



**SYNETIC
FORMATION**

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

CONTRÔLE POSTURAL DE LA CONTINENCE ET DU PÉRINÉE

PROGRAMME

JOUR 1

3 jours - 21 heures - Benoit STEENSTRUP

- 9h-10h30 :** Accueil des participants
- Présentation de la formation et des objectifs
 - Evaluation des pratiques professionnelles
 - Table ronde d'évaluation des pratiques professionnelles
- 10h30-11h30 :** Définitions et mise à jour des connaissances
- Sémiologie
 - Epidémiologie
- 11h30-12h30 :** Neurophysiologie du contrôle moteur
- 12h30-13h30 :** Repas
- 13h30-14h30 :** Rappels anatomiques : anatomie squelettique et musculaire
- 14h30-16h :** Biomécanique et neurophysiologie
- Zone neutre - colonne lombaire - stabilisation pelvienne
 - Neurophysiologie musculaire du contrôle lombo-pelvien, des MPP
- 16h-16h30 :** Douleur et contrôle postural
- 16h30-17h :** Contrôle de la miction et de la continence, plasticité neuro-musculaire, pression intra-abdominale
- 17h-17h30 :** Conclusion de la journée 1



**SYNETIC
FORMATION**

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

CONTRÔLE POSTURAL DE LA CONTINENCE ET DU PÉRINÉE

PROGRAMME

JOUR 2

3 jours - 21 heures - Benoit STEENSTRUP

- | | |
|----------------------|--|
| 9h-9h30 : | Modèle CIF de l'OMS |
| 9h30-10h : | <ul style="list-style-type: none">• Facteurs de risque• Drapeaux noirs, rouges, bleus et jaunes |
| 10h-10h30 : | Questionnaires, calendriers mictionnels, anamnèses, facteurs personnels en environnementaux |
| 10h30-10h45 | Pause café |
| 10h45-11h15 : | Flexibilité : structures et fonction |
| 11h15-12h15 : | Bilan sensoriel et sensitif |
| 12h15-13h30 : | Repas |
| 13h30-14h30 : | Bilan du contrôle moteur analytique |
| 14h30-15h : | Cas clinique : anamnèse + examen clinique |
| 15h-15h30 : | Bilan du contrôle moteur postural |
| 15h30-16h : | Bilan des activités de la vie quotidienne |
| 16h-16h30 : | Cas clinique : anamnèse + examen clinique |
| 16h30-17h : | Conclusion de la journée 2 |



**SYNETIC
FORMATION**

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

CONTRÔLE POSTURAL DE LA CONTINENCE ET DU PÉRINÉE

PROGRAMME

JOUR 3

3 jours - 21 heures - Benoit STEENSTRUP

- | | |
|----------------------|---|
| 9h-9h15 : | La plasticité cérébrale |
| 9h15-9h30 : | Petit réveil musculaire |
| 9h30-9h45 : | Analyse des recommandations internationales |
| 9h45-10h15 : | Respect des processus d'apprentissage, Observance, adhérence thérapeutique |
| 10h15-10h30 : | Pause café |
| 10h30-11h : | Cas cliniques |
| 11h-12h30 : | Ateliers pratiques d'EBP <ul style="list-style-type: none">• Altération sensorielles et restauration proprioceptive• Techniques de flexibilité et variabilité du mouvement• Techniques de rigidification du mouvement |
| 12h30-13h30 : | Repas |
| 13h30-14h : | Cas cliniques |



**SYNETIC
FORMATION**

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

CONTRÔLE POSTURAL DE LA CONTINENCE ET DU PÉRINÉE

PROGRAMME

JOUR 3

3 jours - 21 heures - Benoit STEENSTRUP

- 14h-14h30 :** Techniques de base de stabilisation lombo-pelvienne
- 14h30-15h :** Une décade de rééducation du contrôle postural en pelvi-préinéologie
- 15h-15h15 :** Temporalité du traitement
- 15h15-15h30 :** Pause café
- 15h30-16h :** Péréaliser l'observance et l'adhérence thérapeutique
- 16h-16h30 :** Conclusion



**SYNETIC
FORMATION**

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

CONTRÔLE POSTURAL DE LA CONTINENCE ET DU PÉRINÉE

PROGRAMME

Public visé

Masseur kinésithérapeute DE

Pré-requis

Avoir un diplôme de Masseur kinésithérapeute DE ou équivalent

Objectifs

- Comprendre la biomécanique et la neuro-physiologie afin d'optimiser les conseils thérapeutiques pour les patientes lors des gestes sportifs
- Réaliser une évaluation multidimensionnelle selon les items de la CIF
- Maîtriser le raisonnement clinique et les technologies d'un traitement rééducatif des troubles de la sphère pelvienne
- Être capable de mettre en place des méthodes de prévention du suivi de leur patient

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

CONTRÔLE POSTURAL DE LA CONTINENCE ET DU PÉRINÉE

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 3 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
- En début de formation, la remise aux participants d'un pré-questionnaire permettra 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**

CONTRÔLE POSTURAL DE LA CONTINENCE ET DU PÉRINÉE

PROGRAMME

Modalités de la formation

- Durée - 3 jours - 21h - Présentiel
- 16 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 : 770€ - Prise en charge DPC & FIF PL possible

Formateur

- Benoit STEESTRUP
- MKDE en maison médicale
- Chargé de cours et tuteur de stage en IFMK et formation continue

version du 06/10/2026

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