

# FORMATIONS PROFESSIONNELLES CONTINUES

## IdHEO Nantes

**Pour les Professionnels Ostéopathes  
exclusifs**

# 2020/2021

# Marion FRENETTE

## Cycle MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction) Pleine Conscience

### Lieu de la formation :

**IdHEO Nantes**  
**15 boulevard Marcel Paul**  
**Parc de l'Angevinière (bât F)**  
**44800 Saint-Herblain**

### Dates de la formation :

~~3 juillet 2020 → RÉUNION D'ORIENTATION~~  
~~31 août 2020~~  
~~7 septembre 2020~~  
~~14 septembre 2020~~  
~~21 septembre 2020~~  
~~28 septembre 2020~~  
~~5 octobre 2020~~  
~~10 octobre 2020~~  
~~19 octobre 2020~~  
~~26 octobre 2020~~

### Horaires de la formation :

~~19h00 – 22h00 → EN VISIOCONFÉRENCE~~  
~~9h30 – 12h30~~  
~~9h30 – 12h30~~  
~~9h30 – 12h30~~  
~~9h30 – 12h30~~  
~~9h00 – 12h30~~  
~~9h30 – 12h30~~  
~~9h30 – 17h00 : Journée complète~~  
~~9h30 – 12h30~~  
~~9h00 – 12h30~~

**FORMATION ANNULÉE**

### OBJECTIFS :

Cette formation homologuée sur 8 semaines constitue une action d'adaptation et de développement des compétences professionnelles.

### Intégration :

Par l'alternance d'apports théoriques et l'apprentissage progressif des pratiques de Mindfulness, le participant est amené à découvrir et explorer les compétences consécutives à l'entraînement de l'attention.

Cette formation permet à l'individu d'enrichir ses savoirs, savoir être et savoir-faire, par le biais du développement des compétences attentionnelles à soi, à l'autre et à l'environnement.

Celles-ci, favorisant tout d'abord, dans le cadre du travail, l'identification d'automatismes de fonctionnements, conduisant au stress, aux dépassements des limites, voir à l'épuisement.

De plus, cette prise de recul attentionnelle renforce le pouvoir d'agir du travailleur par le développement de sa capacité à choisir des réponses adaptées et créatives en situation de changement.

Les bénéfices scientifiquement prouvés de l'entraînement à la Mindfulness s'expriment dans toutes les sphères de la qualité de la vie du travailleur.

### Acquisition :

À l'issue de la formation, les participants seront capables de mettre en place, dans leur quotidien, une approche intégrative de la Mindfulness qui favorise la santé du soignant et du soigné, la pratique de sa discipline, et qui diminue les risques de stress, de douleur et de fatigue chronique.

### PROGRAMME ET METHODES :

Diversité des méthodes pour répondre aux besoins individuels des participants et correspondre à leur style d'apprentissage.

- Alternance entre apports théoriques et mises en situation pratique.
- Chaque participant prend part du mieux qu'il le peut aux pratiques formelles et informelles
- Chaque participant prend part du mieux qu'il le peut aux mises en situations, partage d'expériences, échanges en binôme ou groupe entier.
- Dialogue exploratoire
- Technique de développement de l'attention
- Travail sur le ressenti corporel. Une tenue souple et confortable est à prévoir.
- Technique de communication bienveillante

## Marion FRENETTE (SUITE)

# Cycle MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction) Pleine Conscience

### PROGRAMME ET METHODES (suite) :

- Entraînement à domicile progressif et évolutif entre les sessions
- Mise en pratique dans le contexte professionnel et personnel
- Support de formation transmis au participant :
  - Manuel de formation contenant : Rappel des points essentiels, les supports d'exercices pour l'entraînement à l'attention, support d'inspiration, bibliographie.
  - Enregistrements audio sous forme numérique des supports de pratique à domicile
- Élaboration d'une synthèse qui identifie les acquis, les ressources, et les projets d'application au travail.
- Formalisation de la formation : attestation de fin de formation

#### **Séquence pédagogique 1**

**Objectif :** Explorer notre mode de fonctionnement par défaut  
Introduction au programme.

#### **Séquence pédagogique 2**

**Objectif :** Explorer nos perceptions et réponses créatives  
Retour d'expérience de l'entraînement personnel de la  
semaine.

#### **Séquence pédagogique 3**

**Objectif :** Apprendre à être présent, garder la stabilité, nourrir  
ses ressources et son ancrage.  
Temps de pratiques formelles de l'attention.

#### **Séquence pédagogique 4**

**Objectif :** Garder l'ancrage au cours d'une situation difficile  
Temps de pratique formelle de l'attention.

#### **Séquence pédagogique 5**

**Objectif :** Trouver des réponses créatives en situation difficile  
Temps de pratique formelle de l'attention avec moins de  
guidance.

#### **Séquence pédagogique 6**

**Objectif :** Développer une communication adaptée et créative en  
situation difficile.  
Temps de pratique formelle de l'attention avec moins de guidance.

#### **Séquence pédagogique 7 : journée continue**

##### **Objectifs :**

- Pratiquer et utiliser les outils de la pleine conscience pendant toute  
une journée en incluant les moments agréables comme  
désagréables.
- Entraîner l'habileté et la flexibilité avec les pratiques de l'attention.

#### **Séquence pédagogique 8**

**Objectif :** Cultiver l'autonomie. Redevenir acteur de sa vie professionnelle  
voire personnelle.  
Exploration des limites et croyances.

#### **Séquence pédagogique 9**

**Objectif :** Bilan de la formation. Établir une synthèse des actions à mettre  
en place pour continuer à intégrer les acquis de la formation.  
Temps de pratique formelle de l'attention.

## FORMATION ANNULÉE

## Robert SARZEAUD

# OSTÉOPATHIE TISSULAIRE : APPROCHE PRATIQUE ET NORMALISATION DU SYSTÈME FIBREUX

### Lieu de la formation :

**IdHEO Nantes**  
**15 boulevard Marcel Paul**  
**Parc de l'Angevinière (bât F)**  
**44800 Saint-Herblain**

### Dates de la formation :

11 décembre 2020  
12 décembre 2020

### Horaires de la formation :

8h30 – 12h30 / 14h00 – 18h00  
8h30 – 12h30 / 14h00 – 18h00

### OBJECTIF ET PEDAGOGIE :

- Acquisition des techniques sur les tissus fibreux
- Approche théorique et pratique
- Réflexion sur l'intérêt de la technique en cabinet
- Champs d'application clinique (traumatologie récente ou séquellaire – atteintes périphériques en neurologie)
- Réflexions sur ses limites

### PROGRAMME ET METHODES :

- Historique : la technique dans le champ de la médecine manuelle
- Histoanatomie : spécificité des tissus
- Anatomie globale : focus sur les points clefs
- Physiologie en lien avec le système et la technique
  - Continuité tissulaire (Guimberteau)
  - Glissements des tissus (Stecco)
  - Equilibre du tout : tenségrité (Ingber)
  - Eléments de neuro-anatomie
- Synthèse pratique : de la théorie au geste
- Sa place parmi les outils de l'ostéopathe
- Approche du membre supérieur
  - Anatomie spécifique
  - Application pratique
- Approche du membre inférieur
  - Anatomie spécifique
  - Application pratique
- Approche tête-cou et tronc
  - Anatomie spécifique
  - Application pratique
- Synthèse générale

(Report 2019-2020 : places limitées)

**TARIF : 300 €**

# Bernard FERRU

## OSTÉOPATHIE ET FERTILITÉ

### Lieu de la formation :

**IdHEO Nantes**

**15 boulevard Marcel Paul**

**Parc de l'Angevinière (bât F)**

**44800 Saint-Herblain**

### Dates de la formation :

18 février 2021

19 février 2021

20 février 2021

### Horaires de la formation :

8h30 – 12h30 / 14h00 – 18h30

8h30 – 12h30 / 14h00 – 18h30

8h30 – 12h30 / 14h00 – 17h30

### OBJECTIF ET PEDAGOGIE :

Cette formation a pour but de présenter et d'enseigner aux ostéopathes diplômés :

- Une méthode d'approche holistique intégrale particulière aux problèmes de fertilité féminine ;
- Un protocole de d'approche clinique holistique adapté permettant de comprendre et traiter ces patientes pour les aider de la manière la plus efficace possible ;
- L'apprentissage de tests, protocoles et techniques ostéopathiques spécifiques répondant à la recherche de valorisation de la fertilité des patientes dans le respect de la réglementation en vigueur de l'enseignement de la médecine ostéopathique.

### PROGRAMME ET METHODES :

- Présentation théorique en utilisant un support projeté type diaporama.
- Fourniture d'un support écrit sous forme de polycopié d'environ 164 pages.
- Nombreuses séquences de pratique sous forme de séquences de travail réciproque des participants sur tables ostéopathiques, organisées sous forme de binômes avec l'encadrement de l'intervenant.

#### Journée 1 :

- Introduction
- Rappels physiologiques généraux
- L'aventure de la fécondation (Film)
- La Fertilité Féminine / La Fertilité Masculine
- Les champs d'exclusion ostéopathiques
- L'endométriose
- Les malformations utérines
- Causes d'infertilité traitables en ostéopathie
- La médecine de la fertilité
- La consultation
- L'interrogatoire
- L'examen clinique
- La mise en place du protocole de traitement
- L'aspect psychologique
- Les principes des techniques ostéopathiques
- Les principes des techniques tissulaires
- La conscience tissulaire
- Pratique du travail tissulaire
- Travail sur la présence

#### Journée 2 :

- Les tests ostéopathiques spécifiques
- Tests de membres inférieurs
- Test pelviens externes
- Tests de l'abdomen
- Tests thoraciques
- Tests crâniens
- Test d'inhibition
- Le protocole du traitement ostéopathique
- La cavité thoraco-abdominale
  - Rappels anatomo-physiologiques
  - Techniques thoraciques spécifiques
  - Techniques abdominales spécifiques
- La sphère pelvienne
  - Rappels anatomo-physiologiques
  - Techniques pelviennes externes spécifiques

#### Journée 3 :

- La sphère crânienne
  - Rappels anatomo-physiologiques
- Techniques crâniennes spécifiques
- Technique du ligament falciforme
- Les impactions tissulaires inconscientes
- L'approche "Impactive"
  - Les tests spécifiques
- Les techniques spécifiques ("Jenn Mo", "Sourcier")
- Synthèse de la "consultation fertilité"
- Questions/Réponses
- QCM de validation de la formation
- Débriefing de l'évaluation de la formation
- Conclusion
- Référencement professionnelles
- Conseils de mise en œuvre professionnelle en cabinet
- Assistance à la pratique professionnelle

**TARIF : 490 €**

# Matthieu GONZALÈS-BANDRÉS & Fabien BELIN

## OSTÉOPATHIE ET TRAIL

### Lieu de la formation :

**IdHEO Nantes**  
**15 boulevard Marcel Paul**  
**Parc de l'Angevine (bât F)**  
**44800 Saint-Herblain**

### Dates de la formation :

23 avril 2021  
24 avril 2021

### Horaires de la formation :

8h30 – 12h15 / 14h00 – 17h30  
9h00 – 12h00 / 14h00 – 17h30

### OBJECTIF ET PEDAGOGIE :

Cette formation a pour but d'approfondir les connaissances des ostéopathes diplômés sur la prise en charge des patients pratiquant le trail.

Lors de cette formation sera abordé exclusivement le trail et l'intégration de l'ostéopathie dans ce sport.

Pour étudier ce que peut apporter l'ostéopathie au traileur, une réflexion spécifique sera apportée dans la prise en charge et prendra en compte la réalité des contraintes du trail: chaussage, nutrition, techniques de course, terrain, physio-pathologie, préférences motrices, foulées, douleurs et gestion de course.

Un outil sera également enseigné et pratiqué: l'analyse vidéo.

L'objectif est de comprendre au mieux ce sport et ses contraintes pour pouvoir y intégrer l'ostéopathie.

### PROGRAMME ET METHODES :

#### Journée 1 :

- Téléchargement de Kahoot et vérification des médias
- Présentation et concept d'adaptation au sport en ostéopathie
- Définition et analyse ostéopathique du trail
- L'environnement du trail
- Terrains / efforts / physiologie / chaussage /
- Alimentation / autonomie & psychologie
- Préférences motrices, foulées
- Place de l'ostéopathie
- L'auto-efficacité dans le trail - gestion de course
- Intégration de l'ostéopathie
- Evaluations ostéopathiques dans le trail

#### Journée 2 :

- Principes de l'analyse vidéo en slow-motion
- Intérêt en ostéopathie
- Mise en pratique des participants
- Analyse ostéopathique des vidéos
- Analyse magistrale et approfondissement
- Pathologies
- Mise en lien avec J1
- Mise en pratique de gestuelles et analyse ostéopathique
- Questions/Réponses

**TARIF : 300 €**



# Anne MACQUET

## REGARD OSTÉOPATHIQUE SUR LA SPHÈRE PELVIENNE FÉMININE

### Lieu de la formation :

**IdHEO Nantes**  
**15 boulevard Marcel Paul**  
**Parc de l'Angevinière (bât F)**  
**44800 Saint-Herblain**

### Dates de la formation :

**FORMATION COMPLETE**

### Horaires de la formation :

### OBJECTIF ET PEDAGOGIE :

Objectif de la formation : accompagner ostéopathiquement la femme aux différents moments de sa vie, de la puberté à la ménopause.

Connaitre la physiologie, la sémiologie et les troubles fonctionnels de la sphère pelvienne viscérale et périnéale pour une approche ostéopathique « intelligente » sur le plan hormonale, neurologique, vasculaire, posturale et mécanique.

### PROGRAMME ET METHODES :

#### Journée 1 :

L'enfant prépubère ;

- Le cycle et sa physiologie/ l'axe hypothalamo hypophysaire/ la thyroïde et les surrénales.
- Lexique de gynécologie : quelques définitions de termes (ménarche, spotting, ménorragie etc...).
- Mécanisme de la puberté : modification hormonale et anatomique.
- La puberté précoce : définition et étiologie.
- Cas cliniques
- Traitement ostéopathique centrale sur l'axe hypothalamo-hypophysaire, périphérique hormonale gonadique et /ou surrénalien.
- Retard pubertaire : définition et étiologies. Centrale/ périphérique.
- Accompagner les premiers cycles : physiologie pathogénie de l'acné : Apport et limite du traitement l'ostéopathique .
- Etiologie et aide ostéopathique des dysménorrhées de l'adolescente.
- Le syndrome des ovaires polykistiques.

#### Journée 2 :

- Les troubles du cycle féminin : hormonaux (étiologie endocrine et exocrine).
- Description du profil oestrogénique, profil progestatif.
- Troubles du cycle/ endométriose/ migraine cataméniale/ syndrome prémenstruel/ cystites à répétition : définition, apport et limite de l'ostéopathie.
- Réflexion sur les hypofertilités : apport de l'ostéopathie et pratique utérus/trompe/ovaire
- Les différents types de contraception.
- Les anastomoses et pièges du système artério-veineux pelvien :
- Les troubles veineux : syndrome de congestion pelvienne : définition, étiologie, symptomatologie et diagnostic clinique et para clinique.
- Description du drainage pelvien et pratique ostéopathique de drainage.
- Les troubles artériels pelviens.

#### Journée 3 :

- Les troubles de la statique viscérale intra pelvienne et leurs conséquences
- Description des différents organes pelviens et leurs rapports dans la physiologie, dans la pathologie.
- Description, définition et compréhension des différents prolapsus
- Apport de l'ostéopathie : pratique sur chaque système : gynéco/urinaire/rectale et connexion de ces trois systèmes par une compréhension des espaces intra-pelviens.
- Equilibration neuro-végétative : travail ostéopathique métamérique et transmétamérique
- Le périnée : description et physiologie
- Pathologie : incontinence, dyspareunie, syndrome du périnée descendant etc...
- Apport et limite de l'ostéopathie.

## FORMATION COMPLETE



## Pour vous inscrire aux Formations Professionnelles Continues de 2020-2021 :

- Compléter le bulletin d'inscription 2020-2021 disponible en téléchargement sur le site internet [www.idheo.com](http://www.idheo.com)
- Joindre une copie de votre attestation d'enregistrement au répertoire ADELI (N° d'identification)
- Régler par chèque bancaire à l'ordre d'IdHEO (encaissé au moment de la formation)