

PROGRAMME DE FORMATION 2026/27



Version mise à jour 16 février 2026

Un parcours sensible, rigoureux et transformateur

Durée : 246 h sur 12 mois, répartis sur 21 jours de présentiel (160h) + 56h de distanciel en live (dont 20h de coaching collectif + 3h de mentorat individuel) + 13h de e-learning + 10h de stage supervisé + 8h de rencontres interprofessionnelles | Format : Mixte (présentiel, distanciel et e-learning). Les horaires en présence sont 8h30-17h30 avec une pause de 1h pour déjeuner. Les horaires en distanciel sont 9h-12h. D'autres horaires sont proposés pour la supervision et les rencontres interprofessionnelles (généralement le soir ou le midi).

Public : Toute personne appelée par l'accompagnement périnatal (Personnes en projet de reconversion, doulas en exercice souhaitant approfondir leur pratique, professionnel.les du secteur médico-social désirant humaniser leur accompagnement...)

Prérequis : Une motivation sincère pour l'accompagnement humain, la maîtrise de la langue française (oral et écrit) et un accès régulier à internet.

Tarif : 3 850€. Acompte de 500 € à régler dès la validation de votre candidature pour confirmer votre place. Paiement du solde possible jusqu'à 10 mensualités. | *Le "Plus" Cœur de Doula* : Ce tarif inclut l'accès à la formation pour une année, ainsi que la possibilité de suivre à nouveau l'intégralité du programme l'année suivante (présentiels et distanciels), offrant ainsi une seconde lecture enrichie du cursus sans coût additionnel.

Parcours d'inscription

- Remplis ce [formulaire](#) pour manifester ton intérêt.
- Nous convenons d'un entretien téléphonique pour faire connaissance et parler de ton projet.
- Reçois ton dossier et exprime tes motivations sur le support de ton choix (écrit, audio, vidéo, création artistique).
- Après validation, tu reçois par mail les démarches administratives pour bloquer ta place.

Une question ? Écris-nous à : formationcoeurdedoula@gmail.com

Objectifs de la formation

- Acquérir les connaissances, outils et postures nécessaires à l'accompagnement global en périnatalité
- Intégrer les dimensions émotionnelles, physiques, culturelles et symboliques du rôle d'accompagnante
- Développer une posture éthique, bienveillante, ajustée et professionnelle
- Concevoir un projet professionnel aligné et ancré

Cœur de Doula : L'Art d'Accompagner - 11 Place de la Bielle, 64260 Rébénacq - <https://www.coeurdedoula.fr/>
EURL L'instant de grâce au capital de 100€ - En cours de liquidation - RCS Pau - SIRET 944717909

Méthodes et modalités pédagogiques

- Apports théoriques vivants et interactifs
- Ateliers pratiques, mises en situation, jeux de rôle
- Cercles de parole, espaces de retour d'expérience
- Interventions d'expertes (doula, sage-femme, éducatrice spécialisée...)
- Supports numériques et créatifs

Évaluation et accompagnement

- Questionnaire de positionnement en début et fin de formation
- Évaluations formatives et sommatives tout au long du parcours
- Réalisation d'un projet d'intégration et de transmission personnel
- Coaching collectif bi-mensuel
- Rencontres interprofessionnelles & supervision collective
- Accomplissement d'un stage pratique d'accompagnement
- Programme de mentorat individuel

L'équipe pédagogique

La formation *Cœur de Doula : L'Art d'Accompagner* est portée par une équipe de formatrices et de mentores engagées, sensibles, aux parcours variés et complémentaires.

Chacune vient avec sa couleur, ses outils, son vécu. Ensemble, elles incarnent la diversité des approches possibles dans le métier d'accompagnant·e non médical·e autour de la naissance et des passages de vie.

Alexandra Jacob | Accompagnement parentalité & deuil périnatal

Formatrice & Mentore

Mes accompagnements sont basés sur l'écoute active, l'apport d'éclairage grâce aux avancées des connaissances en neurosciences, pédagogie et éducation. Mon objectif principal est que parents (accompagnement parental, enfants (en soutien sco), endeuillés (accompagnement du deuil) retrouvent confiance en eux, en leurs capacités et compétences.

Alexandra Menaut | Quantik Doula

Mentore

Artiste, illustratrice et tatoueuse une fois devenue maman il y a 7 ans cela à bouleversé ma vie ! Aujourd'hui je me définis comme accompagnatrice de transformation physique et psychique autant en tant que tatoueuse que doula. Je suis à l'écoute avec bienveillance et ce que j'aime le plus dans mes activités c'est d'honorer la transformation et prendre soin.

Céline Ballyet | Consultante en lactation

Formatrice & Mentore

Infirmière de formation, je suis devenue consultante en lactation pour accompagner les femmes dans leur parcours d'allaitement et former les professionnelles à mieux les soutenir. Ma vision : nous ne sommes pas des experts, mais des guides, là pour éclairer le chemin sans jamais l'imposer. Les véritables expertes, ce sont les mamans elles-mêmes, et mon rôle est d'être à leur écoute, avec bienveillance et respect de leur propre rythme.

Charlotte Belluzzo | Sage-femme

Formatrice

Je suis sage-femme depuis 2013, en accompagnement global à domicile depuis 2015, depuis 2017 dans les Pyrénées Atlantiques et mère de 2 enfants.

Charlotte Turon-Barrère | Envol & Matrescence Doula

Mentore

Je suis Charlotte "Doula sur ton chemin", je suis une doula enveloppante qui écoute honore et soutient la Femme et les familles pour leur apporter douceur et sérénité sur leur chemin

Claire Pottier | Galanthis Doula

Mentore

Je vois la maternité (ou la réflexion de la maternité) comme une formidable fenêtre pour prendre de la hauteur, se recentrer et s'aligner afin de s'éloigner des injonctions et de se rapprocher de ses besoins. J'aime que mes accompagnements (pratique, émotionnel, corporel) s'appuient sur des connaissances scientifiques, historiques, sociales, anatomiques, psychologiques. L'esprit critique a aussi une grande place dans mes accompagnements en complément de la transmission d'informations. J'aime comprendre les fonctionnements du corps et de l'esprit humain.

Clélie Hoog | Formatrice & Monitrice de portage

Formatrice

Le portage m'ayant « soignée » à l'arrivée de mon aînée en 2012, je me suis formée comme monitrice de portage en 2015 et j'accompagne depuis les familles dans cette aventure. Également formatrice depuis 2020, je forme aujourd'hui des professionnels de la petite enfance afin de leur apporter un outil supplémentaire dans leur pratique pro. Au-delà des moyens de portage, la transmission de la manipulation première du bébé, avec ses bras, est pour moi une des bases de la sécurisation de l'enfant.

Grâce Lai | Nurturing Birth Doula

Formatrice & Mentore

Fondatrice de la formation *Cœur de Doula : L'Art d'Accompagner*, je suis engagée à transmettre avec authenticité, en tant que formatrice et mentore. Ma mission : révéler et valoriser les talents féminins. Mon approche mêle savoirs ancestraux, exploration somatique et ancrage dans le vivant, pour cultiver l'autonomie et la confiance des accompagnantes. J'accompagne chaque femme à s'approprier les outils transmis pour les intégrer à sa manière, avec simplicité, conscience et confiance.

Hélène Bastide | Sage-femme

Formatrice & Mentore

Mon parcours est teinté d'expériences variées aussi bien en France qu'à l'étranger, et auprès de publics assez diversifiés. J'ai également des activités parallèles qui m'offrent la possibilité d'avoir un certain recul sur les pratiques en périnatalité. Lors d'une séance mentorat, je vous accompagnerai donc dans l'écoute, la bienveillance, le respect et le partage mutuel. Chacune permettant à l'autre de grandir.

Leila Tubio | Spécialiste allaitement & Fecundas Doulas

Formatrice & Mentore

J'ai toujours été intéressée par le monde de la grossesse et de la parentalité depuis mon plus jeune âge. En 2015, j'ai obtenu mon diplôme d'assistante maternelle spécialisée en allaitement, puis j'ai travaillé dans les hôpitaux publics en maternité pendant deux ans. En 2019, ma famille et moi avons migré en France, où ma deuxième fille est née deux ans plus tard. J'ai vécu un accouchement très traumatisant et c'est après cet événement que j'ai finalement décidé de devenir doula.

Lucie Jeanjean | Formatrice & Cœur de Doula

Formatrice & Mentore

Après 10 ans d'accompagnement en tant que TISF et éducatrice spécialisée, notamment en protection de l'enfance et auprès de femmes victimes de violences, je suis aujourd'hui doula et formatrice pour adultes. Je suis également la fondatrice de La Maison Dona à Pau, un espace d'accompagnement et de soin dédié aux femmes, centré sur l'écoute, le soutien et le massage. Portée par une approche engagée et profondément humaine, je transmets avec sens, cœur et créativité.

C'est avec un immense honneur que j'ai intégré l'équipe pédagogique de la formation *Cœur de Doula*, où j'anime le module consacré aux violences, aux traumatismes et aux contextes sociaux. Formée au sein de la première cohorte, je suis aujourd'hui fière de contribuer à cette aventure en tant que formatrice et mentore.

Marie Fauchier | Sage-femme
Formatrice

Sage-femme libérale de terrain, Marie est un des piliers physiologie de notre maillage. Sa mission est de transmettre des bases solides et sécurisantes pour que l'accompagnement soit toujours ancré dans le réel. Elle apprend à parler le langage des soignants et à savoir passer le relais avec justesse, créant ainsi un pont indispensable entre le médical et l'humain. Avec elle, on apprend à œuvrer en toute sécurité au cœur du village.

DÉTAIL DU CONTENU DE LA FORMATION

MODULE 1 : Ethique, posture et cadre du métier (10h)

Posture – Histoire – Éthique

Contenus :

- Histoire et philosophie du métier
- Éthique et valeurs de la doula
- Confidentialité et professionnalisme
- Cadre légal et déontologique
- Spécificité de l'intervention à domicile en tant qu'accompagnante

Modalité : Présentiel + Distanciel + E-learning

Objectifs pédagogiques : Définir l'identité professionnelle de la doula, intégrer les limites de son champ d'intervention et s'approprier le cadre déontologique nécessaire à une pratique sécuritaire.

MODULE 2 : Relation d'aide et dynamique familiale (16h)

Communication – Écoute – Transformation

Contenus :

- Écoute active et communication non-violente
- Place du co-parent dans l'accueil de l'enfant
- Transformation du couple et enjeux relationnels
- Ateliers de partage d'expériences et de vécus

→ Construction d'un espace de parole sécurisant

Modalité : Présentiel + Distanciel

Objectifs pédagogiques : Maîtriser les outils de communication interpersonnelle et comprendre les mutations systémiques du couple devenant parents.

MODULE 3 : Vie intime & santé gynécologique (14h)

Féminité – Cycles – Prévention

Contenus :

- Sexualité et intimité au fil de la vie
- Physiologie des cycles menstruels
- Cheminement du désir d'enfant
- Sensibilisation à la santé et prévention féminine

Modalité : Présentiel

Objectifs pédagogiques : Acquérir une vision globale de la physiologie féminine pour accompagner les femmes dans la compréhension de leur corps et de leur désir de maternité.

MODULE 4 : Physiologie et suivi de la grossesse (14h)

Gestation – Corps – Accompagnement

Contenus :

- Anatomie et physiologie de la grossesse
- Suivi de grossesse et rôle des professionnels de santé (SF/Médecin)
- Communication avec le corps médical
- Soutien physique et émotionnel durant l'attente
- Introduction au Yoga prénatal, méditation et approche sensorielle
- Introduction au Rebozo, au toucher et au massage intuitif
- Travail d'introspection sur son propre vécu de grossesse

Modalité : Mixte

Objectifs pédagogiques : Comprendre les enjeux physiques et émotionnels de la gestation et savoir proposer un soutien complémentaire au suivi médical.

MODULE 5 : Accompagnement physique et physiologique de la naissance (13h)

Enfantement – Soutien – Physiologie

Contenus :

- Processus de l'accouchement naturel et vortex de la naissance
- Physiologie de l'accouchement et gestion de la douleur
- Techniques de soutien physique et outils de confort
- Élaboration du projet de naissance et posture d'*advocacy*
- Utilisation du Rebozo lors de l'enfantement

Modalité : Mixte

Objectifs pédagogiques : Soutenir le processus physiologique de l'accouchement par des techniques non-médicamenteuses et favoriser l'autonomie des parents.

MODULE 6 : Post-partum : récupération et santé maternelle (8h)

Mois d'Or – Soins – Récupération

Contenus :

- Récupération physique et physiologique après la naissance
- Soutien émotionnel et alimentation spécifique du post-partum
- Transmission du serrage au Bengkung
- Sensibilisation et repérage de la dépression post-partum

Modalité : Mixte

Objectifs pédagogiques : Accompagner la naissance d'une mère en veillant à sa santé physique, psychique et nutritionnelle durant le mois d'or et au-delà.

MODULE 7 : Soins, rythmes et alimentation du nouveau-né (21h)

Nouveau-né – Allaitement – Parentalité

Contenus :

- Physiologie de l'allaitement maternel
- Alimentation du nourrisson et besoins nutritionnels
- Atelier de portage physiologique
- Soins, rythmes et accompagnements spécifiques du nouveau-né
- Soutien à la parentalité proximale

Modalité : Mixte

Objectifs pédagogiques : Transmettre des outils pratiques aux parents pour favoriser l'attachement et répondre aux besoins physiologiques du nourrisson.

MODULE 8 : Parcours spécifiques : de l'AMP au deuil périnatal (13h)

Vulnérabilité – Résilience – Diversité

Contenus :

- Parcours de désir d'enfant et assistance médicale à la procréation (AMP)
- Grossesses à risque, prématurité et vécu de la césarienne
- Accompagnement et soutien lors du deuil périnatal
- Respect de la diversité des expériences et témoignages

Modalité : Mixte

Objectifs pédagogiques : Développer une posture d'accueil inconditionnel face à la diversité des parcours de vie et aux deuils périnataux.

MODULE 9 : Soutien Symbolique : Cercles et Événements de Passage (14h)

Rituels – Célébration – Transmission

Contenus :

- Création et animation d'un cercle de paroles
- Organisation du Mama's Blessing et cérémonies de passage
- Mise en place de rituels de fermeture post-partum
- Adaptation et personnalisation des rituels selon les familles

Modalité : Mixte

Objectifs pédagogiques : Créer et animer des rituels et des espaces collectifs pour sacraliser les transitions de la vie reproductive.

MODULE 10 : S'installer et Pérenniser sa Pratique de Doula (13h)

Professionalisation – Réseau – Équilibre

Contenus :

- Construction et structuration de sa pratique professionnelle
- Réseautage, collaboration et éthique interprofessionnelle
- Formation continue et "Doula care" : prendre soin de soi
- Aspects réflexifs et démarches administratives pour s'installer

Modalité : Présentiel et distanciel

Objectifs pédagogiques : Structurer son activité professionnelle, assurer sa viabilité économique et prévenir l'épuisement professionnel.

MODULE 11 : Violences, Traumatismes et Contextes Sociaux (28h)

Sensibilisation – Protection – Posture

Contenus :

- Comprendre les différentes formes de violences (conjugales, obstétricales, symboliques)
- Cycle de la violence, mécanismes d'emprise, trauma et grossesse
- Posture professionnelle face à la révélation
- Outils de repérage et d'orientation
- Accueillir sans sauver – Prendre soin de soi face aux récits violents
- Violences obstétricales et gynécologiques : comprendre et agir
- Place de la femme et enjeux sociétaux
- Accompagnement des psycho-traumas et des deuils complexes

Modalité : Mixte

Objectifs pédagogiques : Identifier les situations de vulnérabilité et orienter les familles vers les ressources adaptées en cas de traumatisme ou de violence.

MODULE 12 : Parcours d'Intégration et Professionnalisation (71h)

Transmission – Expérimentation – Mentorat/Supervision

Contenus :

- Cérémonies d'ouverture et de clôture "Cœur de Doula"
- Mentorat individuel personnalisé (3 séances)
- Coaching collectif régulier et analyse de pratique
- Stage pratique et première intervention sur le terrain
- Temps d'accueil, d'échanges et Cafés Cœur de Doula
- Restitution du projet final
- Suivi pédagogique tout au long du parcours

Modalité : Mixte

Objectifs pédagogiques : Valider les acquis par l'expérience terrain et bénéficier d'un mentorat personnalisé pour lancer sa pratique.

Travail personnel estimé (~50h)

Lectures, carnets de bord, visionnages, exercices, expérimentations rituelles, portfolio, projet final

FAIS DE TA PRÉSENCE UN MÉTIER

Deviens accompagnante en périnatalité (doula)