# 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 algoritmiques 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

## Tarifs

Nous contacter pour un devis

## 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 polycopié 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 | |
|---|---|---|---|
| | *OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :*<br><br>***Comprendre l´importance du concept Caufriez, ses objectifs et ses moyens thérapeutiques*** | | |
| 09h00<br><br>09h30 | **Accueil des stagiaires**<br><br>**Présentation du formateur**<br><br>**Présentation de la formation – présentation des participants** | **THÉORIQUE**<br><br>**ÉCHANGES** | Remise de support pédagogique – Tour de table – questions sur les attentes des stagiaires – projection du diaporama et supports audio visuels |
| 09h30<br><br>10h30 | Epigénétique et environnement – Méthylation et réversibilité.<br><br>Ecophysiologie et environnement – notion d´Hormétique, exemples pratiques.<br><br>Accéder à l´Empowerment de la Femme : Techniques utilisées.<br><br>Méthode H. : définition et objectifs.<br><br>Techniques additionnelles : écophysiologie, épigénétique, Biohacking, Thérapies Manuelles et Instrumentales | **DÉMONSTRATIF** | Exemples pratiques – Projection du diaporama |
| | **Pause** | | |
| 10h45<br><br>12h30 | Ménopause<br><br>Physiologie et physiopathologie<br><br>Prévention selon le Concept Caufriez<br><br>Bases fondamentales des Techniques HP<br><br>Barosensibilité fibroblastique et ostéoblastique, thermorécepteurs Implications Hormonales<br><br>Protéines de choc thermique<br><br>Applications pratiques | **DÉMONSTRATIF** | Projection du diaporama et supports audio visuels |
| | **Repas** | | |
| 13h30<br><br>15h30 | Application pratique de la Méthode HP : exercices hypopressifs : Orthostatiques 1 à 4, respiration conditionnée et apnée intermittente<br><br>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 | **PRATIQUE**<br><br>**THÉORIQUE** | Mise en situation des stagiaires<br><br>Supervision du formateur<br><br>Projection du diaporama et supports audio-visuels |
| | **Pause** | | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 15h45<br><br>16h30 | Exercices Hypopressifs : intermédiaire 1<br><br>Exercices à genoux 1-2-3 | **PRATIQUE** | Mise en situation des stagiaires<br><br>Supervision du formateur |
| 16h30<br><br>17h00 | **Synthèse de la journée** | **ÉCHANGES** | Tour de table – questionnements mutuels et évaluation orale-écrite de la formation |
| **Jour 2** | **Contenus** | **Pédagogie** | |
| | *OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :*<br><br>***Comprendre et pratiquer les techniques hypopressives*** | | |
| 09h00<br><br>10h30 | **Accueil des stagiaires**<br><br>Hernies vaginales, Acidose respiratoire, Hypoxémie, Pression artérielle 02, CO2, Acidose métabolique, Alcalose respiratoire, Alcalose métabolique | **THÉORIQUE** | Projection du diaporama et supports audio-visuels |
| | **Pause** | | |
| 10h45<br><br>12h30 | Syndrome de déficience posturale, Préventions selon le concept CAUFRIEZ, Bases fondamentales des techniques HP, Barosensibilité fibroplastique et ostéoblastique, Thermorécepteurs, Tétanisation physiologique | **DÉMONSTRATIF** | Projection du diaporama et supports audio visuels |
| | **Repas** | | |
| 13h30<br><br>15h30 | Application pratique de la Méthode HP, Exercices hypopressifs : intermédiaire 2 | **PRATIQUE** | Mise en situation des stagiaires<br><br>Supervision du formateur |
| | **Pause** | | |
| 15h45<br><br>16h30 | Exercices hypopressifs : Exercices genu-pectoral actif Intermédiaire 3 | **PRATIQUE** | Mise en situation des stagiaires<br><br>Supervision du formateur |
| 16h30<br><br>17h00 | **Synthèse de la journée** | **ÉCHANGES** | Tour de table – questionnements mutuels et évaluation orale-écrite de la formation |
| **Jour 3** | **Contenus** | **Pédagogie** | |
| | *OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :*<br><br>***Appliquer les techniques hypopressives dans des situations cliniques précises*** | | |
| 09h00<br><br>10h30 | **Accueil des stagiaires**<br><br>Notion de Tonus, Centres respiratoires, Neurodivergences | **ÉCHANGES**<br><br>**THÉORIQUE** | Projection du diaporama – Supports audio visuels |
| | **Pause** | | |
| 10h45<br><br>12h30 | A quoi sert la GAH, Effets secondaires, Références scientifiques | **DÉMONSTRATIF** | Projection du diaporama – Supports audio visuels |
| | **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<br><br>17h00 | Synthèse des connaissances acquises<br><br>**Questionnaire oral et écrit de satisfaction et de connaissances** | **ÉCHANGES / DÉBATS**<br><br>**RÉFLEXIVE** | Réponses aux questions, problématiques spécifiques d'application pratique.<br><br>Tour de table – questionnements mutuels et évaluation orale-écrite de la formation |