

Thérapie manuelle des fascias -Système musculo-squelettique La Réunion - Programme de formation professionnelle Niveau 1 – 2024-2025

Public concerné et niveau de connaissance préalable requis

Public : Professionnels de la santé conventionnelle ou non conventionnelle (sur dossier)

Pré-requis :

- Formation préalable : en anatomie, physiologie et pathologie humaine (150 heures) ; formation en toucher manuel
- Activité professionnelle : Exercer une activité professionnelle dans le domaine de la santé conventionnelle ou non conventionnelle
- Connaissance de la fasciathérapie : avoir une connaissance théorique et/ou pratique du domaine des fascias et de la fasciathérapie ou expérience personnelle de la fasciathérapie.

Objectifs pédagogiques

- Connaître les différents fascias des membres supérieur et inférieur, de la colonne vertébrale, de la région cervico-crânienne, leur classification, leurs fonctions et plus particulièrement dans le fonctionnement biomécanique et l'organisation du mouvement
- Développer la perception et le sens du toucher pour favoriser les capacités d'écoute et de traitement tissulaire
- Acquérir et maîtriser les principes et les techniques de thérapie manuelle des différents fascias (myofascial, aponévrotique, ostéo-articulaire) et les appliquer aux pathologies aiguës et chroniques des membres, de la colonne vertébrale, de la région cervico-crânienne,
- Savoir organiser et réaliser un traitement d'une pathologie des membres supérieur et inférieur, de la colonne vertébrale, de la région cervico-crânienne en utilisant les techniques apprises

Contenu pédagogique

Stage 1 : Introduction à la thérapie des fascias - Application aux membres supérieur et inférieur

JOUR 1 :

Matin 8h30 à 12h30

- Connaître les principes théoriques et pratiques de la thérapie manuelle appliquée aux fascias et situer cette approche dans le champ de la santé
- Comprendre le rôle des fascias dans le fonctionnement du corps humain et la santé
- Connaître les différentes définitions et classifications anatomiques et fonctionnelles des fascias ainsi que leurs propriétés biomécaniques et biophysiques

Après-midi : 14h00 à 17h00

- Mettre en pratique les bases du toucher de la fasciathérapie : lenteur, différentes écoutes tissulaires, point d'appui manuel
- Développer la participation du corps du praticien dans le toucher pour enrichir et améliorer la perception et la profondeur du geste thérapeutique

JOUR 2 :

Matin 8h30 à 12h30

- Connaître les définitions, classifications et organisation du fascia du système musculo-squelettique
- Comprendre les fonctions du fascia musculo-squelettique et son implication dans les troubles musculosquelettiques

Après-midi 14h00 à 17h00

- Apprendre le protocole général de traitement du membre supérieur, de la région scapulaire, scapulo-thoracique et cervicale
- Savoir évaluer et traiter la ceinture scapulaire : repérage des asymétries tissulaires, des crispations locales et à distance et des zones de densification
- Apprendre les différentes techniques de traitement à visée articulaire, musculaire, périostée et osseuse

JOUR 3 :

Matin 8h30 à 12h30

- Apprendre le protocole de traitement du coude, de l'avant-bras, du poignet et de la main
- Savoir évaluer et traiter le complexe articulaire et myofascial du, coude, du poignet et de la main

Après-midi 14h00 à 17h00

- Apprendre le protocole général de traitement du membre inférieur
- Savoir évaluer et traiter la hanche dans son environnement myotensif en prenant en compte les muscles locaux et à distance
- Savoir évaluer et traiter les muscles et fascias de la cuisse

JOUR 4 :

Matin 8h30 à 12h30

- Apprendre le protocole général de traitement du genou
- Savoir évaluer et traiter le complexe ligamentaire et myofascial du genou dans le contexte du traitement d'un genou traumatique ou chronique

Après-midi 14h00 à 17h00

- Apprendre le protocole général de traitement de la cheville et du pied
- Savoir évaluer et traiter le complexe articulaire, aponévrotique et myofascial de la cheville, du tarse et du métatarse

Stage 2 : Thérapie manuelle des fascias – Toucher psychotonique - Application à la région lombopelvienne

JOUR 1 :

Matin 8h30 à 12h30

- Comprendre la place du toucher dans la thérapie manuelle
- Connaître le concept du toucher psychotonique et son importance dans la fasciathérapie
- Connaître le concept du point d'appui et son importance dans les processus d'auto-régulation somatique et psychique

Après-midi 14h00 à 17h00

- Apprendre les protocoles de traitement manuel appliqués à la prise en charge des douleurs myofaciales associées à la lombalgie
- Maîtriser les techniques spécifiques de régulation des tonus fascial et musculaire et les intégrer dans le traitement des dysfonctions articulaires, discales et musculaires liées à la lombalgie

JOUR 2 :

Matin 8h30 à 12h30

- Connaître l'organisation et le rôle des fascias dans la fonction posturale, la régulation du tonus et le maintien de la colonne vertébrale

- Connaître l'anatomie du Fascia thoraco-lombaire, comprendre son rôle biomécanique et postural et son implication dans la lombalgie

Après-midi 14h00 à 17h00

- Apprendre le protocole de bilan et de traitement du fascia thoraco-lombaire et de ses continuités (membres, occiput, pelvis)
- Apprendre les techniques spécifiques manuelles et gestuelles de traitement et de rééducation sensorielle de la région lombo-pelvienne

JOUR 3 :

Matin 8h30 à 12h30

- Savoir évaluer et traiter les principaux muscles de la région thoraco-lombaire : muscles diaphragme, psoas, grand dorsal et carré des lombes
- Savoir évaluer et traiter les muscles pelviens profonds, le périnée, le piriforme et les ligaments sacro-sciatiques dans le cadre d'une lombalgie basse et chronique

Après-midi 14h00 à 17h00

- Apprendre le protocole de traitement de la région viscérale dans le contexte d'une lombalgie
- Savoir évaluer et traiter les tensions, restrictions de mobilité des viscères abdominaux et pelviens et de leurs fascias de soutien

Stage 3 : Thérapie manuelle des fascias – Biomécanique sensorielle - Application au thorax et à la colonne dorsale

JOUR 1 :

Matin 8h30 à 12h30

- Connaître le concept de la Biomécanique sensorielle et sa place dans la compréhension du mouvement et des pathologies du système musculo-squelettique
- Acquérir une connaissance des 7 lois de la biomécanique sensorielle et de leur application dans la lecture tissulaire et gestuelle

Après-midi 14h00 à 17h00

- Apprendre le protocole général de traitement des fascias du thorax et de leur continuité cervicale, scapulaire, abdominale et dorso-lombaire
- Réaliser un bilan manuel tissulaire et articulaire du thorax : points de tension, contractures, densités osseuses, restrictions articulaires locales, intra-thoraciques et à distance

JOUR 2 :

Matin 8h30 à 12h30

- Connaître le rôle des fascias dans l'évolution des modèles biomécaniques (transmission de force, distribution des contraintes, optimisation de l'effort musculaire)
- Connaître les lois de la tenségrité et de la biotenségrité et leur intérêt dans la compréhension du fonctionnement global du corps ainsi que dans les mécanismes d'ajustement de la tension tissulaire et tonique

Après-midi 14h00 à 17h00

- Apprendre à évaluer et traiter spécifiquement la région du diaphragme et l'orifice inférieur du thorax (côtes, carré des lombes et charnière dorso-lombaire)
- Apprendre à évaluer et à traiter les fascia intrathoraciques (plèvre, péricarde, ligaments suspenseurs, fascia endothoracique) dans un contexte de dorsalgie ou de douleur costale

JOUR 3 :

Matin 8h30 à 12h30

- Apprendre la biomécanique sensorielle des mouvements du thorax et de la colonne vertébrale
- Connaître les différentes pathologies dorsales et thoraciques : les douleurs articulaires, les douleurs intercostales, les douleurs projetées et les dorsalgies
- tonique

Après-midi 14h00 à 17h00

- Apprendre à évaluer et traiter le sternum et ses rapports avec les dorsales, les cervicales et l'occiput
- Apprendre à évaluer et traiter les tensions, restrictions et densifications des côtes, du sternum, des espaces intercostaux et des articulations sternales-costales et costo-vertébrales dans le contexte d'une pathologie intercostale ou dorsale

JOUR 4 :

Matin 8h30 à 12h30

- Comprendre le rôle du système fascial dans le mouvement (transmission de force)
- Connaître la place du toucher et de la fasciathérapie dans la prise en charge de la douleur physique et de la souffrance psychique

Après-midi 14h00 à 17h00

- Apprendre à évaluer et traiter l'orifice supérieur du thorax et son contenu viscéral et nerveux
- Apprendre à évaluer et traiter la colonne dorsale : tensions et crispations myofasciales scapulo-thoraciques (grand-dentelé, rhomboïde, trapèze, sous-scapulaire) et densifications périostées et ligamentaires (costo-vertébrales et intervertébrales)

Stage 4 : Thérapie manuelle des fascias – Voie de résonance d'un choc – Application à la région cervico-crânienne

JOUR 1 :

Matin : 8h30-12h30

- Connaître le concept de la voie de résonance d'un choc et son intérêt dans la compréhension du stress et des somatisations
- Comprendre les mécanismes du stress et l'implication des fascias dans la réaction d'adaptation somatique et psychique face au stress (réaction émotionnelle, perception du corps et conscience de soi)

Après-midi : 14h00 à 17h00

- Apprendre le protocole général de traitement des fascias de la région cervicale et de leur continuité cervicale, scapulaire, abdominale et dorso-lombaire
- Appliquer les différentes techniques de traitement de la région cervicale : techniques myotensives, articulaires, périostées, osseuses et viscérales

JOUR 2 :

Matin : 8h30 à 12h30

- Connaître le contexte anatomo-physiologique et psychoaffectif de la colonne cervicale
- Connaître l'anatomie, l'organisation et la fonction des différentes aponévroses cervicales : aponévroses cervicale superficielle, moyenne et profonde

Après-midi : 14h00 à 17h00

- Apprendre à évaluer et traiter les fascias superficiels et profonds de la région cervicale : muscles angulaire, scalènes, long du cou, splénius et complexus, aponévroses cervicales et gaine viscérale du cou
- Apprendre les techniques de traitement articulaire du rachis cervical inférieur, de la région de la 1ère côte de la clavicule et du muscle sous-clavier

JOUR 3 :

Matin : 8h30 à 12h30

- Connaître les différentes formes d'algies cervico-crâniennes : cervicalgies communes, psychogènes, névralgie de Arnold et cou traumatique (« whiplash »)
- Connaître le contexte anatomo-physiologique et pathologique de la région cervico-crânienne et le rôle des fascia dans les cervicalgies

Après-midi : 14h00 à 17h00

- Apprendre les techniques de traitement de la colonne cervicale haute, de la région occipito-temporale et du trou déchiré postérieur et les appliquer aux algies cervico-crâniennes
- Apprendre à évaluer et traiter les muscles et structures ligamentaires du complexe atlas/axis/occiput et de la charnière cervico-crânienne dans un contexte de cervicalgies traumatiques, de névralgies et de céphalées de tension

JOUR 4 :

Matin 8h30 à 12h30

- Connaître le rôle des fascias dans la définition, les caractéristiques et la complexité de la douleur et de la souffrance
- Apprendre les techniques spécifiques de traitement de la région occipito-cervicale et sous occipitale

Après-midi 14h00 à 17h00

- Apprendre à évaluer et traiter la gaine viscérale du cou et ses rapports avec la région occipitale et temporale
- Maîtriser le protocole de traitement appliqué aux névralgies cervico-brachiales et aux syndromes canaux du membre supérieur

Déroulement pédagogique : 145 h de formation

- 3 stages de 4 jours et 1 stage de 3 jours soit 105h de formation
- 40 heures de formation à distance sur plateforme e-learning et classe virtuelle

Noms et qualité des formateurs

Courraud Christian, docteur en sciences sociales - spécialité psychologie de l'université Fernando Pessoa (Portugal), masseur-kinésithérapeute DE et psychopédagogue. Il est directeur du Centre d'Etude et de Recherche Appliquée en Psychopédagogie perceptive et auteur de livres sur le fascia, la fasciathérapie, le sport et la santé. Domaine d'expertise : fascias, thérapie manuelle et gestuelle des fascias, gymnastique sensorielle, psychopédagogie perceptive.

Bertrand Isabelle, présidente de TMG Concept, docteur en sciences sociales - spécialité psychologie de l'université Fernando Pessoa (Portugal), formatrice et chercheuse au CERAP, masseur-kinésithérapeute DE, psychopédagogue. Domaine d'expertise : gymnastique sensorielle, santé, obésité et thérapie des fascias.

Legac Claire, Masseur-kinésithérapeute DE, formée à la fasciathérapie MDB ; expertise en neurologie centrale, formatrice en prévention des TMS, collaboration avec le centre de la douleur (CHU la Réunion)

Girodet Alexandre, Masseur kinésithérapeute D.E., fasciathérapeute MDB, formé en chaînes musculaires "Busquet"

Jossen Fanny, Masseur kinésithérapeute D.E., fasciathérapeute MDB

Klein Hélène, Masseur kinésithérapeute D.E., fasciathérapeute MDB

Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement mis en œuvre

- Encadrement de la formation assuré directement par le formateur qui garantit le respect du programme de formation tout en adaptant son exposé de façon à permettre aux stagiaires de progresser tout au long de l'action de formation
- Démonstrations et exercices pratiques, exposés théoriques. Supports de formation à disposition en téléchargement. Mise en place de tutorat pédagogique en dehors des formations présentielles avec référent individuel si nécessaire.



- Capacité d'accueil de la salle conforme corrélé au nombre de stagiaires, équipée d'un vidéo-projecteur et d'un paperboard, afin de garantir le bon déroulement de l'action de formation du point de vue pédagogique et technique
- Accès illimité 24/7 pendant la durée de la formation à des séquences e-learning sur extranet Digiforma avec avec supports pédagogiques vidéos, audios et écrits permettant aux stagiaires de suivre la progression et le séquençage au niveau de la transmission de savoirs et de savoir-faire.
- Nécessité d'une connexion internet haut débit, un ordinateur (Pc ou mac), navigateur Chrome recommandé pour la navigation. Supports technique et pédagogique par l'équipe de TMG Concept par mail : formation@tmgconcept.info
- Classes virtuelles éventuelles réalisées par extranet ou par Zoom

Moyens permettant de suivre l'exécution de l'action de formation

Le suivi de l'exécution de l'action de formation est assuré par l'émargement, pour chacun des stagiaires, d'une feuille de présence pour chaque demi-journée de formation et d'un relevé de connexions pour la formation à distance suivi garanti par la présidente de TMG ou à défaut, par le formateur.

Moyens permettant d'apprécier les résultats

Une attestation de fin de formation professionnelle, mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action, ainsi que les résultats de l'évaluation des acquis de la formation sera remise au stagiaire, postérieurement à l'action de formation. Les évaluations théoriques seront réalisées à partir de la plateforme de e-learning, les évaluations pratiques seront réalisés en présentiel.

Lieux, horaires, tarifs de formation :

Horaires de formation : de 8h30 à 17h00 tous les jours

Tarif : 3265 euros

- 795€TTC (732,72€ HT) par stage pour les stages de 4 jours
- 595 € TTC (548,39 HT) pour le stage de 3 jours
- 65€ d'accès à la plateforme e-learning pour le niveau 1

Lieu : La petite Folie 177 route du trou d'eau 97420 Saint Paul

Pour la société TMG Concept
Madame Isabelle BERTRAND, Présidente

TMG CONCEPT
63 boulevard Berthelot 63000 Clermont-Fd
07-50-44-56-69 / info.tmgconcept@gmail.com
RCS 803 848 126 CLERMONT-FD
déclaration d'activité enregistrée sous
le numéro 83 63 04523 63 auprès de
la préfecture de la région d'Auvergne