




## Formule ENVOL

Je me forme aux **techniques d'observation et d'analyse** de mon Cycle Menstruel.  
(6 mois d'accompagnement)

**Objectif de ces 6 mois**  
**J'apprends à OBSERVER et à**  
**ANALYSER mon cycle.**

### *Description de l'apprentissage*

- 
- (Ré) Apprentissage de la physiologie féminine.
  - Comprendre les éléments perturbants du cycle.
  - Comprendre les règles de la méthode de la symptothermie.
  - Apprendre à écouter son corps.
  - Un suivi mensuel par mail à la fin de chaque cycle.
  - Apprentissage de la période de fertilité.
  - Comprendre les cas particuliers et les recommandations associées.

**Votre**  
**OBJECTIF**

**Concevoir un bébé naturellement.**  
**Envisager une contraception naturelle fiable.**





# Formule ENVOL

## *Les étapes d'apprentissage*



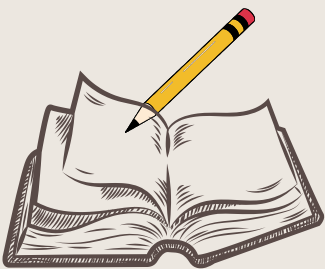
**2 RDV - 1h30**

**Le 1er rdv au démarrage :**  
**Se former *aux techniques d'observation.***

**Le 2nd rdv à 3 mois :**  
**Se former *aux techniques d'analyse.***

**Un suivi mensuel tout au long du parcours.**  
**Rendu des cyclogrammes après chaque cycle.**

**Chaque mois un retour mail pour chaque cyclogramme rendu pour valider l'utilisation du cyclogramme et les annotations.**



**1 rdv final de 45 min.**

**Pour valider les techniques d'observation et d'analyse du cycle.**

**Tarif : 65€/ mois**

---

**Sonia THIBAUT - Naturopathe  
Conseillère en symptothermie**

