Programme de Formation

Santé de la femme: cancer du sein, endométriose, HPV, ménopause, maladies cardio-vasculaires

Organisation

Durée : 3 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique

Public visé

Tous public sans prérequis médical, souhaitant mieux comprendre les enjeux de santé de la femme.

Objectifs pédagogiques

- Comprendre les enjeux majeurs de santé liés aux femmes.
- Identifier les principaux facteurs de risque, signes d'alerte et moyens de prévention.
- Favoriser le dépistage, l'accompagnement et la déstigmatisation.
- Connaitre les réseaux d'informations
- Situer ses repères de prévention à chaque période de la vie.

Compétences visées

- Connaitre le fonctionnement du corps
- Connaitre les exercices d'hygiène de vie
- Conseils de prévention

Description

Cette formation vise à permettre aux participants de comprendre les enjeux majeurs de santé liés aux femmes.

Vrai/Faux : idées reçues sur la santé des femmes

- Recueil interactif des représentations initiales des participants avant le contenu théorique

1/Cancer du sein, Endométriose, HPV et santé sexuelle

- Chiffres clés
- Symptômes, conséquence et prises en charge
- Facteurs de risque : génétiques, hormonaux, modes de vie
- Dépistages et prévention

2/ Ménopause et santé hormonale

- Définition : périménopause et ménopause
- Symptômes et prise en charge
- Tabous et impacts dans la vie quotidienne et professionnelle

- Atelier pratique : exercice guidé de cohérence cardiaque

3/Maladies cardiovasculaires

- Particularités cardiovasculaires féminines
- Facteurs de risque spécifiques : contraception, ménopause, stress, tabac

Synthèse : « Ma santé au fil de la vie »

- Frise chronologique collective : repères de prévention à chaque âge de la vie

Prérequis

Aucun pré-requis.

Modalités pédagogiques

- Alternance de théories et d'ateliers pratiques.
- Participation active des stagiaires à l'aide d'activités ludopédagogiques et d'échanges.

Moyens et supports pédagogiques

- Atelier participatif
- Présentation visuelle
- Buste d'auto palpation
- Témoignages
- Vidéos
- Frise chronologique

Modalités d'évaluation et de suivi

Nos formations s'inscrivent exclusivement dans le cadre de la formation professionnelle continue ; elles permettent de développer ou de certifier des compétences clés mais ne délivrent pas de diplôme d'État, ni RNCP.

- Quizz

Informations sur l'accessibilité

Les différentes formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Néanmoins, la validation de certaines formations peut être subordonnée à la mise en œuvre de séquences pratiques. Une analyse des besoins et des conditions d'accès sera réalisée en amont de l'inscription afin d'identifier plus précisément les conditions de réalisation et de faisabilité de la formation.

Pour toute question, vous pouvez contacter notre service administratif à **formation@kerea.eu**

Conditions d'accompagnement

Afin de faciliter l'accès des personnes en situation de handicap à notre offre de formation, une analyse des besoins est réalisée en lien avec des partenaires spécialisés. Cette analyse permet d'identifier les moyens d'adaptation, d'assistance ou de compensation à mettre éventuellement en œuvre.

Pour toute question, vous pouvez contacter notre service administratif à **formation@kerea.eu**

Modalités techniques et environnement

Conditions de réalisation matérielle de la formation :

- Rappel aux stagiaires d'apporter leurs propres affaires : matériels (stylo, bloc note etc.)
- Une salle de formation dotée de tables, de chaises en nombre suffisant avec idéalement la possibilité de disposer également d'un espace permettant les mises en pratique
- Un moyen de diffusion du contenu (vidéoprojecteur avec écran ou mur blanc, ou télévision avec câble de branchement)
- Un paperboard avec des feutres de couleurs
- Un téléphone, tablette ou ordinateur par stagiaire pour faciliter l'accès à l'espace connecté personnel

Conditions de réalisation matérielle en cas de déploiement à distance :

- Un endroit pour s'isoler et pouvoir s'immerger dans la formation
- Matériel informatique en bon état de fonctionnement (micro, camera, pc, tablette)

L'assistance technique et pédagogique est accessible à l'adresse : formation@kerea.eu