

# PROGRAMME DÉTAILLÉ THÉRAPIE MANUELLE 1 - AFPDTM

**Formateurs :** Bertrand Chateau, Bruno Diolot, Benoît Cauvin, Stéphane Saoli, Régis St Martin - Jérôme Hubschwerlin

**Lieux de stage :**

Paris (IDF) - Nice - Montpellier - Marseille - Bastia - Strasbourg - Lille - Rennes - Bordeaux - Martinique - Guadeloupe.

## SESSION 1 : 4 jours - 30h30

### S1 - J1 Après-Midi 5h

14h00- 14h05	Contextualisation et contractualisation
14h05 - 14h30	Présentation et évaluation prédictive
<b><i>Théorie</i></b>	
14h30 - 15h30	Présentation de la thérapie manuelle
15h30 - 16h00	Distinguer la physiologie des pathologies.
16h00 - 16h45	Identifier le niveau de complexité de l'action thérapeutique manuelle
16h45 - 17h00	Pause
17h - 17h30	Distinguer l'action mécanique et l'action réflexe d'une mobilisation
17h30 - 18h00	Définir les contre-indications aux techniques de thérapie manuelle
18h00 - 19h00	Etablir les notions de changements d'état

### S1 - J2 Matin 4h30

08h30 - 09h30	Etablir les interactions fonction vs structure
---------------	--

09h30 - 11h00 Elaborer les moyens d'action sur la LTR; MTC (massage du tissu conjonctif)
11h00 - 11h15 Pause
11h15 - 13h DVTM (dynamisation vasculo-tissulaire manuelle), mobilisations, manipulations. Principes et démonstrations.
13h - 14h Pause repas

## S1 - J2 Après-Midi 4h30

<b><i>Théorie et première pratique</i></b>
14h00 - 16h00 Appliquer les bases fondamentales au système locomoteur
16h - 16h15 Pause
16h15 - 17h45 Définir la technique structurelle directe avec contre-appui à distance. Démonstrations
17h45 - 18h30 Formuler les différentes règles de positionnement

## S1 - J3 matin 4h30

8h30 - 09h00 Tour de table
09h00 - 10h00 Mettre en œuvre les règles de positionnement sur le test de décoaptation de cheville.
10h00 - 11h00 Utiliser la gestuelle sur un traitement de cheville
11h00 - 11h15 Pause
11h15 - 13h00 Déterminer la spécificité mécanique des surfaces articulaires, et implications pratiques

## S1 - J3 Après-midi 4h30

14h00 - 14h45 Mettre en œuvre le slack dans la technique sous astragalienne
14h45 - 15h15 Mettre en œuvre la notion de « senti » dans la technique sous astragalienne

15h15- 16h00 Mettre en œuvre la technique de décoaptation de la cheville
16h00 - 16h15 Pause
16h15 - 17h00 Mettre en œuvre la technique structurelle du tibia antérieur.
17h00 - 17h45 Mettre en œuvre la technique du calcanéum en latéralité
17h45- 18h30 Mettre en œuvre la technique du scaphoïde 1/2

## S1 - J4 Matin 4h30

08h30 - 09h45 Mettre en œuvre la technique du scaphoïde 2/2
09h45 - 11h00 Mettre en ordre les connaissances de physiopathologie du pied au travers du traitement de « l'entorse de cheville » 1/2
11h00 - 11h15 Pause
11h15 - 13h00 Mettre en ordre les connaissances de physiopathologie du pied au travers du traitement de « l'entorse de cheville » 2/2
13h00 - 14h00 Pause repas

## S1 - J4 Après-Midi 3h

14h00 - 15h00 Mettre en application 5 techniques du pied et de la cheville
15h00 - 15h45 Reformulation de la technique de décoaptation tibio-astragalienne
15h45 - 16h00 Pause
16h00 - 17h00 Debriefing, tour de table

# SESSION 2 : 3 jours

**Formateur :**

**Assistant :**

## S2 - J1    Matin                    4h30

08h30- 08h35    Contextualisation et contractualisation
08h35 - 9h00    Evaluation des acquis théoriques
9h00 - 09h30    Corrections
09h30 - 10h00    Tour de table et questions
10h00 -10h15    Pause
10h15- 11h30    Développements techniques et mises en œuvre au niveau pied-cheville
<b><i>Première approche du bassin</i></b>
11h30 - 12h00    Rappels anatomiques et palpatoires
12h00 - 13H00    Mettre en œuvre la technique globale du bassin 1/3
13h - 14h        Pause repas

## S2 - J1    Après midi                    4h30

<b><i>Première approche du bassin</i></b>
14h – 16h00    Mettre en œuvre la technique globale du bassin 2/3
16h -16h15     Pause
16h15 - 18h30    Mettre en œuvre la technique globale du bassin 3/3

## S2 - J2    Matin                    4h30

8h30 – 9h00    Tour de table
<b>Appréhender la mobilisation C2/C3 première partie</b>
9h00 – 9h15    Mise en garde
9h15 – 09h30    Rappels anatomiques
09h30 – 11h00    Mise en œuvre C2/C3 - 1/2
11h00 -11h15    Pause



11h30 -12h00	Mise en œuvre sur la sous-astragalienne
12h00 - 13h00	Définir comment, dans une épaule, passer de 5 articulations à l'usage d'une seule
13h00 - 14h00	Pause repas

## S2 - J3 Après midi 4h30

14h – 15h	Mise en œuvre sur la globale du bassin
15h - 15h45	Mise en œuvre sur le pisiforme croisé
15h45 -16h00	Pause
<b><i>Appréhender la technique de compression thoracique</i></b>	
16h00 – 16h30	Théorie
16h30 – 18h00	Mettre œuvre au niveau D8
18h00 - 18H30	Debriefing

## SESSION 3 : 3 jours

**Formateur :**

**Assistant :**

## S3 - J1 Matin 4h30

08h30- 08h35	Contextualisation et contractualisation
08h35 - 9h00	Evaluation des acquis théoriques
9h00 - 09h30	Corrections
09h30 – 10h00	Tour de table
<b><i>Appréhender la technique de compression thoracique - Suite</i></b>	
10h00 – 11h	Continuer l'apprentissage de la technique C2 - Développements
11h -11h 15	Pause

11h 15 – 12h	Appréhender la technique lombaire en latéro-cubitus
12h 15 – 13h	Associer slack et contre appui
>>>> 12h 15 – 12h 30 <i>Théorie</i>	
>>>> 12h 30 – 13h <i>Appliquer la notion de slack et contre appui aux techniques vues précédemment</i>	
13h00 - 14h00	Pause repas

### S3 - J1 Après midi 4h30

14h -15h30	Approfondir l'apprentissage des techniques lombaires
15h30 -15h45	Pause
15h45 -17h00	Découvrir 3 techniques sur le genou ; latéralités et rotations.
17h00- 17h30	Reformulation des différentes techniques et méthodes vues pendant la session.
17h30 – 18h00	Evaluations
18h00 - 18h30	débriefing

### S3 - J2 Matin 4h30

08h30 – 09h00	Tour de table
<b>Différencier les techniques dorsales hautes, moyennes et basses en compression</b>	
09h – 09h30	Théorie
09h 30 – 10h15	Mise en œuvre sur les dorsales moyennes
10h15 - 11h00	Mise en œuvre sur les dorsales hautes
11h00 – 11h15	Pause
11h15 – 12h15	Dissocier travail des jambes et des bras dans la technique C7 D1
12h15 -13h00	Appréhender la technique des dorsales hautes au pouce

13h - 14h	Pause repas
-----------	-------------

### S3 - J2 Après midi 4h30

<b>Appréhender la technique des dorsales hautes aux pisiformes</b>	
14h – 14h 30	Théorie
14h 30 – 15h	Mise en œuvre
15h – 16h	Appréhender la technique de pompage sacro iliaque
16h -16h15	Pause
16h 15 – 17h00	Définir le rôle mécanique de la ligne innominée
17h00– 18h00	Application aux techniques sacro-iliaques
18h00 - 18h30	Debriefing

### S3 - J3 Matin 4h30

08h30 – 9h00	Tour de table
<b>Appréhender la technique L5 indirecte</b>	
9h00 – 9h45	Théorie
9h45 - 11h00	Mise en œuvre
11h -11h 15	Pause
11h 15 – 13h	Appréhender la technique d'ouverture des trous de conjugaison de la charnière cervico-dorsale
13h - 14h	Pause repas

### S3 - J3 Après midi 4h30

14h – 16h	Appréhender les techniques sacro iliaque vs Ilium
14h – 14h 30	Théorie



14h 30 – 16h	Mise en œuvre
16h -16h15	Pause
16h15 – 18h00	Appréhender les techniques du membre supérieur, épaule coude, poignet
18h00– 18h30	Débriefing

## SESSION 4 : 3 jours

**Formateur :**

**Assistant :**

### S4 - J1    Matin    4h30

08h30- 08h35	Contextualisation et contractualisation
08h30 - 09h00	Présentation et évaluation prédictive
9h00 - 10h00	Corrections puis tout de table
10h00 -11h 00	Intégrer les notions de conjonction de causes, et de hiérarchisation
11h00 -11h15	Pause
11h15 – 13h00	Préparer du cours sur le sacrum au travers de la reformulation des techniques de bases (Décoaptation, sous talaire, scaphoïde et tibia antérieur.
13h00 - 14h00	Pause repas

### S4 - J1    Après midi    4h30

<b><i>Appréhender les techniques du sacrum</i></b>	
14h00 -15h30	Théorie
15h30 -16h	Spécifier la « globale » pour agir aux niveaux petit-bras et, grand-bras
16h00 -16h15	Pause
16h15 – 18h30	Spécifier la « globale » pour agir aux niveaux petit-bras et, grand-bras (suite)

## S4 - J2    Matin    4h30

08h30 – 09h30	Tour de table
09h30 – 11h	Compléter les acquis techniques du sacrum
11h -11h 15	Pause
11h 15 – 13h	Compléter les acquis techniques du sacrum Mobiliser le sacrum de façon passive ( 3 techniques)
13h - 14h	Pause repas

## S4 - J2    Après midi    4h30

<b><i>Techniques, théorie et mises en œuvre</i></b>	
14h- 15h30	Spécifier l'action aux niveaux S1 S2 S3 à l'aide de la technique l'indexielle
15h30 -15h45	Pause
15h45 -16h45	Spécifier l'action aux niveaux S1 S2 S3 à l'aide de la technique au « pisiforme »
16h45 – 18h00	Physiopathologies lombo-sacrées
18h00 – 18h30	Débriefing

## S4 - J3    Matin 4h30

08h30 - 09h30	Vérifier et compléter les acquis au niveau de l'OAA
09h30 - 11h00	Vérifier et compléter les acquis au niveau des cervicales supérieures
11h00 - 11h 15	Pause
11h15 - 12h	Vérifier et compléter les acquis au niveau des cervicales moyennes
12h -12h30	Vérifier et compléter les acquis au niveau de la charnière C7-D1
12h30 - 13h	Vérifier et compléter les acquis au niveau des dorsales hautes au pouce

13h00 - 14h00	Pause repas
---------------	-------------

## S4 - J3 Après midi 4h30

14h - 14h 30	Vérifier et compléter les acquis au niveau des dorsales hautes aux pisiformes
--------------	---

14h 30 – 15h	Vérifier et compléter les acquis au niveau de l'ouverture des trous de conjugaison
--------------	--

15h – 15h30	Vérifier et compléter les acquis au niveau des dorsales aux pisiformes
-------------	--

15h30 -15h45	Pause
--------------	-------

15h45 -16h30	Appréhender la technique de D12 en rotation
--------------	---

16h30 – 17h15	Appréhender la technique globale dorsale
---------------	--

17h15 – 18h	Appréhender les techniques de côtes
-------------	-------------------------------------

18h00 - 18h30	Debriefing
---------------	------------

## SESSION 5 : 3 jours

**Formateur :**

**Assistant :**

## S5 - J1 Matin 4h30

08h30- 08h35	Contextualisation et contractualisation
--------------	---

08h35 - 9h00	Evaluation des acquis théoriques
--------------	----------------------------------

9h00 - 09h30	Corrections
--------------	-------------

09h30 – 09h45	Tour de table
---------------	---------------

09h45 -11h	Appréhender les techniques cervicales supérieure C2 sous C1
------------	---

11h00 -11h15	Pause
--------------	-------

11h15 - 12h30	Appréhender la technique des lombaires assis
---------------	--

12h 30 – 13h	Développer et appliquer la notion de synthèse à toutes les techniques : membre inférieur
13h - 14h	Pause repas

## S5 - J1    Après midi    4h30

14h – 16h	Développer et appliquer la notion de synthèse à toutes les techniques : membre supérieur
16h -16h15	Pause
16h 15 – 18h00	Développer et appliquer la notion de synthèse à toutes les techniques : membre supérieur
18h00 - 18h30	Débriefing

## S5 - J2    Matin 4h30

08h30 - 09h00	Vérifier et compléter les acquis théorique des techniques cervicales
09h00 – 09h30	Vérifier et compléter les acquis théorique des techniques dorsales
09h30 - 11h15	Mise en application des techniques cervicales moyennes et hautes
11h15 - 11h30	pause
11h30 – 13h00	Mise en application des techniques dorsales moyennes et hautes
13h00 - 14h00	Pause repas

## S5 - J2    Après midi    4h30

14h00 - 16h00	Mise en application des techniques charnières cervicaux-dorsales et dorso-lombaires
16h -16h15	Pause
16h15 – 17h	Rappel théorique des techniques périphériques
17h – 18 h	Mise en application pratique : scaphoïdes et tibia antérieur

18 h - 18h30    Débriefing
----------------------------

## S5 - J3    Matin    4h30

08h30 – 9h00    Tour de table
9h00 - 11h00 Poursuite de la mise en application pratique des techniques périphériques : décoaptation de cheville, cuboïde, calcaneum, sous-astragalienne.
11h -11h 15    Pause
11h15 - 12h45 Poursuite de la mise en application pratique des techniques périphériques : syndrome de Morton, traitement de l'hallux-valgus, techniques malléolaires, astragale postérieur, astragale latérale, application pratique des technique de genoux en décubitus et en procubitus.
13h00 - 14h00    Pause repas

## S5 - J3    Après midi    5h

14h00 – 15h    Rappel théorique sur les pathologies propres au bassin : douleurs projetées.
15h -15h45    Mise en application des techniques pratiques sur le bassin : sacrum, iliums.
15h45 - 16h00 Pause
16h00 -17h00    Mise en application des techniques périphérique appliquées aux membres supérieurs : épaule, coude, poignet, main.
17h-18h Évaluations pratiques individuelles, formatives et sommative
18h00 - 19h00 Résultats et débriefing, évaluation à chaud.

### **VALIDATION DES ACQUIS**

La validation des acquis de la formation TM1 se fait par contrôle permanent de la part du formateur, évaluation formatives à chaque session, et évaluation sommative pratique en fin de formation.