

## Programme détaillé de la formation à l'approche bio-psycho-sensorielle de l'obésité, du surpoids et des troubles du comportement alimentaire associés Session 2024

### MODULE 1

#### EN PRESENTIEL

Le 253, 253 rue du Faubourg Saint-Martin, Paris 10<sup>e</sup>

#### **Lundi 9 septembre 2024**

**10h00 – 13h00**

Accueil des participants – Co-construction du cadre et présentation des participants

**14h30 – 18h30**

- **Jean-Philippe Zermati** (Médecin nutritionniste psychothérapeute, Paris)

Retour d'expérience

Le comportement alimentaire normal

#### **Mardi 10 septembre 2024**

**09h00 – 12h30**

- **Jean-Philippe Zermati** (Médecin nutritionniste psychothérapeute, Paris)

Le comportement alimentaire normal et les systèmes de régulation.

**14h00 – 17h30**

- **Jean-Philippe Zermati** (Médecin nutritionniste psychothérapeute, Paris)

La régulation physiologique : du normal au pathologique.

#### **Mercredi 11 septembre 2024**

**09h00 – 12h30**

- **Jean-Philippe Zermati** (Médecin nutritionniste psychothérapeute, Paris)

La restriction cognitive : définition et conséquences sur le comportement alimentaire.  
Importance des Envies de Manger émotionnelles dans la régulation du comportement alimentaire.

**14h00 – 17h30**

- **Jean-Philippe Zermati** (Médecin nutritionniste psychothérapeute, Paris)

L'attention : définition, intérêt thérapeutique, comment la travailler ?

Comment construire la sécurité alimentaire ? Pourquoi ?

---

Le Groupe de Réflexion **sur l'Obésité et le Surpoids**

37 rue des Mathurins 75008 Paris – [www.gros.org](http://www.gros.org)

Secrétariat : Alexia Rousseau - 06 43 84 16 30 – [associationgros@gmail.com](mailto:associationgros@gmail.com)

SIRET : 419 415237 00025 - Code d'activité : 913 - N° TVA intracommunautaire : FR38419415237

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11 75 45984 75 auprès du préfet de région d'Ile-de-France.

V1.0 20/02/2024

## Jeudi 12 septembre 2024

09h00 – 12h30 et 14h00 – 17h30

- **Marie-Laure Desaissement** (Diététicienne nutritionniste, Thiais)
- **Aude France** (Diététicienne nutritionniste, Arpajon)

Accompagnement du changement de pratique

Explorer ce qu'il se passe pour soi, en tant que mangeur et en tant que thérapeute. Savoir éviter les phénomènes de résistance et de réactance. Co-construire son changement de posture pour nourrir l'alliance thérapeutique.

## Vendredi 13 septembre 2024

08h30 – 12h00

- **Nicole Gratier de Saint Louis** (Kinésithérapeute, sophrologue, hypnothérapeute, Nemours)

Redonner au corps sa place dans le processus thérapeutique

Mise en situation.

13h30 – 16h00

- **Cécile Séron** (Diététicienne nutritionniste, Paris)

Retour sur la première session de formation.

## MODULE 2

EN PRESENTIEL

Le 253, 253 rue du Faubourg Saint-Martin, Paris 10<sup>e</sup>

## Lundi 14 octobre 2024

10h00 – 13h00

- **Marie-Laure Desaissement** (Diététicienne nutritionniste, Thiais)
- **Aude France** (Diététicienne nutritionniste, Arpajon)

Retour d'expériences thérapeutiques/débriefing

14h30 – 18h30

- **Cécile Séron** (Diététicienne nutritionniste, Paris)
- **Marina Sollogoub** (Psychologue, Paris)

Trouble du réconfort ou anesthésie émotionnelle : diagnostic différentiel et accompagnement.

---

Le Groupe de Réflexion **sur l'Obésité et le Surpoids**

37 rue des Mathurins 75008 Paris – [www.gros.org](http://www.gros.org)

Secrétariat :\_Alexia Rousseau - 06 43 84 16 30 – [associationgros@gmail.com](mailto:associationgros@gmail.com)

SIRET : 419 415237 00025 - Code d'activité : 913 - N° TVA intracommunautaire : FR38419415237

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11 75 45984 75 auprès du préfet de région d'Ile-de-France.

V1.0 20/02/2024

## Mardi 15 octobre 2024

09h00 – 12h30 et 14h00 – 17h30

- **Sylvie Benkemoun** (Psychologue clinicienne, Forcalquier)

Stigmatisation et auto-stigmatisation

Comprendre comment la stigmatisation peut aggraver l'obésité et s'opposer à l'acceptation, en inhibant les capacités d'adaptation de la personne.

Conséquences dans les prises en charge et dans la construction d'une alliance thérapeutique efficiente.

## Mercredi 16 octobre 2024

09h00 – 12h30 et 14h00 – 17h30

- **Savéria Garcia** (Diététicienne nutritionniste, St Laurent du Var)

Dégustation en pleine conscience

Comment utiliser la dégustation au service de la régulation ? Expériences pratiques pour comprendre l'intérêt de la dégustation et savoir la proposer et la mener avec les patients en difficultés avec leurs comportements alimentaires

14h00 – 17h30

- **Savéria Garcia** (Diététicienne nutritionniste, St Laurent du Var)

L'autocompassion

Sensibilisation au concept d'autocompassion, mise en pratique pour soi, en tant que thérapeute et comment le diffuser aux patients. L'autocompassion favorise l'approche bio-psycho-sensorielle, la résilience et l'apaisement émotionnel.

Il est précieux d'en semer des graines tout au long de la prise en charge.

## Jeudi 17 octobre 2024

09h00 – 12h30 et 14h00 – 17h30

- **Vincent Gerbault** (Diététicien nutritionniste, Jarnac)

Croyances alimentaires - insécurité - peur de grossir

S'interroger et construire sa pratique pour accompagner le patient confronté aux croyances alimentaires, à l'insécurité et à la peur de grossir

## Vendredi 18 octobre 2024

08h30 – 12h00

- **Nicole Gratier de Saint Louis** (Kinésithérapeute, sophrologue, hypnothérapeute, Nemours)

Accueillir autrement son corps et redevenir acteur

Mise en situation.

13h30 – 16h00

- **Marie-Laure Desaisement** (Diététicienne nutritionniste, Thiais)

- **Marie-Carmel Detournay** (Infirmière Psychothérapeute, Moret-Loing-et-Orvanne)

Retour sur la deuxième session de formation.

---

## Le Groupe de Réflexion sur l'Obésité et le Surpoids

37 rue des Mathurins 75008 Paris – [www.gros.org](http://www.gros.org)

Secrétariat :\_Alexia Rousseau - 06 43 84 16 30 – [associationgros@gmail.com](mailto:associationgros@gmail.com)

SIRET : 419 415237 00025 - Code d'activité : 913 - N° TVA intracommunautaire : FR38419415237

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11 75 45984 75 auprès du préfet de région d'Ile-de-France.

V1.0 20/02/2024

**MODULE 3**EN PRESENTIEL

Le 253, 253 rue du Faubourg Saint-Martin, Paris 10<sup>e</sup>

**Lundi 9 décembre 2024****10h00 – 13h00**

- **Marie-Laure Desaissement** (Diététicienne nutritionniste, Thiais)
- **Aude France** (Diététicienne nutritionniste, Arpajon)

Retour d'expériences thérapeutiques/débriefing

**14h30 – 18h30**

- **Anne-Françoise Chaperon** (Psychologue clinicienne, Montrouge)
- **Marie-Carmel Detournay** (Infirmière Psychothérapeute, Moret-Loing-et-Orvanne)

Instaurer et maintenir une bonne alliance thérapeutique

**Mardi 10 décembre 2024****09h00 – 12h30 et 14h00 – 17h30**

- **Marie-Carmel Detournay** (Infirmière Psychothérapeute, Moret-Loing-et-Orvanne)

Lien entre perfectionnisme et acceptation des émotions

**Mercredi 11 décembre 2024****09h00 – 12h30 et 14h00 – 17h30**

- **Sophie Cheval** (Psychologue clinicienne, Paris)
- **Florence Urbain** (Diététicienne nutritionniste, Pérenchies)

Approche ACT (Acceptance and Commitment Therapy)

Développer l'acceptation au service de l'engagement.

**Jeudi 12 décembre 2024****09h00 – 12h30**

- **Sylvie Benkemoun** (Psychologue clinicienne, Forcalquier)
- **Aurore Taccoen** (Diététicienne nutritionniste, Lille)

Vivre son rapport au corps

Mise en évidence des facteurs de perturbation de l'image du corps dans l'obésité

Prise en charge de l'insatisfaction corporelle et de la honte

Vivre son corps au présent, en chemin vers l'acceptation

**14h00 – 17h30**

- **Sylvie Benkemoun** (Psychologue clinicienne, Forcalquier)
- **Aurore Taccoen** (Diététicienne nutritionniste, Lille)

Vivre une vie pleine de sens dans un corps gros

Comment aider nos patients à s'envisager autrement, à mieux appréhender au quotidien leur propre regard et celui des autres sur leur poids ? Explications et mises en situation.

---

**Le Groupe de Réflexion sur l'Obésité et le Surpoids**37 rue des Mathurins 75008 Paris – [www.gros.org](http://www.gros.org)Secrétariat :\_Alexia Rousseau - 06 43 84 16 30 – [associationgros@gmail.com](mailto:associationgros@gmail.com)

SIRET : 419 415237 00025 - Code d'activité : 913 - N° TVA intracommunautaire : FR38419415237

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11 75 45984 75 auprès du préfet de région d'Ile-de-France.

V1.0 20/02/2024

**Vendredi 13 décembre 2024**

**08h30 – 12h00**

• **Nicole Gratier de Saint Louis** (Kinésithérapeute, sophrologue, hypnothérapeute, Nemours)  
En chemin vers l'acceptation corporelle

**13h30 – 16h00**

- **Sylvie Benkemoun** (Psychologue clinicienne, Forcalquier)
- **Nicole Gratier de Saint Louis** (Kinésithérapeute, sophrologue, hypnothérapeute, Nemours)
- **Cécile Séron** (Diététicienne nutritionniste, Paris)
- **Aurore Taccoen** (Diététicienne nutritionniste, Lille)

Bilan de la formation

Elaborer une stratégie clinique, la formation continue, créer un réseau professionnel (co visio, supervision, vie associative)

## SUPERVISION

[EN VISIOCONFERENCE via ZOOM](#)

A l'issue de votre participation aux trois modules en présentiel, votre promo sera répartie en 2 groupes de supervision (répartition par ordre alphabétique).

Ces **quatre séances** animées par des formatrices du GROS sont **obligatoires** pour valider le titre de praticien. Ces supervisions vous aideront aussi à progresser dans votre pratique au quotidien.

Groupe 1 : le mardi de 18h à 20h :

- 28 janvier 2025
- 25 mars 2025
- 22 avril 2025
- 17 juin 2025

Groupe 2 : le jeudi de 18h à 20h :

- 30 janvier 2025
- 27 mars 2025
- 24 avril 2025
- 19 juin 2025

## VALIDATION DE LA FORMATION

L'examen final se déroulera en présentiel **lundi 23 juin 2025** (soutenance orale)

La présence à **toutes** les journées (présentiel et visio-conférences) et une note supérieure à 10/20 à l'épreuve orale de fin de formation vous permettront de valider les compétences acquises et d'obtenir une attestation de fin de formation ainsi que l'inscription dans l'annuaire des praticiens.

---

Le Groupe de Réflexion **sur l'Obésité et le Surpoids**

37 rue des Mathurins 75008 Paris – [www.gros.org](http://www.gros.org)

Secrétariat :\_Alexia Rousseau - 06 43 84 16 30 – [associationgros@gmail.com](mailto:associationgros@gmail.com)

SIRET : 419 415237 00025 - Code d'activité : 913 -N° TVA intracommunautaire : FR38419415237

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11 75 45984 75 auprès du préfet de région d'Ile-de-France.

V1.0 20/02/2024