

Objectifs de la conférence

Durant près de 40 ans de pratique en tant que physiothérapeute, ostéopathe et kinésithérapeute, j'ai eu à soigner bon nombre de patients souffrant de maux de dos et de diverses articulations au niveau de leurs corps.

Cette conférence a pour objectifs de :

1. Mieux informer le public concernant l'origine possible de leur douleur et de leur gêne fonctionnelle
2. De donner des avenues à suivre pour améliorer leur condition musculo-squelettique
3. De prévenir les risques de blessures, quand cela est encore possible
4. D'initier des protocoles d'exercices, si le temps disponible le permet

Ce qui est aussi important, selon moi, seront les échanges avec vous et répondre à vos questions.

La conférence a lieu au local de la Fadoq

Horaire : 9h30 – 10h : Accueil et moitié/moitié

10h – 11h30 : 1^{er} sujet : « Maux de dos »

11h45 – 13h : Repas

13h30 – 15h : 2^e sujet : « Arthrose (épaule, genou, hanche) »