

## Intervenante

### Stéphanie FAIVRE

MKDE, spécialisée en périnéologie

DIU statique pelvienne et urodynamique

DU pelvis périnéologie

**Public :** kinésithérapeutes

**Durée :** 1 jour, soit 7 heures

**Horaires :** de 9h00 à 18h00



## Programme

### Anatomie et physiologie des différentes enceintes

- Cavité thoracique
- Cavité abdominale
- Cavité pelvienne

### Orientations des pressions et conséquences en fonctions des exercices réalisés

- Etude de la sifud en 2001
- Notions de statique pelvienne

### Synergies musculaires

### Indications et contre indications

#### Conditions nécessaire pour une gymnastique abdominale

- Respiratoire
- Articulaires
- Musculaires

### Bilan préalable

### Pratique

- Déroulement d'une séance type
- Présentation des exercices
- Evolution des séances

# Gymnastique abdominale non génératrice de pression

**Niveau de connaissances :** acquisition

**Prérequis :** aucun

## Objectifs :

A l'issue de la formation, le stagiaire sera en capacité d'expliquer et de mettre en place des séances de gymnastiques non génératrice de pression, en individuel ou en groupe.

Cette formation lui permettra de :

- connaître les principes de la gymnastique non génératrice de pression
- savoir expliquer les mécanismes anatomo-physiologiques de cette technique
- organiser la première séance
- connaître les différents exercices afin de faire évoluer les séances avec une difficulté croissante
- corriger la/le patient lors des différents exercices

**Moyens pédagogiques et techniques :** Apport théoriques - Travaux pratiques - Cas cliniques

**Modalités d'évaluation :** pré-test, post-test, évaluation à distance.

*Un support de formation est remis à chaque stagiaire. La pédagogie est active et participative, alternant des apports théoriques et des phases de mise en pratique. L'évaluation de la progression des stagiaires est réalisée tout au long de la formation, au travers des échanges et par le biais d'exercices de synthèses individuels ou de groupe.*

**Certificat :** attestation de participation délivrée en fin de stage

Contact en charge des relations avec les stagiaires : Justine FRÉNEAU  
Secrétariat de Fc Santé : 05 56 51 80 88  
accueil@fcsante.org