



ANNÉE ACADÉMIQUE 2019-2020

# CONNAISSANCE ET MAÎTRISE DU PÉRINÉE (NIVEAU 1)



---

Formation continuée paramédicale en  
collaboration avec l'Institut  
Naissance et Formations

 HEPN Haute  
École de la  
Province  
de Namur

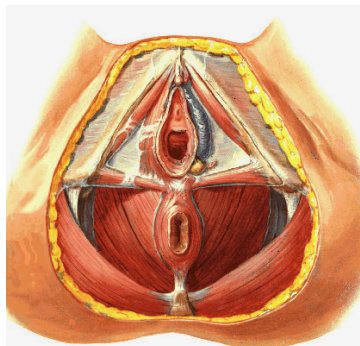
*La méthode "Connaissance & Maîtrise du Périnée" est une pratique éducative de la rééducation périnéale basée sur la conscience du périnée et orientée vers l'autonomie des patientes. La formation vise à acquérir des capacités amenant à faire travailler aux femmes la phase de connaissance du périnée et permet d'ouvrir une consultation de rééducation périnéale ou de l'améliorer*

## PUBLIC VISÉ :

Sages-femmes et masseurs-kinésithérapeutes diplômés.

Il est recommandé dans le cadre de cette formation :

- D'être dans un projet de mise en place ou d'amélioration d'une consultation en rééducation périnéale
- De pouvoir pratiquer entre les deux étapes présentielles et donc prévoir des rendez-vous dès la fin de l'étape 1



## OBJECTIFS

En fin de formation, l'apprenant a tous les outils pour mettre pratique la rééducation périnéale et est en capacité de :

- **Pratiquer** un diagnostic complet à partir de l'anamnèse
- **Reconnaître** les pathologies relevées
- **Proposer** un traitement adapté
- **Suivre** l'évolution du traitement et le réajuster le cas échéant
- **Analyser et rédiger** le compte-rendu de fin de rééducation
- **Prescrire** des exercices à une fréquence personnalisée permettant le maintien des résultats obtenus

## CONTENU DE LA FORMATION

- Apprentissage d'une série de diagnostics (symptômes, signes cliniques) par l'Art du Toucher Vaginal sur 12 zones vaginales
- Principe d'exercices personnels de visualisation permettant le travail ciblé de chaque muscle du plancher pelvien et donc l'acquisition par la femme de la perception de chaque zone
- Approche de la notion de PTAE "Pressions Thoraco-Abdominales exercées à l'Effort"
- Prescription d'exercices quotidiens, en fonction des résultats obtenus entre chaque consultation
- Évaluation en fin de rééducation

# CONNAISSANCE ET MAÎTRISE DU PÉRINÉE



## MÉTHODES

- Travail préparatoire un mois avant le début du séminaire
- Cours magistraux, mises en situation, jeux de rôle, travaux dirigés, etc.
- Pratique de touchers vaginaux proposée entre participantes, chacune étant alternativement, patiente et thérapeute. (Uniquement pour celles qui ont coché ce choix sur leur bulletin d'inscription, les autres l'effectueront à l'aide d'un bassin osseux)
- Questionnaire et travail en fin de formation.

## VALIDATION DES ACQUIS

Les moyens pédagogiques mis en place tout au long de la formation permettent de vérifier que les connaissances et les gestes professionnels sont acquis et de "pratiquer dès le lendemain du séminaire". Une évaluation d'appréciation est prévue à l'issue de chaque étape. L'étape non présentielle consiste à retourner dans un délai imparti un dossier permettant de faire un premier bilan sur les connaissances acquises, l'évaluation des pratiques et le suivi des actions mises en oeuvre pour la prise en charge des patientes en rééducation périnéale.

## FORMATRICE

Sylvie Nicot-Catherine : Sage-Femme DE / formatrice CMP

## INFORMATIONS

*Calendrier de la formation* : du lundi 09 au jeudi 12 mars 2020, du lundi 20 au jeudi 23 avril 2020 de 08h30 à 12h30 et de 14h à 17h30 (dernier jour à 17h)

Étape à distance non présentielle

*Frais d'inscription* : 1575€ par participant pour un groupe de minimum 12 personnes et maximum 14 personnes.

Clôture des inscriptions le 10 décembre 2019 et réception des derniers paiements le 15 décembre 2019

---

### *Renseignements & inscriptions* :

sarah.frere@province.namur.be / +32 81 77 53 63

Campus HEPN rue Henri Blès 192 - 5000 Namur (lieu de la formation)

WWW.HEPN.BE