

MÉCANISMES ET RETENTISSEMENTS DE LA DOULEUR CHRONIQUE : COMPRENDRE ET ACCOMPAGNER. En visio le 10 janvier 2026 de 10h à 12h30

La formation vise à fournir les connaissances et outils nécessaires pour mieux comprendre et accompagner les patients dans la gestion de leur douleur. D'une durée de 2h30, elle se déroule entièrement en visioconférence. Ce module alterne exposés théoriques, études de cas pratiques et échanges interactifs afin de favoriser un apprentissage dynamique et adapté aux besoins du terrain.

[Lien d'inscription](#) via hello asso

Contenu de la formation

- Définition et épidémiologie : Introduction aux concepts fondamentaux liés à la douleur chronique, avec une attention portée à sa prévalence et ses caractéristiques principales.
- Composantes et modulation de la douleur : Exploration des différents aspects qui influencent la perception et l'intensité de la douleur.
- La douleur chronique : symptôme ou maladie ? Discussion sur la nature de la douleur chronique, en tant que symptôme ou pathologie à part entière.
- Mécanismes et retentissements de la douleur chronique : Analyse des processus biopsychosociaux impliqués, ainsi que des conséquences sur la vie des patients.
- Prise en charge non médicamenteuse : Présentation des différentes approches thérapeutiques non pharmacologiques pour accompagner les personnes souffrant de douleur chronique.

La formatrice

Florence Alibrand, kinésithérapeute, praticienne et formatrice en gymnastique holistique pour l'AFGH, assure l'animation de cette formation. Elle est titulaire d'un diplôme universitaire de thérapie cognitivo-comportementale (TCC) de la douleur et d'éducation thérapeutique. Florence Alibrand collabore également avec le réseau « Lutter contre la douleur », où elle anime des ateliers

Objectifs

- Acquérir une compréhension approfondie des mécanismes de la douleur chronique
- Savoir distinguer la douleur chronique et douleur aiguë.
- Comprendre l'impact de la douleur chronique sur la vie des patients.
- Comprendre l'intérêt des approches non médicamenteuses pour accompagner les personnes souffrant de douleur chronique.
- Développer des compétences pour évaluer et adapter la prise en charge selon les besoins spécifiques des patients.
- Favoriser l'échange interdisciplinaire et le partage d'expériences entre professionnels.

Public concerné

La formation s'adresse à l'ensemble des professionnels intervenant dans les domaines de la santé et de l'éducation. Elle est également destinée aux éducateurs sportifs et aux éducateurs somatiques. Ce programme vise les personnes qui souhaitent approfondir leurs connaissances relatives à la douleur ainsi qu'à sa prise en charge. L'objectif principal est de permettre à ces professionnels de mieux comprendre et appréhender ces problématiques liées dans le cadre de leur pratique professionnelle, afin d'offrir un accompagnement plus adapté à leurs publics.

Moyens pédagogiques

- Questions-réponses
- PPT
- Replay disponible

Évaluation

- Quizz
- Évaluation formative

Informations pratiques

- Date : 10 janvier 2026 de 10h à 12h30
- Durée : 2h30 en visio via zoom.
- Inscription : <https://www.helloasso.com/associations/association-francaise-de-gymnastique-holistique/evenements/module-de-formation-sur-la-douleur-en-visio>
-
- Tarif : 50€ membres de l'AFGH
65€ non- membres
- Nombre de participants limité à 20
- Devenir membre de l'AFGH (réservé aux praticien.ne.s en gymnastique holistique quel que soit leur formation initiale).
<https://www.helloasso.com/associations/association-francaise-de-gymnastique-holistique/adhesions/adhesion-annuelle-association-francaise-de-gymnastique-holistique-2025>
- Le lien de connexion est envoyé après l'inscription, la séance est enregistrée, le replay sera disponible et les supports pédagogiques seront envoyés aux participants.