

Médecine globale
& approche thérapeutique
pour accompagner les femmes
et les couples sur le chemin
de la maternité au naturel

» Accompagner fertilité,
préconception, grossesse,
enfantement, post-partum
et allaitement avec la naturopathie.

» Travailler sur sa posture
de thérapeute pour soutenir
avec justesse ce moment clé
de la vie d'une femme/d'une famille.

MODALITÉS

> formation en week-end :
Cette formation courte se déroule
sur 2 modules de 3 jours,
à intervalles de 2 semaines
pour permettre d'intégrer la densité
des apprentissages et de partager
ses retours sur expérience. Il n'est pas
possible d'intégrer un cycle déjà commencé.

SESSION 2025

> 2 MODULES INDISSOCIABLES DE 3 JOURS

Durée : 6 jours

Dates :

10, 11, 12 et 24, 25, 26 octobre 2025

HORAIRES : 9H00 - 17H

LIEU : NANTES (MAISON DE L'ÉVEIL)

PLACES DISPONIBLES : 16

TARIFS

PLEIN TARIF : 940 €

TARIF RÉDUIT* : 750 €

*accessible aux 5 premiers billets achetés

INSCRIPTIONS : VOIR LA PROCÉDURE PAGE 2.



PÉRINATALITÉ HOLISTIQUE

Accompagnement & Formation

Spécialisation professionnelle en accompagnement périnatal holistique

Cyrielle JEHANNEUF & Lola MARIN-BLONDEL
naturopathe, réflexologue, formatrice naturopathe, doula, réflexologue

OBJECTIFS DE LA FORMATION | CE QUE JE VAIS APPRENDRE

- » Perfectionner/développer ses compétences dans l'accompagnement de la femme en désir de conception/enceinte/en post-partum/allaitante
- » Approfondir ses **connaissances sur la physiologie** de la grossesse, de la naissance, du post-partum et de l'allaitement pour mieux l'accompagner
- » Réaliser une **anamnèse spécifique aux couples** rencontrant des **troubles de la fertilité**
- » Réaliser une **anamnèse spécifique** à la **femme enceinte**
- » Conseiller une **alimentation adéquate** pendant la grossesse, le post-partum et l'allaitement
- » Conseiller une **complémentation personnalisée** (phytothérapie et micronutrition) pour soutenir/rétablir la physiologie selon les étapes périnatales
- » Connaître les **différents troubles de la fertilité**, les **différents maux de la grossesse** et leurs stratégies naturopathiques
- » Connaître les **remèdes naturels** pour accompagner/soulager **l'enfantement et le post-partum immédiat**
- » Savoir **identifier baby blues et dépression du post-partum** et connaître les stratégies naturopathiques associées / savoir quand et vers quels professionnels orienter
- » Connaître les **indications, posologies, contre-indications et précautions d'emploi** pour les remèdes naturels pendant la grossesse et l'allaitement
- » Comprendre et regarder son histoire personnelle/sa propre expérience de la maternité avec humilité pour la mettre à distance et **accompagner avec justesse, sans transfert**
- » Développer des outils d'accompagnement et d'écoute spécifiques pour **améliorer sa posture thérapeutique** et être un.e allié.e dans cette période clef de la vie
- » Disposer de références et **ressources spécifiques** (livres, documentaires, articles, associations, sites, professionnels spécialisés) à transmettre aux femmes et aux familles
- » Reconnaître les **limites de sa pratique** et savoir orienter vers les professionnels adéquats lorsque nécessaire

PUBLIC | À QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?

- » Aux **naturopathes ou futurs naturopathes** désirant se spécialiser en périnatalité
- » A **tous les thérapeutes** (ostéopathes, hypnothérapeutes, sophrologues...) ou **professionnels de santé** (sages-femmes, infirmières...) souhaitant incorporer à leur pratique des remèdes naturels
- » Aux **doulas*** souhaitant se former davantage à la physiologie et intégrer quelques connaissances en naturopathie
- » A **toute personne passionnée par la naissance et la périnatalité** soucieuse d'acquérir toujours plus de connaissances et déterminée à soutenir les mères et à contribuer au changement de paradigme autour de la maternité.

** La doula n'a pas de formation médicale et ne propose pas de conseils en matière de santé lors des rendez-vous avec les parents. Les apprentissages acquis au cours de cette formation sont destinés à enrichir sa culture personnelle et/ou à permettre aux doulas d'orienter les femmes qu'elles accompagnent vers des naturopathes si la situation leur semble pertinente.*

MÉTHODE D'APPRENTISSAGE | COMMENT VAIS-JE APPRENDRE ?

La formation se déroule **en présentiel** en alternant des temps théoriques et des applications pratico-ludiques, des expérimentations ainsi que des sessions de partages en binôme ou petit groupe pour développer sa posture d'écoute/d'accueil.

Un **support de cours est fourni**, des ressources supplémentaires au format numérique, et des références d'ouvrages et multimédia pour approfondir et compléter les divers sujets. Des ouvrages sont consultables sur place pendant toute la durée de la formation.

PRÉ-REQUIS | ACCÈS À LA FORMATION

- » Il est préférable d'avoir une formation ou une expérience (personnelle ou professionnelle) en lien avec le domaine de la santé, de la thérapie ou de l'accompagnement.
- » Ces sessions sont dispensées en français.

INSCRIPTION | RÉSERVER MA PLACE

SESSION 2025 : <https://www.billetweb.fr/specialisation-perinatalite-holistique>

Pour valider complètement votre inscription

TOUTES LES RÉSERVATIONS SE FONT PAR LA BILLETTERIE, aucune inscription ne sera enregistrée par d'autres méthode, et le premier règlement confirme l'inscription. L'intégralité du montant de la formation sera à régler avant la fin de la formation (pour les paiements échelonnés).

Possibilité de payer :

- » en plusieurs fois
*par carte bancaire ou par chèque**
- » en intégralité directement
*Via la billetterie en ligne par carte bancaire ou par chèque**

**Sélectionner dans la billetterie «autre moyen de paiement». Les modalités d'envoi vous seront transmises à réception de la commande..*

À PROPOS | AVERTISSEMENTS FORMATION

- » Cette spécialisation ne vous forme pas au métier de naturopathe.
- » Cette spécialisation ne vous forme pas au métier de doula.
- » Cette spécialisation n'est pas diplômante.

ANNULATION | CONDITIONS

- » Annulation force majeure : remboursement intégral.
- » Annulation jusqu'à 1 mois avant le début de la formation : remboursement partiel. *(250 € non remboursables)*
- » Annulation pendant le mois avant le début de la formation et après : aucun remboursement.

CONTACT | DES QUESTIONS ?

Par courriel :
contact@perinatalite-holistique.fr

Par téléphone :
Cyrielle 06 31 84 21 84
Lola 06 21 21 16 93



I) FERTILITÉ ET PRÉ-CONCEPTION CONSCIENTE

Comprendre et apprivoiser son cycle (*symptothermie /comprendre sa courbe de température / comprendre ce que sont les phases folliculaire et lutéale*)

Approche neuro-immuno-endocrinienne / rééquilibrage hormonal avec la naturopathie (*alimentation et complémentation*)

Pathologies fréquentes liées à l'infertilité et solutions naturopathiques

Alimentation et hygiène de vie pour le couple / introduction à l'épigénétique / perturbateurs endocriniens

Phytothérapie et micronutrition pour le couple / préparer son microbiote pour accueillir la vie

Survivance des rituels existants autour de la préconception consciente/ sexualité sacrée/connexion à son utérus

L'importance de l'accompagnement psycho-émotionnel / comprendre son paradigme familial

Accompagner la PMA avec la naturopathie

Accompagner IMG, IVG et le deuil périnatal avec la naturopathie

Quelques points en réflexologie pour soutenir la fertilité

II) GROSSESSE

Les saisons de la grossesse

Les maux courants et les stratégies naturopathiques associées (*nausées, réelle anémie, fatigue, troubles de la circulation, rétention d'eau, constipation, hémorroïdes...*)

Les maux plus rares/graves et ce qu'il est possible de faire / quand faut-il orienter (*diabète gestationnel, hypertension, pré-éclampsie, purpura, hyperémèse gravidique...*)

Hypermédicalisation et pathologisation de la grossesse : l'effet nocebo des "examens de routine"

L'alimentation de la femme enceinte : peurs et fausses croyances

Soins du corps / périnée / postures à privilégier pendant la grossesse pour favoriser un enfantement physiologique

Quelques points en réflexologie pour accompagner la grossesse

III) ENFANTEMENT

Postulat de départ / l'enfantement est un processus normal et sécuritaire lorsque la physiologie est respectée

Comprendre et déconstruire le paradigme médical actuel autour des naissances

Les besoins essentiels de la femme qui enfante

Les différents lieux d'accouchement

L'ocytocine, hormone maîtresse de l'enfantement physiologique

Les autres hormones de la naissance

Date probable d'accouchement (*le déclenchement naturel n'existe pas*)

Les dangers de l'interventionnisme / la cascade d'interventions

Péridurale

Gestion naturelle de la douleur

Projet de naissance : utile ou illusoire ? comment amener de la physiologie en structure

Place du/de la partenaire

Placenta : ce qu'il est possible de faire à la maison et en structure

Césarienne

Hémorragie de la délivrance : comment la prévenir / la trousse de secours naturo

Quelques points en réflexologie utiles pendant l'accouchement

IV) POST-PARTUM

Bien préparer son post-partum

Remèdes naturopathiques pour post-partum immédiat (*déchirure/ épisiotomie/saignements/hématome/césarienne/hémorroïdes/ resserrage du bassin...*)

Comprendre ce qu'est le mamatoto / la dyade mère/enfant

Comprendre et accompagner la physiologie de la "dégestation"/du post-partum (*4ème, 5ème voire 6ème trimestres de grossesse*)

Alimentation et complémentation du post-partum

Les difficultés maternelles et ce qu'il est possible de faire en naturopathie (*naissance traumatique, baby blues, dépression du post-partum...*)

Recueillir un récit d'accouchement / recevoir une nouvelle mère en cabinet

Approche posturale pour sortir du quatrième trimestre (*eutonie*)

Retour de couches / contraception / méthode MAMA / sexualité (*injonctions, charge sexuelle...*)

V) ALLAITEMENT OU NON ALLAITEMENT

Comprendre notre héritage : d'où nous vient notre façon de mater ?

Comment sensibiliser à l'allaitement sans avoir un discours culpabilisant : le continuum sensoriel transnatal

Le nouveau-né n'est pas un tube digestif à remplir / l'allaitement n'est pas seulement un mode d'alimentation

Ressources pour accompagner la mise en place d'allaitement

Alimentation et complémentation naturopathique de la femme allaitante

Ressources pour accompagner le non-allaitement : quel lait pour mon bébé / quelle complémentation possible pour mon bébé / les positions lors de la prise du biberon qui s'approchent au mieux de la physiologie



LOLA MARIN-BLONDEL

naturopathe, doula & réflexologue



"Le respect de la physiologie est le point d'ancrage de ma pratique, en naturopathie et en tant que doula.

Loin d'être une mode ou une lubie, c'est une façon de vivre, une conviction intime et profonde qui oriente chacune des décisions de ma vie. J'ai à cœur de transmettre cette compréhension et cet amour de la physiologie à toutes les femmes et les couples que j'accompagne.

La connaissance de son corps, de ses capacités et de sa puissance sont de véritables outils d'émancipation et de libération.

Mes transmissions sont fortement empreintes d'un féminisme maternaliste : enfanter dans son plein pouvoir de femme est un acte profondément féministe. Et choisir de pratiquer le maternage proximal dans nos sociétés industrielles, individualistes et capitalistes est un acte éminemment politique."

Site : lolanaturo.fr
Instagram : [lolanaturodoula](https://www.instagram.com/lolanaturodoula)
lola.marinblondel@gmail.com

CYRIELLE JEHANNEUF

naturopathe, réflexologue, animatrice et formatrice



"Il y a dans l'intitulé de mon métier une orientation, parce qu'il faut bien se définir d'une étiquette évocatrice, qui me paraît quelque peu étroite quant à la véritable vocation qui anime chacune de mes activités. Le « cadre » d'une consultation relevant plus de la contorsion que du sentiment de réalisation, je m'épanouis à transmettre au gré de modalités plurielles.

J'intègre dans mes accompagnements des outils empreints de mes expériences dans divers domaines qui ont construit ma sensibilité : des neurosciences aux sciences naturelles de terrain, j'aime replacer sensations et perceptions au cœur de la compréhension du vivant, où nos corps interprètent leur vie.

Convaincue par la nécessité d'incarner ces préceptes dans nos modes de vie, j'invite volontiers à la cohabitation d'une pédagogie scientifique et d'une plus grande qualité de disponibilité à l'égard de son écosystème. Le monde que nous hébergeons et celui qui nous héberge ont en commun plus que l'appauvrissement des formes d'attention que nous leur réservons."

Sites : rdv-naturopathe.fr ; metanat.fr
Instagram : [cyriellega9](https://www.instagram.com/cyriellega9)
cyrielle.jehanneuf@gmail.com

