

Käytännön työkaluja lantioarenkaan fysioterapiaan – Pelvicus ja SOMTY vaihtavat tietoa ja taitoja

10.-11.2.2022, Varalan Urheiluopisto, Tampere

Torstai 10.2.2022

09.00 Ilmoittautuminen, aamukahvit ja näyttelyyn tutustuminen

09.30 Tervetuloa, päivän puheenjohtaja ft Heidi Niemi

09.45 Faskiat ja faskiajärjestelmä lantion toiminnassa, ft OMT, TtK Tiina Lahtinen-Suopanki

10.45 Lantionpohjan harjoitteiden teho viimeisimpään näyttöön perustuen, TtK, ft, uroterapeutti Reetta Lähderinne

11.30 Ruokailu, huoneisiin asettuminen ja näyttelyyn tutustuminen

12.30–15.45 Työpajat (á 80 min, valitse näistä ilmoittautumisessa 2)

Työpaja 1: Lantionpohjan harjoitteiden ohjaus osana muuta fysioterapiaa. Käytännön vinkkejä lantionpohjan tunnistamiseen ja harjoittamiseen, TtK, ft, uroterapeutti Reetta Lähderinne

Työpaja 2: Sonopalpaatio vatsakapselin harjoitteiden tukena,* TtT, ft Minna Törnävä

Työpaja 3: Palpaatio osana lantionalueen tutkimista, ft OMT, TtK Tiina Lahtinen-Suopanki

15.45 Kahvitauko, näyttelyyn tutustuminen

16.30 Diastasis rectus abdominis - should the goal be to close the gap? Etäluento, PT Diane Lee

18.00 Rantasauna, avantouinti ja iltapala

Perjantai 11.2.2022

08.20 Tervetuloa, päivän puheenjohtaja ft OMT Jessica Harju

08.30 Selän toimintahäiriöiden yhteys seksuaalisiin toimintahäiriöihin, ft, uroterapeutti, seksuaalineuvoja Anu Parantainen

10.00 TMD (purentaongelmat) monioireisena toimintahäiriönä. Etäluento, TanssT, TtM, ft Hanna Pohjola

11.00 Ruokailu, näyttelyyn tutustuminen

12.00–15.00 Työpajat (á 80 min, valitse näistä ilmoittautumisessa 2)

Työpaja 1: Toiminnallista core-harjoittelua kokonaisvaltaisesti, ft, pilateskouluttaja Jarmo Ahonen

Työpaja 2: Diastasis Recti ja fysioterapiaohjaus, ft, seksuaalineuvoja Mari Camut

Työpaja 3: Purentaelimistön fysioterapian perusteet, ft OMT Sanna Eschner

15.00 Kahvitauko, näyttelyyn tutustuminen

15.15 Luennoitsijoiden paneeli

16.15 Päivän päätös

Hinnasto:

SOMTY:n ja Pelvicuksen jäsenet 340 € (sis. alv)

Etäosallistuminen (vain SOMTY:n ja Pelvicuksen jäsenille) 175 € (sis. alv)

Ei-jäsenet (ilmoittautuminen avautuu myöhemmin) 435 € (sis. alv)

Paikan päälle saapuville hinta sisältää luennot, 2 työpajaa/päivä, ohjelman mukaiset ruokailut ja kahvit.

Osallistuminen etänä: Koulutuspäivien luennot striimataan (ei tallenneta), joten osallistuminen on mahdollista myös etäyhteydellä. Etänä osallistuville linkki ja ohjeet toimitetaan lähempänä tapahtumaa. Etänä osallistuville hinta sisältää luennot ja luennoitsijoiden paneelikeskustelun. (Työpajoja ei striimata)

* Väistyvän puheenjohtajan luento.

Muutokset mahdollisia