

Formation de 4 jours : Approche des Fascias Niveau 1

PRÉSENTATION DU COURS :

Les fascias sont un tissu conjonctif clé, jouant un rôle fondamental dans l'équilibre et la santé de l'organisme. Agissant comme un réseau interconnecté, ils influencent les systèmes musculo-squelettique, viscéral, dure-mérien et artériel. Leur compréhension et leur traitement permettent de restaurer la mobilité, de réduire la douleur et de rétablir les fonctions vitales du corps.

Cette formation de 4 jours vous fournira des connaissances approfondies sur les différents types de fascias et les techniques manuelles pour traiter leurs dysfonctionnements. En alliant théorie et pratique, ce programme vous permettra de maîtriser les approches fasciales appliquées aux systèmes musculo-squelettique et viscéral, avec un accent particulier sur les techniques manuelles adaptées.

OBJECTIFS DU COURS :

À l'issue de cette formation, vous serez capable de :

1. **Reconnaître et différencier** les fascias musculo-squelettiques, viscéraux, ainsi que leur rôle dans la santé globale.
 2. **Évaluer les dysfonctions fasciales** et leur impact sur les systèmes locomoteur et viscéral.
 3. **Appliquer des techniques manuelles spécifiques** pour restaurer la mobilité fasciale et traiter les troubles musculo-squelettiques et viscéraux.
 4. **Développer des compétences pratiques** en palpation et manipulation des fascias pour améliorer les fonctions corporelles.
 5. **Stimuler l'autorégulation du corps** en optimisant la mobilité des fascias et leur influence sur l'ensemble du système corporel.
-

COMPÉTENCES DÉVELOPPÉES :

- Compréhension des propriétés et fonctions des fascias.
 - Capacité à évaluer les restrictions de mobilité et les dysfonctionnements fasciaux.
 - Maîtrise des techniques manuelles pour le traitement des fascias musculo-squelettiques et viscéraux.
 - Développement d'une approche thérapeutique intégrant une compréhension globale du système fascial.
-

PLAN DU COURS SUR 4 JOURS :

Jour 1 : Introduction aux fascias et rôle dans la santé globale

- **Matin :**
 - Introduction au système fascial.
 - Présentation des différents types de fascias (musculo-squelettique, viscéral, dure-mérien, artériel).
 - Cartographie des fascias.
- **Après-midi :**
 - Propriétés des fascias : élasticité, plasticité, glissement.

- Techniques de palpation et d'évaluation des fascias.
- **Atelier pratique** : Techniques de travail sur le fascia cervical antérieur et le diaphragme.

Jour 2 : Approche des fascias musculo-squelettiques

- **Matin** :
 - Propriétés et dysfonctionnements des fascias musculo-squelettiques.
 - Les fascias et leur influence sur la posture et le mouvement.
- **Après-midi** :
 - **Atelier pratique** : Techniques manuelles pour restaurer la mobilité des fascias musculo-squelettiques (psoas, carré des lombes, muscles de la paroi abdominale).
 - Concepts d'hygiène fasciale : hydratation, lumière, électromagnétisme.

Jour 3 : Approche des fascias viscéaux (Partie 1)

- **Matin** :
 - Anatomie viscérale et présentation du système fascial viscéral.
 - Rôle des fascias viscéraux dans le fonctionnement des organes et leurs interactions avec les autres systèmes corporels.
- **Après-midi** :
 - **Atelier pratique** : Techniques pour travailler sur les fascias viscéraux (périnée, estomac, hernie hiatale, pylore, duodénum).
 - Libération des fascias viscéraux pour améliorer la mobilité des organes internes.

Jour 4 : Approche des fascias viscéaux (Partie 2)

- **Matin** :
 - Les fascias viscéraux et leurs connexions avec les systèmes musculo-squelettique et artériel.
 - Introduction aux fascias péritonéaux, et au travail sur les organes tels que le foie, le pancréas, et les intestins.
- **Après-midi** :
 - **Atelier pratique** : Techniques pour libérer les fascias du foie, de la vésicule biliaire, du côlon et de l'intestin grêle.
 - Focus sur les techniques de libération du ligament hépatorénal et des fascias hépatiques.
 - Synthèse des techniques apprises pour une approche viscérale complète.

ÉVALUATION DES ACQUIS :

- **Évaluation continue** au fil des ateliers pratiques pour mesurer la compréhension et l'application des techniques enseignées.
 - **Études de cas pratiques** pour permettre aux participants de mettre en œuvre les compétences apprises dans des situations réelles.
 - **Retour d'expérience** à la fin de chaque journée pour affiner les compétences et ajuster les apprentissages.
-

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES :

- Sessions théoriques combinées à des démonstrations pratiques.
 - Ateliers de palpation et de manipulation des fascias sous supervision.
 - Échanges interactifs entre participants pour encourager l'apprentissage collaboratif.
 - Supports pédagogiques remis aux participants (documents théoriques et illustrations anatomiques).
-

Cette formation sur 4 jours vous apportera une compréhension détaillée et des compétences pratiques pour traiter efficacement les dysfonctionnements fasciaux, particulièrement au niveau musculo-squelettique et viscéral.