

L'ostéopathie pour tous

En lisant le contenu du site vous pourrez vous rendre compte que l'ostéopathie s'adresse à toute personne souffrant d'une dysfonction musculo-articulaire et/ou tissulaire en général.

- Les douleurs vertébrales représentent une grande majorité des motifs de consultation
- Les patients de tout âge peuvent être traités par un ostéopathe
- Les bébés , les enfants en bas âge et les personnes âgées seront soignés avec des techniques adaptées à leur âge et morphologie.
- **Le bien-être et l'équilibre mental participent également et largement à une bonne santé.**

www.osteopourtous.be



Mon parcours

- Kinésithérapeute en 1987
- Ostéopathe D.O. en 1992
- Ostéopathe du Sport
- Nutrithérapeute diplômé du Cerden
- Administrateur UBO-SMO

Me contacter

Téléphone : 0032475 436 547
E-mail : wilkin.osteoskynet.be
Web : www.osteopourtous.be



envie

François Wilkin
Ostéopathe D.O.
Chemin des Postes 219 bte2
1410 Waterloo
Belgique



Fiche santé n°20 ©

Le cervelet

- **Qu'est-ce que le cervelet**
- **A quoi sert-il ?**

François Wilkin
Ostéopathe D.O.

Chemin des Postes 219

1410 Waterloo

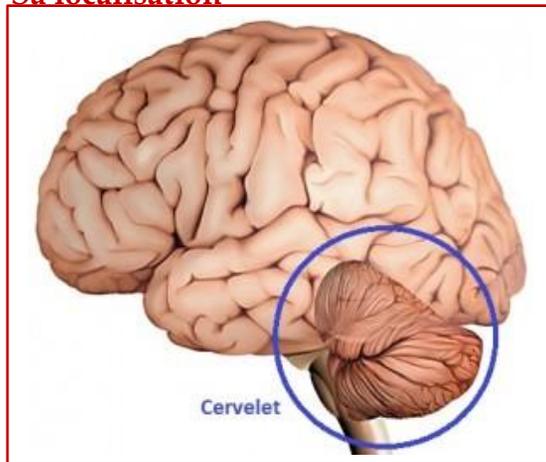
La marche, l'exercice et la respiration

Qu'est-ce que le cervelet ?

Le cervelet est situé sous le cerveau, à l'arrière du crâne, dans la région occipitale. C'est un **centre nerveux qui communique avec l'ensemble du système nerveux.**

Le cervelet est le centre de l'équilibre et de la coordination des mouvements. Il joue un grand rôle dans l'adaptation des postures (syndrome cérébelleux statique) et dans l'exécution des mouvements volontaires (syndrome cérébelleux cinétique). Il permet de maintenir et de moduler la force d'un geste, la longueur d'un pas, la courbure d'un mouvement, la durée d'une action de manière adaptée.

Sa localisation



A quoi sert-il ?

Il informe le cerveau des adaptations à mettre en œuvre pour initier le mouvement, l'arrêter, le répéter ou en diminuer la vitesse. Il communique également avec les organes de la vision et de l'audition. Il intervient indirectement dans les fonctions d'apprentissage (processus cognitif) et de la mémorisation.

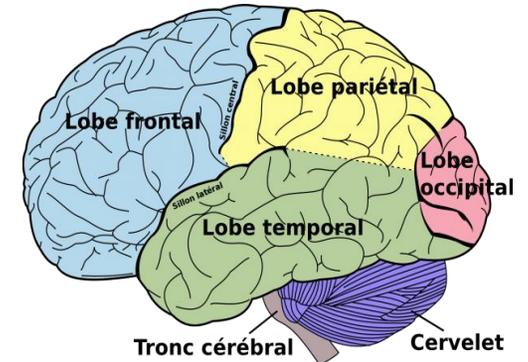
Le cervelet représente environ 10 % du volume total de notre cerveau, mais il contient plus de 50 % de ses neurones. Nous savons aujourd'hui que le cervelet joue un rôle primordial dans la motricité volontaire, dans la posture, dans le maintien de l'équilibre, dans la coordination des mouvements complexes, dans leur apprentissage et beaucoup d'autres rôles notamment végétatifs et cognitivo émotionnels récemment mis en évidence. Sans cervelet, il serait impossible pour nous de marcher, ni même de nous tenir debout. Il nous serait tout bonnement impossible de faire les gestes les plus simples de la vie. Mais il semblerait que son rôle, aussi important soit-il, ait été encore sous-estimé.

La récompense

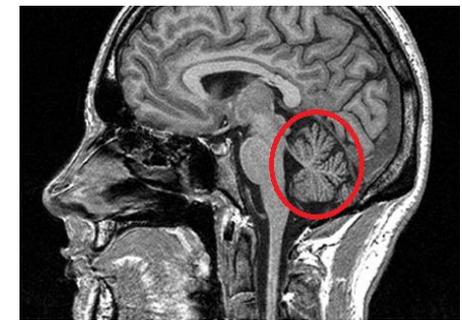
Comme l'expliquent les chercheurs dans leur papier publié dans la revue [Nature](#), certaines cellules granulaires ont effectivement fait feu lorsque les souris ont poussé le levier, ce à quoi ils s'attendaient, mais un autre ensemble de cellules granulaires s'est également activé lorsque les souris étaient en attente de leur récompense. La récompense distribuée, un troisième ensemble de cellules granulaires s'était également activé dans le cervelet.

*** différentes vertus intéressantes pour la santé !**

Rapport avec autres structures



Cervelet et contrôle visuel



[Boisson du jour :poire-citron-immortelle et romarin !*](#)