

Thaïs Dubourg
PSYCHOMOTRICIENNE D.E



06.66.35.17.27
thaïsdbg.psychomot@gmail.com

Séances à domicile
Espédaillac et alentours
Figeac – Gramat – Montfaucon...

Bilan psychomoteur
Prévention - Stimulation -
Rééducation

Spécialisée adultes - seniors

Qu'est-ce que la psychomotricité ?

Le psychomotricien est un professionnel de santé **paramédical**, diplômé d'état, qui exerce sur **prescription médicale**.

Mon travail consiste à **développer, réduire et préserver** les différentes capacités psychomotrices (gestes, posture, équilibre, capacités cognitives, orientation spatio-temporelle, adaptation relationnelle...).

J'utilise différentes **approches corporelles et ludiques** : exercices de motricité, d'expression corporelle, de créativité, gym douce (taï chi, yoga...), jeux de concentration, de mémoire, mises en situation, relaxation...

L'objectif est de **retrouver une relation harmonieuse avec son corps et au sein de son environnement**.

Comment se déroule une prise en soin ?

Toute prise en soin débute par un **examen psychomoteur** constitué de 3 à 4 séances (entretien, tests, restitution avec compte rendu écrit).

Les séances à domicile, durent en moyenne 45 min.

A qui je m'adresse ? Pour quoi ?

Je m'adresse principalement à un **public adulte et sénior**.

Pour les **indications** suivantes :

- **Rééducation motrice, sensorielle** en lien avec un handicap, une affection neurologique ou traumatologique (SEP, AVC, trauma-crânien, Parkinson...)
- **Difficultés à réaliser les gestes du quotidien** (maladresse, troubles de la régulation tonique...)
- **Rééducation de l'équilibre**, de la marche, **syndrome post-chute** (peur de chuter), **évaluation du risque de chute** à domicile.
- **Stimulation cognitive et relationnelle** (mémoire, orientation, attention...)
- Retour d'hospitalisation, **perte d'autonomie**
- Problèmes de **comportements** (repli sur soi, agressivité, refus d'aide...)
- **Douleurs corporelles, soins palliatifs**
- **Soutien aux aidants** et personnes en état d'épuisement (stress, Burn-out...)

*Selon les besoins, je peux également réaliser des **ateliers psychomoteurs en groupes** : prévention des chutes, atelier équilibre, atelier cognitif...*