

Périménopause et ménopause

PROGRAMME DE FORMATION

Intitulé de la formation : **Périménopause et ménopause : comprendre, évaluer, accompagner**

Organisme de formation : **Kookie Learning** (flavie@kookielearning.com)
Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro **93132042213** auprès du
Préfet de région des Bouches-du-Rhône
Certification Qualiopi B01837
Siret: **883 972 473 00028** - APE : 85.59B
38 Rue de la Rotonde, 13001 Marseille

Formateurs : Dr **Valérie Namer**, ostéopathe DO, Doctorat en médecine, DES endocrinologie et métabolisme

Dates : **lundi 19 octobre, lundi 26 octobre et lundi 30 novembre 2026**

Lieu et horaires : **en ligne et en direct -de 18h à 21h pour chaque date**

Présence obligatoire aux 3 directs pour être éligible au FIFPL ostéopathes

Objectifs pédagogiques :

Cours qui permettra de démystifier la période de changement en lien avec la cessation de la vie reproductive de la femme.

- Comprendre l'évolution de la recherche, de l'enseignement des savoirs sur la ménopause
- Remettre les pathologies dans leur contexte hormonal
- Savoir adapter et choisir les techniques ostéopathiques adaptées au contexte de la ménopause
- Briser les stéréotypes de genre en santé
- Apprendre une démarche de santé préventive visant à préparer une ménopause en santé
- Production d'un cas clinique entre le 1^{er} et 3^{ème} webinaire. Retroaction corrective en groupe au Webinaire 3

Programme détaillé de la formation :

Cette formation de 3 webinaires de 3h permettra d'aborder les aspects anatomo-physiologiques et hormonaux liés à la ménopause. Les enjeux liés à la prescription du traitement hormonal de remplacement seront présentés. Les recommandations et données à jour pour l'accompagnement de la périménopause par les approches complémentaires seront analysées. Les participants seront en mesure de reconnaître les signes et symptômes liés à la diminution de la sécrétion des hormones féminines.

Webinaire 1 : lundi 19/10/2026 18h-21h

- 18 h : Présentation de l'intervenante, du cours et des participants, des attentes
- La ménopause en chiffres, démographie et coût sociétal
- Etat des lieux de la santé des femmes en 2026
- Régulation hormonale, rappels
- Axe gonadotrope
- Variations hormonales de la périménopause et la ménopause
- Du traitement au soin
- Biais de genre en santé
- Recommandations internationales
- Analyse de la littérature
- Outils cliniques, présentation
- Cas cliniques et grille de correction

21h Fin de webinaire

Webinaire 2 : lundi 26/10/2026 18h-21h

- 18h Phénomène physiologique et hormonal de la péri ménopause
- Influence de la chute des hormones sexuelles sur les autres hormones
- Symptômes
- Changements métaboliques
- Influence de la péri ménopause sur la santé et le bien-être
- Changements de l'état de santé en lien avec la péri ménopause
- Ostéoporose
- Santé cardiovasculaire
- Diabète Pathologies auto-immunes
- Pathologies musculosquelettiques
- Santé mentale
- Accompagnement de la ménopause: Approche globale et multidisciplinaire

- Mode de vie, médecine allopathique, approches complémentaires

- L'anamnèse et l'évaluation

- Les recommandations : préventives et spécifiques

21h fin du webinaire

Cas cliniques

Présentation des cas cliniques par les participants avec participation collective : analyse et la proposition d'un plan de traitement et parcours de soins personnalisés.

Rétroaction corrective de la formatrice

21h00 fin de la formation

Nombre d'heures de formation : **9** heures au total

Fait à Marseille, le 21 mai 2026



The stamp is circular with the text "Kookie Learning" at the top and "Organisme enregistré - n°93132042213" at the bottom. In the center is the Kookie Learning logo, which consists of a graduation cap above the word "Kookie" and "Learning" below it.