

TECHNIQUES D'EMPOWERMENT POUR LA FEMME

CONCEPT CAUFRIEZ (NIVEAU 1)

Objectif Opérationnel

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)

Public et Prérequis

Formation ouverte aux masseur-kinésithérapeutes (DE ou AE)

Maximum 16 stagiaires

Lors de la dernière session, le taux de satisfaction du groupe s'élevait à :

NOUVELLE FORMATION

Présentation de la formation

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).

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 power-point.
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 :
 - o Pré et Post-test
 - o Quizz – questionnaires
 - o Correction des gestes techniques au décours de la pratique
 - o Échanges autour des cas emblématiques
- Questionnaire de satisfaction de fin de formation

Accès aux personnes en situation de handicap

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

Intervenant

Docteur 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

Durée – Horaires

21 heures / 09h00- 17h30

3 jours

Programme détaillé de la formation

JOUR 1	CONTENUS	PÉDAGOGIE	
	OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE : Comprendre l'importance du concept Caufriez, ses objectifs et ses moyens thérapeutiques		
9h00	Accueil des stagiaires Présentation du formateur Présentation de la formation – présentation des participants	ÉCHANGES THÉORIQUE	Remise de support pédagogique – Tour de table – questions sur les attentes des stagiaires – projection du diaporama et supports audio visuels
-	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 : écophysiologie, épigénétique, Biohacking, Thérapies Manuelles et Instrumentales	DÉMONSTRATIF	Exemples pratiques – Projection du diaporama
10h30	PAUSE		
10h45	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	DÉMONSTRATIF	Projection du diaporama et supports audio visuels
12h30	REPAS		
13h30	Application pratique de la Méthode HP : exercices hypopressifs : Orthostatiques 1 à 4, respiration conditionnée et apnée intermittente	PRATIQUE THÉORIQUE	Mise en situation des stagiaires Supervision du formateur Projection du diaporama et supports audio-visuels
-	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		
15h30	PAUSE		
15h45	Exercices Hypopressifs : intermédiaire 1 Exercices à genoux 1-2-3	PRATIQUE	Mise en situation des stagiaires Supervision du formateur
17h00	Synthèse de la journée	ÉCHANGES	Tour de table – questionnements mutuels et évaluation orale-écrite de la formation

JOUR 2	CONTENUS	PÉDAGOGIE	
	<i>OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :</i> Comprendre et pratiquer les techniques hypopressives		
9h00	Accueil des stagiaires	THÉORIQUE	Projection du diaporama et supports audio-visuels
-	Hernies vaginales, Acidose respiratoire, Hypoxémie, Pression artérielle O ₂ , CO ₂ , Acidose métabolique, Alcalose respiratoire, Alcalose métabolique		
10h30	PAUSE		
10h45		DÉMONSTRATIF	Projection du diaporama et supports audio-visuels
-	Syndrome de déficience posturale, Préventions selon le concept CAUFRIEZ, Bases fondamentales des techniques HP, Barosensibilité fibroblastique et ostéoblastique, Thermorécepteurs, Tétanisation physiologique		
12h30	REPAS		
13h30		PRATIQUE	Mise en situation des stagiaires Supervision du formateur
-	Application pratique de la Méthode HP, Exercices hypopressifs : intermédiaire 2		
15h30	PAUSE		
15h45		PRATIQUE	Mise en situation des stagiaires. Supervision du formateur
-	Exercices hypopressifs : Exercices genu-pectoral actif Intermédiaire 3		
17h00	Synthèse de la journée	ÉCHANGES	Tour de table – questionnements mutuels et évaluation orale-écrite de la formation

JOUR 3	CONTENUS	PÉDAGOGIE	
	<i>OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :</i> <i>Appliquer les techniques hypopressives dans des situations cliniques précises</i>		
9h00	Accueil des stagiaires	ÉCHANGES THÉORIQUE	Projection du diaporama - Supports audio visuels
-	Notion de Tonus, Centres respiratoires, Neurodivergences		
10h30	PAUSE		
10h45		DÉMONSTRATIF	Projection du diaporama - Supports audio visuels
-	A quoi sert la GAH, Effets secondaires, Références scientifiques		
12h30	REPAS		
13h30	Application pratique de la Méthode HP : exercices hypopressifs (exercices « 4 pattes », exercices intermédiaires 4, exercices Genu-Pectoral passif)	PRATIQUE	Mise en situation des stagiaires. Supervision du formateur
-			
16h00	PAUSE		
16h15	Synthèse des connaissances acquises	ÉCHANGES / DÉBATS	Réponses aux questions, Problématiques spécifiques d'application pratique.
-	Questionnaire oral et écrit de satisfaction et de connaissances	RÉFLEXIVE	Tour de table – questionnements mutuels et évaluation orale-écrite de la formation
17h00			