

Animer le Body Project

Programme de prévention primaire des Troubles des Conduites Alimentaires



DATES : 13 et 14 Avril 2026
+ dates de supervisions à définir

DUREE ET HORAIRES : deux jours (14 heures) consécutifs en
présentiel à Carouge de 9h30 à 12h30 et 13h30 à 17h30
Puis **deux 1/2 journée** de supervision à distance (7 heures)

PRESENTATION :

Le **Body Project** est un programme de prévention des troubles du comportement alimentaires (TCA) développé en 2000 par l'équipe d'Eric Stice (Professeur de Psychologie, USA). Ce programme est basé sur le dual-pathway model of bulimia (Stice, 1996) qui postule que les symptômes boulimiques apparaissent en raison de plusieurs facteurs de risque spécifiques qui interagissent ensemble. Le Body Project vise à **diminuer ces facteurs de risque** grâce à un programme où les participants sont actifs. Le programme utilise la théorie de la dissonance cognitive pour faire participer les personnes pendant et entre les séances.

Le Body Project est actuellement le programme de prévention primaire des TCA le plus efficace sur la tranche d'âge 15-25 ans. Il a été étudié aux Etats-Unis ainsi que dans d'autres pays, par l'équipe qui l'a développé et par des équipes indépendantes. Les études montrent qu'il peut être animé par des chercheurs, des professionnels du domaine du soin et par des pairs (des personnes ayant fait le Body Project et ayant le même profil que les participants du groupe).

Il existe en format de 4 séances d'une heure et en 2 séances de 2 heures. Il existe également une version visio du programme. Le programme est la plupart du temps proposé à des adolescentes et des jeunes femmes de 15 à 25 ans. Il est possible de proposer le programme à des adolescents et des jeunes hommes en adaptant le contenu du programme et en faisant des groupes non mixtes.

CONTENU :

JOURS 1 et 2 (14 heures)

- 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 : critères de maximisation de l'efficacité
- Contenu du programme : étude du contenu des 4 séances et des activités inter-séance
- Pratique des 4 séances sous forme de jeux de rôle
- Debriefing du déroulé des 4 séances

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

JOUR 3 (2x 3h30 en visio)

- Echanges autour de la pratique des stagiaires, réflexions et questionnements.
- Jeux de rôle sur certaines séances si nécessaire

<u>FORMATRICES :</u> Roxane TURGON Psychologue clinicienne. Docteure en psychologie spécialisée sur les TCA. Zoé DESBOUIS Diététicienne-nutritionniste. Spécialisée sur les TCA chez l'adulte.	<u>PUBLIC :</u> ➤ Professionnel.le.s du soin et de l'enseignement, et autres personnes désireuses et désireux d'exercer une activité de prévention des TCA ➤ 10 participant.e.s maximum ➤ Pas de connaissances préalables requises ; être prêt.e à s'investir dans la prévention ; des activités envoyées par email (quelques heures de travail) seront à faire avant la formation
<u>OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES :</u> - Savoir identifier les facteurs de risque des TCA ; - Savoir définir l'insatisfaction corporelle et l'internalisation de l'idéal de minceur ; - 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.	<u>MODALITÉS PÉDAGOGIQUES :</u> Le manuel complet du Body Project traduit en français vous sera transmis pendant la formation. Le contenu de cette formation est pré-défini. La pédagogie est basée à la fois sur une pédagogie affirmative, (transmission des points théoriques du Body project par les deux intervenantes) et sur la pédagogie interrogative et participative (jeux de rôles, simulations, réponse aux questions). La demi-journée à distance est axée sur le partage d'expérience des stagiaires et permettra d'élaborer collectivement autour des éventuels questionnements soulevés par la mise en pratique du Body Project.
<u>LIEU DE FORMATION :</u> Haute Ecole de Santé Rue des Caroubiers 25 - 1227 Carouge	<u>INSCRIPTIONS ET CONTACTS :</u> Contrat à retourner signé à Isabelle CARRARD : isabelle.carrard@hesge.ch Pour toutes questions : bodyprojectfrance@gmail.com
<u>CONDITIONS FINANCIÈRES :</u> 650 CHF par personne Pour les français.e.s : 695 euros + frais bancaires virement international <u>Règlement complet dès l'inscription à privilégier</u> pour limiter les frais bancaires et les démarches comptables, par virement bancaire; date limite du règlement pour validation de l'inscription : fin Janvier. Possibilité d'acompte de 30% à joindre avec le contrat d'inscription, puis solde 2 mois avant le début de la formation soit maximum le 13 Février.	

CONTRAT DE FORMATION :

Merci de renseigner vos coordonnées :

Nom :

Prénom :

Profession :

Téléphone :

Adresse email :

Il est conclu le contrat de formation ci-après :

Art 1 – Objet du contrat

Roxane TURGON et Zoé DESBOUIS dispenseront la formation suivante :

Titre : **Body Project** programme de prévention des TCA

Dates : 13 et 14 Avril 2026 + 2 demi-journées à définir avec les participant.e.s.

Durée : 21 heures

Lieu : rue des Caroubiers 25 - 1227 Carouge

Art 2 - Prix et modalités de paiement

La ou le stagiaire doit faire parvenir le contrat de formation en **2 exemplaires signés et datés**. Les originaux sont envoyés par email aux 2 adresses suivantes : isabelle.carrard@hesge.ch et bodyprojectfrance@gmail.com

La ou le stagiaire peut se rétracter dans les **dix jours** suivants la signature du présent contrat, conformément à l'Article L6353-5 du code du travail, par lettre recommandée avec accusé de réception.

A l'expiration de ce délai, conformément à l'article L6353-6, soit dix jours après la signature du contrat, il sera demandé à la ou au stagiaire le versement de la totalité de la formation avec une date limite au 30 Janvier, ou bien d'un acompte de 30% du montant total, et du solde avant le 13 Février.

Les inscriptions moins de 10 jours avant la date de début du cours donne lieu à un paiement total du prix de la formation.

Art 3 - Interruption de la formation

En cas d'annulation ou d'arrêt du programme de formation du fait des formatrices, l'intégralité des prestations non servies sera remboursée.

Si la ou le stagiaire est empêché.e de suivre la formation par suite de force majeure dûment reconnue (décès d'un.e proche, arrêt maladie avec certificat médical) seules les prestations en présentiel effectivement dispensées sont dues au prorata temporis de leur valeur prévue au contrat.

En cas d'arrêt de la formation pour un autre motif que la force majeure dûment reconnue, le présent contrat est résilié suivant les modalités financières suivantes : remboursement total à condition que la ou le stagiaire annulant sa présence ait pu être remplacé.e par un.e autre stagiaire (sur liste d'attente par exemple).

Art 4 – Engagement du Stagiaire

La ou le stagiaire s'engage à ne pas enregistrer ni filmer la formation, et à ne photographier qu'en cas d'accord explicite de toutes les personnes pouvant apparaître sur la photo.

La ou le stagiaire s'engage à ne pas utiliser de reproductions, d'enregistrements, ou tout autre support mis à sa disposition par les formatrices autrement qu'à titre privé, pour sa propre pratique de l'animation du Body Project, ou pour des supports de communication visant à promouvoir le Body Project. Toute reproduction intégrale ou partielle des cours et tous autres documents ou supports transmis sans le consentement écrit des formatrices est interdit.

Fait, en deux exemplaires originaux, à le

Signature du ou de la stagiaire avec la mention manuscrite “lu et approuvé”

Signature des formatrices