



SYNETIC FORMATION

ORGANISME DE
FORMATION CONTINUE
EN RHÔNE-ALPES
POUR LES
PROFESSIONNELS
DE SANTÉ

LE COUDE DOULOUREUX

PROGRAMME

JOUR 1

2 jours - 14 heures - Alexandre GUEDJ

- 9h-9h30 :** Accueil des participants
QCM d'évaluation des connaissances
- 9h30-11h :** Rappels anatomiques
Pathologies du coude / Épidémiologie
- 11h-11h15 :** Pause
- 11h15-12h30 :** Physiopathologie
- Pathologie du tendon
- Modification du système de la douleur
- Déficiences du système moteur
- 12h30-13h30 :** Repas
- 13h30-14h30 :** Examen physique
- 14h30-15h30 :** Pratique examen physique (mobilité des articulations du membre supérieur et du rachis , neurodynamique nerf radial)
- 15h30-15h45 :** Pause
- 15h45-17h :** Diagnostics différentiels et autres douleurs du coude
Rééducation (exercices)
- 17h-17h30 :** Approche Mulligan des épicondylalgies



SYNETIC FORMATION

ORGANISME DE
FORMATION CONTINUE
EN RHÔNE-ALPES
POUR LES
PROFESSIONNELS
DE SANTÉ

LE COUDE DOULOUREUX

PROGRAMME

JOUR 2

2 jours - 14 heures - Alexandre GUEDJ

- 9h-10h :** Thérapie manuelle : MWM Coude
Étude Bisset et al.2006 : MWM + exercices
- 10h-11h :** MWMs et autres mobilisations du coude et du poignet
- 11h-11h15 :** Pause
- 11h15-12h :** Mobilisations coude et poignet (suite)
- 12h-12h30 :** Introduction aux mobilisations cervicales
- 12h30-13h30 :** Repas
- 13h30-14h30 :** Examen physique
- 14h30-15h30 :** Mobilisations cervico-thoraciques
Mobilisations neuro-dynamiques
- 15h30-15h45 :** Pause
- 15h45-17h :** Traitement myo-fascial
Taping
Éducation thérapeutique
- 17h-17h30 :** Élaboration d'un plan de traitement



**SYNETIC
FORMATION**

ORGANISME DE
FORMATION CONTINUE
EN RHÔNE-ALPES
POUR LES
PROFESSIONNELS
DE SANTÉ

NEUROPATHIES, NEURODYNAMIQUE ET SYNDROMES CANALAIRES

PROGRAMME

JOUR 2

2 jours - 14 heures - François ANGELLIAUME

- 8h30-9h :** Questions sur la première journée et révision technique
- 9h-9h30 :** Syndrome de la traversée thoraco-brachiale : lien avec la première côte et le plexus brachial
- 9h30-10h :** Névralgie cervico-brachiale
- 10h-10h45 :** Les données spécifiques de l'anamnèse
- 10h45-11h :** Pause
- 11h-11h45 :** Palpation des nerfs sciatique, tibial, fibulaire, saphène, obturateur, fémoral, cutané latéral de la cuisse et sural
- 11h45-12h30 :** Présentation et pratique des tests de provocation du membre inférieur : SLR et PKB
- 12h30-13h30 :** Repas
- 13h30-14h45 :** Tests de provocation des autres nerfs du membre inférieur et interprétation
- 14h45-15h15 :** Douleur radiculaire lombaire et radiculopathie
- 15h15-15h30 :** Pause
- 15h30-16h30 :** Sciatalgie et cruralgie : identifier et proposer
- 16h30-16h45 :** Nerf du pied : envisager et proposer
- 16h45-17h :** Conclusion de la formation - Cas clinique



SYNETIC FORMATION

ORGANISME DE
FORMATION CONTINUE
EN RHÔNE-ALPES
POUR LES
PROFESSIONNELS
DE SANTÉ

LE COUDE DOULOUREUX

PROGRAMME

Public visé

Masseur kinésithérapeute DE

Pré-requis

Avoir un diplôme de Masseur kinésithérapeute DE ou équivalent

Objectifs

- Comprendre la physiopathologie complexe de l'épicondylalgie latérale
- Savoir établir un bilan précis afin d'optimiser la prise en charge et le suivi des pathologies du coude
- Etablir un protocole de rééducation combinant la thérapie manuelle, les exercices de rééducation et l'éducation thérapeutique basé sur les dernières recherches scientifiques
- Savoir intégrer des techniques de thérapie manuelle et de prescription d'exercices du membre supérieur, du rachis, et neurodynamique dans le traitement en fonction de la présentation clinique du patient
- Savoir guider le patient dans son auto-rééducation, l'autonomiser, dispenser de l'éducation thérapeutique afin de prévenir la chronicisation
- Savoir s'orienter vers un diagnostic différentiel de l'épicondylalgie latérale et savoir diagnostiquer et prendre en charge les autres douleurs du coude

Moyens techniques et d'encadrement

La formation se déroulera en présentiel. Les stagiaires seront accueillis dans une salle comprenant un espace adapté à la théorie (tables et chaises) et un espace dédié à la pratique (avec tables de soin, matériel nécessaire à la réalisation de la formation).

La formation alternera des séquences théoriques sous forme de power-point et des séquences pratiques en binôme sous supervision du formateur. Un support de cours sera remis aux participants avant le début de la formation.



SYNETIC FORMATION

ORGANISME DE
FORMATION CONTINUE
EN RHÔNE-ALPES
POUR LES
PROFESSIONNELS
DE SANTÉ

LE COUDE DOULOUREUX

PROGRAMME

Modalités pédagogiques

- Exposés théoriques au cours desquels le formateur apporte ses connaissances
- Mise en situation avec démonstration de techniques par le formateur puis mise en pratique par binôme sous la surveillance du formateur
- Cas cliniques : cas pratiques proposés par le formateur avec réflexion en petit groupe et mis en commun

Suivi de l'exécution de l'action

- Signatures des feuilles d'émargement par demi-journées pour les 2 jours par les stagiaires et le formateur
- Evaluation des acquis et de la satisfaction en fin de formation
- Remise d'attestation individuelle de formation

Modalités d'évaluation

- Avant la formation, un questionnaire "Mieux vous connaître" sera proposé aux participants, permettant d'identifier les profils et d'analyser leurs attentes et besoins
- Les participants seront invités à visionner des vidéos préparatoires à la formation (plusieurs vidéos pour une durée d'1h30)
- En début de formation, la remise aux participants d'un pré-questionnaire permettra de vérifier la bonne compréhension de ces vidéos et de répondre aux questions éventuelles. Ce questionnaire servira également d'évaluation des compétences.
- Au cours de la formation, le formateur alternera phases théoriques, quizz, cas pratiques en binôme
- En fin de formation, un post-test permettra de voir les acquisitions en fonction des objectifs énoncés et les problèmes restants des participants
- Un questionnaire de satisfaction est envoyé à l'issue de la formation pour recueillir les appréciations liées à la formation, le formateur, la logistique



SYNETIC FORMATION

ORGANISME DE
FORMATION CONTINUE
EN RHÔNE-ALPES
**POUR LES
PROFESSIONNELS
DE SANTÉ**

LE COUDE DOULOUREUX

PROGRAMME

Modalités de la formation

- Durée - 2 jours - 14h - Présentiel
- 18 stagiaires maximum
- Adaptation possible aux personnes à situation de handicap si contact en amont de la formation
- Dates : selon calendrier indiqué sur le site internet
- Délais d'accès : jusqu'à 2 jours avant la formation sous réserve de place disponible
- Tarif : 540€ - Prise en charge DPC & FIF PL possible

Formateur

- Alexandre GUEDJ
- MKDE libéral depuis 2010
- Membre d'OMT France
- Spécialisation McKenzie, Mulligan, TMO

version du 24/02/2026

141 rue Louis Armand
Bâtiment A, Entrée 2
73420 Méry
bienvenue@synetic-formation.com
www.synetic-formation.com

SIRET : 838.808.335.00015 - SAS au Capital de 1000 €
RCS 838.808.335 - Numéro de déclaration d'activité : 84730200973