



FICHE DESCRIPTIVE DE L'ACTION DE FORMATION

1.9 PÉRINATALITÉ ET SANTÉ ABOMINO-PELVIENNE EN COURSE À PIED

Intitulé de l'action de formation

1.9 Périnatalité et santé abdomino-pelvienne en course à pied

Prestation de formation à destination des professionnels traitant et/ou travaillant avec les coureurs et autres sportifs.

Contexte

La participation féminine en course à pied se développe et les troubles comme l'incontinence urinaire sont présents chez 30% des femmes. Le Guideline Canadien 2019 préconise un minimum de 150 minutes d'activité physique hebdomadaire, ceci étant aussi vrai chez la femme enceinte. La course à pied fait aussi partie des sports conseillés. Cette formation permet de prendre en charge les patients qui souffrent de troubles abdomino-pelviens ainsi que les femmes dans la période périnatale dans un contexte de course à pied, selon une approche basée sur les évidences scientifiques les plus récentes possibles.

Objectif professionnel

Reconnaitre l'influence de la périnatalité et la santé abdomino-pelvienne dans un contexte de course à pied

Objectif opérationnels et évaluables de développement des compétences

A l'issue de l'action de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Évaluer et analyser la fonction abdomino-pelvienne chez les coureurs
- Prendre en charge de façon adaptée les coureurs dans un contexte périnatal ou en présence de symptômes abdomino-pelviens variés
- Appliquer le concept de quantification du stress mécanique au périnée
- Planifier la reprise de la course à pied en post-partum

Public visé

Cette formation s'adresse à des professionnels de la santé traitant/travaillant avec des coureurs ou autres sportifs ainsi qu'au grand public

- Libéraux
- Salariés

Prérequis

Les apprenants doivent être des professionnels de santé

Modalités et délais d'accès

En amont de la contractualisation, le professionnel de santé a accès via le site internet de La Clinique

SAS RUNNING EDUCATION 107-109 Avenue de la Venise Verte 79000 Niort – 07.88.43.13.76 Mail : france@lacliniqueducoureur.com - Site Web : www.lacliniqueducoureur.com Organisme de formation enregistré sous le 75790119979 auprès du préfet de région de la Nouvelle Aquitaine (cet enregistrement ne vaut pas agrément l'Etat) et identifié au répertoire Datadock sous le n°0049976. SAS au capital de 5000€ - SIRET : 830 256 7070 00027 – APE 8559A – N°TVA Intracommunautaire FR 59830256707



Du Coureur www.lacliniqueducoureur.com à différentes informations :

- la fiche descriptive de l'action de formation précisant notamment les objectifs et le contenu, les modalités d'évaluation et de sanction,
- le tarif,
- les modalités d'accès,
- les dates, horaires et lieux de formation,
- les profils des formateurs,
- le règlement intérieur applicable.

Chaque stagiaire doit créer un profil sur le site internet de La Clinique Du Coureur (www.lacliniqueducoureur.com) puis s'inscrire en ligne (obligatoire). Il a ensuite accès aux ressources documentaires avant et après la formation.

Durée de la formation/calendrier et lieu de formation

La formation se déroule sur 1 jour soit 7h de formation.

Une convocation est envoyée aux participants 15 jours avant le début de la formation et un rappel 2 jours avant la formation.

Modalités de déroulement (pédagogie), suivi et action

Les modalités, méthodes et outils sont déterminés dans le but de favoriser l'implication du stagiaire

Modalités pédagogiques	Formation d'une journée en présentiel. Le suivi de l'exécution de l'action de formation se fera au moyen d'une feuille d'émargement sur ½ journée co-signée par les formateurs et le responsable de Running Education
Méthodes pédagogiques	Apport théoriques illustrés par des exemples, échanges.
Moyens et/ ou outils pédagogiques	Salle dédiée à la formation en présentiel, notes de cours remises aux stagiaires avant la formation via leur profil (sur le site internet de La Clinique Du Coureur) les ressources documentaires supplémentaires disponibles également via leur profil pour une lecture préalable afin d'en venir plus rapidement à certaines problématiques. Prévoir une tenue confortable et apporter un tapis de yoga pour les expérimentations
Intervenants	2 intervenants kinésithérapeutes spécialisés dans la



	santé abdomino-pelvienne.
Sanction de la formation	Certificat de réalisation

Contenu

PRÉSENTATION : Présentation des formateurs, des objectifs et du déroulé de la formation

QUESTIONNAIRE en amont de la formation

Anatomie Abdomino-pelvienne

- Anatomie
- Core
- Pression intra-abdominale
- Piston diaphragme

Troubles abdomino -pelviens

- Troubles Abdomino-pelviens
- Plancher pelvien et sports
- Evaluation du coureur
- Traitement du coureur

Périnatalité

- Grossesse
- Post-partum

Autres populations

Histoire de Cas

Conclusion

Modalités d'évaluation

Questionnaire d'évaluation des acquis en amont de la formation.
Evaluation formatives tout au long de l'action de formation
Questionnaire de sortie après la formation
Recueil des appréciations du stagiaire en fin de formation via leur profil (sondage obligatoire pour accéder aux ressources d'après-cours)



Prix de la formation

290 € net de taxes. (Article 293 B du Code général des Impôts)

Indicateur de résultat

Niveau d'accomplissement : 90 Stagiaires accueillis.

Niveau de performance : 100% des personnes qui ont répondu sont globalement satisfaits de la formation

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Conformément à la réglementation (Loi du 11 février 2005, pour l'égalité des droits et des chances, la participation et la citoyenneté des personnes handicapées / Articles D.5211-1 et suivants du code du travail) SAS Running Education peut proposer des aménagements (technique, organisationnel et/ou pédagogique) pour répondre aux besoins particuliers des personnes en situation de handicap. Le cas échéant, l'organisme de formation mobilise des compétences externes (centre de Ressources Formation Handicap Nouvelle-Aquitaine...) et les dispositifs ad-hoc (Accea, Epatech...) pour la recherche de solutions permettant l'accès aux formations.

Contact pédagogique, administratif et handicap

Pour toute information : Elodie Rousseau, france@lacliniqueducoureur.com, 07.88.43.13.76