



Programme de l'action de formation

## L'eutonie Session III

### Traitement des pathologies urodynamiques

#### Utilisation en rééducation post natale

**Formatrice :** Martine Gies (sage-femme)

**Durée :** 14 h (2 jours)

**Horaire :** 9h à 17h30

**Pré requis :** Suivi session I et II

**Public concerné :** Sage femme diplômé-e, Étudiant-e Sage femme, Professionnel-le de santé de la périnatalité

**Objectifs :** Faire un lien entre la ceinture scapulaire et le périnée, entre la respiration et le périnée . Retrouver le mouvement en économisant son énergie (éviter les pressions dans le mouvement)

**Moyens pédagogiques :** analyse de la pratique, exercices spécifiques, mise en commun avec le groupe. Support remis aux stagiaires (papier ou USB)

Les principes thérapeutiques s'acquièrent par l'écoute des sensations corporelles dans le mouvement, le contact ou le transport.

---

#### 1<sup>e</sup> jour (7h)

9h - 12h30

##### Percevoir les mouvements respiratoires jusqu'au périnée

- Les épaules, le cou en lien avec la respiration

14h 17h30

##### Équilibrage de l'axe par un travail sur la colonne vertébrale

- Recentrage, équilibrage du bassin.

---

#### 1<sup>e</sup> jour (7h)

9h - 12h30

##### Accompagner la mobilité

- liaisons, pieds/bassin, épaule/bassin, bassin/bassin
- Retrouver le mouvement autonome en position couché en établissant des liaisons pieds/bassin, épaule/bassin, bassin/bassin
- Retrouver l'autonomie du mouvement en position debout

14h-17h30

##### Relaxation en eutonie

- Relaxer et dynamiser en laissant l'énergie remonter par les pieds
- Évaluation des acquis de compétence à l'issue de la formation
- Questionnaire d'évaluation de l'organisme de formation