrà ripetuta la lezione in presenza appena disponibili)

-23 orario da definire

-30 orario da definire

Firmato digitalmente da PATRIZIA SCHIFFO

LICEO STATALE

VERONICA GAMBARA



LICEO LINGUISTICO - LICEO MUSICALE - LICEO DELLE SCIENZE UMANE
Via V. Gambara 3 - 25121 Brescia Fax 0303776455
Cod. meccanografico BSPM020005 – C.F. 80049650171
Cod. IPA istsc_bspm020005 – Cod. Unico fatturazione UFNB18
E-mail bspm020005@istruzione.it – PEC bspm020005@pec.istruzione.it
www.liceogambara.edu.it



SETTEMBRE 4 incontri da calendarizzare in base agli impegni scolastici

OTTOBRE 2 incontri

NOVEMBRE 4 incontri

GENNAIO 4 incontri

FEBBRAIO 3 incontri

Totale 20 lezioni, per n. 30 ore.

Le date esatte saranno comunicate agli iscritti.

Docente Elena Laffranchi

Numero minimo per l'avvio del corso: 10 iscritti.

Per eventuali informazioni aggiuntive sul metodo:

<https://youtu.be/BPoQMPNRtTM>

<https://youtu.be/V1oTs8OGUSo>

<https://youtu.be/CJAh0uVMCME>

Il Dirigente Scolastico
prof.ssa Patrizia Schiffo