

## Dr Bernadette de GASQUET

98 bd Montparnasse  
75014 Paris  
01.43.20.21.20  
[contact@degasquet.com](mailto:contact@degasquet.com)

Née le 16/07/1946  
[www.degasquet.com](http://www.degasquet.com)

---

### FORMATION

<b>1993</b>	<b>Doctorat de médecine</b> (Bobigny)
<b>1992</b>	<b>DU</b> rééducation uro-gynécologique (St Etienne)
<b>1974</b>	Diplôme de <b>professeur de yoga</b> (Ecole Française de Yoga)
<b>1972</b>	<b>DEA Gestion</b> (Dauphine) Diplôme de Sciences Politiques (Sciences Po Paris)
<b>1969</b>	Maîtrise d'économie Assas 1969

---

### EXPERIENCE PROFESSIONNELLE

<b>Depuis 1981</b>	<b>Formateur</b> animation de formations professionnelles selon la méthode de Gasquet (périnée, yoga, maternité et abdominaux) à destination des professionnels de santé (équipes obstétricales, sage-femme, médecins, masseurs-kinésithérapeutes) et professionnels de la forme (éducateurs sportifs, professeurs de yoga,) en France, DOM TOM, Belgique, Suisse, Canada, Brésil, Israël, Espagne, Italie, Japon, Chine, Portugal etc  <b>Professeur de yoga</b> (yoga pour tous, pré et post natal) et préparation à l'accouchement, cours de suites de couches  <b>Conférencière</b> dans divers congrès en France et à l'étranger.
<b>Depuis 2001</b>	<b>Fondatrice de la société APOR B de Gasquet</b> comptant plus de 30 instructeurs formateurs assurant les formations partout en Europe
<b>Depuis 1998</b>	<b>Enseignante</b> au sein de divers DU et écoles : <ul style="list-style-type: none"><li>- DIU de mécanique obstétricale (Sorbonne Paris Nord), DU yoga santé (Nancy) et DU ostéopathie périnatale (Université de Paris)</li><li>- <b>Master</b> mention STAPS entraînement et optimisation de la performance sportive (EOPS) (Saclay)</li><li>- écoles de Yoga Thérapie, ostéopathie et étioopathie (Lyon et Suisse)</li></ul>
<b>1997-2007</b>	<b>Médecin</b> - Consultation de Périnéologie à la maternité des Bluets (Paris)

### EXPERIENCE PROFESSIONNELLE ANTERIEURE

1972 à 1978	Economie gestion : formation et communication
-------------	---

---

### PUBLICATIONS

#### THESE

<b>1993</b>	<i>L'incontinence urinaire d'effort chez les multigestes</i> <b>Prix de la fondation de France</b>
-------------	---

---

## LIVRES

- 2022** Albin Michel *Pour en finir avec le mal de dos (réédition)*
- 2022** Albin Michel *Bien être et maternité (réédition)*
- 2021** Marabout *La puissance insoupçonnée du Gainage*
- 2020** Ed. du Rocher *J'aime pas courir*
- 2020** Marabout *Périnée, arrêtez le massacre (réédition)*
- 2019** Marabout *Mon programme coaching sans dégât (réédition)*
- 2019** Robert Laffont *Yoga Senior*
- 2019** Albin Michel *Féminité et Maternité*
- 2019** Marabout *Mon cours de préparation à l'accouchement (réédition)*
- 2018** Marabout *Mon corps après bébé (réédition)*
- 2016** Marabout *Musculation de Gasquet*
- 2016** Marabout *Libérez vos intestins*
- 2015** Marabout *Yoga sans dégât*
- 2015** Albin Michel *Mon bébé n'aura pas la tête plate*
- 2009** Marabout *Abdominaux arrêtez le massacre*
- 1999** *Périnée et maternité*

Nombreuses traductions en anglais, espagnol, italien, japonais, chinois, portugais ....

## COLLECTIFS

- 2010** *La Naissance* ed Albin Michel, R. Frydman, chapitre 4 (le périnée, sa préparation, l'accouchement, la rééducation)
- 2009** *Crâne du nouveau né* ed Sauramps, R Lauze-Pol (réflexions et perspectives)
- 2007** *Mécanique et Techniques Obstétricales* ed Sauramps, (pour une poussée non traumatiques » et « les positions maternelles)

## VIDEOS

- 1984** Le Périnée Féminin
- 1985** Les mini- traumatisme quotidiens abdomino-périnéaux
- 1999** Naissance et mouvement
- 2000** L'aider à naître
- 2007** Les positions d'accouchement
- 2008** Abdologie Initiation
- 2020** Programmes vidéos sur [www.degasquetonline.com](http://www.degasquetonline.com) (yoga pré et post natal, abdo, yoga etc)