



CYBÈLE ESPACE BIEN-ÊTRE



**MICROPROGRAMME
EN ACCOMPAGNEMENT PRÉNATAL**

**PLAN DE COURS
MISE À JOUR : AOÛT 2025**

PLAN DE COURS



TABLE DES MATIÈRES

Niveau 1 : Volet vie étudiante (40 heures)	p.3
Niveau 2 : Volet grossesse (30 heures)	p.5
Niveau 3 : Volet accouchement (30 heures)	p.6
Niveau 4 : Volet bien-être de la clientèle (42 heures)	p.7
Niveau 5 : Volet outils pratiques (30 heures)	p.8
Niveau 6 : Volet accompagnement terrain (60 heures)	p.9
Niveau 7 : Volet entrepreneurial (45 heures)	p.10
Les travaux de fin d'études et stage (73 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 GROSSESSE (30 HEURES)

Module 5 : Anatomie et physiologie de la périnatalité (20 heures, 1 X QCM)

ANAT-201 : Phénomène physique de la fécondation - 5 heures

ANAT-202 : Prémisses des hormones - 5 heures

ANAT-203 : De l'embryon au bébé - 5 heures

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

Module 6 : Accompagnement de la grossesse (10 heures, 1 X QCM)

PERI-803 : Grossesse au quotidien - 4 heures

PERI-804 : La santé pendant la grossesse - 3 heures

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

PLAN DE COURS



NIVEAU 3 : VOLET ACCOUCHEMENT (30 HEURES)

Module 7 : Préparation affective : accouchement et travail (10 heures, 1 X QCM)

PERI-806 : La préparation à l'accouchement - 5 heures

PERI-807 : Plan de naissance - 5 heures

Module 8 : Interventions hospitalières à l'accouchement et conditions particulières (20 heures, 1 X QCM)

PERI-808 : Grossesses à risques & interventions pendant l'accouchement - 10 heures

PERI-809 : Risques pendant l'accouchement - 10 heures

PLAN DE COURS



NIVEAU 4 : VOLET BIEN-ÊTRE DE LA CLIENTÈLE (42 HEURES)

Module 9 : Mœurs et comportements en périnatalité (5 heures, 1 X QCM)

PERI-818 : Mœurs et comportements en période prénatale - 5 heures

Module 10 : Inconforts courants en périnatalité (7 heures, 1 X QCM)

INCO-601 : Inconforts en période de préconception et durant la grossesse - 7 heures

Module 11 : Plans et organisation en périnatalité (30 heures, 3 X QCM)

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 12 : 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 (60 HEURES)

Module 13 : Le deuil (10 heures, 1 X QCM)

THAN-920 : Introduction au deuil périnatal - 10 heures

Module 14 : Les grossesses atypiques (30 heures, 3 X QCM)

PERI-829 : Introduction à la PMA - 10 heures

PERI-830 : Introduction à l'adoption - 10 heures

PERI-831 : Introduction à l'accompagnement GARE - 10 heures

Module 15 : Accompagner différemment (20 heures, 2 X QCM)

PERI-832 : Introduction aux grossesses multiples - 10 heures

PERI-833 : Introduction à l'hypnose périnatale - 10 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 (73 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 (31,5 heures)

Il s'agit ici de répondre à 10 situations pouvant potentiellement survenir dans la pratique d'accompagnant prénatal 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 (31,5 heures)

Il s'agit ici de répondre à 10 situations pouvant potentiellement survenir dans la pratique de d'accompagnant prénatal, 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 prénatal ne pourra pas prétendre posséder le titre professionnel de doula.