

# FORMATION BODY PROJECT

Programme de prévention des TCA



Le Body Project (Stice et al., 2015) est un **programme de prévention des TCA axé sur la dimension corporelle**. Étudié aux Etats-Unis ainsi que dans d'autres pays, par l'équipe qui l'a développé et par des équipes indépendantes, il est actuellement le programme de prévention des TCA le plus efficace. Les études montrent qu'il peut-être animé par des chercheurs, des professionnels du domaine du soin et par des pairs.

Il se déroule en **4 séances d'une heure**. Le programme a pour but de **diminuer les facteurs de risque des TCA (internalisation de l'idéal de minceur, insatisfaction corporelle, affects négatifs, dysfonctionnement social)** afin de prévenir l'apparition des symptômes TCA ou de les réduire s'ils sont déjà présents. Le Body Project propose des **discussions et des jeux de rôle qui permettent de développer la réflexion des participants autour de la thématique corporelle**.

Le programme en participant à la promotion d'une image corporelle positive permet une prévention intégrée des troubles liés à l'image corporelle dont l'insatisfaction corporelle ; l'obésité et les troubles liés à la santé mentale (dépression ; anxiété sociale, détresse émotionnelle, ainsi que des comportements à risque pour la santé tels que des rapports sexuels non protégés ou l'initiation du tabagisme)

## Public cible

- Tous professionnel-le-s du domaine du soin et de la prévention désireuses et désireux d'exercer une activité de prévention des TCA : diététiciens et diététiciennes ; infirmiers ou infirmières (scolaires) ; psychologues ; enseignant ou enseignantes APA...
- Structures et établissements souhaitant mettre en place des ateliers de prévention auprès d'un groupe de jeunes / jeunes adultes
- Animation par un groupe de pairs possibles sous certaines conditions

*Pas de prérequis*

## Dates et durée de formation

2 jours consécutifs en présentiel (14 heures) :

**Vendredi 14 Mars et Samedi 15 Mars 2025**

9H30 - 12H30 et 13H30 - 17H30

*Puis dans l'année suivant la formation en présentiel :*

2 demi-journées de supervision en distance (7 heures) : 9h30-12h30

## Objectif pédagogique

A l'issue de la formation le ou la stagiaire sera en capacité d'animer

le programme « Body Project » auprès d'un groupe

## Objectifs opérationnels

- Connaître le Body Project, les théories sous-jacentes au programme, ses objectifs préventifs et son champ d'application
- Savoir (co)animer le Body Project avec un retour sur sa pratique

## Formatrices

- **Roxane TURGON** Docteure en psychologie spécialisée sur les TCA et psychologue clinicienne
- **Zoé DESBOUIS** Diététicienne-nutritionniste, spécialisée dans les TCA chez l'adulte

## Lieu

Centre des Entrepreneurs

[90 Rue Henri de Boissieu 01000 Bourg-en-Bresse](https://www.bourg-en-bresse.fr/90-rue-henri-de-boissieu-01000-bourg-en-bresse)

## Déroulé

- **JOUR 1**

Histoire du Body Project aux Etats-Unis

Développement du Body Project en France : résultats actuels et projets de développement

Bases théoriques du Body Project : le dual-pathway model of bulimia et la théorie de la dissonance cognitive

Animation du programme : informations pratiques

Contenu du programme : étude du contenu des 4 séances et de leur articulation les unes par rapport aux autres

Passage de la théorie à la pratique : questions des stagiaires

- **JOUR 2**

Pratique des 4 séances sous forme de jeux de rôle : constitution de différents groupes, avec 2 coanimatrices / co-animateurs et des stagiaires jouant les rôles des élèves

Debriefing du déroulé des 4 séances

L'idéal serait que les stagiaires puissent pratiquer l'animation du programme avant la suite de la formation.

- **Supervision en distanciel dans l'année (2 x 1/2 journée)**

Echanges autour de la pratique des stagiaires, réflexions et questionnements

Jeux de rôle sur certaines séances si nécessaire

## Modalités pédagogiques

Le manuel complet du Body Project vous sera transmis avant la formation afin que vous puissiez en prendre connaissance. Le contenu de cette formation est pré-défini.

La pédagogie est basée sur la pédagogie interrogative, participative, à travers des jeux de rôles, des simulations, des exercices, en petite et grand groupe pour les deux journées en présentiel. Pour les deux demi-journées, celles-ci se feront en visio sur des cas cliniques des participantes, avec une pédagogie affirmative, transmission des points théoriques du Body Project par les deux intervenantes. Le premier jour de formation en présentiel comportera beaucoup de contenu théorique ; le deuxième jour sera presque exclusivement pratique puisque nous nous exercerons à coanimer les 4 séances du Body Project sous forme de jeux de rôle.

Les 2 demi-journées à distance seront axées sur le partage d'expérience des stagiaires et permettront d'élaborer collectivement autour des éventuels questionnements soulevés par la mise en pratique du Body Project.

## Tarifs

## Effectif

- 465 euros en autofinancement
- 685 euros entreprise (*possibilité de prise en charge OPCO*)

Groupe de 6 à 12 stagiaires

## Evaluation

- Questionnaire d'auto-évaluation des acquis en début et en fin de formation
- Questionnaire de satisfaction en fin de formation
- Questionnaire d'évaluation à froid afin de déterminer l'utilisation de ces acquis dans la pratique réelle

## Contact et inscription

Inscription auprès du centre de formation "Ethiqu'Et Santé" : [Lien d'inscription](#)

La formation est certifiée Qualiopi et peut bénéficier d'une prise en charge par votre OPCO. Renseignements par téléphone : 06.60.58.84.74 ou par mail : aureliehoubre.projet@gmail.com. Site internet : [www.ethique-sante.fr](http://www.ethique-sante.fr)



Centre de formation "Ethiqu'Et Santé" hébergé juridiquement au sein de La Bâtisse SCOP SARL à capital variable - 87 rue de la Picardière 01300 Virignin SIRET 842 534 448 00027

