



**Université Populaire en Kercorb**

**Samedi 15 Février 2025 à 17 h**

**à MONTBEL, Maison du Lac**



**Conférence de Serge MESQUIDA**

## **"La posturoception, voyage au travers du processus complexe postural"**

Entrée gratuite pour les adhérents,  
participation libre pour les non adhérents.

**Contact:** Université Populaire en Kercorb (UPEK),  
Mairie de Chalabre, 1 Cours Sully, 11230 CHALABRE.

**Courriel:** upek11@laposte.net\_ **Blog :** <http://upek.over-blog.com>



**Serge MESQUIDA, Docteur en médecine**, passionné par l'ostéopathie depuis toujours, il commence à pratiquer en 1990, à une époque où cette discipline n'était pas encore admise par le corps médical et très loin d'exister comme formation universitaire.

Après de longues années de pratique mêlant ostéopathie et posturologie et des milliers de cas traités, il a pu synthétiser une nouvelle vision de la posture reposant sur la notion de Processus Complexe Postural et élaborer une méthode de traitement postural, la Posturoception, qui repose sur la neurophysiologie de l'extéroception et qui s'affranchit de la vision orthopédique qui domine actuellement la posturologie.

### **" La posturoception, voyage au travers du processus complexe postural"**

La posture reflète une certaine fixité, rigidité, qui ne correspond pas du tout à notre nature. Avoir une bonne posture évoque en nous l'idée de se tenir bien droit. Nous sommes des êtres en perpétuel mouvement qui doivent se tenir en permanence. Aussi parler de Processus Complexe Postural est plus approprié pour parler de la posture qui nous ressemble, celle du mouvement.

Pendant cette conférence, nous allons expliquer pourquoi et comment on se tient dans l'espace au cours de notre vie. Nous allons aborder les principes d'émergences qui permettent à la posture de se structurer automatiquement. Nous allons expliquer comment la Posturoception permet à tout un chacun de restaurer sa posture durablement dans le temps lorsque celle-ci est défectueuse, pour éviter les douleurs chroniques du dos et des articulations, prévenir les traumatismes sportifs, vieillir moins rapidement.