

dr. Mateja Pate, dr. vet. med.,

je po opravljenem štiriletnem izobraževanju na Feldenkrais Institut Wien leta 2021 pridobila tudi naziv certificirana Feldenkrais pedagoginja.

K študiju metode jo je pritegnil izjemen potencial učenja prek gibanja in lastna izkušnja blagodejnih učinkov metode na težave s hrbtom.

Od leta 2018, ko je pridobila mednarodno veljavno licenco za vodenje skupinskih lekcij, vodi ozaveščanje skozi gib kot redno tedensko vadbo v Ajdovščini, Postojni in v zadnjih dveh letih tudi v spletnem okolju.

Poleg tega je doslej organizirala šest spletnih delavnic na temo blaženja stresa, razbremenjevanja ramen, hrbtenice, drže in hoje.

Ob poučevanju se neprestano dodatno izobražuje pod mentorstvom svetovno uveljavljenih Feldenkrais pedagogov.

Metodo Feldenkrais je doslej predstavila javnosti ob različnih dogodkih (npr. tedni vseživljenjskega učenja) in v različnih organizacijah (Ministrstvo za kulturo RS, Društvo bolnikov s fibromialgijo, Univerza za tretje življenjsko obdobje Ajdovščina) ter v različnih medijih (Planinski vestnik, Pogled, Lokalne Ajdovščina, Bogastvo zdravja, Latnik, Večer v nedeljo, Radio Maribor in Radio Prvi RTV SLO).

Za monografijo Sodobne metode v psihoterapiji in energijski psihologiji je prispevala poglavje o vplivih metode Feldenkrais na duševno zdravje.

V novembru 2022 je predstavila metodo tudi na Zdravstveni fakulteti UL.

Trenutno pripravlja tudi delavnice na temo nespečnosti.