

# 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 2021

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

## Pourquoi faire la formation du GROS ?

Depuis la première étude sur le sujet il y a 60 ans, les preuves de l'inefficacité des régimes et des dangers auxquels ils exposent se sont accumulées. Aujourd'hui, l'effet le plus visible de cette prise de conscience est la disparition du mot « régime » dans beaucoup de discours nutritionnels. Pourtant, l'approche classique reste basée sur le paradigme du contrôle alimentaire. Beaucoup de patients se retrouvent alors dans l'impasse. Soumis à la pression sociale du corps mince, ils sont toujours plus tentés par les nouveaux régimes à la mode.

Si les effets des régimes sont connus (troubles du comportement alimentaire, gain de poids...), la compréhension de ce qui fait que les régimes génèrent ces troubles et ces prises de poids l'est beaucoup moins. Pour éviter de donner des conseils qui, sans porter le nom de régime, ont les mêmes effets que ceux-ci (« rééquilibrage », « faire attention »), il est nécessaire de savoir ce qui définit un régime et en quoi cela dérègle le comportement alimentaire et génère l'aggravation de l'excès pondéral.

Ces dernières années, la recherche en physiologie et psychologie a permis une connaissance plus fine du comportement alimentaire. Ces nouvelles données ont permis à la fois de comprendre les raisons de l'échec du modèle restrictif, qui continue pourtant à être largement prescrit, et aussi d'engager une autre approche du surpoids, conforme respectueux de la physiologie du comportement alimentaire.

Le GROS construit et met à jour depuis plus de 20 ans une formation qui s'appuie sur des bases scientifiques solides et qui a pour but la transmission de nouvelles compétences aux praticiens pour un meilleur accompagnement de nos patients. Son objectif est de permettre aux professionnels au contact avec des patients souffrant d'excès pondéral de mieux comprendre les phénomènes de dérégulation qu'engendrent les conseils alimentaires classiques et d'accompagner les patients vers un comportement alimentaire régulé au plus près de la physiologie humaine.

Cette année la formation du GROS intègre pour cela les apports des formations en visio-conférence. Ces sessions compléteront les journées en présentiel au cours desquelles l'accent sera davantage mis sur la pratique.

Réaliser la formation du GROS vous permettra :

- de bénéficier des dernières actualités et connaissances sur le comportement alimentaire par des formateurs experts dans leur domaine,
- de comprendre les processus de régulation et de dérégulation du comportement alimentaire afin d'accompagner au mieux vos patients,
- d'échanger sur des cas cliniques, d'expérimenter des outils et des techniques d'accompagnement pour développer vos compétences afin d'améliorer la qualité de votre pratique au quotidien.

## MODULE 1 Contenu, dates et lieux

**Présentiel, Le 253, Paris 10<sup>e</sup> :**

**Vendredi 29 janvier 2021 9h30 – 17h00**

**et**

**Samedi 30 janvier 2021 9h00 – 16h30**



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

Manger normalement : contrôle psychophysologique du comportement alimentaire et régulation du poids.

**Visio-conférences :**

**Judi 4 février 2021 19h30 – 21h30**

- **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 ?

**Samedi 6 mars 2021 15h00 – 18h00**

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

Mise en place d'une alimentation intuitive et recherche du poids d'équilibre. Comment remplacer le contrôle cognitif du comportement alimentaire par un contrôle homéostatique et hédonique. Présentation des expériences et leurs indications.



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

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

Instaurer une bonne alliance thérapeutique : pour 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 . Lors de ce cours, les bases de l'alliance thérapeutique et de techniques d'entretien seront présentées pour permettre lors du cours en présentiel de les mettre en pratique.

**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.

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

**Aude France** (Diététicienne nutritionniste, Arpajon)

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

## MODULE 2 Dates et lieux

### Visio-conférences :

**Mardi 9 mars 2021 14h00 – 16h00**

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

Instaurer une bonne alliance thérapeutique. Théorie.

**Mardi 9 mars 2021 16h30 – 18h30**

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

Comprendre les phénomènes de stigmatisation. Théorie



### Présentiel, Le 253, Paris 10<sup>e</sup> :

**Vendredi 12 mars 2021 9h30 – 17h00**

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

Instaurer une bonne alliance thérapeutique. Mises en situation.

**Samedi 13 mars 2021 9h00 – 12h00**

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

Comprendre les phénomènes de stigmatisation. Mises en situation.



**Samedi 13 mars 2021 13h30 – 16h30**

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

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 3 Contenu, dates et lieux

### Visio-conférences :

**Mercredi 17 mars 2021 19h30 – 21h30**

**Et**

**Samedi 27 mars 2021 9h30 – 12h30**



- **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 3e 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.

### Présentiel, Le 253, Paris 10<sup>e</sup> :

**Vendredi 9 avril 2021 9h30 – 12h30**

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

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 9 avril 2021 14h00 – 17h00**

**Et**

**Samedi 10 avril 2021 9h0 - 16h30**



- **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 Contenu, dates et lieux

### Visio-conférences :

**Lundi 10 mai 2021 19h30 – 21h30**

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

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



**Mardi 18 mai 2021**

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.

**9h00 – 13h00**

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

**14h30 – 16h30**

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

### Présentiel, Le 253, Paris 10<sup>e</sup> :

**Vendredi 21 mai 2021 9h30 – 12h30**

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

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. Présentation d'un cas clinique à travailler pour juin.

**Vendredi 21 mai 2021 14h00 – 17h00**

**Et Samedi 22 mai 2021 9h0 - 16h30**

- **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.



### Visio-conférences :



**Samedi 5 juin 2021 14h00 – 18h00**

- **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 11 juin 2021 10h00 – 12h00**

- **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.

**Vendredi 11 juin 2021 14h00 – 17h00**

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

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.

### Présentiel, Le 253, Paris 10<sup>e</sup> :



**Vendredi 18 juin 2021 9h30 – 12h30**

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

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. Mise en situation d'utilisation de la dégustation avec les patients. Présentation d'un cas clinique à travailler pour septembre.

**Vendredi 18 juin 2021 14h-17h**

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

Lien entre perfectionnisme et gestion des émotions : Mises en situation et compléments théoriques.

**Samedi 19 juin 2021 9h00 – 16h30**

- **Marie-Laure Desaissement** (Diététicienne nutritionniste, Thiais)
- **Marie-Carmel Detournay** (Infirmière Psychothérapeute, Moret-Loing-et-Orvanne)
- **Aurore Taccoen** (Psychologue clinicienne, Lille)

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



**Vendredi 10 septembre 2021 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 10 septembre 2021 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 11 septembre 2021 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.

**Samedi 11 septembre 2021 14h00-15h30**

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

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

**Mardi 14 septembre 2021 14h00 – 16h00**

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

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 14 septembre 2021 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

### Présentiel, Le 253, Paris 10<sup>e</sup> :



**Vendredi 17 septembre 2021 9h30 – 17h00**

- **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 18 septembre 2021 9h00 – 12h00**

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

Entraînement aux habiletés sociales : Affirmation de soi. Mises en situation et explications.

**Samedi 18 septembre 2021 13h30 – 16h30**

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

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

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

### Visio-conférences :



**Samedi 2 octobre 2021 10h00 – 12h00**

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

Le GROS en milieu hospitalier : 1. Présentation des intérêts et des possibilités d'application de l'approche du GROS dans une clinique spécialisée en psychiatrie

**Samedi 2 octobre 2021 14h00 – 18h30**

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

Le GROS en milieu hospitalier : 2. Présentation des intérêts et des possibilités d'application de l'approche du GROS dans une structure hospitalière spécialisée dans le poids et la nutrition. Illustration par un cas clinique.

**Samedi 23 octobre 2021 14h00 – 16h00**

- **Catherine Vackrine** (Médecin endocrinologue, Paris)

Utiliser l'approche du GROS avec des patients diabétiques en milieu hospitalier : Présentation des principes de cette utilisation et illustration par un cas clinique.

**Samedi 23 octobre 2021 16h30 – 18h30**

- **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

### Présentiel :

Mardi 16 novembre 2021 14h - 17h Le 253, Paris 10<sup>e</sup>

La présence à **toutes** les sessions (présentiel et visio-conférences) 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.

## Supervision

### Présentiel :

Samedi 15 janvier 2022 9h00 – 16h30, Le 253, Paris, 10<sup>e</sup>

- **Sophie Cheval** (Psychologue clinicienne, Paris)
- **Ulla Menneveau** (Diététicienne nutritionniste, Clermont-Ferrand)
- **Anne-Françoise Chaperon** (Psychologue clinicienne, Montrouge)

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

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

Notre formation est construite dans l'objectif de vous fournir un maximum de compréhension, d'outils et d'expériences pratiques nécessaires pour aider le patient à abandonner ses comportements alimentaires inadaptés, basés sur la restriction et les croyances alimentaires, et cheminer vers une alimentation intuitive. 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 :

- 13 journées (78 h) de cours en **présentiel** où l'accent sera le plus souvent mis sur les jeux de rôle et les expériences pratiques,
- 53,5h de cours par **visio-conférence** à suivre chez vous entre les modules de présentiel pour acquérir les bases théoriques que vous pourrez appliquer lors des cours en présentiel – et avec vos patients.
- Des expériences à faire entre les cours en présentiel pour observer et travailler sur votre propre comportement alimentaire. En effet, travailler sur le comportement alimentaire des patients suppose de connaître les expériences données et 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 debriefing 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 les réactions possibles, et ainsi de proposer aux patients ces exercices en connaissance de cause.
- Des exercices de cas cliniques à faire chez vous entre certains modules avec un debriefing en présentiel également.
- Des propositions de lectures pour approfondir chaque thème enseigné en fonction de vos centres d'intérêt et/ou de votre formation initiale.
- Des échanges avec les autres stagiaires et avec les formateurs en dehors des temps d'enseignement aussi : Un forum de communication Internet entre les participants de la formation 2021 et avec des intervenants de la formation 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.
- La possibilité de valider votre formation pour devenir praticien(ne) du GROS : La présence à **toutes** les sessions (présentiel comme par visio-conférence) y compris la journée de supervision de janvier et une note supérieure à 10/20 à l'épreuve écrite de fin de formation, qui aura lieu le 16 novembre, 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 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 infirmières/infirmiers, sages-femmes et psychomotriciens 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 2021 ou le demander par mail à [associationgros@gmail.com](mailto:associationgros@gmail.com).

Vous pouvez aussi contacter notre secrétaire au 06 43 84 16 30 (lundi, mardi, mercredi et jeudi de 09h30 à 17h00)

Remplissez le bulletin de pré-inscription et joignez-y un CV récent, une copie du diplôme autorisant l'exercice de votre profession et 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 2020. Nous avons mis en place cette procédure devant une demande importante de stagiaires, afin de faire le choix le plus juste des participants à notre formation.

Si votre demande est retenue, vous recevrez un mail de notre secrétariat listant les documents à nous envoyer : votre convention de formation, le règlement de la formation, votre bulletin d'adhésion et la cotisation 2021 et la charte du GROS signée . Ces documents sont à envoyer début décembre 2020 au plus tard à l'adresse suivante :

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

Le montant de notre cotisation annuelle est de 70 €. Si vous le souhaitez, nous vous proposons un abonnement à prix réduit à la revue OBESITE pour 35 € pour un abonnement Internet ou 70 € pour un abonnement papier. Il est important que ce montant fasse l'objet d'un chèque à part. 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 :

**2 500 €** pour une inscription à titre individuel

ou

**4 800 €** pour une inscription en formation professionnelle continue

Votre dossier d'inscription complet devra nous être parvenu au plus tard début décembre 2020 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 une fois, 3 fois ou 10 fois. Un remboursement peut être effectué entre le 15 décembre 2020 et le 10 janvier 2021 en cas d'un motif valable et justifié. Aucun remboursement ne 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 GROS**



Le Groupe de Réflexion  
sur l'Obésité et le Surpoids

**Fondé en 1998 pour trouver et proposer une prise en charge alternative aux régimes amaigrissants prouvés nocifs sur le long terme, 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, elle compte également des praticiens à l'étranger, notamment en Belgique, en Suisse, en Espagne, en Angleterre 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 dans leur 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 co-équipier 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.

# Le conseil d'administration du GROS

**Présidente** : Sylvie BENKEMOUN, psychologue clinicienne (Forcalquier)

**Secrétaire générale** : Cécile SERON, diététicienne nutritionniste (Férolles-Attilly)

**Trésorière** : Marie-Carmel DETOURNAY, infirmière psychothérapeute (Moret-Loing-et-Orvanne)

**Trésorière adjointe** : Anne-Sophie DUMORTIER, psychologue clinicienne (Compiègne)

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

**Responsables adjoints formation** :

Dr Ronan MORVAN, médecin généraliste (Héric)

Dr Catherine VACKRINE, médecin endocrinologue (Paris)

**Responsable pôle communication** : Vincent GERBAULT, diététicien nutritionniste (Jarnac)

**Responsables adjointes pôle communication** :

Keltoum BIDAULT, diététicienne nutritionniste (Gignac La Nerthe)

Savéria GARCIA, diététicienne nutritionniste (Cagnes sur Mer)

**Responsable pôle vie associative** : Florence URBAIN, diététicienne nutritionniste (Pérenchies)

**Responsable adjointe vie associative** : Aurore TACCOEN, psychologue clinicienne (Lille)

**Responsable pôle congrès** : Dr Jean-Philippe ZERMATI, médecin nutritionniste psychothérapeute (Paris)

**Responsable pôle veille scientifique** : Alexandra TUBIANA-POTIEZ, psychologue clinicienne (Laxou)

**Responsables adjoints pôle veille scientifique** :

Laurent WEIBEL, diététicien nutritionniste (Parigne L'Evêque)

Dr Ronan MORVAN, médecin généraliste (Héric)

**Présidents d'honneur** :

Dr Bernard WAYSFELD, psychiatre nutritionniste (Paris)

Dr Gérard APFELDORFER, psychiatre (Paris)

## **Le comité scientifique du GROS**

### **Président du comité scientifique du GROS**

Pr Jean Michel LECERF (Institut Pasteur Lille)

### **Membres du comité scientifique du GROS**

Mr Jean-François AMADIEU, sociologue (Paris)

Mr Jean-Pierre CORBEAU, sociologue (Tours)

Dr Marc FANTINO, physiologiste (Lyon)

Mme Sylvie ISSANCHOU, ingénieur agronome (Dijon)

Mr Serge LUQUET directeur de recherche (Paris)

Mme Katherine KURETA-VANOLI, diététicienne nutritionniste (Clamart)

Mme Natalie RIGAL, psychologue (Paris)

Dr Bernard WAYSFELD, psychiatre nutritionniste (Paris)

Dr Gérard APFELDORFER, psychiatre (Paris)