

Accompagnement corporel à la périnatalité (prof de santé) Accompagnement

La maternité n'est pas une maladie, mais elle est souvent source de gênes mécaniques et de stress. Cette formation donne des réponses en terme de postures et de respirations pour améliorer le bien-être en pré et post natal. La formation résulte de plus de 50 ans de pratique du Dr de Gasquet avec les futurs mamans et jeunes accouchées.

Présentiel - Sychrone

Objectifs

Proposer un accompagnement corporel en périnatalité grâce à des solutions posturales aux problèmes courants de la grossesse et des suites de couche immédiates.

Public Visé

masseur-kinésithérapeute, sage-femme, ostéopathe DO, psychomotricien

Pré Requis

Avoir suivi la formation "APOR de Gasquet" (ou une formation avec les bases de Gasquet) et être titulaire d'un diplôme de masseur-kinésithérapeute, sage-femme, ostéopathe DO, psychomotricien.

Objectifs pédagogiques et d'évaluation

Accompagner les femmes enceintes à l'aide de postures et exercices permettant de soulager les problèmes mécaniques et fonctionnels de la grossesse (lombalgie, problèmes digestifs, fatigue, circulation etc)
Accompagner les femmes en post partum à l'aide de postures et exercices permettant de répondre aux besoins de cette période (éliminer la grossesse, mobiliser et décharger le périnée, reprise progressive des renforcements)
Aider à l'autonomisation des patientes grâce à une "boite à outil" posturo-respiratoire

Méthodes pédagogiques

Exercices pratiques au tapis et apports théoriques et informatifs

Parcours pédagogique

Jour 1 Matin:

- Rappel de la physiologie du pré et post partum
- Apprentissage respiratoire, intégration du périnée à la respiration, gestion des pressions abdominales chez la femme enceinte et en suite de couches
- Risques spécifiques à la période, pratiques à éviter

Jour 1 Après midi:

- Proposition de réponses posturales et biomécaniques aux problèmes courants de la grossesse (digestifs et circulatoires)
- Positions de confort, étirements et détente chez la femme enceinte
- Entretien de la mobilité

Jour 2 Matin:

- Propositions de réponses posturales et biomécaniques aux problèmes communs à la grossesse et aux suites de couche: problèmes ligamentaires (symphise, sacro-iliaque, syndrome de Lacome) et douleurs rachidiennes
- Apprentissage des gestes du quotidien justes

Jour 2 Après-midi:

- Correction posturale aux positions d'allaitement (1 exemple assis et 1 exemple allongée)
- Éliminer la grossesse: fausses inspirations thoraciques dans diverses positions
- Remise en place du bassin (bandage et équilibrage)
- postures pour s'assouplir et se tonifier progressivement
- prévention du diastasis

Moyens pédagogiques

Supports téléchargeables (photo et texte) et vidéos

Qualification Intervenant-e-s

Professionnel de santé

Méthodes et modalités d'évaluation

Mise en situation et tests pratiques au tapis

Modalités d'accessibilité handicap

Nous sommes sensibilisés à l'accessibilité des formations aux personnes en situation de handicap. Les stages proposés sont tous à base de pratique corporelle au tapis ou sur ballon. Nous consulter afin de vérifier de la faisabilité de la formation au regard du handicap ou nous faire part de besoins spécifiques.



Durée

14.00 Heures **2** Jours

Effectif

De 6 à 16 Personnes



Tarifs (net de taxes)

Inter (Par personne) : **490.00 €**



Contactez-nous !

Laure Pistre
Directrice

Tél. : 0143202120
Mail : contact@degasquet.com