

Programme de formation

2026



Crédits photos: unspash.com

collectif-
-santé
mentale-
-périnatale

Pôle de formations interdisciplinaires
au service des professionnel·le·s de
la périnatalité

Contact

sante-mentale-perinatale.ch
info@sante-mentale-perinatale.ch

Les formations du Collectif

Nos formations sont conçues pour **répondre aux réalités du terrain** et favoriser une culture commune de la santé mentale périnatale au sein des réseaux accompagnant les familles.

Les formations du Collectif s'adressent à **l'ensemble des professionnel-le-s impliqué-e-s dans le champ périnatal**, quel que soit leur rôle ou leur discipline.

Formations à la carte

Les formations peuvent être suivies individuellement ou s'inscrire dans une logique de parcours.

Néanmoins, nous recommandons vivement de commencer par suivre le module de base *Les Essentiels de la Santé Mentale Périnatale* (voir page 4).

Notre approche

Notre approche repose sur le croisement de trois regards complémentaires :

- les données issues de la **recherche scientifique**
- **l'expérience clinique**
- le **savoir expérientiel** des parents et des pairs

Public cible

Sages-femmes, infirmier-e-s, gynécologues, pédiatres, psychologues, psychiatres, travailleur-euse-s sociaux-ales, éducateur-trice-s, médecins généralistes, professionnel-le-s de la petite enfance, pair-aidant-e-s, doulas, ostéopathes, psychomotricien-ne-s, consultant-e-s en lactation, assistant-e-s médica-les-ux, kinésio-logues, membres d'associations d'entraide, aides-maternelles, physiothérapeutes, etc.

Ainsi que toute personne en lien avec des futurs et nouveaux parents.

Tarifs étudiant-e-s

Les étudiant-e-s bénéficient d'un **rabais de 20 %** sur l'ensemble de nos formations.

Cadre sécuritaire

Chaque formation intègre une attention explicite au bien-être des participant-e-s et aux résonances que certaines thématiques peuvent susciter.



Aperçu des formations

[Module de base]

**Les essentiels
de la santé
mentale
périnatale**

Page 4

collectif-
santé
mentale-
périnatale

**Phobies
d'impulsion en
post-partum**

Page 7

**Supervisions
de groupe**

Page 10

**Être aidant-e
face à la
souffrance
psychique en
périnatalité**

Page 8

**Paternité et
santé mentale
périnatale**

Page 6

[Formation pour
psychologues]

**Psychologie
périnatale**

Page 9

**Vécu
traumatique de
l'accouchement**

Page 5

**Colloques
mensuels**

Page 11

Les essentiels de la santé mentale périnatale : comprendre la dépression périnatale

Derrière l'idéalisation de la grossesse et du post-partum se cache une période de profonde vulnérabilité psychique, chez les mères comme chez les co-parents. Cette formation apporte des repères scientifiques actuels sur la santé mentale périnatale et des outils pour la pratique clinique et la sensibilisation des parents, avec un focus sur la dépression périnatale.

Objectifs de formation

Renforcer la compréhension de la santé mentale périnatale, identifier les facteurs de vulnérabilité et de protection, favoriser le repérage précoce de la souffrance psychique (notamment de la dépression périnatale) et soutenir une coordination efficace du réseau périnatal autour des familles.

Contenus abordés

- **Physiologie de la santé mentale périnatale** : cerveau parental et vulnérabilité psychique
- **Perspectives sociologiques** : explorer les normes sociales pour une pratique plus adéquate
- **Parler de santé mentale dans sa pratique** : gagner en aisance et en justesse
- **Dépression périnatale** : signes, facteurs de risque et repères cliniques
- **L'échelle d'Édimbourg (EPDS)** : un outil de dépistage et de communication au service des professionnel·le·s et des parents

Intervenant·e·s

Noémie Faure - Psychologue en périnatalité, spéc. ASPEA FSP

Natanaëlle Perrion - Sociologue, spécialiste en promotion de la santé (CAS) et santé sexuelle (CAS)

Laurent Nguyen - Pair en périnatalité, intervenant Mencare, responsable Niudad Suisse romande

Cette formation pose les bases conceptuelles et cliniques recommandées pour suivre les autres formations du Collectif.

Infos pratiques

CHF 250.- | 20 participant·e·s max.
 Cette formation donne droit à 6 crédits e-log FSSF.

Session de printemps 2026

JE 23.04.2026 | 9:00 - 17:15

En présentiel au Centre Sages-Femmes, Vevey

Inscriptions sur [ce lien](#) ou le QR



Session d'automne 2026

ME 09.09 et ME 16.09.2026
 9:00 - 12:30 (sur deux matinées)

En ligne

Inscriptions sur [ce lien](#) ou le QR



collectif-
-santé
mentale-
-périnatale

Vécu traumatique de l'accouchement : éclairages scientifiques, cliniques et expérientiels

L'accouchement peut être vécu comme une expérience traumatique, avec des conséquences durables sur la santé mentale des parents. Cette formation propose une journée en présentiel pour mieux comprendre le stress post-traumatique lié à l'accouchement et développer des compétences concrètes d'accompagnement, en croisant recherche, clinique et savoir expérientiel.

Objectifs de formation

Approfondir la compréhension du traumatisme lié à l'accouchement, se familiariser les modèles actuels du stress post-traumatique périnatal, utiliser des outils de dépistage spécifiques et intégrer des approches d'accompagnement adaptées, notamment pour les professionnel·le·s de première ligne.

Contenus abordés

- Stress post-traumatique lié à l'accouchement : modèles et repères cliniques
- Outils de dépistage, dont la City Birth Trauma Scale
- Entretien de vécu d'accouchement (EVA) : principes et pratique
- Apports du savoir expérientiel et ressources associatives (Re-Naissances)
- Réflexions cliniques et mises en pratique interprofessionnelles

Intervenantes

Prof. Antje Horsch - Psychologue, professeure associée (UNIL) et directrice du Lausanne Perinatal Research Group (CHUV)

Valentine Annen - Infirmière sage-femme au CHUV-DFME, créatrice de la consultation EVA

Aline Forgerit - Infirmière spécialisée en santé mentale, comité de Re-Naissances

Mieux repérer et accompagner le traumatisme de l'accouchement avec des repères clairs.

Infos pratiques

Session de printemps 2026

JE 21.05.2026 | 9:00 - 17:15

En présentiel à Lausanne

CHF 260.- | 20 participant·e·s max.

Inscriptions sur [ce lien](#) ou le QR

Cette formation donne droit à 6 crédits e-log FSSF.



collectif-
-santé
mentale-
-périnatale

Paternité et santé mentale périnatale

Les futurs et nouveaux pères traversent une période de vulnérabilité psychique. Environ un père sur dix développe une dépression ou de l'anxiété dans l'année suivant la naissance, avec des répercussions sur l'ensemble de la famille. Pourtant, la santé mentale paternelle constitue un angle mort de la santé périnatale, est largement e, et les hommes ont de nombreux freins à demander du soutien. Cette formation apporte des repères essentiels et des outils concrets pour mieux comprendre, repérer et accompagner la souffrance psychique des pères au sein du réseau périnatal.

Objectifs de formation

Renforcer la compréhension de la santé mentale périnatale des pères et co-parents, identifier les principales difficultés psychiques et leurs facteurs de risque, intégrer les enjeux sociologiques liés à la paternité et outiller les professionnel·le·s pour prévenir, repérer et orienter les situations de souffrance psychique paternelle.

Mieux comprendre la santé mentale des pères pour soutenir l'ensemble de la famille et renforcer les pratiques périnatales.

Contenus abordés

- **Santé mentale périnatale paternelle** : repères et données clés
- **Physiologie** et psychologie périnatale des pères
- **Difficultés psychiques paternelles** : signes et facteurs de risque
- **Enjeux sociologiques** : masculinité, normes sociales, et freins à la demande de soutien
- **Outils pratiques** : s'adresser aux pères, EPDS, pistes d'action
- **Ressources Mencare** Suisse romande pour les professionnel·le·s et les familles

Intervenant·e·s

Noémie Faure - Psychologue en périnatalité, spéc. ASPEA FSP

Natanaëlle Perrion - Sociologue, spécialiste en promotion de la santé (CAS) et santé sexuelle (CAS)

Laurent Nguyen - Pair en périnatalité, intervenant Mencare, responsable Niudad Suisse romande

Infos pratiques

Session d'automne 2026

ME 28.10.2026 | 9:00 - 17:15

En présentiel au Centre Sages-Femmes, Vevey

CHF 260.- | 20 participant·e·s max.

Inscriptions sur [ce lien](#) ou le QR

Cette formation donne droit à 6 crédits e-log FSSF.



collectif-
santé
mentale-
-périnatale

Phobies d'impulsion en post-partum : comprendre ce qui fait peur

Les pensées intrusives, violentes ou choquantes envers son bébé sont fréquentes en post-partum, mais restent largement taboues. Elles suscitent une détresse intense chez les parents et de fortes inquiétudes quant à leur capacité à protéger leur enfant. Cette formation propose des repères cliniques actualisés pour comprendre les phobies d'impulsion, les différencier des troubles psychotiques et accompagner les familles avec davantage de confiance et de sécurité.

Objectifs de formation

Comprendre les phobies d'impulsion en post-partum, les distinguer des idées délirantes et de la psychose puerpérale, et développer une communication non stigmatisante permettant d'accueillir et orienter les parents concernés.

*Mieux comprendre pour
dépister et
accompagner les
personnes concernées*

Contenus abordés

- Phobies d'impulsion : fréquence, formes et vécu parental
- Mécanismes psychologiques et détresse associée
- Différenciation clinique : phobies d'impulsion, TOC périnatal et psychose puerpérale
- Repères pour l'accompagnement : psychoéducation, prévention et orientation
- Réflexions cliniques à partir de situations concrètes

Intervenantes

Noémie Faure - Psychologue en périnatalité, spéc. ASPEA FSP

Dre Eve Henzen Ifkovits - pédopsychiatre et psychothérapeute, cabinet privé, médecin adjointe aux HUG, comité CAS Périnatalité et petite enfance

Infos pratiques

Session d'hiver 2026 (passée)

LU 19.01.2026 | 9:00 - 12:30

En ligne

Session d'hiver 2027

LU 01.02.2027 | 9:00 - 12:30

En ligne

CHF 150.- | 20 participant·e·s max.

Inscriptions sur [ce lien](#) ou le QR

Cette formation donne droit à 3 crédits e-log FSSF/Curacasa/ASI.



collectif-
santé
mentale-
périnatale

Être aidant-e face à la souffrance psychique en périnatalité

Les professionnel·le·s de la périnatalité sont fréquemment confronté·e·s à des manifestations de souffrance psychique chez les parents : anxiété, dépression, troubles du lien ou vécus traumatiques. Dans un contexte où l'accès aux soins spécialisés en santé mentale est souvent limité, ces professionnel·le·s jouent un rôle clé dans le soutien précoce des familles. Trouver la juste posture, définir un cadre sécuritaire, composer avec la charge émotionnelle et préserver sa propre santé mentale représentent toutefois des défis importants. Ce séminaire clinique propose un espace collectif de réflexion pour penser son rôle d'aidant-e, ajuster ses pratiques et renforcer une posture soutenance et durable.

Objectifs de formation

Approfondir la compréhension clinique de la souffrance psychique en périnatalité, clarifier son rôle et ses limites dans l'accompagnement des familles, et soutenir une pratique réflexive favorisant le soin de soi dans l'engagement professionnel.

Soutenir les parents en souffrance tout en prenant soin de sa propre santé mentale.

Contenus abordés

- Souffrance psychique en périnatalité : repères cliniques et situations fréquentes
- Posture d'aidant-e : cadre sécuritaire, mandat et limites professionnelles
- Attitudes aidantes et prévention des débordements émotionnels
- Représentations, biais cognitifs et résonances personnelles
- Pratique réflexive et ressources pour préserver sa santé mentale

Intervenant-e-s

Noémie Faure - Psychologue en périnatalité, spéc. ASPEA FSP

Laurent Nguyen - Pair en périnatalité, intervenant Mencare, responsable Niudad Suisse romande

Infos pratiques

Session d'automne 2026

LU 30.11.2026 | 14:00 - 17:30

En présentiel au Centre Sages-Femmes, Vevey

CHF 150.- | 14 participant·e·s max.

Inscriptions sur [ce lien](#) ou le QR

Cette formation donne droit à 3 crédits e-log FSSF.



collectif-
-santé
mentale-
-périnatale

Psychologie périnatale : comprendre les mécanismes et les enjeux de la santé mentale chez les futurs et nouveaux parents

La période périnatale – de la conception à un an après la naissance – constitue une phase de profonde vulnérabilité psychique, physique et sociale pour les futurs et nouveaux parents. Les recherches récentes montrent que cette vulnérabilité est en partie physiologique et nécessaire à l'adaptation parentale et au développement du bébé. Elle s'accompagne toutefois d'un risque accru de difficultés psychiques : entre 12 % et 20 % des mères et environ 10 % des pères présentent une dépression périnatale. Cette formation de base propose des éclairages pluridisciplinaires, scientifiques et cliniques pour comprendre les mécanismes de la santé mentale périnatale chez les deux parents et renforcer les pratiques professionnelles au sein d'un réseau partageant des repères communs.

Objectifs de formation

Renforcer la compréhension des mécanismes psychiques à l'œuvre en périnatalité, acquérir des repères cliniques et scientifiques sur la psychopathologie périnatale, et soutenir une approche globale et coordonnée de la santé mentale des futurs et nouveaux parents.

Contenus abordés

- Physiologie de la santé mentale périnatale et cerveau parental
- Vulnérabilité psychique chez les mères et les co-parents
- Panorama de la psychopathologie périnatale
- Enjeux sociaux et culturels : normes, biais cognitifs et déterminants de la santé
- Réflexion sur la posture professionnelle à partir d'exemples cliniques

Intervenant·e·s

Noémie Faure - Psychologue en périnatalité, spéc. ASPEA FSP

Natanaëlle Perrion - Sociologue, spécialiste en promotion de la santé (CAS) et santé sexuelle (CAS)

Laurent Nguyen - Pair en périnatalité, intervenant Mencare, responsable Niudad Suisse romande

Infos pratiques

Session d'hiver 2026

JE 08.01.2026 et JE 05.02.2026
9:00 - 17:15 (deux journées)

En présentiel dans les locaux de la FARP, Lausanne

Session d'hiver 2027

Dates à venir
9:00 - 17:15 (deux journées)

En présentiel dans les locaux de la FARP, Lausanne

Cette formation est destinée aux psychologues et psychiatres uniquement.

CHF 666.- | 15 participant·e·s max.

Inscriptions sur [ce lien](#) ou le QR

Donne droit à 18 unités de formation continue FARP.



collectif-
-santé
mentale-
-périnatale

Supervisions de groupe – santé mentale périnatale

Ces supervisions de groupe offrent un espace collaboratif, confidentiel et sécuritaire destiné aux professionnel·le·s de la périnatalité souhaitant approfondir leur pratique en santé mentale périnatale. Au sein d'un groupe de pairs, elles permettent de travailler à partir de situations cliniques concrètes, de questionner sa posture professionnelle et de bénéficier de l'intelligence collective pour gagner en clarté, en confiance et en efficacité dans l'accompagnement des familles, en tenant compte de son mandat d'intervention et de ses sensibilités personnelles.

Objectifs

- Analyser des situations cliniques issues de la pratique professionnelle
- Développer une réflexion partagée et une posture professionnelle ajustée
- Renforcer la confiance et l'aisance face aux enjeux de santé mentale périnatale
- Soutenir le bien-être des professionnel·le·s dans leur engagement clinique

Contenus abordés

- Présentation et discussion de situations cliniques
- Réflexion collective sur les enjeux relationnels et émotionnels
- Soutien à la pratique et ajustement de la posture professionnelle

Fonctionnement

- Supervision en groupe de pairs
- Cadre confidentiel, bienveillant et sécuritaire
- Partage d'expériences et mobilisation de l'intelligence collective

Intervenantes

Noémie Faure - Psychologue en périnatalité, spéc. ASPEA FSP

Deborah Von Rotz-Romanens - Psychologue-psychothérapeute (FSP)

Un espace sécuritaire pour penser sa pratique, renforcer ses repères et prendre soin de soi en tant que professionnel·le.

Infos pratiques

Format : 5 séances de 2 heures réparties sur 10 mois

Dates : à définir avec les participant·e·s

En ligne | CHF 425.-

5 participant·e·s max. par groupe

Inscriptions sur [ce lien](#) ou le QR

Cette formation donne droit à 10 crédits e-log FSSF.



collectif-
-santé
mentale-
-périnatale

Les Colloques du Collectif

Chaque dernier lundi du mois, le Collectif Santé Mentale Périnatale propose un colloque mensuel gratuit en visioconférence. Ces rendez-vous réguliers ont pour vocation de créer un espace vivant de rencontre, d'écoute et de réflexion collective autour des enjeux de santé mentale périnatale.

Ils permettent aux professionnel·le·s du réseau de prendre du recul sur leurs pratiques, de partager leurs expériences de terrain, de questionner leurs postures et de nourrir une culture commune et interdisciplinaire de l'accompagnement des familles. Les colloques visent à renforcer les liens entre acteur·rice·s du champ périnatal.

Objectifs

- Offrir un espace d'échange ouvert et accessible
- Développer un langage commun autour de la santé mentale périnatale
- Renforcer les liens entre les professionnel·le·s du réseau
- Soutenir la réflexion clinique et interdisciplinaire

Contenus abordés

- Une thématique différente chaque mois
- Apports réflexifs et cliniques
- Échanges entre professionnel·le·s
- Partage d'expériences et de questionnements de terrain

Fonctionnement

- Participation gratuite
- Sans inscription obligatoire et sans engagement
- Possibilité de participer régulièrement ou ponctuellement
- Format convivial favorisant les rencontres et les échanges
- Accès ouvert à tous·tes les professionnel·le·s intéressé·e·s

**Un rendez-vous mensuel
pour penser ensemble
les pratiques et
renforcer le réseau.**

Infos pratiques

Format : 1h sur la pause de midi, en général tous les derniers lundis du mois (12:00-13:00)

26.01.2026	31.08.2026
23.02.2026	28.09.2026
30.03.2026	26.10.2026
27.04.2026	30.11.2026
18.05.2026	25.01.2027

En ligne | gratuit
Sans inscription

Cliquez sur [ce lien](#) ou sur le QR pour obtenir le lien Zoom.



collectif-
-santé
mentale-
-périnatale