



## PROGRAMME

# LA REPROGRAMMATION MOTRICE : PERINEE ET PROPRIOCEPTION, la vie est un sport

**FALEVITCH Formation**

12 Avenue Ferdinand PERTUS – 30320 MARGUERITTES – Tel : 04 66 03 39 88  
falevitchformation@gmail.com

Siret : 413 448 416 000 52 – code NAF : 8690 D – Statut : 1010

N° d'enregistrement à la DIRECTE : 9130 02845 30

(Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat, conformément aux obligations de mentions légales)

## Compétences Visées

Compétence 1 : Evaluer son niveau de connaissances et de compétences en matière de prise en charge globale et proprioceptive des troubles de la statique pelvienne de la grossesse et du post-partum

Compétence 2 : Connaître l'anatomie et la physiopathologie de la sphère pelvienne et l'intérêt de la réhabilitation de ses troubles par l'abord corporel statique et dynamique

Compétence 3 : Savoir prévenir et traiter les troubles de la statique pelvienne et de l'incontinence urinaire chez la femme enceinte et en post-partum, par le mouvement et la proprioception

Compétence 4 : Savoir établir une stratégie thérapeutique des troubles de la statique pelvienne personnalisée, globale et proprioceptive

Compétence 5 : Evaluer l'amélioration de son niveau de connaissances et de compétences en matière de prise en charge globale et proprioceptive des troubles de la statique pelvienne et de l'incontinence urinaire de la grossesse et du post-partum

## 1 PROGRAMME DETAILLE

### ETAPE 1 : EVALUATION DES PRATIQUES PROFESSIONNELLES

#### Section 1 : Objectifs pédagogiques spécifiques

Evaluer son niveau de connaissances et de compétences sur les différents thèmes du module

#### Section 2 : Objectifs pédagogiques spécifiques

Déterminer ses objectifs de formation sur les thèmes du module

### ETAPE 2 : ACQUISITION, PERFECTIONNEMENT DES CONNAISSANCES FONDAMENTALES : NOTIONS DE BASES : SAVOIR

#### Section 3 : Objectifs pédagogiques spécifiques

Faire le lien entre statique pelvienne et statique globale

- Rappels anatomie-physiologie : le plancher pelvien et les éléments de suspension et de soutènement des organes pelviens – spécificité de la grossesse et du post-partum
- La respiration globale
- La posture et la posturologie en rééducation périnéale
- Le système sensoriel somesthésique
- L'intérêt de la méthode globaliste et proprioceptive

#### Section 4 : Objectifs pédagogiques spécifiques

Physiopathologie des troubles de la statique pelvienne et de l'incontinence de la grossesse et du post-partum

- Les troubles de la statique pelvienne

- Rappels : les différents types d'incontinence, épidémiologie, physiopathologie, recommandations professionnelles et traitements
- L'incontinence urinaire et anale :
  - chez la femme
  - chez la femme dans sa vie active et sportive
- Le bilan pelvien
- Le bilan postural

## **ETAPE 3 : ACQUISITION, PERFECTIONNEMENT DES CONNAISSANCES ET DES COMPETENCES CLINIQUES : SAVOIR FAIRE**

### **Section 5: Objectifs pédagogiques spécifiques**

#### **Notions fondamentales de la réhabilitation urogynécologique par l'abord corporel et proprioceptif**

- Psychisme, soma, environnement et statique pelvienne
- Impact de la santé globale maternelle et de la statique globale sur la statique pelvienne
- L'intégration somesthésique et la proprioception
- Correction de la respiration, renforcement musculaire, renforcement paravertébral
- Amélioration de la capacité proprioceptive vers le réflexe rééducateur
- Le mouvement en réhabilitation pelvienne et corporalité

## **ETAPE 4 : ACQUISITION, PERFECTIONNEMENT DES CONNAISSANCES ET DES COMPETENCES : SAVOIR FAIRE ET SAVOIR ETRE**

### **Section 6: Objectifs pédagogiques spécifiques**

#### **Elaborer un programme de réhabilitation urogynécologique personnalisée, globale et proprioceptive adapté à la femme enceinte et en post-partum**

- Maîtriser et savoir transmettre les différentes techniques de rééducation proprioceptive
- Savoir organiser des ateliers de pratiques corporelles en conscience
- Savoir proposer un programme de rééducation périnéale globale adaptée à l'activité physique et sportive des mères
- Assurer l'autonomie de la patiente au travers d'une meilleure confiance en soi

### **Section 7: Objectifs pédagogiques spécifiques**

#### **Permettre à la mère présentant des troubles de la statique pelvienne de reprendre ou poursuivre la pratique du ou d'un sport adapté**

- Epidémiologie de l'incontinence urinaire chez les mères sportives
- Intégrer les différentes techniques rééducatives en mouvement au sein d'une prise en charge globale
- Savoir corriger et transmettre ces notions d'adaptation corporelle globale à l'effort physique et sportif

### **Section 8: Objectifs pédagogiques spécifiques**

#### **Savoir transmettre**

- Place et rôle de la sage femme dans la prise en charge des troubles de la statique pelvienne de la grossesse et du post-partum
- Savoir orienter vers les différents professionnels du domaine de la statique pelvienne au sein du réseau

## **ETAPE 5 : EVALUATION DES CONNAISSANCES ET AMELIORATION DES PRATIQUES PROFESSIONNELLES**

### **Section 9 : Objectifs pédagogiques spécifiques**

Marie-Josée FALEVITCH – FALEVITCH Formation -

**Evaluer à court, moyen et long terme les effets et impacts de la formation sur ses pratiques professionnelles et de ses résultats**

- Cas clinique de synthèse du module
- Identifier les actions spécifiques à mettre en place afin d'améliorer ses pratiques professionnelles
- Définir des critères d'amélioration des pratiques professionnelles
- Evaluer et suivre l'amélioration de ses pratiques professionnelles : les outils