



ÉCOLE INTERNATIONALE D'ACCOMPAGNEMENT CYBÈLE



**MICROPROGRAMME
EN ACCOMPAGNEMENT POSTNATAL**

**PLAN DE COURS
MISE À JOUR : AVRIL 2026**

PLAN DE COURS



TABLE DES MATIÈRES

Niveau 1 : Volet vie étudiante (40 heures)	p.3
Niveau 2 : Volet notions anatomiques (8 heures)	p.5
Niveau 3 : Volet postnatal (30 heures)	p.6
Niveau 4 : Volet bien-être de la clientèle (57 heures)	p.7
Niveau 5 : Volet outils pratiques (30 heures)	p.8
Niveau 6 : Volet accompagnement terrain (50 heures)	p.9
Niveau 7 : Volet entrepreneurial (45 heures)	p.10
Les travaux de fin d'études et stage (90 heures)	p.11

TOTAL : 350 heures

PLAN DE COURS



NIVEAU 1 : VOLET 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 : VOLET 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 : VOLET NOTIONS ANATOMIQUES (8 HEURES)

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

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

Module 6 : Accompagnement de la grossesse (3 heures, 1 X QCM)

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

PLAN DE COURS



NIVEAU 3 : VOLET POSTNATAL (30 HEURES)

Module 7 : 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 8 : 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 9 : 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 4 : VOLET BIEN-ÊTRE DE LA CLIENTÈLE (57 HEURES)

Module 10 : Mœurs et comportements en périnatalité (15 heures, 1 X QCM)

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 11 : Inconforts courants en périnatalité (7 heures, 1 X QCM)

INCO-603 : Inconforts en période postnatale (post-partum) - 3,5 heures

INCO-604 : Inconforts en période postnatale (allaitement) - 3,5 heures

Module 12 : 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 5 : VOLET OUTILS PRATIQUES (30 HEURES)

Module 13 : Les outils (30 heures, 2 X QCM)

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

PERI-836 : Le rebozo mexicain en périnatalité - 10 heures

PLAN DE COURS



NIVEAU 6 : VOLET ACCOMPAGNEMENT TERRAIN (50 HEURES)

Module 14 : Le deuil (10 heures, 1 X QCM)

THAN-920 : Introduction au deuil périnatal - 10 heures

Module 15 : Accompagner différemment (40 heures, 3 X QCM)

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

PLAN DE COURS



NIVEAU 7 : VOLET ENTREPRENEURIAL (45 HEURES)

Module 16 : 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 17 : La relation d'aide (5 heures, 1 X QCM)

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

Module 18 : 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 LE STAGE (90 HEURES)

Les travaux et le stage

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 90 heures du programme pédagogique.

Partie 1 : Vos réactions et vos gestes dans 10 mises en situation (40 heures)

Il s'agit ici de répondre à 10 situations pouvant potentiellement survenir dans la pratique d'accompagnant postnatal 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 10 analyses de cas (40 heures)

Il s'agit ici de répondre à 10 situations pouvant potentiellement survenir dans la pratique de d'accompagnant postnatal, en mettant de l'avant tout son savoir (savoir, savoir-être et savoir-faire).

Partie 3 : Stage / exercice pratique (10 heures)

Les futurs accompagnants 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.

IMPORTANT : au terme de ce microprogramme, l'accompagnant postnatal ne pourra pas prétendre posséder le titre professionnel de doula.