

# le GROS

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

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

# le GROS 2019

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

## MODULE 1

### Jeudi 31 janvier 2019 9h30 – 17h00

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

Contrôle du comportement alimentaire et modèle biopsychosensoriel

### Vendredi 1er février 2019 9h30 – 12h30

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

Sémiologie de la restriction cognitive.

### Vendredi 1er février 2019 14h00 – 17h00

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

Les apports de l'ACT dans la compréhension et l'accompagnement du patient vers une alimentation flexible, en phase avec ses besoins. Présentation théorique et mises en situation.

### Samedi 2 février 2019 9h00 – 16h30

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

Les apports de l'ACT dans la compréhension et l'accompagnement du patient vers une alimentation flexible, en phase avec ses besoins. Présentation théorique et mises en situation.

## MODULE 2

### Jeudi 14 mars 2019 9h30 – 12h30

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

Mise en place d'une alimentation intuitive - Présentation des expériences et de leurs indications

### Jeudi 14 mars 2019 14h00 – 17h00

- **Chantal Boutet** (Diététicienne nutritionniste, Chambéry)
- **Marie-Laure Desaissement** (Diététicienne nutritionniste, Thiais)

Expériences autour du comportement alimentaire pour lever la restriction cognitive et respecter les sensations alimentaires. Débriefing des expériences des stagiaires et mises en situation pour présenter et débriefer les expériences en consultation et temps d'échange autour de difficultés cliniques.

### Vendredi 15 mars 2019 9h30 – 17h00

- **Chantal Boutet** (Diététicienne nutritionniste, Chambéry)
- **Florence Urbain** (Diététicienne nutritionniste, Pérenchies)

Techniques de communication nécessaires à la mise en place du suivi bio-psycho-sensoriel.

### Samedi 16 mars 2019 9h00 – 16h30

- **Sylvie Benkemoun** (Psychologue clinicienne, Paris)
- **Anne-Françoise Chaperon** (Psychologue clinicienne, Montrouge)

Etablir une alliance thérapeutique permettant un engagement du patient en toute confiance quel que soit son parcours de soin jusque-là. Quels obstacles ? Comment les surmonter ?

## MODULE 3

### Jeudi 4 avril 2019 9h30 – 17h00

- **Katherine Kuréta-Vanoli** (Diététicienne nutritionniste, Clamart)
- **Aurore Taccoen** (Psychologue clinicienne, Lille)

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 5 avril 2019 9h30 – 17h00

- **Vincent Gerbault** (Diététicien nutritionniste, Saintes)
- **Ulla Menneteau** (Diététicienne nutritionniste, Clermont-Ferrand)

Comment aider le patient à moins adhérer aux croyances qui perturbent son comportement alimentaire ? Explications, outils et mises en situation.

### Samedi 6 avril 2019 9h00 – 12h00

- **Vincent Gerbault** (Diététicien nutritionniste, Saintes)
- **Ulla Menneteau** (Diététicienne nutritionniste, Clermont-Ferrand)

Comment aider le patient à moins adhérer aux croyances qui perturbent son comportement alimentaire ? Explications, outils et mises en situation.

### Samedi 6 avril 2019 13h30 – 16h30

- **Marie-Laure Desaisement** (Diététicienne nutritionniste, Thiais)
- **Vincent Gerbault** (Diététicien nutritionniste, Saintes)

Expériences autour du comportement alimentaire pour lever la restriction cognitive et respecter les sensations alimentaires. Débriefing des expériences des stagiaires et mises en situation pour présenter et débriefer les expériences en consultation et temps d'échange autour de difficultés cliniques.

## MODULE 4

### Jeudi 16 mai 2019 9h30 – 17h00

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

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. Que doit affronter une personne obèse en lien avec cette stigmatisation ? Comment agissent les phénomènes de honte et de culpabilité et quelles sont leurs conséquences ? Comment aider nos patients à s'envisager autrement, à mieux appréhender au quotidien leur propre regard et celui des autres sur leur poids ?

### Vendredi 17 mai 2019 9h30 – 17h00

- **Claire-Marie Best** (Psychologue clinicienne, Meudon)
- **Marie-Carmel Detournay** (Infirmière Psychothérapeute, Saint Mammès)

Lien entre perfectionnisme et gestion 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.

### Samedi 18 mai 2019 9h00 – 12h00

- **Marie-Laure Desaisement** (Diététicienne nutritionniste, Thiais)
- **Cécile Séron** (Diététicienne nutritionniste, Férolles-Attilly)

Expériences autour du comportement alimentaire pour lever la restriction cognitive et respecter les sensations alimentaires. Débriefing des expériences des stagiaires et mises en situation pour présenter et débriefer les expériences en consultation et temps d'échange autour de difficultés cliniques.

### Samedi 18 mai 2019 13h30 – 16h30

- **Annick Bothorel** (Infirmière Psychothérapeute, Chartres)

L'approche corporelle peut constituer un élément important pour nos patients. De quoi s'agit-il ? Quels sont les intérêts pour les patients avec les différentes approches corporelles possibles ?

### Vendredi 21 juin 2019 9h30 – 12h30

- **Marie-Laure Desaisement** (Diététicienne nutritionniste, Thiais)
- **Katherine Kuréta-Vanoli** (Diététicienne nutritionniste, Clamart)

Expériences autour du comportement alimentaire pour lever la restriction cognitive et respecter les sensations alimentaires. Débriefing des expériences des stagiaires et mises en situation pour présenter et débriefer les expériences en consultation et temps d'échange autour de difficultés cliniques.

### Vendredi 21 juin 2019 14h00 – 17h00

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

Mieux appréhender, via des cas cliniques déroulés, la complexité de la prise en charge et la place de chaque aspect : écoute, place des émotions, exercices, explications, particularité de chaque personne.

### Samedi 22 juin 2019 9h00 – 16h30

- **Katherine Kuréta-Vanoli** (Diététicienne nutritionniste, Clamart)
- **Aurore Taccoen** (Psychologue clinicienne, Lille)
- **Jean-Philippe Zermati** (Médecin nutritionniste psychothérapeute, Paris)

Supervision de mi-parcours : travail sur les cas cliniques des stagiaires

## MODULE 6

### Jeudi 12 septembre 2019 9h30 – 17h00

- **Marie-Carmel Detournay** (Infirmière Psychothérapeute, Saint Mammès)
- **Anne-Françoise Chaperon** (Psychologue clinicienne, Montrouge)

Entraînement aux habiletés sociales. Principes de l'affirmation de soi, applications aux personnes en difficulté avec leur poids et leurs formes corporelles. Jeux de rôle affirmation de soi verbale et comportementale

### Vendredi 13 septembre 2019 9h30 – 17h00

- **Sophie Cheval** (Psychologue clinicienne, Paris)
- **Aurore Tacoen** (Psychologue clinicienne, Lille)

Développer l'acceptation de soi et de son corps : comment libérer de l'énergie pour agir en direction de ses aspirations profondes.

### Samedi 14 septembre 2019 9h00 – 12h00

- **Marie-Laure Desaissement** (Diététicienne nutritionniste, Thiais)
- **Cécile Séron** (Diététicienne nutritionniste, Férolles-Attilly)

Expériences autour du comportement alimentaire pour lever la restriction cognitive et respecter les sensations alimentaires. Débriefing des expériences des stagiaires et mises en situation pour présenter et débriefer les expériences en consultation et temps d'échange autour de difficultés cliniques.

### Samedi 14 septembre 13h30 – 16h30

- **Marie-Laure Desaissement** (Diététicienne nutritionniste, Thiais)
- **Ulla Menneteau** (Diététicienne nutritionniste, Clermont-Ferrand)

Approche du GROS : bilan et difficultés. Présentation de situations difficiles et questions générales sur l'approche après la formation.

## Supervision

### Samedi 18 janvier 2020 9h00 – 16h30

- **Sophie Cheval** (Psychologue clinicienne, Paris)
- **Ulla Menneteau** (Diététicienne nutritionniste, Clermont-Ferrand)
- **Marie-Carmel Detournay** (Infirmière psychothérapeute, Saint Mammès)

Journée de supervision en petits groupes autour de cas cliniques apportés par les stagiaires.

# Faire la formation du GROS, c'est...

## - Apprendre chez vous et lors des cours sur place :

Notre formation est construite dans l'objectif de vous fournir un maximum de compréhension, d'outils et d'expériences pratiques nécessaires pour mener à bien une prise en charge bio psycho-nutritionnelle. Les nombreuses mises en situation dans chaque cours de ce programme vous permettront de vous sentir à l'aise avec cette approche. Afin de vous permettre de bien intégrer les connaissances et d'avoir le temps pour apprendre à vraiment mettre en place notre approche, la formation se fait grâce à plusieurs moyens d'apprentissage :

- Les cours en présentiel où l'accent sera le plus souvent mis sur les jeux de rôle et les expériences pratiques,
- Les cours par télé-enseignement présentés par Dr Gérard Apfeldorfer et Mme Katherine Kuréta-Vanoli, à suivre chez vous pour avoir acquis les bases théoriques avant de vous exercer à les appliquer et pour réviser et rassembler les connaissances.
- Des expériences sur votre propre comportement alimentaire. En effet, travailler sur le comportement alimentaire des patients suppose de ne pas être soi-même en difficulté avec les aliments ou son comportement alimentaire. Aider les patients à répondre de façon juste aux sensations alimentaires et aux émotions suppose de s'appuyer sur ses propres expériences dans ces domaines. Un temps de débriefing et de jeux de rôle pour travailler sur les exercices sur les sensations alimentaires avec les patients sera présent à chaque module (sauf le premier). Vos remarques, qui vous seront restituées sous forme d'un compte-rendu commun de ce travail, vous permettront de mieux connaître vos réactions face à ces exercices et celles des autres stagiaires, et ainsi de proposer aux patients ces exercices en connaissance de cause.
- Des lectures qui vous aideront à mieux vous approprier les différents aspects de cet accompagnement des patients en souffrance avec leur poids et leur comportement alimentaire.
- Un forum de communication Internet entre les participants de la formation 2019 et avec nous (pôle formation et certains formateurs) dans lequel vous pourrez poser vos questions, partager vos expériences et vos documents, recevoir les documents des cours et rester en contact avec les participants et les formateurs après la formation.

## - Valider votre formation pour devenir praticien(ne) du GROS :

La présence à toutes les sessions y compris la journée de supervision de janvier 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 pour ceux qui le désirent. **L'examen de fin de formation** 2019 aura lieu **le jeudi 7 novembre 2019** dans les mêmes locaux que la formation.



## Pour s'inscrire à la formation du GROS :

Peuvent adhérer au GROS et s'inscrire à la formation de base : les médecins généralistes et spécialistes, psychologues, diététiciens et paramédicaux qui accompagnent des personnes en difficulté avec leur poids et leur comportement alimentaire.

Vous pouvez télécharger le bulletin de pré-inscription sur notre site dans la rubrique formation 2019 ou le demander par mail à [associationgros@gmail.com](mailto:associationgros@gmail.com) Vous pouvez aussi contacter notre secrétaire par téléphone au **06 43 84 16 30 (lundi, mardi, mercredi et jeudi de 09h30 à 17h00)**

Remplissez le bulletin de pré-inscription et joignez-y une lettre de motivation décrivant votre cursus et les raisons de votre choix de suivre cette formation. Envoyez le tout par mail au secrétariat. Votre demande sera étudiée et vous serez informé(e) de la décision du pôle formation début octobre 2018. Nous avons mis en place cette procédure devant une demande trop importante de stagiaires afin de faire le choix le plus juste de participants à notre formation.

Si votre demande est retenue, envoyez à :

**Secrétariat du GROS  
37, rue des Mathurins  
75008 PARIS**

Votre bulletin d'adhésion à l'association du GROS ainsi que notre charte signée (les deux sont disponibles sur notre site [www.gros.org](http://www.gros.org)) en y ajoutant le montant de notre cotisation annuelle soit 70 € ; avec, si vous le souhaitez, un chèque de 35 € pour un abonnement Internet à prix réduit à la revue OBESITÉ ou de 70 € pour un abonnement papier. Il est important que ce montant fasse l'objet d'un chèque à part pour des raisons de comptabilité. Dans le cas d'une inscription en formation continue, l'adhésion à notre association reste personnelle et ne peut donc pas être réglée par votre employeur.

➤ Le règlement de votre formation :

**2 250 €** pour une inscription à titre individuel

ou

**4 500 €** pour une inscription en formation professionnelle continue

Votre règlement doit nous être parvenu avant le 15 décembre 2018 pour que nous puissions considérer votre inscription comme définitive. Dans le cas contraire, nous proposerions votre place à une personne de la liste d'attente.

Vous pouvez choisir un règlement en 3 fois. Dans ce cas, nous vous remercions de faire 3 chèques. Ils seront encaissés début février, début mai et début septembre. Un remboursement peut être effectué entre le 15 décembre 2018 et le 10 janvier 2019 dans le cas d'un motif valable et justifié. Aucun remboursement sera effectué après le début de la formation. Les chèques doivent être libellés à l'ordre du GROS.

Certains organismes de financement de formations professionnelles sont susceptibles de prendre en charge une partie de vos frais d'inscription. N'hésitez pas à contacter notre secrétariat pour tout document nécessaire à cette prise en charge.

Qu'est-ce que



Le Groupe de Réflexion  
sur l'Obésité et le Surpoids

**Le G.R.O.S. est une association** qui regroupe des thérapeutes de toutes écoles ayant à prendre en charge des personnes en difficulté avec leur poids et leur comportement alimentaire. Si la majorité de ses membres exerce en France, où l'association a été fondée en 1998, elle compte également des praticiens en Belgique, en Suisse et au Québec.

L'association est un lieu de réflexion et d'échanges. Chaque année, un congrès est organisé à Paris pour échanger autour d'un thème avec des chercheurs et cliniciens apportant des éclairages sur des questions données. C'est l'occasion pour les nouveaux venus de prendre connaissance de notre approche et pour les membres formés de continuer de progresser dans leur compréhension et la clinique. La formation du G.R.O.S. permet aux professionnels d'acquérir les compétences pour aborder le comportement alimentaire autrement que par les régimes et les conseils diététiques. Elle s'articule autour de plusieurs axes : les sensations alimentaires et la relation à l'aliment, la gestion des émotions et la relation au corps.

Cette approche est basée sur les connaissances des mécanismes de contrôle interne de la prise alimentaire et sur la compréhension de ce qui est en mesure de perturber ces mécanismes subtils. Pour la personne en difficulté avec son comportement alimentaire, apprendre à vivre ses émotions sans chercher à les fuir en mangeant permet de progresser pour sortir des compulsions. Il convient également d'aider le patient à respecter son corps, à l'écouter comme un coéquipier et à se réconcilier avec lui, tant que faire se peut.

L'objectif de la prise en charge du G.R.O.S. est de redonner au mangeur les rênes de son alimentation, de lui permettre de se sentir bien dans son corps à son poids d'équilibre en mangeant de tout. Il apprendra à s'écouter pour choisir à chaque instant la quantité appropriée à de ses besoins.

Pour plus d'information, visitez notre site : [www.gros.org](http://www.gros.org)

## Le conseil d'administration du GROS

**Président** : Dr Gérard APFELDORFER, psychiatre (Paris)

**Vice-présidente** : Sylvie BENKEMOUN, psychologue clinicienne (Paris)

**Secrétaire générale** : Florence URBAIN, diététicienne nutritionniste (Pérenchies)

**Secrétaire adjointe** : Aurore TACCOEN, psychologue clinicienne (Lille)

**Trésorière** : Marie-Carmel DETOURNAY, infirmière psychothérapeute (Saint Mammès)

**Responsable de la formation** : Ulla MENNETEAU, diététicienne nutritionniste (Clermont-Ferrand)

**Webmaster** : Vincent GERBAULT, diététicien nutritionniste (Saintes)

Cécile SERON, diététicienne nutritionniste (Férolles-Attilly)

Alexandra CHAOUAT PALAO, diététicienne nutritionniste (Vaucresson)

Dr Jean-Philippe ZERMATI, médecin nutritionniste psychothérapeute (Paris)

### **Président d'honneur :**

Dr Bernard WAYSFELD, psychiatre nutritionniste (Paris)

## Le comité scientifique du GROS

**Président du comité scientifique** : Professeur Jean Michel LECERF (Institut Pasteur Lille)

Mr Jean-Pierre CORBEAU, sociologue (Tours)

Dr Francine DURET-GOSSART, médecin nutritionniste (Paris)

Dr Marc FANTINO, physiologiste (Lyon)

Mme Sylvie ISSANCHOU, ingénieur agronome (Dijon)

Mme Katherine KURETA-VANOLI, diététicienne nutritionniste (Clamart)

Dr Anne LAURENT-JACCARD, médecine interne (Lausanne)

Mme Natalie RIGAL, psychologue (Paris)