

# Techniques d'Empowerment pour la Femme Concept Caufriez – Niveau 1 (Dr Marcel CAUFRIEZ)

## Objectifs

Mettre en place un traitement de base préventif ou curatif de pathologies ou dysfonctions spécifiquement féminines par un renforcement des défenses corporelles (Empowerment) issu de l'application de techniques somatiques épigénétiques, écophysiologiques et de méthodes algorithmiques personnalisées (Méthode Hypopressive)

## Formateur.trice

Marcel CAUFRIEZ (PhD)

Docteur en Sciences de la Motricité, Expert en Neurosciences et NeuroBiomécanique Viscérale, Ex-Professeur de Toledo et de Barcelona, Ex-Professeur Université de Bruxelles

## Note

## Tarifs

## Organisation

Construction du groupe :  
20 personnes

## Public et Prérequis

Formation ouverte aux masseurkinésithérapeutes (DE ou AE)

## Contenu

Un grand nombre de femmes souffrent de dysfonctions spécifiquement liées au genre féminin comme les troubles liés à l'appareil génital (Dysménorrhées, I.U.E, Prolapsus, Endométriose, troubles de la fertilité, problèmes du post-partum, ...), ou liés au vieillissement (ménopause problématique, dysfonctions posturales, taupathies...), ou métaboliques [cette énumération n'étant pas exhaustive, de nombreuses dysfonctions touchant la plupart des organes].

Nous proposons une série importante de thérapies préventives et le cas échéant, curatives, alternatives ou complémentaires des traitements traditionnels, basées sur l'utilisation d'algorithmes permettant un choix personnalisé de techniques holistiques et analytiques renforçant l'organisme sur le plan postural, métabolique, immunitaire et cardio-vasculaire.

La Formation complète comporte 7 niveaux chronologiques de cours.

Nous vous proposons le premier niveau, avec alternance de théorie et de pratique gymnique Hypopressive (programme de base).

## **Programme de la formation**

Les objectifs sont les suivants :

- Prendre connaissance de la philosophie de traitement basée sur l'utilisation d'algorithmes permettant la mise au point d'un traitement personnalisé.
- Prendre conscience que les techniques de traitement sont à la fois holistiques et analytiques et basées sur les applications des Neurosciences et des communications corporelles hormonales, neurohormonales et neuropeptidiques.
- Dans ce premier niveau de cours, nous abordons les dysfonctions neuro-biomécaniques liées au post-partum, aux ptoses viscérales pelviennes, à l'incontinence urinaire à l'effort, aux sollicitations conjonctives abdominales et périnéales.

Les techniques proposées ne sont pas liées aux techniques de Kegel.

## **Moyens pédagogiques et pratiques**

- Lieu : salle adaptée à l'effectif
- Alternance des séquences théoriques et pratiques : les stagiaires sont priés de se munir d'une tenue adéquate, soit maillot bikini pour les femmes et maillot de bain pour les hommes, ainsi qu'un survêtement et d'une serviette de bain
- Nous utilisons les techniques didactiques "découverte-redécouverte" avec l'aide de projections powerpoint. Les stagiaires sont invités à utiliser leur ordinateur, pour suivre en direct leur note de cours (pas de photocopié avec le souci de préserver l'environnement).

## **Modalités de suivi de l'exécution du programme et d'évaluation**

- Feuilles d'émargement (par ½ journées) : signature des participants et contre-signature du formateur.
- Évaluation des apports de la formation :
  - Pré et Post-test
  - Quizz – questionnaires
  - Correction des gestes techniques au décours de la pratique
  - Échanges autour des cas emblématiques
- Questionnaire de satisfaction de fin de formation

## **Accès aux personnes handicapées**

Attestation d'accessibilité recevant du public (ERP 5ème catégorie).

## Programme détaillé de la formation

Jour 1	Contenus	Pédagogie	
	<u>OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :</u>  <b>Comprendre l'importance du concept Caufriez, ses objectifs et ses moyens thérapeutiques</b>		
09h00	<b>Accueil des stagiaires</b>	<b>THÉORIQUE</b>	Remise de support pédagogique – Tour de table – questions sur les attentes des stagiaires – projection du diaporama et supports audio visuels
09h30	<b>Présentation du formateur</b>  <b>Présentation de la formation – présentation des participants</b>	<b>ÉCHANGES</b>	
09h30  10h30	Epigénétique et environnement – Méthylation et réversibilité.  Ecophysiologie et environnement – notion d'Hormétique, exemples pratiques.  Accéder à l'Empowerment de la Femme : Techniques utilisées.  Méthode H. : définition et objectifs.  Techniques additionnelles : ecophysiologie, épigénétique, Biohacking, Thérapies Manuelles et Instrumentales	<b>DÉMONSTRATIF</b>	Exemples pratiques – Projection du diaporama
	<b>Pause</b>		
10h45  12h30	Ménopause  Physiologie et physiopathologie  Prévention selon le Concept Caufriez  Bases fondamentales des Techniques HP  Barosensibilité fibroblastique et ostéoblastique, thermorécepteurs Implications Hormonales  Protéines de choc thermique  Applications pratiques	<b>DÉMONSTRATIF</b>	Projection du diaporama et supports audio visuels
	<b>Repas</b>		
13h30  15h30	Application pratique de la Méthode HP : exercices hypopressifs : Orthostatiques 1 à 4, respiration conditionnée et apnée intermittente  Phases du Sommeil et actions thérapeutiques du Kinésithérapeute Syndrome de Déficience Posturale Cerveau – Agents de communication Neuro-communication : intégration, mémorisation et automatisation des messages proprioceptifs	<b>PRATIQUE</b>  <b>THÉORIQUE</b>	Mise en situation des stagiaires  Supervision du formateur  Projection du diaporama et supports audio-visuels
	<b>Pause</b>		

15h45	Exercices Hypopressifs : intermédiaire 1	PRATIQUE	Mise en situation des stagiaires
16h30	Exercices à genoux 1-2-3		Supervision du formateur
16h30	Synthèse de la journée	ÉCHANGES	Tour de table – questionnements mutuels et évaluation orale-écrite de la formation
17h00			
Jour 2	Contenus	Pédagogie	
	OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :  Comprendre et pratiquer les techniques hypopressives		
09h00	Accueil des stagiaires	THÉORIQUE	Projection du diaporama et supports audio-visuels
10h30	Hernies vaginales, Acidose respiratoire, Hypoxémie, Pression artérielle O2, CO2, Acidose métabolique, Alcalose respiratoire, Alcalose métabolique		
	Pause		
10h45	Syndrome de déficience posturale, Préventions selon le concept CAUFRIEZ, Bases fondamentales des techniques HP, Barosensibilité fibroblastique et ostéoblastique, Thermorécepteurs, Tétanisation physiologique	DÉMONSTRATIF	Projection du diaporama et supports audio visuels
12h30			
	Repas		
13h30	Application pratique de la Méthode HP, Exercices hypopressifs : intermédiaire 2	PRATIQUE	Mise en situation des stagiaires
15h30			Supervision du formateur
	Pause		
15h45	Exercices hypopressifs : Exercices genu-pectoral actif Intermédiaire 3	PRATIQUE	Mise en situation des stagiaires
16h30			Supervision du formateur
16h30	Synthèse de la journée	ÉCHANGES	Tour de table – questionnements mutuels et évaluation orale-écrite de la formation
17h00			
Jour 3	Contenus	Pédagogie	
	OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :  Appliquer les techniques hypopressives dans des situations cliniques précises		
09h00	Accueil des stagiaires	ÉCHANGES	Projection du diaporama – Supports audio visuels
10h30	Notion de Tonus, Centres respiratoires, Neurodivergences	THÉORIQUE	
	Pause		
10h45	A quoi sert la GAH, Effets secondaires, Références scientifiques	DÉMONSTRATIF	Projection du diaporama – Supports audio visuels
12h30			
	Repas		
13h30	Application pratique de la Méthode HP :	PRATIQUE	Mise en situation des stagiaires

16h00	exercices hypopressifs (exercices « 4 pattes », exercices intermédiaires 4, exercices Genu-Pectoral passif)		Supervision du formateur
	Pause		
16h15  17h00	Synthèse des connaissances acquises  <b>Questionnaire oral et écrit de satisfaction et de connaissances</b>	<b>ÉCHANGES / DÉBATS</b>  <b>RÉFLEXIVE</b>	Réponses aux questions, problématiques spécifiques d'application pratique.  Tour de table – questionnements mutuels et évaluation orale-écrite de la formation