

CENTRE GALANTHIS

Formation aux métiers de l'accompagnement et du lien

Programme détaillé de la formation Galanthis "Doula - Accompagner la périnatalité, la féminité, la parentalité"

Version 18 - Mise à jour le 14 mai 2025

Public visé et prérequis

Cette formation s'adresse à "tous publics", et en particulier :

- aux personnes souhaitant se former au métier de doula et à l'accompagnement,
- aux doulas déjà en exercice,
- aux professionnel·les de l'accompagnement, de la périnatalité et de la petite enfance.

Les prérequis pour accéder à la formation sont :

- maîtriser la langue française, à l'écrit et à l'oral,
- disposer d'un accès à internet.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap, nous contacter : contact@centregalanthis.fr

Objectifs pédagogiques et compétences visées

- Accompagner les femmes, les familles dans le domaine de :
 - la périnatalité : conception, prénatal, naissance, postnatal, choix d'allaiter ou non, difficulté maternelle, deuil périnatal...
 - au fil de la vie : féminité, famille, couple, parentalité...
- Définir son cadre d'exercice, communiquer, organiser et développer son activité, en respectant le contexte légal français, et en établissant un cadre sécurisant dans sa pratique.
- Identifier les enjeux de l'accompagnement.
- Faciliter la réflexion autour :
 - de la physiologie de la grossesse, de la naissance, du post-partum, de l'allaitement,
 - du choix et du consentement éclairé,
 - du projet de naissance avec les parents.
 - des besoins des personnes enceintes, des nouveaux-nés, des familles.
- Utiliser les outils de l'écoute active.
- Valoriser son potentiel et son estime de soi. Se positionner à sa juste valeur vis-à-vis du métier de doula.

CENTRE GALANTHIS

Formation aux métiers de l'accompagnement et du lien

Durée de la formation et modalités d'organisation

La durée de formation complète représente 31 jours de formation (7h30/jour), 8 heures de visioconférences, 32 heures de travaux préparatoires aux modules, 24 heures d'évaluation et 8 heures d'examen soit **304,5 heures au total**.

L'action de formation a lieu

- en présence pour les modules P1 à P14 soit 232,5 heures
- à distance pour le module P15 soit 8 heures dispensées dans un délai de six mois après le P14, sur la base d'entretiens individuels et de réunions collectives
- à distance pour les visioconférences, travaux préparatoires, évaluations et examens

Les horaires prévisionnels en présence sont 10 h – 18 h 30 les premiers jours, 9 h – 17 h 30 le dernier jour, avec une pause médiane pour déjeuner d'environ une heure.

L'effectif est de 16 étudiant-es par module.

Modalités et délais d'accès à la formation

Processus d'inscription :

- Préparez une lettre de motivation et une photo de vous.
- Remplissez le formulaire en ligne : <https://centregalanthis.fr/inscription/>
- Recevez un email de confirmation de bonne réception de votre candidature avec un lien pour prendre un rendez-vous téléphonique dans les jours ou semaines qui suivent.
- Lors de ce rendez-vous téléphonique nous abordons ensemble votre projet de formation.
- Si le projet est validé de part et d'autre, vous recevez un mail avec l'ensemble des documents administratifs nécessaires à votre entrée en formation.
- Vous êtes prioritaire en fonction de votre ordre d'arrivée sur les prochaines dates et lieux qui vous correspondent (voir calendrier en ligne).

CENTRE GALANTHIS

Formation aux métiers de l'accompagnement et du lien

Moyens et méthodes pédagogiques

Chaque module est animé par une à deux formatrices en simultané, avec des intervenant·es extérieur·es tout au long de l'année.

Apports théoriques et pratiques, savoir-faire et savoir-être :

- supports de cours en version numérique (impression sur papier recyclé possible facturé en sus),
- cours dispensés au moyen de divers documents écrits et audiovisuels,
- transmission orale,
- mises en situation,
- cas pratiques,
- exercices corporels et créatifs,
- travaux personnels,
- travaux en groupe,
- visioconférences,
- suivi individualisé formalisé par un ou plusieurs entretiens téléphoniques.

Accès à un groupe privé d'entraide, d'échange, de discussion pour toute personne inscrite.

Un accompagnement personnalisé après la formation : "la pépinière des doulas".

Modalités d'évaluation de la formation

Dispositif d'évaluation :

- Travail préparatoire personnel ou de groupe à réaliser avant chaque module
- Questions orales
- Mises en application
- Évaluation à rendre après chaque module
- Points d'étape : suivi individualisé formalisé par un ou plusieurs entretiens téléphoniques

Dispositif de validation :

- Émargement des feuilles de présence
- Participation active à l'ensemble des modules suivis
- Rendu de l'ensemble des travaux préparatoires et évaluations
- **Dans le cadre d'une formation à la carte** (moins de 14 modules), en fin de parcours, une attestation de présence est remise au regard de l'ensemble des modules suivis.
- **Dans le cadre d'une formation complète**, en fin de parcours, une "certification du Centre Galanthis" est remise sous réserve d'avoir obtenu la validation de l'ensemble des modules P1 à P14 par l'équipe des formatrices. À défaut de validation, une attestation de présence est remise.

La directrice, en lien avec l'équipe pédagogique, se réserve le droit de ne pas accorder la certification notamment : si non respect du règlement intérieur, si non respect de la charte Galanthis, si absence à une ou plusieurs journées, si défaut d'émargement sur la feuille de présence, si l'étudiant·e n'est pas à jour des paiements.

CENTRE GALANTHIS

Formation aux métiers de l'accompagnement et du lien

Qualité des formatrices

Références des personnes chargées de la formation joignables sur formatrices@centregalanthis.fr

- **Virginie Franqueza - cofondatrice, directrice, formatrice - prestataire extérieure**
Doula depuis 2007, animatrice d'ateliers parentalité, formation en communication par le toucher affectif
- **Yanick Revel - cofondatrice, formatrice - prestataire extérieure**
Doula depuis 2005, ingénieure web et formatrice depuis 1995, coautrice du livre *Devenir mère*
- **Anne Belargent - formatrice - prestataire extérieure**
Doula depuis 2015, spécialisée autour d'approches psycho-corporelles
- **Amandine Lagarde - formatrice - prestataire extérieure**
Doula depuis 2010, animatrice d'ateliers de soutien à la parentalité, coautrice du livre *Devenir mère*
- **Elsa Uzan - formatrice - prestataire extérieure**
Doula depuis 2017, autrice du livre *Devenir mère : accompagner et préparer la rencontre avec votre bébé*
- **Julia Bassis - formatrice - prestataire extérieure**
Doula depuis 2017, autrice du livre *Si j'avais su... de doulas à parents*
- **Julie Forbeau - formatrice - prestataire extérieure**
Doula depuis 2019
- **Leslie Lucien - formatrice - prestataire extérieure**
Doula depuis 2018, autrice du livre *À l'écoute de la naissance*
- **Marjorie Roux - formatrice - prestataire extérieure**
Doula depuis 2017, animatrice au planning familial 77, présidente de l'association Bien Naître au XXI^e siècle

CENTRE GALANTHIS

Formation aux métiers de l'accompagnement et du lien

Dates et lieux de formation

La formation est accessible toute l'année dans des villes francophones. Consulter notre site internet et nos réseaux sociaux pour connaître les lieux et dates proposées.

Tarifs

Si financement sur fonds propres :

Formation complète (inscription à l'ensemble des modules P1 à P15) :

- 31 jours de formation en présence à 159 € / jour
- 8 heures à distance incluses : module P15 "Pépinière des doulas"

Total 4 929 €

+ 15 € d'adhésion à l'association, non remboursable

+ 185 € de frais de dossier , non remboursable

Formation "à la carte" (de 1 à 13 modules au choix) : 170 € / jour

+ 15 € d'adhésion à l'association, non remboursable

+ 185 € de frais de dossier (réduits à 85 € pour une inscription à moins de 12 jours de formation), non remboursable

Si prise en charge par un tiers financeur :

Tarif journalier : 210 € en formation complète / 235 € de 1 à 13 modules

+ 15 € d'adhésion à l'association, non remboursable

+ 250 € de frais de dossier (réduits à 120 € pour une inscription à moins de 12 jours de formation), non remboursable

CENTRE GALANTHIS

Formation aux métiers de l'accompagnement et du lien

Contenu détaillé de la formation

P1 - Doulas, accompagnant·es : Cadre d'exercice en France (2 jours – 15 h)

Le positionnement et l'éthique de la doula : exercer en respectant le contexte légal français, établir un cadre sécurisant dans sa pratique.

- Le cadre légal français et le contexte juridique
- Études et bienfaits de l'accompagnement d'une doula
- Valeurs et éthique de la doula
- Définir ses limites d'exercice et ses valeurs personnelles et professionnelles
- Collaboration avec les professionnel·les de la périnatalité, création d'un réseau de soutien
- L'historique des doulas en France

P2 - Savoir-être (Doula Care) : Approche centrée sur la personne (4 jours – 30 h)

Communication, écoute, présence : mener un accompagnement dans le cadre de la relation d'aide, grâce à de nombreux outils pratiques et théoriques.

- Approche centrée sur la personne : définition
- Narration de son histoire personnelle : se raconter pour intégrer
- Techniques de communication et d'écoute active
- Regards, silence, toucher : des appuis puissants pour accueillir
- Émotions et parcours de vie : coécoute

P3 - Accompagnement prénatal : Le parcours de grossesse (3 jours – 22 h 30)

Découvrir la physiologie de la grossesse et les besoins des femmes enceintes.

- Histoire et sociologie des mères
- Physiologie du corps des femmes
- Les cycles féminins, conception, AMP
- Danse des émotions et des besoins en prénatal
- Les désagréments les plus courants, points de vigilance et urgences
- Découvrir le parcours médical et le cadre légal de la grossesse
- Les autres intervenant·es de la grossesse
- La boîte à outils : soulager les inconforts

CENTRE GALANTHIS

Formation aux métiers de l'accompagnement et du lien

P4 - Projet de naissance : Accompagner la réflexion (1 jour – 7 h 30)

Faciliter la réflexion autour du projet de naissance avec les parents.

- Définition, historique et cadre légal
- L'objectif d'un projet de naissance
- Outils d'autonomisation des parents
- Les choix possibles avant/pendant/après l'accouchement
- Naissances atypiques : veiller aux besoins spécifiques
- Communication avec le personnel de santé
- Supports et formats du projet de naissance

P5 - Naissance : Approches pratique, physique et émotionnelle (3 jours – 22 h 30)

Développer ses connaissances et ajuster son savoir-être auprès des parents au moment de la naissance.

- Histoire et sociologie de l'accouchement
- Description de l'accouchement physiologique
- Itrogénèse : cascade d'interventions potentielles
- Pertinence de la présence de la doula
- Douleurs : boîte à outils, mesures de confort pendant le travail
- Adapter sa posture en fonction du lieu de naissance
- L'accueil immédiat du bébé : "l'heure d'or"
- Naissances différentes : anticiper les besoins

P6 - Postnatal : Le quatrième trimestre (3 jours – 22 h 30)

La doula : un point de repère pour comprendre les enjeux de la période postnatale.

- Le lien mère-enfant
- Les besoins spécifiques de la nouvelle maman
- Le retour de couche
- Le développement et les besoins fondamentaux du nouveau-né
- Faciliter la création d'un environnement propice à la récupération de la mère
- Logistique postnatale
- Devenir parents : de la physiologie à l'éducation

CENTRE GALANTHIS

Formation aux métiers de l'accompagnement et du lien

P7 - Allaitement : Accompagner le choix (3 jours – 22 h 30)

La physiologie et la mise en place de l'allaitement maternel. Le choix d'allaiter ou non.

- La physiologie de l'allaitement et la composition du lait maternel
- La physiologie de la succion
- Conduite optimale de l'allaitement : les notions clés
- Prévention des désagréments et des troubles de l'allaitement
- L'allaitement au biberon
- Le sevrage
- Réseau et professionnel·les de l'allaitement
- La place de la ou du partenaire dans l'allaitement

P8 - Accompagner les femmes : Tout au long de leurs parcours (2 jours – 15 h)

Comprendre les enjeux de l'accompagnement des femmes tout au long de leurs parcours. Faire le point sur l'égalité et les droits des femmes dans notre société.

- Réflexions sur les représentations des femmes
- Stéréotypes et clichés autour de la féminité
- Inégalités et violences de genre dans nos sociétés patriarcales
- Mouvements de soulèvements et de luttes
- Héritage, transmission et posture
- Accompagner les femmes tout au long de leur vie
- Créer, encourager, accompagner le lien
- Tentes rouges, cercles, ateliers : des ressources pour soutenir autrement

P9 - Couple : Au coeur de l'intimité (1 jour – 7h30)

Accompagner l'intime et se positionner en tant que doula.

- Du couple parental au couple amoureux
- Violences conjugales : prévention et ressources
- Intimité, communication, désir
- Contraception

CENTRE GALANTHIS

Formation aux métiers de l'accompagnement et du lien

P10 - Dynamique familiale : Au coeur de la transformation (1 jour - 7 h 30)

Familles d'aujourd'hui, outils et bases de réflexions.

- Définir la famille
- Les nouvelles dynamiques inter et intra familiales
- Redéfinition de la place de chacun
- Accueillir le nouvel enfant dans la fratrie

P11 - Difficulté maternelle : Prévention et soutien (1 jour - 7 h 30)

Le positionnement de la doula en cas de difficulté maternelle, burn out, syndrome post-traumatique...

- Dépression maternelle, burn out, syndrome post-traumatique, psychose puerpérale : notions
- Outils et posture pour accueillir et accompagner la difficulté maternelle
- Accompagner les familles dans la difficulté
- Construire un réseau de soutien

P12 - Deuil périnatal : Le rôle de la doula (1 jour - 7 h 30)

Être aux côtés des parents durant l'épreuve.

- Définir le deuil périnatal
- Interruptions de grossesse : ING, IMG, IVG
- Accompagner le départ, être à sa juste place
- Le processus du deuil
- Une grossesse après la perte d'un enfant
- Les ressources et soutiens

CENTRE GALANTHIS

Formation aux métiers de l'accompagnement et du lien

P13 - Doula Care : Déployer son potentiel et investir ses forces (3 jours – 22 h 30)

Valoriser son estime de soi. Trouver sa légitimité. Se positionner à sa juste valeur vis-à-vis du métier de doula.

- Valoriser l'estime de soi et mobiliser ses ressources
- Nourrir son sentiment de légitimité en tant que doula
- Trouver la valeur juste de son travail
- Comprendre et utiliser l'esprit critique au sein de sa pratique
- Outils, exercices créatifs et ressources pour prendre soin de soi

P14 - Accompagnant-e 2.0 : Démarrer son activité (Doula Care) (3 jours – 22 h 30)

Définir son cadre d'exercice, organiser son activité, communiquer... et se lancer !

- Statuts et formes juridiques : avantages et inconvénients
- La communication de la doula : web, réseaux sociaux, outils de diffusion
- Se spécialiser et mobiliser sa créativité
- S'organiser et gérer son planning et/ou son activité secondaire
- Se former en continu et créer un réseau entre doulas
- Outils pratiques pour bien démarrer

P15 - Pépinière des doulas : Soutien personnalisé dans la continuité (à distance – 8 h)

Être à vos côtés, dans la continuité.

- Soutien au démarrage de votre activité
- 6 heures d'accompagnement individuel à distance
- 2 heures d'accompagnement collectif