

Formation professionnelle pour adultes

Doula post-partum :

devenez cette personne ressource qu'on n'oublie jamais.

MAJ : Novembre 2026 - Reproduction et diffusion interdite

Doula post-partum

Profil des stagiaires :

Cette formation est accessible à toute personne, sans prérequis de diplôme ou de parcours, dans le respect des principes de non-discrimination et d'égalité des chances. Un accompagnement peut être proposé en cas de situation de handicap ou de besoin spécifique.

Pré-requis :

- Lire, s'exprimer et communiquer aisément en français, à l'écrit comme à l'oral pour s'inscrire dans un travail en équipe et échanger avec les professionnels du secteur. (Niveau B1/B2 minimum).
- Usage de l'outil informatique (rédaction, web, visioconférence)

Objectifs :

A la fin de la formation, le.a stagiaire sera en mesure de proposer un accompagnement mêlant écoute active, prévention, informations et pratiques de bien-être en post-partum.

- **Définir le contexte, la législation, la posture et le fonctionnement de l'accompagnement par une doula**
- **Identifier les enjeux de la période postnatale pour les enfants et leur famille**
- **Mettre en pratique l'écoute active dans ses rendez-vous**
- **Créer son activité et vendre ses accompagnements**
- **Présenter différentes prestations que la doula peut proposer en post partum**
- **Réorienter les familles dans différents cas de figure en lien avec le post-partum : alimentation du bébé, violences faites aux femmes, difficultés maternelles...**
- **Mettre en œuvre des prestations de massage et de cuisine spécifiquement dédiées au post-partum**

20 rue Roland Petit 34000 Montpellier SARL au capital de 1000 euros- Siret 89508582700023- Code NAF 9609Z.
« Enregistré sous le n°76341116034 par la DREETS Occitanie. Cet enregistrement ne vaut pas agrément ».

Doula post-partum

Durée :

213h00 répartis sur 4 mois en moyenne.
> 114h30 en e-learning / 63h en présentiel / 35h30 en classe virtuelle

Modalités d'accès :

1) Pré-inscription en ligne avec le formulaire disponible sur notre site

2) Validation de la candidature avec la responsable administrative (avec, ou non, entretien de positionnement concernant les pré-requis d'entrée en formation) - récupération des documents annexes si nécessaires

3) Quand les éléments administratifs et financiers sont validés, entretien d'adéquation des besoins en visioconférence.

4) Vous recevez un mail avec envoi des éléments suivants: programme, règlement intérieur, CGV et contrat ainsi qu'un lien de paiement pour l'acompte et les frais de dossier.

5) Validation commune de votre entrée en formation, ou report.

6) Une fois le seuil minimal de participant.es atteint, on démarre cette belle aventure humaine ensemble !

NB : Les dossiers sont traités par ordre d'arrivée.

20 rue Roland Petit 34000 Montpellier SARL au capital de 1000 euros- Siret 89508582700023- Code NAF 9609Z.
« Enregistré sous le n°76341116034 par la DREETS Occitanie. Cet enregistrement ne vaut pas agrément ».

Doula post-partum

Délais d'accès :

Entre 1 mois et 6 mois avant le début de formation - voir le calendrier

Tarifs :

> **2 990 €** TTC si **financement personnel**

> **3 390 €** TTC en cas de **financement par un tiers**
(France Travail, employeur, OPCO, Agefiph,autres ...)

Contacts :

Référente administrative et handicap (pour de potentielles adaptations) :
jmaupetit@envol-et-matrescence.com

Référente technique et numérique pour les formations en ligne (Délai de réponse sous max 48h, jours ouvrés) :
communication@envol-et-matrescence.com

Méthodes pédagogiques :

Toutes nos méthodes pédagogiques visent à ce que les connaissances s'inscrivent le plus facilement et durablement possible en vous : Interventions d'experts, brainstorming, quiz, météo intérieure, métaplan, visionboard, feedback, mises en situation et jeux de rôles sur chaque thème, cas pratiques, expérimentations ..

Le dispositif est en multi-modal afin de s'inscrire au mieux dans votre quotidien : alternance de présentiel, de Formation Organisée à Distance - FOAD et de visioconférences.

20 rue Roland Petit 34000 Montpellier SARL au capital de 1000 euros- Siret 89508582700023- Code NAF 9609Z.
« Enregistré sous le n°76341116034 par la DREETS Occitanie. Cet enregistrement ne vaut pas agrément ».

Doula post-partum

Modalités d'évaluation :

Évaluation de satisfaction :

- En milieu de parcours (attentes, environnement, formateurs, contenu, forme...), ce qui permet une remédiation pour prévenir les abandons et les insatisfactions.
- En fin de parcours (mêmes items), ce qui permet de vérifier la continuité de la qualité et de prévoir des ajustements si nécessaire.

Évaluations formatives :

- Mises en situation avec évaluations par les pairs ou auto-évaluation
- QCM / Quiz
- Exercices de mise en application
- Contrôle continu tout au long de la formation, permettant d'évaluer la progression individuelle, d'identifier les besoins d'accompagnement et d'ajuster la pédagogie en conséquence.

Évaluation sommative :

- Un dossier écrit comprenant une partie sur l'évolution du cadre et de la posture, projection sur la doula que vous souhaitez être.
- Développer un outil pour les rdv au choix
- Annexe Business et Entreprenariat
- Une mise en situation évaluée de 30 min + 15 min d'échange avec le jury
- Evaluation spécifique sur les modules "outils" (massage et cuisine)

Attestation et conditions d'obtention :

Cette formation vous permet d'obtenir 3 attestations de fin de formation "Doula post-partum", "massage postnatal" et "cuisine postnatale".

Doula post-partum

Attestation et conditions d'obtention :

Conditions d'obtention :

- Évaluations par objectifs pédagogiques et/ou par modules (QCM, mise en situation, cas pratiques ...)
- Réalisation d'un travail professionnel de fin d'étude conçu individuellement ou collectivement sur un sujet en lien avec le postpartum. Le rendu d'écrit est individuel.
- Suivre et valider les modules de formation avec assiduité
- Passage d'une mise en situation professionnelle en visio-conférence devant un jury

Organisation de la formation

Calendrier :

Les classes virtuelles et les visio-conférences feront l'objet d'un calendrier spécifique qui vous sera remis au moment de votre entrée en formation.

Nous faisons notre maximum pour que ces séances aient lieu en journée pour permettre à un maximum personnes de se connecter, mais nous sommes soumis aux calendriers et emplois du temps des intervenants.

Accessibilité :

Les personnes qui rencontreraient des difficultés en raison d'une situation de handicap, même léger, même provisoire, sont priées de bien vouloir nous consulter au moment de leur inscription, afin de nous permettre d'évaluer ensemble un dispositif d'adaptation de notre formation à vos besoins.

Calendrier prévisionnel 2027-2028*
Montpellier 1 : du 15 mars au 16 juillet 2027
Paris : du 19 avril au 27 août 2027
Montpellier 2 : du 18 octobre 2027 au 18 février 2028

date à confirmer
12h - 13h30
Réunion de lancement en visio

date à confirmer
Ouverture des modules en e-learning

date à confirmer
3 jours - 21h
Module 1 - cadre éthique et relation d'aide en présentiel

date à confirmer
12h - 13h30
Classe virtuelle - Sage femme
14h - 15h30
Mise en situation

date à confirmer
12h - 13h30
Classe virtuelle Le post-partum

date à confirmer
12h - 13h
Réunion processus évaluatif en visio

12h - 13h30
date à confirmer
Classe virtuelle -Partage d'expérience doula post-partum

date à confirmer
3 jours - 21h
Module 3 - Cuisine postnatale - En Présentiel

12h - 13h30
date à confirmer
Classe Virtuelle Accompagner le deuil périnatal

date à confirmer
12h - 13h
Réunion groupe en visio

date à confirmer
12h - 13h30
Classe virtuelle : Soins et besoins du nouveau-né
14h - 15h30
Mise en situation

***Les dates indiquées en visio peuvent être soumises à modification**

20 rue Roland Petit 34000 Montpellier SARL au capital de 1000 euros- Siret 89508582700023- Code NAF 9609Z.
« Enregistré sous le n°76341116034 par la DREETS Occitanie. Cet enregistrement ne vaut pas agrément ».

date à confirmer
12h - 13h30
Classe virtuelle : Santé mentale et émotionnelle
Psychologue périnatal
14h - 15h30
Mise en situation

date à confirmer
12h - 13h30
Classe virtuelle : Post-partum et dynamiques familiales
14h - 15h30
Mise en situation

date à confirmer
12h - 13h30
Classe virtuelle : Physiologie du post-partum -Dégestation
14h - 15h30
Mise en situation

date à confirmer
3 jours - 21h
Module 12 - Massage postnatal - En Présentiel

12h - 13h30
date à confirmer
Classe virtuelle : Création d'entreprise en périnatalité - Administratif

12h - 13h30
date à confirmer
Classe virtuelle : Création d'entreprise en périnatalité - Communication digitale

date à confirmer
12h - 13h30
Classe virtuelle : Reprise du travail
14h - 16h
Mise en situation

date à confirmer
12h - 14h
Présentation des travaux

date à confirmer
12h - 14h
Réunion de clôture en visio

date à confirmer
Mise en situation évaluée

Doula post-partum

Modules de formation :

MODULE 1 : Cadre, éthique et posture + relation d'aide et écoute active	23h00	2h FOAD 21 h présentiel
MODULE 2 : Contexte socio-historique et enjeux contemporains	2h	30min FOAD + 1h30 classe virtuelle
Classe virtuelle - Sage femme / Mise en situation	3h	3h classe virtuelle
Classe virtuelle - Partage d'expérience Doula post-partum	1h30	1h30 classe virtuelle
MODULE 3 : Cuisine post-natale	21h	3 jours en présentiel
MODULE 4 : Accompagner Le deuil périnatal	16h30	15h FOAD + 1h30 classe virtuelle
MODULE 5 : Santé mentale et émotionnelle	4h	1h FOAD + 3h classe virtuelle
MODULE 6 : Post-partum et dynamiques familiales	3h30	30min FOAD +3h classe virtuelle
MODULE 7 : Physiologie du post-partum	4h30	1h30 FOAD + 3h classe virtuelle
MODULE 8 : Soins et besoins du nouveau-né	7h	4h FOAD + 3h classe virtuelle
MODULE 9 : Accompagner l'allaitement maternel	14h	14h FOAD
MODULE 10 : Violences faites aux femmes	21h	21h FOAD
MODULE 11 : Création d'entreprise en périnatalité	58h00	55h FOAD + 3h classe virtuelle
MODULE 12 : Massage post-natal	21h	3 jours en présentiel
Classe virtuelle - Reprise du travail / Mise en situation	3h30	3h30 classe virtuelle
Lancement 1h30 + Présentation des travaux 2h + Évaluation orale 1h30 + Clôture 2h + réunion 2h et entretiens 30mn	9h30	Visioconférence

SOIT UN TOTAL DE 213H00 DE FORMATION

Nous estimons que le travail de fin d'étude représente, suivant le sujet et le support choisi, entre 35 et 70h de travail.

20 rue Roland Petit 34000 Montpellier SARL au capital de 1000 euros- Siret 89508582700023- Code NAF 9609Z.
« Enregistré sous le n°76341116034 par la DREETS Occitanie. Cet enregistrement ne vaut pas agrément ».

Doula post-partum

Programme de la formation :

MODULE 1 : Cadre, éthique et posture de l'accompagnante + relation d'aide et communication

Définir le contexte, la législation, la posture et le fonctionnement de l'accompagnement par une doula :

- Ethique et rôle de la doula
- Posture professionnelle de la doula
- Cadre, organisation et gestion du temps

Mettre en pratique l'écoute active dans ses rendez-vous :

- La communication
- L'écoute active

MODULE 2 : Contexte socio-historique et enjeux contemporains

Définir le contexte, la législation, la posture et le fonctionnement de l'accompagnement par une doula :

- Définition du post-partum
- Contexte socio historique
- Les enjeux contemporains

MODULE 3 : Cuisine postnatale

- Hygiène et sécurité
- Préparation de repas adapté à la période post partum et aux besoins de la jeune accouchée
- Organisation logistique et financière de la prestation

MODULE 4 : Accompagner le deuil périnatal

- Les deuils dans l'univers périnatal : Arrêt spontané de grossesse, IVG, IMG, mort fœtale intra utero, mort subite du nourrisson.
- Cadre législatif de la prise en charge du deuil
- Les différentes étapes du deuil.
- Repérage des réseaux et soutiens professionnels de santé et orientation. Réseaux et soutien dans le territoire pour la période de deuil

Doula post-partum

Programme de la formation :

MODULE 5 : Santé mentale et émotionnelle

Identifier les enjeux de la période post-natale pour les enfants et leur famille :

- Les difficultés les plus fréquentes

Réorienter les familles dans différents cas de figure en lien avec le post-partum : alimentation du bébé, violences faites aux femmes, difficultés maternelles ...

- Professionnel.les et associations
- Référer, réorienter, toute une histoire

MODULE 6 : Post-partum et dynamiques familiales

Identifier les enjeux de la période post-natale pour les enfants et leur famille :

- Co-parent et famille élargie
- La fraterie
- La reprise du travail

MODULE 7 : Physiologie du post-partum

Identifier les enjeux de la période post-natale pour les enfants et leur famille :

- Le corps en post-partum
- La dégestation
- Alimentation de la mère
- Rôle de l'accompagnante
- Et quand il n'y a pas de bébé ?

MODULE 8 : Soins et besoins du nouveau-né

Identifier les enjeux de la période post-natale pour les enfants et leur famille :

- Les soins de base
- Sommeil, alimentation et sorties
- Quelques situations particulières

20 rue Roland Petit 34000 Montpellier SARL au capital de 1000 euros- Siret 89508582700023- Code NAF 9609Z.
« Enregistré sous le n°76341116034 par la DREETS Occitanie. Cet enregistrement ne vaut pas agrément ».

Doula post-partum

Programme de la formation :

MODULE 9 : Accompagner l'allaitement maternel

- Développer des compétences en relation d'aide pour offrir un accompagnement personnalisé aux parents
- Répondre de manière concrète aux préoccupations des mères en comprenant les rythmes, besoins et compétences des bébés -orienter vers les professionnels adéquats
- Accompagner l'allaitement sur le long terme : reprise du travail et sevrage

MODULE 10 : Violences faites aux femmes

- Violences intra-familiales, violences conjugales.
- Violences gynécologiques et obstétricales & Violences sexuelles.
- Positionnement de l'accompagnante face à une situation de violence et outils de sensibilisation et d'informations.
- Champ de travail des associations d'aide aux victimes (planning familial, CIDFF, professionnels de santé, CIANE.).
- Eléments de reconnaissance, limites et cadre légal d'intervention.
- Réseaux et soutien dans le territoire en cas de violence

MODULE 11 : Création d'entreprise en périnatalité

- Les piliers du cadre et de la posture du chef.fe d'entreprise :
  - Quel.le chef.fe d'entreprise suis-je ?
  - Vivre de son activité
  - Gérer les finances
  - Côté administratif et légal : facilitez-vous la vie !
- La puissance de ton organisation : Mes RDV
- Une stratégie de communication à 360° facteur d'expansion :
- Bien communiquer : connaître sa cible
- Comment parler de son activité ?
- Stratégies pour maintenir et développer ses compétences professionnelles tout au long de sa carrière.
- Réflexion sur son cadre, ses valeurs et ses limites personnels et professionnelles.

Doula post-partum

Programme de la formation :

MODULE 12 : Massage postnatal

- Comprendre les transformations physiques et émotionnelles du post- partum pour adapter leur posture professionnelle.
- Maîtriser les techniques de massage spécifiques à la récupération postnatale (dos, bassin, ventre, jambes, etc.).
- Adapter leur pratique aux besoins particuliers des jeunes mères, en respectant leur physiologie et leur vécu.
- Créer un cadre d'accompagnement bienveillant, sécurisant et respectueux dans une approche globale et personnalisée.

Centre de formation Envol & Matrescence

Site internet

envol-et-matrescence.com

Email

contact@envol-et-matrescence.com

Téléphone

09 55 47 85 04

Adresse

20 rue Roland Petit 34000 Montpellier



Suivez-nous