



**ÉCOLE INTERNATIONALE D'ACCOMPAGNEMENT CYBÈLE**

---



**CERTIFICATION DOULA À LARGE SPECTRE AUTONOME**

---

**PLAN DE COURS  
MISE À JOUR : MARS 2025**

# PLAN DE COURS



---

## TABLE DES MATIÈRES

---

Niveau 1 : Vie étudiante (40 heures) p.3  
Niveau 2 : Doula prénatale (30 heures) p.5  
Niveau 3 : Doula de l'accouchement (30 heures) p.6  
Niveau 4 : Doula postnatale (30 heures) p.7  
Niveau 5 : Doula bien-être de la clientèle (75 heures) p.8  
Niveau 6 : Les outils de la doula (80 heures) p.9  
Niveau 7 : Doula à large spectre (110 heures) p.10  
Niveau 8 : Gestion du métier de doula (55 heures) p.11  
Les travaux de fin d'études et stages (150 heures) p.12

**TOTAL : 600 heures**

# PLAN DE COURS



---

## NIVEAU 1 : VIE ÉTUDIANTE (40 HEURES)

---

### Module 1 : Trousse de la réussite étudiante (10 heures, non évaluée)

TRE : L'art d'apprendre - décidez votre style pour une certification triomphante

TRE : Quelques tests

TRE : Maîtriser votre agenda - le guide Cybèle pour étudiants organisés

TRE : Réinventez votre avenir - 20 clés pour une méthodologie d'études triomphante en reconversion de carrière

TRE : Carnet d'études

TRE : Méditation guidée

TRE : Journal de gratitude

### Module 2 : Trousse bien-être et études (10 heures, non évaluée)

TBE : Conciliation travail et études

TBE : Conciliation famille et études

TBE : Comment organiser un bureau d'études à domicile de façon efficace?

TBE : Astuces pour manger sainement pendant ses études

TBE : Capsule de yoga sur les bonnes postures ergonomiques pour étudier à la maison

TBE : La méditation

# PLAN DE COURS



---

## NIVEAU 1 : VIE ÉTUDIANTE (40 HEURES)

---

### Module 3 : Trousse de l'entrepreneur visionnaire (10 heures, non évaluée)

TEV : L'entrepreneur visionnaire - 52 gestes pour réaliser vos rêves

TEV : L'entrepreneur visionnaire - 52 questions réflexives pour cheminer vers vos rêves

TEV : L'entrepreneur éclairé - 10 mythes sur l'argent à dissiper

TEV : Élever sa voix - maîtriser les médias sociaux pour étendre l'influence de votre entreprise de cœur

TEV : Entrepreneurs de l'accompagnement humain - où exercer votre mission?

TEV : Épanouissement entrepreneurial - 10 affirmations puissantes

TEV : À la conquête de vos rêves - 15 questions pour réussir

TEV : L'entrepreneur épanoui - 10 clés pour prendre soin de soi

### Module 4 : Éthique, déontologie et méthodologie (10 heures, 2 x QCM)

BUSI-301 : Cadre légal, éthique et déontologie - 5 heures

BUSI-302 : Trouver une information fiable / scientifique en ligne et comment l'utiliser  
- 5 heures

# PLAN DE COURS



---

## NIVEAU 2 : DOULA PRÉNATALE (30 HEURES)

---

### **Module 5 : Anatomie et physiologie de la périnatalité (20 heures, 1 X QCM)**

**ANAT-201 : Phénomène physique de la fécondation - 5 heures**

**ANAT-202 : Prémisses des hormones - 5 heures**

**ANAT-203 : De l'embryon au bébé - 5 heures**

**ANAT-204 : Caractéristiques du nouveau-né - 5 heures**

### **Module 6 : Accompagnement de la grossesse (10 heures, 1 X QCM)**

**PERI-803 : Grossesse au quotidien - 4 heures**

**PERI-804 : La santé pendant la grossesse - 3 heures**

**PERI-805 : Préparation de l'allaitement - 3 heures**

# PLAN DE COURS



---

## NIVEAU 3 : DOULA DE L'ACCOUCHEMENT (30 HEURES)

---

### **Module 7 : Préparation affective : accouchement et travail (10 heures, 1 X QCM)**

**PERI-806 : La préparation à l'accouchement - 5 heures**

**PERI-807 : Plan de naissance - 5 heures**

### **Module 8 : Interventions hospitalières à l'accouchement et conditions particulières (20 heures, 1 X QCM)**

**PERI-808 : Grossesses à risques & interventions pendant l'accouchement - 10 heures**

**PERI-809 : Risques pendant l'accouchement - 10 heures**

# PLAN DE COURS



---

## NIVEAU 4 : DOULA POSTNATALE (30 HEURES)

---

### **Module 9 : Accompagnement aux relevailles (10 heures, 1 X QCM)**

**PERI-810 : Les premiers jours & nouvelle vie - 5 heures**

**PERI-811 : Administratif de l'accompagnante aux relevailles - 5 heures**

### **Module 10 : Accompagnement de la période postnatale (10 heures, 1 X QCM)**

**PERI-812 : Soins maman et bébé - 5 heures**

**PERI-813 : Tout savoir sur l'allaitement - 5 heures**

### **Module 11 : Introduction au langage du bébé (10 heures, 1 X QCM)**

**PERI-814 : Tout savoir sur le sommeil - 4 heures**

**PERI-815 : Le sommeil et le langage des bébés - 3 heures**

**PERI-816 : Dormir en sécurité - 3 heures**

# PLAN DE COURS



---

## NIVEAU 5 : DOULA BIEN-ÊTRE DE LA CLIENTÈLE (75 HEURES)

---

### Module 12 : Mœurs et comportements en périnatalité (20 heures, 1 X QCM)

PERI-818 : Mœurs et comportements en période prénatale - 5 heures

PERI-819 : Mœurs et comportements en période postnatale - 5 heures

PERI-820 : Difficultés du quotidien - 5 heures

PERI-821 : Supports pour la Doula - 5 heures

### Module 13 : Inconforts courants en périnatalité (20 heures, 1 X QCM)

INCO-601 : Inconforts en période de préconception et durant la grossesse - 7 heures

INCO-602 : Inconforts durant l'accouchement - 6 heures

INCO-603 et INCO-604 : Inconforts en période postnatale (post-partum et allaitement) - 7 heures

### Module 14 : Plans et organisation en périnatalité (35 heures, 3 X QCM)

PERI-822 : Devenir parents - infos utiles - 5 heures

PERI-826 : Baby planning - volet organisationnel - 10 heures

PERI-827 : Baby planning - volet matériel - 10 heures

PERI-828 : Baby planning - volet opérationnel - 10 heures

# PLAN DE COURS



---

## NIVEAU 6 : LES OUTILS DE LA DOULA (80 HEURES)

---

### Module 15 : Les outils (80 heures, 4 X QCM)

OUTIL-1001 : Introduction à l'art-thérapie - 20 heures

OUTIL-1002 : Introduction à l'EFT - 20 heures

OUTIL-1003 : Introduction à la psychogénéalogie - 20 heures

OUTIL-1004 : Introduction à l'animation de groupe - 20 heures

# PLAN DE COURS



---

## NIVEAU 7 : DOULA À LARGE SPECTRE (110 HEURES)

---

### Module 16 : Le deuil (20 heures, 2 X QCM)

THAN-920 : Introduction au deuil périnatal - 10 heures

THAN-929 : Introduction à l'IMG et IVG - 10 heures

### Module 17 : Les grossesses atypiques (30 heures, 3 X QCM)

PERI-829 : Introduction à la PMA - 10 heures

PERI-830 : Introduction à l'adoption - 10 heures

PERI-831 : Introduction à l'accompagnement GARE - 10 heures

### Module 18 : Accompagner différemment (60 heures, 5 X QCM)

PERI-832 : Introduction aux grossesses multiples - 10 heures

PERI-833 : Introduction à l'hypnose périnatale - 10 heures

PERI-834 : Introduction à l'accompagnement de la fratrie - 10 heures

PERI-835 : Accompagner le couple - 20 heures

PERI-836 : Introduction au rebozo - 10 heures

# PLAN DE COURS



---

## NIVEAU 8 : GESTION DU MÉTIER DE DOULA (55 HEURES)

---

**Module 19 : Gestion du métier de doula de l'accouchement (10 heures, 1 X QCM)**

**PERI-817 : Rôles et limites de la pratique dans le métier de Doula - 10 heures**

**Module 20 : La pédagogie au service de la périnatalité (20 heures, 1 X QCM)**

**PERI-801 : Définition et rôles de transmetteur - 10 heures**

**PERI-802 : La pédagogie au service de la périnatalité - 10 heures**

**Module 21 : La relation d'aide (5 heures, 1 X QCM)**

**BUSI-309 : La relation d'aide - 5 heures**

**Module 22 : L'entrepreneuriat (20 heures, 1 X QCM)**

**BUSI-303 : Vous définir et votre plan de visibilité – 4 heures**

**BUSI-304 : Internet et tous les bons filons– 4 heures**

**BUSI-305 : Savoir s'entourer et gérer– 4 heures**

**BUSI-306 : Côté financier– 4 heures**

**BUSI-307 : Côté juridique– 3 heures**

**BUSI-308 : La loi médicale - 1 heure**

# PLAN DE COURS



---

## LES TRAVAUX ET LES STAGES (150 HEURES)

---

### Les travaux et les stages

Les étudiants seront appelés à compléter non seulement des évaluations sommatives tout au long de leur parcours académique, mais également diverses autres évaluations dites pratiques, afin de passer avec plus d'aisance de la théorie à la pratique. Cette section compte pour 150 heures du programme pédagogique.

#### Partie 1 : Vos réactions et vos gestes dans 20 mises en situation (65 heures)

Il s'agit ici de répondre à 20 situations pouvant potentiellement survenir dans la pratique de doula en mettant de l'avant les réactions et les gestes à poser dans de telles circonstances.

#### Partie 2 : Savoir, savoir-être et savoir-faire dans 20 analyses de cas (65 heures)

Il s'agit ici de répondre à 20 situations pouvant potentiellement survenir dans la pratique de doula, en mettant de l'avant tout son savoir (savoir, savoir-être et savoir-faire).

#### Partie 3 : Stages / exercices pratiques (20 heures)

Les futures doulas devront bâtir une mini-formation, l'animer et l'enregistrer, pour mettre de l'avant leur posture professionnelle, leurs compétences professionnelles et leur capacité de vulgarisation et d'animation. Compte pour 10 heures. Ce stage est enregistré et supervisé.

Les futures doulas devront également accomplir une rencontre client qui devra être enregistrée à caméra éteinte et pour laquelle elles recevront toute la rétroaction en découlant. Elles devront également remplir une autoévaluation, une évaluation du client et un rapport. Compte pour 10 heures. Ce stage est enregistré et supervisé.