



ÉCOLE INTERNATIONALE D'ACCOMPAGNEMENT CYBÈLE



**CERTIFICATION DOULA À
LARGE SPECTRE ACCOMPAGNÉE**

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

PLAN DE COURS



TABLE DES MATIÈRES

Niveau 1 : Vie étudiante (80 heures) p.3
Niveau 2 : Doula prénatale (70 heures) p.5
Niveau 3 : Doula de l'accouchement (70 heures) p.6
Niveau 4 : Doula postnatale (90 heures) p.7
Niveau 5 : Doula bien-être de la clientèle (155 heures) p.8
Niveau 6 : Les outils de la doula (120 heures) p.9
Niveau 7 : Doula à large spectre (290 heures) p.10
Niveau 8 : Gestion du métier de doula (135 heures) p.11
Les travaux de fin d'études et stages (190 heures) p.12

TOTAL : 1 200 heures

PLAN DE COURS



NIVEAU 1 : VIE ÉTUDIANTE (80 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 (80 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 (50 heures, 2 x QCM, 2 X travaux)

BUSI-301 : Cadre légal, éthique et déontologie - 25 heures

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

PLAN DE COURS



NIVEAU 2 : DOULA PRÉNATALE (70 HEURES)

Module 5 : Anatomie et physiologie de la périnatalité (40 heures, 1 X QCM, 1 X travail)

ANAT-201 : Phénomène physique de la fécondation - 10 heures

ANAT-202 : Prémisses des hormones - 10 heures

ANAT-203 : De l'embryon au bébé - 10 heures

ANAT-204 : Caractéristiques du nouveau-né - 10 heures

Module 6 : Accompagnement de la grossesse (30 heures, 1 X QCM, 1 X travail)

PERI-803 : Grossesse au quotidien - 10 heures

PERI-804 : La santé pendant la grossesse - 10 heures

PERI-805 : Préparation de l'allaitement - 10 heures

PLAN DE COURS



NIVEAU 3 : DOULA DE L'ACCOUCHEMENT (70 HEURES)

Module 7 : Préparation affective : accouchement et travail (30 heures, 1 X QCM, 1 X travail)

PERI-806 : La préparation à l'accouchement - 15 heures

PERI-807 : Plan de naissance - 15 heures

Module 8 : Interventions hospitalières à l'accouchement et conditions particulières (40 heures, 1 X QCM, 1 X travail)

PERI-808 : Grossesses à risques & interventions pendant l'accouchement - 20 heures

PERI-809 : Risques pendant l'accouchement - 20 heures

PLAN DE COURS



NIVEAU 4 : DOULA POSTNATALE (90 HEURES)

Module 9 : Accompagnement aux relevailles (30 heures, 1 X QCM, 1 X travail)

PERI-810 : Les premiers jours & nouvelle vie - 15 heures

PERI-811 : Administratif de l'accompagnante aux relevailles - 15 heures

Module 10 : Accompagnement de la période postnatale (30 heures, 1 X QCM, 1 X travail)

PERI-812 : Soins maman et bébé - 15 heures

PERI-813 : Tout savoir sur l'allaitement - 15 heures

Module 11 : Introduction au langage du bébé (30 heures, 1 X QCM, 1 X travail)

PERI-814 : Tout savoir sur le sommeil - 10 heures

PERI-815 : Le sommeil et le langage des bébés - 10 heures

PERI-816 : Dormir en sécurité - 10 heures

PLAN DE COURS



NIVEAU 5 : DOULA BIEN-ÊTRE DE LA CLIENTÈLE (155 HEURES)

Module 12 : Mœurs et comportements en périnatalité (40 heures, 1 X QCM, 1 X travail)

PERI-818 : Mœurs et comportements en période prénatale - 10 heures

PERI-819 : Mœurs et comportements en période postnatale - 10 heures

PERI-820 : Difficultés du quotidien - 10 heures

PERI-821 : Supports pour la Doula - 10 heures

Module 13 : Inconforts courants en périnatalité (40 heures, 1 X QCM, 1 X travail)

INCO-601 : Inconforts en période de préconception et durant la grossesse - 10 heures

INCO-602 : Inconforts durant l'accouchement - 10 heures

INCO-603 et INCO-604 : Inconforts en période postnatale (post-partum et allaitement) - 20 heures

Module 14 : Plans et organisation en périnatalité (75 heures, 3 X QCM, 4 X travaux)

PERI-822 : Devenir parents - infos utiles - 15 heures

PERI-826 : Baby planning - volet organisationnel - 20 heures

PERI-827 : Baby planning - volet matériel - 20 heures

PERI-828 : Baby planning - volet opérationnel - 20 heures

PLAN DE COURS



NIVEAU 6 : LES OUTILS DE LA DOULA (120 HEURES)

Module 15 : Les outils (120 heures, 4 X QCM, 4 X travaux)

OUTIL-1001 : Introduction à l'art-thérapie - 30 heures

OUTIL-1002 : Introduction à l'EFT - 30 heures

OUTIL-1003 : Introduction à la psychogénéalogie - 30 heures

OUTIL-1004 : Introduction à l'animation de groupe - 30 heures

PLAN DE COURS



NIVEAU 7 : DOULA À LARGE SPECTRE (290 HEURES)

Module 16 : Le deuil (40 heures, 2 X QCM, 2 X travaux)

THAN-920 : Introduction au deuil périnatal - 20 heures

THAN-929 : Introduction à l'IMG et IVG - 20 heures

Module 17 : Les grossesses atypiques (90 heures, 3 X QCM, 3 X travaux)

PERI-829 : Introduction à la PMA - 30 heures

PERI-830 : Introduction à l'adoption - 30 heures

PERI-831 : Introduction à l'accompagnement GARE - 30 heures

Module 18 : Accompagner différemment (160 heures, 5 X QCM, 5 X travaux)

PERI-832 : Introduction aux grossesses multiples - 30 heures

PERI-833 : Introduction à l'hypnose périnatale - 30 heures

PERI-834 : Introduction à l'accompagnement de la fratrie - 30 heures

PERI-835 : Accompagner le couple - 40 heures

PERI-836 : Introduction au rebozo - 30 heures

PLAN DE COURS



NIVEAU 8 : GESTION DU MÉTIER DE DOULA (135 HEURES)

Module 19 : Gestion du métier de doula de l'accouchement (30 heures, 1 X QCM, 1 X travail)

PERI-817 : Rôles et limites de la pratique dans le métier de Doula - 30 heures

Module 20 : La pédagogie au service de la périnatalité (40 heures, 1 X QCM, 1 X travail)

PERI-801 : Définition et rôles de transmetteur - 20 heures

PERI-802 : La pédagogie au service de la périnatalité - 20 heures

Module 21 : La relation d'aide (25 heures, 1 X QCM, 1 X travail)

BUSI-309 : La relation d'aide - 25 heures

Module 22 : L'entrepreneuriat (40 heures, 1 X QCM, 1 X QCM)

BUSI-303 : Vous définir et votre plan de visibilité – 8 heures

BUSI-304 : Internet et tous les bons filons– 8 heures

BUSI-305 : Savoir s'entourer et gérer– 8 heures

BUSI-306 : Côté financier– 8 heures

BUSI-307 : Côté juridique– 5 heures

BUSI-308 : La loi médicale - 3 heures

PLAN DE COURS



LES TRAVAUX ET LES STAGES (190 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 pratico-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.

PLAN DE COURS



LES TRAVAUX ET LES STAGES (190 HEURES)

Partie 4 : Recherche-action (20 heures)

Les futures doulas devront réaliser une recherche-action approfondie sur un sujet qui pourrait devenir leur spécialité, en lien avec leur sensibilité et leurs intérêts professionnels, afin de démontrer leur rigueur, leur curiosité intellectuelle et leur capacité à approfondir une thématique d'accompagnement. Compte pour 20 heures.

Partie 5 : Aisance-Naissance (20 heures)

Accès au cours bonus suivant : Méthode de massage Aisance-Naissance - Stratégies d'apaisement. Compte pour 20 heures.