



► 2 EXEMPLES :

- Prévention primaire : cardiologie
- Prévention secondaire : rhumatologie

La kinésithérapie préventive, libérale, indépendante, légale et non remboursée s'exerce selon des actes individuels ou collectifs au cabinet du kinésithérapeute.

► 2 GRANDS THEMES SONT CONCERNÉS :

- Prévention secondaire
- Prévention primaire

PRÉVENTION SECONDAIRE

Elle rassemble les actes qui veulent prévenir ou limiter les risques de récurrence des pathologies déclarées.

Exemple en rhumatologie : massages ou techniques assimilés, postures, gymnastique vertébrale pour les anciens patients de la rééducation.

► 3 ACTIONS :

1) Action individuelle : au cours des séances traditionnelles de kinésithérapie, initier quelques principes d'ergonomie, éduquer la station assise, penchée, etc. ; Enseigner quelques «mouvements de santé» : l'outil idéal est le ballon de «Klein Vogelbach».

Pour conclure : préparer chaque patient particulier à une suite possible de cette rééducation : Les cours de Gym Kiné ... qui commenceront bientôt.

2) Action collective : organiser l'espace professionnel actuel, le rendre polyvalent selon les heures, investir dans quelques espaliers, ballons, sangles de suspensions, affiches et documents pédagogiques simples.

En fait : créer un cours d'Ecole du Dos libérale de Kiné pour un groupe de quelques patients.

3) Action d'information : prévenir par courrier tous les anciens patients, tous les prescripteurs et les autres, de cette nouvelle activité qui pourrait être prescrite ou non.

Conseil : se former à réussir dès le premier cours à cette kinésithérapie collective non remboursée mais peu coûteuse pour chacun.

PRÉVENTION PRIMAIRE

Elle rassemble les actes qui préviennent ou limitent l'apparition des pathologies.

Exemple en cardiologie : ergométrie et gymnastique ciblée pour personnes sédentaires, en surpoids, surmenées, hypotoniques, donc à risque cardiovasculaire.

► 3 ACTIONS :

1) Se former sans tarder en réadaptation cardiovasculaire (CEFIPS - Toulouse).

2) S'équiper de quelques ergomètres dans l'espace professionnel réorganisé... S'entraîner et organiser des cours collectifs d'endurance-training.

3) Informé par courrier les prescripteurs traditionnels, et les médecins spécialisés concernés, nouveaux futurs prescripteurs de ces soins collectifs non remboursés.

Conseils : ne pas se couper du corps médical. Toujours espérer sa participation active et ses nouvelles prescriptions non remboursées de kinésithérapie préventive.

**Rhumato / Prévention
Primaire et Secondaire**

L'ÉCOLE DU DOS DU KINÉSITHÉRAPEUTE

■ **PROJET PRATICIEN**

Créer son École du Dos libérale accessible à tout kinésithérapeute, femme ou homme, praticien des villages ou des villes, jeune ou moins jeune.

■ **CONSEILS « MAIL 14 »**

- 1) Créer son École du Dos DANS ou proche du cabinet actuel de Kiné.
- 2) Continuer d'exercer les actes conventionnés et rester thérapeute.
- 3) Cesser de craindre :
 - » "La Sécu" = qui se montre très favorable aux initiatives de prévention
 - » La TVA = aucune TVA en kinésithérapie qu'elle soit remboursée ou non remboursée.
- 4) Ne pas croire : aux fausses obligations de "locaux à portes séparées" et toutes autres obligations proposées par "Jeunesse et Sport" en matière de Sanitaires et accès handicapés, si vous avez su rester Gymnastes Médicaux dans votre École du Dos.
- 5) Apprendre la gymnastique élémentaire d'une École du Dos de Kiné ludique, défatigante, mais active et toujours positive.
- 6) Informer les médecins et les patients du contenu de votre École du Dos libérale de Kiné !

■ **EXEMPLE DE REPONSE DES ÉCOLES DU DOS "MAIL 14" :**

■ **QU'EST-CE QUE L'ÉCOLE DU DOS "MAIL 14" ?**

Un cabinet libéral de kinésithérapie Préventive qui propose des cours collectifs d'une gymnastique de Kinésithérapeute.

- » Qui respecte mais dynamise le système artériel.
- » Entraîne et tonifie les muscles du corps entier.

■ **POURQUOI UNE ÉCOLE DU DOS ?**

Parce que de nombreuses personnes souffrent de douleurs vertébrales et qu'il est prouvé qu'une gymnastique préventive spécialisée est un moyen efficace pour limiter le mal de dos.

■ **A QUI S'ADRESSE CETTE ÉCOLE DU DOS ?**

A tous les adultes actifs ou retraités.

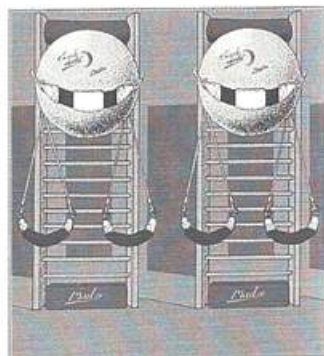
- » Anciens patients de la Kinésithérapie qui souhaitent réduire les risques de récurrence.
- » Toute personne désireuse "d'apprendre son dos" par la dynamique du mouvement appris, organisé et contrôlé par un praticien entraîné à la prévention.

■ **QU'APPREND-ON À L'ÉCOLE DU DOS "MAIL 14" ?**

- 1) Comment fonctionne la colonne vertébrale normale.
- 2) Les principes élémentaires d'économie et d'entretien vertébral permettant de limiter les causes habituelles de sa dégradation.
- 3) Les principales règles d'Ergonomie appliquée à la vie quotidienne ou professionnelle. (Stations assises - stations debout - Repos réparateur couché.)
- 4) Une gymnastique innovante, variée, ludique et rythmée en trois plans de l'espace selon les principes d'une motricité cohérente articulaire, musculaire et de coordination qui peut devenir un sport pour toute personne à la recherche d'une activité physique régulière et non dégradante à tous les âges de la vie.

■ **QUI ANIME CETTE ÉCOLE DU DOS ?**

Un Kinésithérapeute, professionnel de la santé, diplômé d'état et formé spécialement à cette démarche de prévention qui s'inscrit dans le cadre légal de son décret de compétence (aucune prise en charge possible ni remboursement par les caisses d'assurance maladie).



2 postes de travail pour patients d'École du Dos de Kinésithérapeute



Affiche "MAIL 14" Exemple de document pédagogique pour Praticien d'École du Dos de KINÉ



Plaque Professionnelle pour École du Dos "MAIL 14"

➤ **INVESTISSEMENT**

Prévoir au moins 4 postes de travail pour patient = 3000 francs par poste tout équipé.

➤ **RENTABILITÉ**

220 à 800 francs par 3/4 d'heure.

➤ **SEANCES COLLECTIVES**

55 Francs par personne.

➤ **RECRUTEMENT**

- Les prescripteurs de kiné traditionnels et les anciens patients du cabinet informés par courrier.
- Des affiches et documents de salle d'attente qui répondent aux questions : «Qu'est-ce que l'École du Dos du Kiné ?»

➤ **COMMENT ÇA MARCHE ?**

Information «Mail 14» : 14 allées du Mail 17 000 La Rochelle

CARDIO PRÉVENTION PRIMAIRE = UN BIKING KINÉ EFFICACE ET RENTABLE

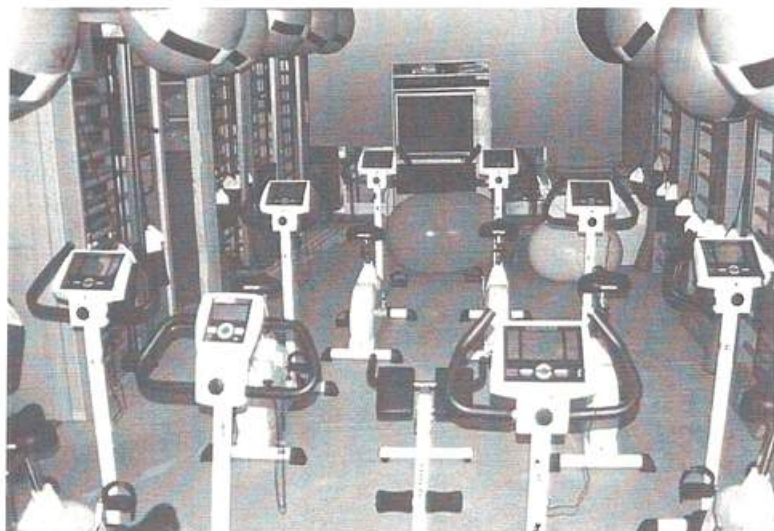
La prévention primaire en Kinésithérapie libérale trouve un plein épanouissement en Cardio-Prévention.

Le territoire est vierge et voisine savamment le «Biking» des salles de gym. Il concerne la mise ou remise en condition physique de toute une population de 30 à 50 ans soudain soucieuse de son corps .

■ **Que propose le kiné préventologue ?**

Le profil de cette clientèle en «mauvaise bonne santé» est souvent sédentaire.

Ancien sportif ou anti-gym confirmé, stressé ou apathique, parfois tabagique, hanté par le cholestérol ou l'hyper tension artérielle naissante, constatée fortuitement lors d'un bilan de santé ou, par la médecine du travail.



■ **La réponse « Mail 14 » : Les cours « d'endurance training » sur Cyclo Ergomètre**

L'arme absolue de l'entraînement contrôlé chez le **kiné équipé** qui devient capable de «remettre en selle» en 10 ou 15 séances conviviales les plus récalcitrants «qui n'aiment pas la gym»...et qui découvrent ou redécouvrent les plaisirs sédentaires de l'activité physique .



- 30 à 40 minutes d'entraînement à l'Endurance par ERGOMÉTRIE chez le KINÉ sauront aussi séduire celles et ceux qui se battent avec le surpoids. Ces séances de gym, simples pour tous, qui concernent les cuisses et qui font tant transpirer ! sous contrôle rassurant des ergomètres programmés **ET** du KINÉ sont très appréciées de toute la population féminine Gynoïde.

- Sont aussi très concernés celles et ceux qui souhaitent renouer en toute sécurité avec la marche ou le «footing du dimanche matin».
- ceci se construit chez le KINÉ en 4 ou 6 semaines à raison de 2 séances par semaine.

- **INVESTISSEMENT** 4 à 8 cyclo-Ergomètres identiques soit 28 000 à 55 000 Francs.
- **RENTABILITÉ** 220 à 440 Francs par demi-heure.
- **SEANCES COLLECTIVES** 55 Francs par personne.
- **RECRUTEMENT** Forte mobilisation de **nouveaux prescripteurs** habilement sensibilisés (prescriptions non remboursées) = Cardiologues- Phlébologues - Chirurgiens Vasculaires, Médecins du sport, Gynécologues, et aussi la nouvelle vague des médecins généralistes.
- **PUBLIC CONCERNÉ** Tout le monde... ou presque selon la qualité de la communication auprès des patients actuels des cabinets de kinésithérapie, leur conjoint... leur famille...
- **COMMENT ÇA MARCHE ?** Information auprès du CEFIPS À TOULOUSE