

QI GONG THÉRAPEUTIQUE : DE L'ENFANT AU SÉNIOR

- **Comprenez, pratiquez et intégrez** une discipline ancestrale traditionnelle chinoise qui allie mouvements simples à la concentration de l'esprit, rythmés sur une respiration ample et légère.
- **Améliorez** la prise en charge de vos patients par une thérapeutique complémentaire non médicamenteuse



OBJECTIFS

- ✓ **Repérer et traiter** les blocages mécaniques, musculaires et ostéo-articulaires
- ✓ **Répertorier** les indications pathologiques et appliquer les techniques appropriées
- ✓ **Voir et écouter** au-delà de la simple douleur physique (contexte psychologique, facteur stress)
- ✓ **Comprendre, mémoriser et intégrer** les exercices pour mettre en place un programme organisé et rythmé
- ✓ **Savoir identifier** les limites de son exercice professionnel et connaître ses responsabilités

→ **Préserver la santé physique, émotionnelle et spirituelle**

→ **Améliorer les capacités physiques, cognitives et intellectuelles**

→ **Redécouvrir son corps**

→ **Harmoniser corps, souffle et esprit**

→ **Reprendre confiance en soi**

→ **Lutter contre le déconditionnement et la sédentarité**

→ **À qui s'adresse le Qi Gong ?**

- Adultes, enfants, séniors, sportifs, femmes enceintes, malades, convalescents ou personnes en situation de handicap

→ **Bénéfices du Qi Gong**

- Assouplir en douceur les articulations et renforcer les muscles
- Diminuer l'ankylose ; tonifier les structures ostéo-articulaires
- Renforcer les systèmes immunitaire, cardiovasculaire et respiratoire
- Favoriser la réparation des tissus enflammés
- Améliorer l'équilibre
- Favoriser la concentration et la mémorisation
- Valoriser l'intérêt psychosocial

→ **Introduction au Qi Gong**

→ **Comprendre les énergies, méridiens, circulation des énergies, les 3 Dan Tian et la physiologie de la douleur**

→ **Rôle de la main dans le massage - réveil des sensations au niveau des paumes**

→ **Pratique démonstrative et explicative**

- Auto-massages
- Mouvements dynamiques
- Posture de l'arbre
- Respiration - Méditation

→ **Mise en situation - Pratique en binôme**

- Anamnèse, bilan (morphologique, douleur, observation posturale)
- Tests passifs et actifs
- Proposition de traitement en fonction de l'indication médicale, des possibilités du patient et des objectifs
- Évaluation des gestes effectués et réajustements éventuels
- Conseils alimentaires et d'hygiène de vie



PRISE EN CHARGE



Crédit d'impôt
chef d'entreprise

Voir page 38



ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE

Valérie MATHURIN
Masseur-kinésithérapeute DE,
Ostéopathe DO



INFO +

👤 Ouvert aux médicaux et paramédicaux

📍 PARIS

🕒 Durée de la formation : 2 JOURS



PRATIQUE

Retrouvez toutes les informations utiles et actualisées pour bénéficier de cette formation avec ce QR CODE

- ✓ Dates & Tarifs
- ✓ Prise en charge
- ✓ Inscriptions...



www.connaissance-evolution.com