

# **formation en Rééducation périnéale chez la femme**

## **Programme de formation :**

### **• jour 1 théorie**

- 1-Rappel anatomique
- 2-Fonction du diaphragme pelvien
- 3-Stabilité périnéale 4-Physiologie
- 5-Physiopathologie 6-Traitement

### **• jour 2 pratique**

- 1- Anamnèse
- 2- Bilans et examens
- 3- Prise de conscience du périnée
- 4- Toucher vaginal à tour de rôle
- 5-Electro-stim et Biofeedback
- 6- Rééducation abdomino périnéo-diaphragmatique
- 7- Gymnastique hypopressive

## **Programme du jour :**

### **• Programme du 1er jour**

- ✓ 8:45 à 9:00 Accueil des participants
- ✓ 9:00 à 11:00 exposé
- ✓ 11:00 à 11:20 pause-café
- ✓ 11:20 à 13:00 exposé
- ✓ 13:00 à 14:00 pause libre
- ✓ 14:00 à 17:00 exposé

### **• Programme du 2eme jour**

- ✓ 9:00 à 11:00 expose
- ✓ 11:00 à 11:20 pause- thé
- ✓ 11:20 à 13:00 expose
- ✓ 13:00 à 16:00 séance pratique