

# Gymnastique abdomino diaphragmatique, non génératrice de pression sur le périnée

**1 JOUR**

**PUBLIC :** MASSEUR-KINÉSITHÉRAPEUTE D.E.

*Participants : Maximum 16*

→ **TARIF : 220 euros**

**Objectif de la formation :** La gymnastique abdominale doit intégrer le complexe abdomino lombo pelvien et être protectrice du périnée. Elle concerne tant le domaine post natal et les pathologie de la sphère pelvienne chez la femme que les pathologies rachidiennes.

Cette gymnastique permet au rééducateur d'enrichir sa palette thérapeutique et de personnaliser le traitement pour chaque patient.

## PROGRAMME

### ■ 1<sup>re</sup> PARTIE (9h00 - 12h30) :

- 1. Rappels théoriques et bases anatomo-physiologiques : positionnement des viscères pelviens dans l'abdomen
- 2. Transmission des efforts au niveau de l'abdomen : rôle des abdominaux et du périnée
- 3. Indications et contre indications de la gymnastique

### ■ 2<sup>e</sup> PARTIE (14h00 - 17h30) :

- 1. Présentation et pratique de la gymnastique
- 2. Cas cliniques

## FORMATEUR

Françoise BIZOUARD

- Cadre de santé
- Exerce des fonctions de Cadre supérieur au C2R de Rééducation du Groupe Hospitalier APHP Lariboisière-Fernand Widal
- D.U. Explorations pelvi périnéales et urodynamique
- D.U. Européen de rééducation périnéosphinctérienne
- Chargée de cours dans les I.F.M.K. de Paris, Strasbourg, Rouen, Rennes et Alençon
- Membre de la Société Internationale Francophone d'Urodynamique
- Communications dans divers congrès

## LIEU

Assas Formation Continue  
1 rue Jules Simon - 75015 Paris

*Possibilité d'organiser cette formation dans un lieu à votre convenance.*

*Dates et prix, nous consulter.*

Contact : 01 48 56 28 54

## À NOTER

Prévoir une tenue permettant la pratique gymnique