

Corso ECM RES

SALUTE DEL PAVIMENTO PELVICO - APPROCCIO INTEGRATO DEL METODO FELDENKRAIS®

Razionale del corso

Il Metodo Feldenkrais® è un sistema educativo basato sul movimento che interviene in maniera integrata sul piano biomeccanico, sensoriale e cognitivo. Ideato negli anni '50 dallo scienziato ed esperto di arti marziali Moshe Feldenkrais, è conosciuto in tutto il mondo come un metodo originale, non invasivo ed efficace, in grado di migliorare notevolmente la consapevolezza e la qualità del movimento. È utilizzato in vari contesti: benessere, sport, arte ed educazione, oltre che in percorsi di riabilitazione e di ricerca neuroscientifica. Durante il corso si approfondirà l'effetto benefico del Feldenkrais sulla salute del pavimento pelvico, per una migliore percezione e un'attivazione efficace di questa delicata e potente parte del corpo, strettamente connessa alla postura, alla respirazione e a funzioni fisiologiche essenziali. I caratteristici movimenti lenti e delicati, l'ascolto profondo e l'approccio globale, rendono il Metodo uno strumento particolarmente efficace per intervenire positivamente sui processi di recupero funzionale dell'area pelvica, migliorandone tanto la forza quanto la flessibilità. Il corso prevede lezioni pratico-esperienziali integrate da discussioni teoriche e momenti di confronto. Il corso è rivolto ai professionisti del settore sportivo e riabilitativo che vogliano conoscere il Metodo Feldenkrais® e integrarne alcuni principi alla propria pratica professionale, con particolare attenzione alla salute del pavimento pelvico. La sperimentazione diretta del Metodo, inoltre, permetterà ai partecipanti di conoscere strategie efficaci per l'auto-organizzazione, il benessere personale e la riduzione dello sforzo durante il lavoro coi pazienti.

Date corso: 3-4 ottobre 2026

Sede: EdiAcademy V.le Enrico Forlanini, 21 - 20134 Milano

Provider accreditante: Imagine Srl a socio unico Id n. 6
Id/Edizione evento residenziale n. 1

Ore formative: 16

Crediti ECM: 16

Professioni/discipline:

Fisioterapista – Discipline: Fisioterapista, Iscritto nell'elenco speciale ad esaurimento
Massofisioterapista Iscritto all'elenco speciale di cui all'art. 5 del D.M. 9 agosto 2019
Medico – Discipline: tutte
Ostetrica/o

Numero di partecipanti: 35

Obiettivo formativo

N°18. Contenuti tecnico-professionali (conoscenze e competenze) specifici di ciascuna professione, di ciascuna specializzazione e di ciascuna attività ultraspecialistica, ivi incluse le malattie rare e la medicina di genere

Acquisizione competenze

- Apprendere le basi teoriche del Metodo Feldenkrais®
- Applicare alcune strategie del Metodo Feldenkrais® nel recupero funzionale del pavimento pelvico
- Integrare le proprie competenze professionali con alcuni elementi chiave del Metodo Feldenkrais®
- Conoscere strategie conservative per il benessere dell'operatore nel lavoro coi pazienti

Metodologie didattiche: lezione frontale, dimostrazioni e parti pratiche.

Modalità di verifica

L'apprendimento dei partecipanti sarà valutato mediante una prova pratica. Per il suo superamento è necessario raggiungere almeno il 75% dei contenuti formativi. Per il rilascio dei crediti è altresì obbligatoria la presenza ad almeno il 90% della durata del corso (16 ore) e la compilazione della scheda di valutazione della qualità percepita.

Programma Scientifico

PRIMA GIORNATA – 3 ottobre 2026		
ORARIO	CONTENUTI	DOCENTE/I SOSTITUTO/I
9.00 - 11.00	A1. • Presentazione del corso LEZIONE ESPERIENZIALE Metodo Feldenkrais® • “L’orologio pelvico” ◦ movimenti per liberare il bacino da distesi • Introduzione teorica al MF • Un approccio integrato: ◦ immagine di sé ◦ ascolto ◦ respiro • Le ossa del bacino	Marta MELUCCI
11.00 – 11.15	Coffee break	
11.15 – 13.15	A2. LEZIONE ESPERIENZIALE Metodo Feldenkrais® • “L’orologio pelvico” ◦ movimenti per liberare il bacino da seduti	Marta MELUCCI
13.15 – 14.00	Lunch	
14.00 – 18.00	A3. LEZIONE ESPERIENZIALE Metodo Feldenkrais® ◦ Il controllo degli sfinteri • Le fasce muscolari dell’area pelvica: tono e flessibilità • La propriocezione nei processi di recupero	Marta MELUCCI

SECONDA GIORNATA – 4 ottobre 2026		
ORARIO	CONTENUTI	DOCENTE/I SOSTITUTO/I
9.00 - 11.00	B1. LEZIONE ESPERIENZIALE Metodo Feldenkrais® ◦ differenziare gli emibacini • Accompagnare all’ascolto • Principali disfunzioni dell’area pelvica femminile e maschile • Le strategie educativo/riabilitative del Metodo Feldenkrais®	Marta MELUCCI
11.00 – 11.15	Coffee break	
11.15 – 13.15	B2. LEZIONE ESPERIENZIALE Metodo Feldenkrais® ◦ Respirazione e pavimento pelvico	Marta MELUCCI
13.15 – 14.00	Lunch	
14.00 – 18.00	B3. LEZIONE ESPERIENZIALE Metodo Feldenkrais® ◦ Pavimento pelvico ◦ colonna vertebrale ◦ postura	Marta MELUCCI

	Valutazione apprendimento e condivisione esiti con i partecipanti	
--	---	--

NOME COGNOME	RUOLO	PROFESSIONE DISCIPLINA	ENTE DI APPARTENENZA/ LIBERA PROFESSIONE	ATTIVITÀ PROFESSIONALE /FORMATIVA
Marta MELUCCI	Docente ***** Responsabile scientifico	Istruttore	Libera professione	Insegnante certificata e assistant trainer di Metodo Feldenkrais®. Libera professione, Trieste.