

PÉRIMÉNOPAUSE COMPRENDRE POUR MIEUX ACCOMPAGNER

QUAND LA PÉRIMÉNOPAUSE S'INVITE DANS L'ACCOMPAGNEMENT

Les professionnels de l'accompagnement reçoivent aussi des femmes en **périménopause**, qu'un diagnostic ait été posé ou non. Certaines arrivent avec cette problématique clairement identifiée ; d'autres consultent pour tout autre motif.

L'idée n'est pas de poser un diagnostic, mais de mieux repérer ce qui peut être en lien avec cette période et comprendre comment ces changements peuvent influencer la manière dont une personne reçoit et vit un accompagnement.

Je vous propose de **mieux comprendre la périménopause à partir de données sourcées et de plusieurs grilles de lecture**, afin de pouvoir ajuster votre pratique lorsque c'est utile.

L'objectif : permettre à vos clientes de bénéficier pleinement de votre accompagnement, même lorsque la périménopause n'est pas le motif principal de leur venue.



CE QUE CET ATELIER PEUT VOUS APPORTER

- Mieux comprendre la périménopause, ses manifestations possibles et les interactions qui peuvent modifier le vécu quotidien d'une personne.
- Disposer de repères plus solides pour faire des liens sans conclure trop vite, distinguer ce qui est établi de ce qui l'est moins, et mieux situer les différentes grilles de lecture.
- Ajuster plus finement votre pratique, vos outils et certaines conditions d'accompagnement lorsque cette période influence les ressources, le confort ou la disponibilité de la personne.

À l'issue des deux jours, vous repartez avec une connaissance plus fine de la périménopause et des repères concrets pour accompagner avec davantage de justesse et de sécurité.



POUR QUI ?

Cet atelier s'adresse aux professionnels de l'accompagnement bien-être et non médical qui reçoivent des femmes adultes dans leur pratique : sophrologues, hypnopraticiens, naturopathes, énergéticiens, réflexologues, praticiens shiatsu, coachs ou autres accompagnants indépendants.

Il est accessible sans formation médicale préalable.

LE PROGRAMME

JOUR 1 — COMPRENDRE LA TRANSITION ET SES CONSÉQUENCES

9 h – 12 h

Poser les repères essentiels sur la périménopause, ses principaux mécanismes et leurs effets possibles sur le fonctionnement quotidien, sans entrer dans une logique de diagnostic.

14 h – 17 h

Explorer les interactions entre symptômes, ressources, contexte et perception de soi, puis croiser plusieurs grilles de lecture pour mieux comprendre une même situation.

JOUR 2 — CONTEXTUALISER ET AJUSTER SA PRATIQUE

9 h – 12 h

Découvrir différentes pistes d'accompagnement issues des approches scientifiques, de la médecine traditionnelle chinoise (MTC), de la naturopathie et d'autres pratiques complémentaires, en comprenant ce qu'elles peuvent apporter et leurs limites.

14 h – 17 h

Traduire ces repères dans votre pratique : ajuster l'accompagnement lorsque c'est pertinent, préserver votre cadre professionnel et repérer les situations qui nécessitent une autre compétence ou une orientation.

MODALITÉS GÉNÉRALES

- **Format** : 2 journées consécutives en présentiel
- **Horaires** : 9 h – 12 h / 14 h – 17 h
- **Groupe** : 8 à 12 participants
- **Tarif** : 240 € TTC par personne pour l'ensemble des 2 journées
- Atelier accessible sans formation médicale préalable
- Supports et ressources complémentaires remis aux participants

VOUS SOUHAITEZ PARTICIPER ?

Pour connaître les prochaines dates, vous inscrire ou échanger sur l'atelier, contactez-moi : aureliabh.fr/contact/

