

Programme Formation « Observation du cycle féminin »

Objectifs et compétences visées

- Comprendre les mécanismes physiologiques du cycle menstruel et ses différentes phases.
- Maîtriser les bases de la symptothermie comme outil d'observation naturelle du cycle.
- Identifier les signaux corporels révélateurs de l'équilibre ou du déséquilibre hormonal.
- Proposer un accompagnement naturopathique personnalisé et évolutif selon les phases du cycle.
- Renforcer l'autonomie des femmes dans la compréhension et la gestion de leur cycle.

Pré-requis pour suivre la formation

- Naturopathe en dernier niveau d'écoles reconnues par l'OMNES (minimum 1200h de formation)
- Naturopathe diplômé.e. d'écoles reconnues par l'OMNES (minimum 1200h de formation)

Méthode et lieu de la formation

- Méthode : la formation se déroulera en visioconférence avec formateur synchrone

Durée de l'action de formation

- La formation se déroulera sur : 1 jour (8h)

Les intervenants

Marion Pezard est naturopathie issue du CENATHO, spécialisée dans l'accompagnement des femmes de la puberté à la ménopause.

Elle est formée également à l'aromatologie (EFAI), à la phytothérapie (Althéa), à la symptothermie (Sensiplan), et est membre des Moon Mothers (Miranda Gray).

En parallèle de ses consultations en cabinet et programmes en ligne, elle anime et produit le podcast *Healthy Living* qui traite de bien-être au féminin, et est l'auteure du livre *Reconnexion aux Cycles Féminins, vivre ses cycles en harmonie grâce à la naturopathie*.

Nature de l'action au sens de l'article L.6313-1 du code du travail

Les actions de formation.

Moyens / méthodes pédagogiques

- Cours théoriques
- Études de cas
- Courbes et analyses de cycles

CENATHO

221, rue La Fayette – 75010 PARIS - 01 42 82 09 78 – info@cenatho.fr – cenatho.fr
SAS au capital de 38 112,25€ - RCS Paris B 378 758 692 – APE : 8559A – TVA intracom : FR46378758692
N° Déclaration d'activité : 11751628075

- Échanges d'expériences et mises en situation

Programme

- I. Anatomie et physiologie du cycle menstruel
- II. Présentation de la symptothermie : fondements et protocoles
- III. Identification et analyse des signaux corporels (température, glaire, col de l'utérus)
- IV. Lecture et interprétation des courbes
- V. Troubles fréquents du cycle et déséquilibres hormonaux
- VI. Outils naturopathiques spécifiques à chaque phase du cycle (plantes, alimentation, relaxation, etc.)
- VII. Accompagnement des femmes aux différentes étapes de leur vie (adolescence, désir d'enfant, post-partum, préménopause)

Moyens permettant d'apprécier les résultats de l'action

- QCM en fin de formation

Nature de la sanction de l'action de formation

Attestation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action et les résultats de l'évaluation des acquis de la formation est remise au stagiaire à l'issue de la formation.

Accessibilité et handicap

Pour tout personne en situation de handicap souhaitant suivre la formation et dont le dossier aura été accepté, le référent handicap a en charge l'adaptation des modalités de formation et d'évaluation adaptées.

CENATHO

221, rue La Fayette – 75010 PARIS - 01 42 82 09 78 – info@cenatho.fr – cenatho.fr
SAS au capital de 38 112,25€ - RCS Paris B 378 758 692 – APE : 8559A – TVA intracom : FR46378758692
N° Déclaration d'activité : 11751628075