

Axe P - Pratiquez !

Groupe Feldenkrais adultes-seniors à Archamps - 74

FORMULE DE COURS

Groupe Feldenkrais adultes-seniors
Découverte 2ème année

**Suivre un cours de groupe c'est
s'engager à :**

- 14 cours de 2h
- + 2 verrées
- + 2 réunions GuideCeMaVi
- + adhésion à l'association
- + *cours remplacés / covid-19

= sept 2020 à mars 2021
+ 1 date en mai 2021.

*voir conditions anciens et nouveaux élèves.

Les pauses intégratives sont planifiées
durant les congés scolaires, et de
décembre à mi-janvier.

+ en optionnel : une séance individuelle
de 2h30 à prix libre et conscient, dont
les sommes récoltées aident des
personnes avec des revenus modestes.

Les lundis - Horaires au choix :

- > 10h30 à 12h30
- > 17h à 19h
- > 19h30 à 21h30

Accueil possible (offert) : 30 minutes
avant le début du cours. Vous vous
posez à votre guise. Vous profitez de la
tisanderie à disposition. Vous pouvez
également être accompagné-e sur une
de vos questions d'apprentissage.

LES + de CeMaVi

LE GUIDECEMAVI

Pour votre autonomie et votre créativité
au quotidien | descriptif sur le site.

ORGANISATION des COURS

Niveau découverte

Le niveau découverte se déroule sur
deux années. La saison 2020-2021
correspond à la 2ème année.

Niveau avancé

Lors de la saison 2021-2022, les
personnes ayant suivi les deux premières
années seront en niveau avancé. Un
nouveau niveau découverte
commencera.

**Vous souhaitez rejoindre un
groupe ? C'est possible.**

**Découvrez, et rattrapez la 1ère
année !**

- > Participez à une journée
découverte : au choix sam. 12 ou
dim. 13, ou sam. 19 sept. 2020 +
dates supplémentaires à voir.
- > Suivez la session de rattrapage, à
organiser avec les nouvelles
personnes inscrites.

Début des cours : lundi 21 septembre 2020 à
19h30 lors de la verrée de bienvenue commune
à tous les élèves.

L'association CeMaVi-Genevois français est créée en Août 2019 sous l'impulsion de Mara Vinadia. 38 années de passion renouvelée pour cette pédagogue du mouvement, danseuse, artiste chorégraphique, et praticienne Feldenkrais. Elle prend la présidence et donne les cours bénévolement.

PRÉ-INSCRIPTIONS

- > Vous avez la possibilité de pré-réserver votre place, sans engagement ferme de votre part :
- Les demandes sont prises par ordre d'arrivée.
 - Un délai de réponse de votre inscription vous est notifié selon le nombre effectif d'inscrits.

INSCRIPTIONS

Conditions et délais :

- > Seuls les adhérents peuvent suivre les activités de CeMaVi-Genevois français (sauf pour suivre une journée de découverte).
- > Renvoyez votre feuille d'inscription dans les délais suivants :
- 5 jours avant, pour une journée de découverte.
 - 10 jours avant, pour les groupes.
 - 3 jours avant, pour la session de rattrapage.

Groupe | Suivi individualisé :

Minimum, 6. Maximum, 10. L'association se réserve le droit de regrouper les inscrits dans un même cours si le nombre de 6 personnes minimum n'est pas atteint.

TARIFS

Groupe adultes-seniors | Participation pour la formule de 2ème année :

Voir le contenu de la formule au recto.

- | | |
|---------------------------------------|---------|
| 1- Habitant du canton de Saint-Julien | 410.- € |
| 2- Habitant hors canton | 480.- € |

Adhésion individuelle incluse. Adhésion réduite pour 2 membres d'une même famille, à appliquer.

Session de rattrapage - soit 20 h de cours :

- | | |
|---------------------------------------|---------|
| 1- Habitant du canton de Saint-Julien | 265.- € |
| 2- Habitant hors canton | 300.- € |

Réduit de 50 % pour les élèves de 2019-2020.

Journée de découverte - forfait :

- | | |
|---------------------------------------|--------|
| 1- Habitant du canton de Saint-Julien | 45.- € |
| 2- Habitant hors canton | 60.- € |

Des facilités de paiement sont aisément accordées, en échelonné et/ou en différé sur plusieurs mois ou sur la saison, selon un accord préalable.

Nota bene | Trio d'information :

La brochure généraliste de CeMaVi (envoyée sur demande), ce feuillet et le calendrier 2020-2021 sont complémentaires.

CALENDRIER des cours : consultez le calendrier 2020-2021.

LIEU DES COURS :

Maisons des Devins à Blécheins, 18 impasse de la Vie Solliet - 74 160 Archamps. Bénéficiez d'une salle de danse ressourçante.

Spécial Covid-19 :

- Le nouveau lieu des cours permet d'assurer la continuité de l'enseignement si les mesures de distances physiques liées à la Covid-19 entraînent un nouveau en vigueur.
- 2020-2021 est une saison exceptionnelle, due aux conséquences des rattrapages des cours annulés durant le confinement. Habituellement, la formule comprend 17 cours de 2h.
- **Les cours des lundis 5 et 12 octobre correspondent** au remplacement des cours annulés suite à la Covid-19 :
 - > Gratuit pour les anciens élèves.
 - > Réduction de 50 % pour les nouveaux élèves, dans la limite des places disponibles, soit un tarif unique à 55.- € les 2 dates, un seul horaire.

Devenez membre de CeMaVi-Genevois français :

- Vous soutenez une approche socio-écologique de la santé.
- Vous nous aidez à oeuvrer en faveur de personnes ayant des revenus modestes.
- Vous contribuez à la réalisation de projets pilotes pionniers voués à une diffusion à grande échelle.

Doc. mis à jour le 17.09.20

Etre membre de l'association CeMaVi-Genevois français vous donne droit à des réductions ou à la gratuité lors des évènements de CeMaVi-Genevois français, en versant votre cotisation annuelle :

Membre actif individuel :

- 1- Habitant du canton de Saint-Julien 15.- €
- 2- Habitant hors canton 30.- €

Membre actif familial - à partir de 2 membres et plus :

- 1- Habitant du canton de Saint-Julien 24.- €
- 2- Habitant hors canton 48.- €

Membre bienfaiteur - 3 catégories :

- 1- Mains tendues entre 80.- et 160.- €
- 2- Fleur de Lys entre 170.- et 350.- €
- 3- Grand large supérieur à 350.- €

La cotisation est valable du 1.09.20 au 1.08.21.

Pour 2020 et 2021, les cotisations des **membres bienfaiteurs et les dons** sont affectés **à la réalisation du projet pilote** : «Reconstruction de l'estime de soi pour femmes seules, ou femmes seules avec des enfants, ayant subi des violences».

La fondation Image & Sens nous soutient déjà.

Nous recherchons d'autres partenaires.

Soutenez-nous lors de notre première action de levée de fonds !

Création danse | Spectacle en avant-première

Solo : danseuse et chorégraphe Mara Vinadia.

Réservez les dates !

du jeudi 18 au dimanche 21 mars 2021.

Lieu : salle de danse La Maison des Devins à Archamps (74).

Participez à l'action «GroupeSuspendu»

C'est quoi ?

A la manière du 'café suspendu' en Italie où un client paie un café à une personne dans le besoin; CeMaVi vous propose de payer, au choix, une partie ou la totalité d'un cours 2020-2021 + frais de dossier.

Une partie peut constituer un dixième ou plusieurs dixièmes du cours - : 27.- € ou x fois 27.- €.

Ou encore un centième ou plusieurs centièmes du cours, en poursuivant notre exemple : 2.70 € ou x fois 2.70 €. Ou une partie du forfait administratif de dossier (60€), ou un dixième, etc.

Connaissez-vous une personne adulte ou senior pour qui rejoindre un atelier du mouvement ferait le plus grand bien cette saison ? et qui se retrouve dans le besoin financier ?

Deux solutions :

- 1- Participez à l'**action «GroupeSuspendu»** ou faites participer votre entourage.
- 2- Contactez-nous. Nous souhaitons développer des partenariats avec des organismes sociaux.
>>> Dans tous les cas, nous organisons une rencontre entre la personne bénéficiaire et les participants à l'action.

Doc. mis à jour le 17.09.20