



## D.ssa Paola Dolfi

Sono stata una fisioterapista appassionata e curiosa sin dai tempi dei miei studi guidata dall'entusiasmo per trovare soluzioni e risposte soddisfacenti per le problematiche delle persone.

Appassionata del movimento e del suo apprendimento ho sempre cercato il confronto con colleghe/i, esperti, professioniste/i che in vari campi hanno sviluppato teorie scientifiche, metodi fondati sulla neuropsicologia e fisiologia del sistema nervoso centrale.

In questa sfida con le diverse patologie ho lavorato con entusiasmo con bambini diversamente abili partecipando al loro inserimento scolastico, alla loro vita sociale e scolastica oltre che al recupero delle loro abilità motorie

Ho seguito traumatizzati cranici, emiplegici proponendo un approccio riabilitativo fondato sui principi dell'apprendimento motorio secondo il Metodo Perfetti.

Una profonda curiosità e ansia di risposte mi hanno portato ad avvicinarmi al Metodo Feldenkrais fino a diventare un Insegnante. Questo Metodo ha prima di tutto favorito un'esperienza per il mio corpo e per la mia mente, mi ha portato a sviluppare la naturale capacità del sistema nervoso ad apprendere nelle stesse modalità di un bimbo piccolo, la libertà e la vitalità di muoversi spontaneamente.

La incredibile creatività di Ruthy Alon Direttrice Educativa del Training formativo, la passionalità di Isabella Turino la sensibilità di Ruty Bar la essenzialità di Basil Blazer mi hanno trasmesso durante la formazione, l'essenza del metodo cioè migliorare, con e attraverso il proprio corpo, i movimenti quotidiani come camminare, stare seduto, dormire o salire le scale, a non provare stanchezza o dolori fisici, a praticare al meglio le attività sportive, a perfezionare le tue prestazioni artistiche e professionali.

Insegnare il Metodo Feldenkrais® significa per me raggiungere un maggiore benessere e soddisfazione interiore attraverso la creatività del corpo e la potenza del pensiero in movimento e ancor di più condividerla con coloro che desiderano scoprire la magia di sentire il proprio corpo vitale e libero, consapevole di sé e curioso.

## D.ssa Paola Dolfi

Il Metodo Feldenkrais® può essere insegnato solo da professionisti diplomati dopo un lungo e rigoroso percorso formativo. Paola Dolfi è abilitata all'insegnamento di CAM Conoscersi attraverso il movimento® e iscritta all'AIIMF Associazione Italiana Insegnanti Metodo Feldenkrais® – [www.feldenkrais.it](http://www.feldenkrais.it)