ABC Douleur
La douleur en mouvement

Neuro Orthopaedic Institute

Expliquer la douleur - Explain Pain

23-25-30 juin-02 juil 2025 + Q/R 01sept 25 | en ligne | Marie Bacelon

Dans un monde confronté à une épidémie de douleur chronique et à une multiplication des preuves d'échec des drogues de synthèse ; des outils éducatifs simples mais extrêmement puissants peuvent cibler efficacement les systèmes naturels de traitement de la douleur, que nous possédons tous.

La connaissance c'est le pouvoir. Dans la nouvelle série de cours *Expliquer la douleur,* proposée par les équipes du NOI à travers le monde, des données scientifiques de pointe sur la douleur sont rendues accessibles et compréhensibles par tous. Les participants seront guidés à travers les connaissances récentes sur les tissus, les nerfs, le cerveau, et les effets du stress sur la douleur et le mouvement.

Expliquer les neurosciences actuelles aux patients est une stratégie fondée sur les preuves qui peut modifier la douleur et les comportements liés au stress. Expliquer la douleur est un processus à double sens – les schémas, métaphores et histoires de la douleur du point de vue du patient nécessitent une analyse raisonnée et ils sont essentiels pour comprendre le vécu des patients.

Les dix dernières années ont apporté plus de connaissances en matière de douleur que le siècle précédent. Nous avons de plus en plus de réponses à « pourquoi j'ai mal de cette façon-là » et à « que puis-je y faire ». Cette connaissance est applicable aux jeunes comme aux plus âgés, depuis la lombalgie jusqu'à l'hémiplégie, la douleur généralisée ou encore les complexités de la douleur fantôme et du syndrome douloureux régional complexe.

Des décennies de recherche et d'expérience clinique ont été synthétisées dans cette nouvelle étape de la révolution *Expliquer la douleur* : le Protectomètre, manuel destiné aux patients, qui permet à une personne et à son thérapeute de cartographier son expérience douloureuse, de comprendre tous les facteurs qui l'influencent, et de développer un programme personnalisé d'éducation thérapeutique et de traitement.

Cette thérapie marche – il n'y a pas d'effets secondaires, elle est disponible 24/24, elle ne cesse de s'améliorer et vous pouvez la partager avec d'autres. Ce sont des moments passionnants pour les neurosciences, mais nous devons les rendre passionnants pour les patients aussi.

Ne ratez pas cette occasion unique. Les formations *Expliquer la douleur* du NOI sont ludiques, intellectuellement stimulantes, basées sur les preuves, toujours exigeantes ; et grâce au Protectomètre, vous en sortirez avec l'outil thérapeutique le plus impressionnant jamais proposé.

HORAIRES DU COURS (Heure Paris UTC +2)

Lundi 23 juin : 13h30 - 18h00 – Mercredi 25 : 14h00 - 17h00
Lundi 30 : 14h00 - 18h00 – Mercredi 02 juil : 14h00 - 17h00
Mentorat Q/R Lundi 01 septembre 14h00-16h00

POUR S'INSCRIRE

Contact : Marie Bacelon
Email: marie@abcdouleur.fr

LIEU DE FORMATION

En ligne via zoom

OBJECTIFS DU COURS

1. Présenter les connaissances actuelles en matière de douleur et de biologie liée au stress, dans un climat sain d'apprentissage collectif
2. Proposer un cadre d'éducation à la santé basé sur la théorie et la pratique du changement conceptuel
3. Positionner *Expliquer la douleur* comme un fondement basé sur les preuves du traitement de la douleur
4. Introduire les récits d'*Expliquer la douleur* et le processus de raisonnement clinique pour une application ciblée
5. Enseigner des stratégies novatrices raisonnées de traitement éducatif et multimodal, basées sur le Protectomètre
6. Inspirer et susciter des espoirs réalistes chez les professionnels de santé, leurs patients et tous les parties prenantes concernant de meilleurs résultats dans le traitement de la douleur

FORMATEUR

Marie Bacelon MSc, MKDE, France

Marie est kinésithérapeute libérale à Pau. Elle a fondé ABC Douleur qui propose des formations et accompagnements pour les patients douloureux ainsi que pour les professionnels de santé. Membre actif de la Société Française de Physiothérapie, Marie a lancé en 2013 et a été pilote jusqu'en 2018 du groupe d'intérêt sur la douleur.
Ces différentes implications ont été enrichies par des études pour un master sur la prise en charge clinique de la douleur avec l'université d'Edimbourg.

.

ABC Douleur
La douleur en mouvement

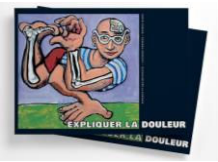
Neuro Orthopaedic Institute

Expliquer la douleur - Explain Pain

23-25-30 juin-02 juil 2025 + Q/R 01sept 25 | en ligne | Marie Bacelon

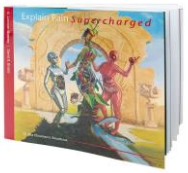
RESSOURCES

Expliquer la douleur - Explain Pain
Pour les patients douloureux, leurs thérapeutes et tous ceux qui sont intéressés par la douleur.
Niveau scientifique intermédiaire



Explain Pain handbook: Protectometer
Pour les patients douloureux en utilisation autonome ou accompagnés de leurs thérapeutes.
Peu de jargon scientifique.

Explain Pain Supercharged
Pour les cliniciens et pour les patients douloureux intéressés.
Beaucoup d'éléments scientifiques.



Disponibles sur **https://www.edu-k.shop/page-de-produit/expliquer-la-douleur**, **www.noiukshop.com** ou **www.noigroup.com**

PROGRAMME DETAILLE

Jour 1
13.30 – 14.00 : Accueil des participants (rmq: 10mn de pause à chaque heure)
14.00 – 14.30 : Mise en place du décor : approche biopsychosociale et changement de paradigme
14.40 – 15.40 : Mise en place du décor : problématique de la douleur et concepts pédagogiques
15.50 – 16.50 : Mise en place du décor : apprentissage et programme éducatif
17.00 – 18.00 : Mise en place du décor : équilibre danger/ sécurité, changement conceptuel

Jour 2
14.00 – 15.00 : Résumé, Q/R, exercice de transmission pédagogique/ pépite (rmq: 10mn de pause à chaque heure)
15.10 – 16.00 : Paradigmes de la douleur
16.10 – 17.00 : Cerveau : cartographie et modifications neuro-immunitaires dans la douleur

Jour 3
14.00 – 15.00 : Résumé, Q/R, exercice de transmission pédagogique/ métaphore (rmq: 10mn de pause à chaque heure)
15.10 – 15.40 : Moëlle épinière : représentations, fonctionnement
15.50 – 16.50 : Moëlle épinière : modulations, adaptations et abords cliniques
17.00 – 18.00 : Tissus : différentiation des douleurs nociceptives, inflammatoires, neuropathiques et abords cliniques

Jour 4
14.00 – 15.00 : Résumé, Q/R, Systèmes et mécanismes de protection dans la douleur (rmq: 10mn de pause à chaque heure)
15.10 – 15.40 : Le Protectomètre, bilan éducatif, curriculum, techniques pédagogiques et argumentaire scientifique
15.50 – 17.00 : Mise en pratique du protectomètre et abords cliniques