

Programme détaillé de la formation
à l'approche bio-psycho-sensorielle de l'obésité, du
surpoids et des troubles du comportement alimentaire
associés
Session 2023

MODULE 1 Présentiel

Présentiel, Le 253, Paris 10^e :

Vendredi 27 Janvier 2023 9h30 – 17h30
et
Samedi 28 Janvier 2023 9h00 – 17h00



- **Jean-Philippe Zermati** (Médecin nutritionniste psychothérapeute, Paris)
Manger normalement : contrôle psychophysologique du comportement alimentaire et régulation du poids.

MODULE 2 Visio conférence

Visio-conférences :

Samedi 4 Février 2023 : 9h00 – 11h00



- **Saveria Garcia** (diététicienne nutritionniste, St Laurent du Var)

Devenir praticien du GROS demande souvent une remise en question sur sa pratique personnelle et son approche avec le patient. Mise en situation.

Samedi 4 Février 2023 : 11h30 – 12h30

- **Marie Laure Desaissement** (diététicienne nutritionniste, Thiais)

Présentation de la 1^{ère} expérience sur le comportement alimentaire.

Samedi 4 Mars 2023 : 9h – 12h30 :

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

Debriefing de l'expérience autour du comportement alimentaire et présentation de la 2^e expérience.

Mardi 7 Mars 2023 : 18h00 – 21h00

- **Ronan Morvan** (Médecin généraliste, Héric)

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

37 rue des Mathurins 75008 Paris – www.gros.org

Secrétariat :_Alexia Rousseau - 06 43 84 16 30 – secretariat@gros.org

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.

V2.0 18/07/2022

Bibliographie de l'approche biopsychosensorielle: revue et actualité sur l'alimentation intuitive : quelles sont les publications scientifiques qui sous-tendent l'approche bio-psycho-sensorielle ? Ce cours consistera en la présentation de publications scientifiques sur le thème de la restriction cognitive, de l'alimentation intuitive, de l'alimentation en pleine conscience ou encore de l'influence des images ou de la grossophobie sur les comportements alimentaires. Vous découvrirez quelques pistes pour faire votre propre recherche bibliographique.

Mardi 14 Mars 2023 : 16h30 – 18h30

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

Comprendre les phénomènes de stigmatisation : dans un environnement hostile aux personnes obèses, praticien et patient sont influencés inconsciemment par des préjugés négatifs sur l'excès de poids et la possibilité, voire le sentiment d'obligation à y remédier. Pour le praticien, une conscience de ce qui se joue dans cette relation est indispensable pour permettre au patient de se sentir compris et de s'engager dans le suivi. Ce cours abordera ce que doit affronter une personne obèse en lien avec cette stigmatisation et permettra de mieux comprendre et de tenir compte des phénomènes de honte et de culpabilité ainsi que de leurs conséquences.

MODULE 2 Présentiel

Présentiel, Le 253, Paris 10^e :

Vendredi 17 Mars 2023 : 9h30 – 13h00 :

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



Comment définir un régime amaigrissant ? Pourquoi ne fonctionnent-ils pas à la longue ? Quels sont les effets des régimes et des tentatives de contrôle de la prise alimentaire sur la régulation du poids et sur le comportement alimentaire ?

Vendredi 17 Mars 2023 : 14h30 – 17h30 :

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

Comprendre les phénomènes de stigmatisation. Mises en situation

Samedi 18 Mars 2023 : 9h00 – 10h30 :

- **Nicole Gratier de Saint Louis** (kinésithérapeute, Nemours)

Comment accompagner les patients à se réapproprier leur corps, à le réinvestir.
Mise en situation.

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

37 rue des Mathurins 75008 Paris – www.gros.org

Secrétariat :_Alexia Rousseau - 06 43 84 16 30 – secretariat@gros.org

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.

V2.0 18/07/2022

Samedi 18 Mars 2023 : 10h30 – 17h00:

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

Instaurer une bonne alliance thérapeutique : permettre au patient de cheminer d'un comportement basé sur la restriction et le contrôle vers une nouvelle façon de manger et un engagement en toute confiance quel que soit son parcours de soin jusque-là, une alliance thérapeutique de qualité et un mode de communication adaptés sont indispensables.

MODULE 3 Visio conférence

Visio-conférence :

Samedi 1^{er} Avril : 9h00 – 13h00 :

- **Sophie Cheval** (Psychologue clinicienne, Paris)

Introduction théorique et mise en pratique des bases de la thérapie d'acceptation et d'engagement (ACT, Acceptance and Commitment Therapy). Cette thérapie cognitive et comportementale dite de 3^e vague est omniprésente dans la prise en charge du GROS et sera utilisée pour tous les aspects de la prise en charge présentés dans les cours tout au long de la formation.



MODULE 3 Présentiel

Présentiel, Le 253, Paris 10^e :

Vendredi 7 Avril 2023 : 9h30 – 13h00 :

- **Cécile Seron** (Diététicienne nutritionniste, Férolles Attilly)

Debriefing de l'expérience autour du comportement alimentaire et présentation de la 3^e expérience.

Vendredi 7 Avril 2023 : 14h00 – 17h30 : (1^{ère} partie)

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

ACT (Acceptance and Commitment Therapy). Mises en situation, apports théoriques, applications pratiques et cliniques

Samedi 8 Avril : 9h00 – 10h30 :

- **Nicole Gratier de Saint Louis** (kinésithérapeute, Nemours)



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

37 rue des Mathurins 75008 Paris – www.gros.org

Secrétariat :_Alexia Rousseau - 06 43 84 16 30 – secretariat@gros.org

SIRET : 419 41 5237 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.

V2.0 18/07/2022

Comment accompagner les patients à se réapproprier leur corps, à le réinvestir ?
Mise en situation.

Samedi 8 Avril : 10h30 – 17h00 : (2^e partie)

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

ACT (Acceptance and Commitment Therapy). Mises en situation, apports théoriques, applications pratiques et cliniques

MODULE 4 Visio conférence

Visio-conférences :

Mardi 2 Mai 2023 : 18h00 – 21h00 :

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



Comment remplacer le contrôle cognitif du comportement alimentaire par un contrôle homéostatique et hédonique ? Comment apprendre aux patients à travailler et développer leur attention ?

Judi 4 Mai 2023 :

9h00 – 13h00 : • **Ulla Menneteau** (Diététicienne nutritionniste, Clermont-Ferrand)

14h30 – 17h30 : • **Vincent Gerbault** (Diététicien nutritionniste, Jarnac)

Comment aider le patient à moins adhérer aux croyances qui perturbent son comportement alimentaire ? Bien connaître les phénomènes de régulation de la prise alimentaire mais aussi les obstacles et les difficultés du patient dans ce cheminement permet de mieux l'aider à avancer. Bases théoriques. Présentation d'outils.

Mardi 9 Mai 2023 : 9h00 – 13h00 :

- **Lydie Thiery** (Psychologue Clinicienne, Magny Le Hongre)

La prévalence du trauma est très importante dans les troubles des conduites alimentaires et dans l'obésité. Comment fonctionne la mémoire traumatique ? Quelles peuvent être les répercussions de ces traumas sur le comportement alimentaire mais également sur le corps ? Comment repérer le trauma et accompagner les patients ?

Mardi 9 Mai 2023 : 14h30 – 16h30

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

Gérer les effets de la stigmatisation dans les consultations : retours d'expériences

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

37 rue des Mathurins 75008 Paris – www.gros.org

Secrétariat :_Alexia Rousseau - 06 43 84 16 30 – secretariat@gros.org

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.

V2.0 18/07/2022

MODULE 4 Présentiel

Présentiel, Le 253, Paris 10^e :

Vendredi 12 Mai 2023 : 9h30 – 13h00 :

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



Debriefing de l'expérience autour du comportement alimentaire et présentation de la 4^e expérience. Présentation d'un cas clinique à travailler pour juin.

Vendredi 12 Mai 2023 : 14h – 17h30 : (1^{ère} partie)

- **Vincent Gerbault** (Diététicien nutritionniste, Jarnac)
- **Ulla Menneveau** (Diététicienne nutritionniste, Clermont-Ferrand)

Travailler avec les patients sur les croyances et pensées autour de l'alimentation. Théorie et mises en situation.

Samedi 13 Mai 2023 : 9h00 – 10h30 :

- **Nicole Gratier de Saint Louis** (kinésithérapeute, Nemours)

Comment accompagner les patients à se réapproprier leur corps, à le réinvestir ? Mise en situation.

Vendredi 12 Mai 2023 : 10h30 – 17h00 : (2^e partie)

- **Vincent Gerbault** (Diététicien nutritionniste, Jarnac)
- **Ulla Menneveau** (Diététicienne nutritionniste, Clermont-Ferrand)

Travailler avec les patients sur les croyances et pensées autour de l'alimentation. Théorie et mises en situation.

MODULE 5 Visio-conférences

Visio-conférences :

Samedi 3 Juin 2023 : 10h – 12h :

- **Ulla Menneveau** (Diététicienne nutritionniste, Clermont-Ferrand)



Le goût comme outil thérapeutique : Comment utiliser le goût et la dégustation au service de la régulation ? Apports théoriques sur le goût et exemples d'utilisation de la dégustation dans l'accompagnement de patients en difficulté avec leur poids et/ou leur comportement alimentaire.

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

37 rue des Mathurins 75008 Paris – www.gros.org

Secrétariat :_Alexia Rousseau - 06 43 84 16 30 – secretariat@gros.org

SIRET : 419 41 5237 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.

V2.0 18/07/2022

Samedi 3 Juin 2023 : 13h00 – 17h00 :

- **Aurore Taccoen** (Psychologue clinicienne, Lille)

Introduction à l'analyse fonctionnelle : Comprendre et faire comprendre au patient la complexité des raisons qui l'ont amené à prendre du poids via l'analyse fonctionnelle et la mise en évidence de cercles vicieux. Présenter l'approche du GROS et faire le lien avec le vécu du patient.

Vendredi 9 Juin 2023 : 9h00 – 17h00

- **Marie-Carmel Detournay** (Infirmière Psychothérapeute, Moret-Loing-et-Orvanne)
- **Claire Marie Best** (Psychologue Clinicienne, Meudon)

Lien entre perfectionnisme et acceptation des émotions : La place des émotions est importante dans le comportement alimentaire de manière générale. Connaître les processus liés au fonctionnement des émotions et la manière dont les humains y font face permet d'accompagner au mieux les patients. Les comportements perfectionnistes font partie des stratégies pour éviter de ressentir des émotions négatives liées à l'insatisfaction. Ce cours a pour objectif de présenter les mécanismes émotionnels sous-jacents au perfectionnisme et de donner des pistes de réflexion pour aider les patients qui souffrent d'un trouble du comportement alimentaire associé à des comportements perfectionnistes.

MODULE 5 Présentiel

Présentiel, Le 253, Paris 10^e :

Vendredi 23 juin 2023 : 9h30 – 13h00 :

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



Débriefing des expériences des stagiaires et mises en situation pour présenter et débriefer les expériences en consultation. Mise en situation d'utilisation de la dégustation avec les patients. Présentation d'un cas clinique à travailler pour septembre.

Vendredi 23 juin 2023 : 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.

Samedi 24 juin 2023 : Supervision

- **Marie-Laure Desaissement** (Diététicienne nutritionniste, Thiais)
- **Savéria Garcia** (Diététicienne nutritionniste, St Laurent du Var)
- **Sophie Cheval** (Psychologue clinicienne, Paris)

Supervision de mi-parcours : travail sur les cas cliniques des stagiaires. Questions et révision des acquis.

MODULE 6 Visio-conférences

Vendredi 8 septembre 2023 : 14h00 – 16h00

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

Acceptation et poids : 1. Aborder le set-point : Le set point ou poids d'équilibre est le poids minimum qu'une personne peut maintenir à la longue. Ce poids est souvent supérieur aux canons de beauté et parfois situé dans le surpoids ou l'obésité. Comment aider le patient à accueillir cette nouvelle et vivre avec ce poids ? Illustration par un cas clinique.



Vendredi 8 Septembre 2023 : 16h30 – 18h30

- **Sophie Cheval** (Psychologue clinicienne, Paris)

Acceptation et poids : 2. Que s'agit-il d'accepter ? Apports de l'ACT. Illustration par des vignettes cliniques.

Samedi 9 septembre 2023 : 9h00 – 12h00

- **Anne-Françoise Chaperon** (Psychologue clinicienne, Montrouge)

Entraînement aux habiletés sociales : Découvrir les bases théoriques de l'affirmation de soi. Analyser les composantes de la communication. Exprimer une demande, un refus, sans déclencher l'hostilité. Affronter avec efficacité les situations difficiles, voire conflictuelles. Applications aux personnes en difficulté avec leur poids et leurs formes corporelles. Mises en situation.

A regarder avant le 12 septembre 2023

- **Gérard Apfeldorfer**, (Psychiatre, Paris)

Vidéo : L'affirmation et l'acceptation de soi chez la personne obèse.

Mardi 12 septembre 2023 : 14h00- 16h00

- **Aurore Taccon** (Psychologue clinicienne, Lille)

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

37 rue des Mathurins 75008 Paris – www.gros.org

Secrétariat :_Alexia Rousseau - 06 43 84 16 30 – secretariat@gros.org

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.

V2.0 18/07/2022

Acceptation et poids : 3. L'acceptation du corps chez la personne en obésité dans un parcours de chirurgie bariatrique. Comment aider le patient à cheminer. Illustration par un cas clinique

Mardi 12 septembre 2023 : 16h30 -18h30

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

Acceptation et poids : 4. L'acceptation chez la personne en obésité : connaître les obstacles et savoir comment les aborder. Illustration par un cas clinique

MODULE 6 Présentiel

Présentiel, Le 253, Paris 10^e :

Vendredi 15 Septembre 2023 : 9h30 – 11h00 :



- **Nicole Gratier de Saint Louis** (kinésithérapeute, Nemours)

Comment accompagner les patients à se réapproprier leur corps, à le réinvestir ?
Mise en situation.

Vendredi 15 septembre 2023 : 11h00- 17h30

- **Sylvie Benkemoun** (Psychologue clinicienne, Forcalquier)
- **Aurore Taccoen** (Psychologue clinicienne, 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.

Samedi 16 septembre 2023 : 9h00- 12h30

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

Entraînement aux habiletés sociales : Affirmation de soi : mise en situation.

Samedi 16 septembre 2023 : 13h30 -17h00

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

Debriefing du cas clinique proposé en juin. Questions et bilan de la formation.

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

37 rue des Mathurins 75008 Paris – www.gros.org

Secrétariat :_Alexia Rousseau - 06 43 84 16 30 – secretariat@gros.org

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.

V2.0 18/07/2022

Visio-conférences sur des applications cliniques de l'approche du GROS

Visio-conférences :



Samedi 30 Septembre 2023 : 9h00 – 13h00 :

- **Lydie Thiery** (Psychologue Clinicienne, Magny le Hongre)
- **Juliette Mao** (Diététicienne nutritionniste, Paris)

Savoir travailler avec l'approche du GROS dans les troubles des conduites alimentaires (anorexie mentale restrictive et boulimie).

Samedi 30 Septembre 2023 : 14h00 – 18h00

- **Catherine Vackrine** (Médecin endocrinologue, Paris)
- **Marie Laure Desaissement** (Diététicienne nutritionniste, Thiais)

Utiliser l'approche du GROS avec des patients atteints de diabète : regard croisé du médecin et de la diététicienne sur la prise en charge et l'accompagnement.

Samedi 14 Octobre 2023: 9h00- 13h00

- **Katherine Kureta Vanoli** (Diététicienne nutritionniste, Clamart)

Comment accompagner les enfants (et leurs familles) qui ont des problématiques de poids et d'alimentation ?

Samedi 14 Octobre : 14h00 – 17h00

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

La prise en charge du GROS : exemple d'un accompagnement global en cabinet libéral d'une personne en excès pondéral.

Examen de fin de formation

Mardi 14 novembre 2023 : 14h00 – 17h00 (via internet)

La présence à **toutes** les sessions (présentiel et visio-conférences) et une note supérieure à 10/20 à l'épreuve écrite 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

Secrétariat :_Alexia Rousseau - 06 43 84 16 30 – secretariat@gros.org

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.

V2.0 18/07/2022