

# Endat

## Les outils de l'Alimentation en Pleine Conscience et de l'ETP adaptés aux personnes souffrant de TCA



**Date :**

**Les samedis 25 novembre, 2, 9 et 16 décembre 2017**

**Durée : 4 jours soit 28 h**

**Horaires : 9h00-12h30 14h00-17h30**

### Présentation

Nos modes de vie actuels qui peuvent être stressants, isolants, anxiogènes... nous amènent parfois à avoir de mauvaises habitudes alimentaires : « Je n'ai que cinq minutes pour déjeuner » « Je mange quand je n'ai pas faim » « Je mange quand je suis triste, fatigué, angoissé, quand je m'ennuie, parce que je suis seul... ». Au-delà de la quantité et la qualité de l'alimentation, il y a la façon de manger.

Dans les troubles alimentaires (anorexie, boulimie, hyperphagie, compulsions, grignotage...) les comportements et les conduites liés à l'acte de manger sont très éloignés du corps. Il est fréquent de retrouver de nombreux troubles des sensations corporelles directement liés à l'alimentation notamment la perte de la sensation de faim et de satiété, une restriction cognitive (avec de nombreuses croyances alimentaires), une fragilité de l'estime de soi et un évitement émotionnel fréquent. Cet ensemble engendrant de grandes souffrances quotidiennes notamment autour de l'alimentation.

Nous allons voir, via du contenu théorique et des exercices pratiques, comment l'éducation thérapeutique et l'alimentation en pleine conscience (mindful eating) peuvent être des outils précieux et efficaces dans l'accompagnement nutritionnel de patients en souffrance dans leur alimentation.

## DESCRIPTIF

### 1<sup>ER</sup> JOUR DE FORMATION

Outils de l'animation de groupe  
Monter une séquence pédagogique  
Rappel sur la prise en charge nutritionnelle des troubles alimentaires

### 2<sup>ND</sup> JOUR DE FORMATION

Découverte de la méditation de Pleine Conscience (Mindfulness)  
Découverte de l'alimentation en Pleine Conscience (Mindful Eating)  
Pratiques sur les sensations alimentaires

### 3 JOUR DE FORMATION

Pratiques de Pleine Conscience et de Mindful Eating  
Entraînement à l'animation de séquences de Mindful Eating  
Pratiques sur les cognitions autour de l'alimentation

### 4 JOUR DE FORMATION

Pratiques de Pleine Conscience et de Mindful Eating  
Entraînement à l'animation de séquences de Mindful Eating  
Pratiques sur les émotions autour de l'alimentation

*Remarque : Une pratique méditative soutenue sera proposée pendant et entre les modules. Ainsi je vous rappelle que la méditation est **contre-indiquée** en cas de **maladie psychiatrique aiguë, notamment pour la dépression.***

## FORMATEUR

**Duncan BENVENISTE**

**Diététicien-Nutritionniste**

**Educateur Thérapeutique**

**Instructeur Mindful Eating à**



- L'association ENDAT
- L'Unité de Traitement des Troubles Alimentaires de l'hôpital Paul Brousse
- L'Unité d'Accueil et de Crises de l'Adolescent au centre hospitalier Courbevoie-Neuilly-Puteaux

- D.U « Relation de Soins et Gestion du Stress, Mindfulness » (PARIS VI)
- D.U « Education Thérapeutique du Patient » (PARIS VI)
- D.I.U « Acteur Relais dans la prise en charge de l'Obésité, du Diabète et des Maladies Cardiovasculaires » (PARIS XIII)
- Formation à l'enseignement du Mindful Eating par le Dr Jan Chosen Bays et Char Wilkins
- Formations continues en méditation de Pleine Conscience (ateliers, retraites silencieuses)
- Formation à l'ACT

Education Nutritionnelle des Diabétiques et Aide aux Troubles du comportement alimentaire

4, rue Vigée Lebrun – 75015 PARIS Tél : 01 43 06 66 31

Courriel : endat@laposte.net Site Web : www.endat.org

N° SIRET : 50876398400038

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11 75 49363 75 auprès du préfet d'Ile de France

## OBJECTIFS

- Savoir construire des séquences pédagogiques adaptées à la prise en charge nutritionnelle des troubles alimentaires
- Acquérir des outils pédagogiques pour l'animation de groupe
- Être capable d'animer des outils issus du mindful eating pour un public souffrant de troubles alimentaires
- Être capable d'adapter les outils du mindful eating aux métiers de la nutrition.

## MODALITES PEDAGOGIQUES

LA PEDAGOGIE PROPOSEE SE BASE SUR L'APPROCHE ROGERIENNE. OU L'ENSEIGNANT ET L'ENSEIGNE SONT DANS UNE RELATION DE CO-CREATION, A EGALITE DANS L'ACQUISITION DU SAVOIR ET DES COMPETENCES. CELLE-CI EST AUTO CENTREE SUR LE BESOIN DES PARTICIPANT(E)S AINSI QUE DU GROUPE ET SURTOUT NON DIRECTIVE. CELLE-CI MET EN EXERGUE L'EXPERIENCE PARTAGEE DES PARTICIPANT(E)S, VIA DES SITUATIONS DE TRAVAIL EN : PETIT ET GRAND GROUPE, DES CAS PRATIQUES, JEUX DE ROLES, MISE EN SITUATION ET PHOTO MONTAGE AVEC DES RESTITUTIONS.

## ENDAT

Créée en 2008, ENDAT (Education Nutritionnelle des Diabétiques et Aide aux Troubles du comportement alimentaire), est une association Loi 1901 reconnue d'Intérêt général qui propose un accompagnement pluridisciplinaire, multi approches à des personnes souffrant de troubles du comportement alimentaire, d'obésité et/ou de diabète.

ENDAT est une structure pilote à Paris, qui propose une réponse innovante dans son approche, par l'Education Thérapeutique du Patient (ETP). C'est un lieu d'accueil, d'écoute, d'échanges, d'information, d'éducation et d'accompagnement de personnes concernées par les troubles du comportement alimentaire, le diabète, l'obésité et les maladies nutritionnelles.

### Ses missions principales :

- Proposer un accompagnement personnalisé
- Entreprendre des actions de prévention
- Assurer la formation de toutes les personnes concernées

### PUBLIC / GROUPE DE 8 A 20 PERSONNES

- Diététicien, psychologue, médecin nutritionniste.

### NATURE DE L'ACTION SELON L'ARTICLE L.6313-1

action d'adaptation et de développement des compétences des salariés ; action de conversion ; actions d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances ;

### NIVEAU DE CONNAISSANCE PREALABLE

PAS DE NIVEAU REQUIS

### EVALUATION

EVALUATION SOMMATIVE A LA FIN DE LA SESSION

### LIEU

Forum 104  
104 rue de vaugirard  
75006 Paris

contact@endat.org  
TEL : 01.43.06.66.31  
www.endat.com

**INSCRIPTION** contrat à retourner signé et paraphé en original à **Endat** à

**Mme Agnès Richard**

### CONDITIONS FINANCIERES

**Prix 480 € en individuel**  
soit 120€ /jour

Montant de 144 € soit 30% à la commande après 10 jours de délai de rétractation. Solde de 336 € 10 jours avant le début de la formation

**Prix 720 € Entreprise**

soit 180€ /jour

Montant de 216 € soit 30% à la commande après 10 jours de délai de rétractation. Solde de 504 € 10 jours avant le début de la formation

**CONTRAT DE FORMATION**

Entre d'une part :	Et d'autre part:
ENDAT Association Loi 1901 reconnue d'Intérêt général	Nom
Ayant son siège social 4 rue Vigée lebrun 75015 Paris	Prénom
Déclaration d'activité enregistrée sous le n°11 75 49363 75 auprès du préfet de la région Ile de France (cet enregistrement ne vaut pas agrément par l'Etat).	Adresse
N° SIRET : 50876398400038	Téléphone
	E-mail
Ci-après nommée « ENDAT »	Ci-après nommé « Le stagiaire»

Il est conclu le contrat de formation ci-après:

**Art 1 – Objet du contrat**

ENDAT s'engage à dispenser au Stagiaire l'action de formation suivante :

Titre : **Les outils de l'Alimentation en Pleine Conscience et de l'ETP adaptés aux personnes souffrant de TCA**

Date(s) : **25 novembre, 2, 9 et 16 décembre 2017**

Durée : **4 jours en 4 sessions de 1 jour soit 28 h**

**Art 2 – Nom et qualification du(es) formateur(s)**

Voir fiche pédagogique page 2

**Art 3 Prix / Nature / Durée / Objectif(s) / Lieu / Niveau préalable de connaissances requis / Programme**

Voir fiche pédagogique page 1

**Art 4 - Modalités de paiement**

**4.1** Le Stagiaire doit faire parvenir le contrat de formation en **2 exemplaires originaux signés et datés**. Les originaux sont déposés à ENDAT ou envoyés par courrier.

**4.2** 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.

**4.3** A l'expiration de ce délai, conformément à l'article L6353-6, soit dix jours après la signature du contrat, il sera demandé au Stagiaire le versement suivant :

- pour les actions de formation de 1 et 2 jours consécutifs : l'intégralité du prix à la commande. Cette somme sera encaissée au premier jour de la formation.

- pour les actions de formation de 2 jours et plus non consécutifs : 30% du prix à la commande, encaissés après 10 jours délai de rétractation. Ce montant sera conservé si le Stagiaire ne donne pas suite à son inscription, passé le délai de rétractation. Le solde donne lieu à échelonnement des paiements au fur et à mesure du déroulement de l'action de formation suivant l'échéancier propre au déroulé de la formation voir fiche pédagogique page 1.

**4.4** 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 5 Interruption de la formation**

**5.1** En cas d'arrêt du programme de formation du fait d'Endat, l'intégralité des prestations non servies sera remboursée prorata temporis.

**5.2** Si le stagiaire est empêché de suivre la formation par suite de force majeure dûment reconnue (décès, arrêt longue maladie avec certificat médical) seules les prestations effectivement dispensées sont dues au prorata temporis de leur valeur prévue au contrat.

**5.3** 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 :

Les jours de formation suivis sont dûs intégralement et le stagiaire devra à titre de dommages et intérêts à ENDAT, quatre vingt pour cent (80%) du montant initial restant à courir.

## **Art 6 – Engagement du Stagiaire**

Le Stagiaire s'engage à ne pas enregistrer, filmer, photographier par tous moyens ou supports durant l'action de formation.

Le Stagiaire s'engage à ne pas utiliser de reproductions, d'enregistrements, ou tout autre support mis à sa disposition par ENDAT autrement qu'à titre privé, pour sa propre formation. Toute reproduction intégrale ou partielle des cours et tous autres documents ou supports transmis sans le consentement écrit de ENDAT est interdit, et constitue une contrefaçon sanctionnée par les art. 425 et suivants du Code Pénal.

## **Art 7 – Engagement déontologique**

Le Stagiaire et les différents formateurs d'Endat sont tenus par les règles déontologiques en usage, en particulier par les règles de discrétion concernant les participants et les clients. En l'absence de déontologie officielle propre à la profession, ENDAT se conforme au code de la Fédération Française des Psychologues (FFP) pour les psychologues et de la Fédération Française de Psychothérapie et de Psychanalyse (FF2P) pour les psychopraticiens et autres intervenants.

## **Art 8 - Droit applicable et litige**

Le présent contrat est régi par les lois et règlements français.

En cas de difficulté sur la validité, l'interprétation ou l'exécution du présent contrat, les parties s'efforceront de résoudre leur différend à l'amiable.

En cas de désaccord persistant, de plus de trois mois, à compter de la première notification concernant le différend, le litige est porté devant les juridictions françaises compétentes.

Tout litige résultant de l'exécution du contrat sera porté par-devant la juridiction du lieu du siège social de ENDAT.

Fait, en deux exemplaires originaux, à Paris,

le	Cachet de ENDAT
Signature du Stagiaire avec la mention manuscrite "lu et approuvé"	Signature de Mme Chantal Ruault, Directrice d'Endat
Je reconnais avoir pris connaissance du Règlement Intérieur de Endat en page 6 et l'accepter sans réserve.	
Date et signature du Stagiaire	
Fiche pédagogique de l'action de formation page 1 à parapher et à retourner avec le contrat	
Programme de l'action de formation page 4 à parapher et à retourner avec le contrat	

## REGLEMENT INTERIEUR

### Article 1 : Personnel assujetti

Le présent règlement s'applique à tous les stagiaires ou étudiant.

Chaque stagiaire ou étudiant est censé accepter les termes du présent contrat lorsqu'il suit une formation dispensée par Endat.

### Article 2 Conditions générales

Toute personne en stage ou en formation doit respecter le présent règlement pour toutes les questions relatives à l'application de la réglementation en matière d'hygiène et de sécurité, ainsi que les règles générales et permanentes relatives à la discipline.

### Article 3 Règles générales d'hygiène et de sécurité

Chaque stagiaire ou étudiant doit veiller à sa sécurité personnelle et à celle des autres en respectant, les consignes générales et particulières de sécurité en vigueur sur les lieux de stage, ainsi qu'en matière d'hygiène.

### Article 4 Consigne d'incendie

Les consignes d'incendie et notamment un plan de localisation des extincteurs et des issues de secours sont affichés dans les locaux de l'organisme de manière à être connus de tous les stagiaires.

Des démonstrations ou exercices sont prévus pour vérifier le fonctionnement du matériel de lutte contre l'incendie et les consignes de prévention d'évacuation.

### Article 5 Accident

Tout accident ou incident survenu à l'occasion ou en cours de formation doit être immédiatement déclaré par le stagiaire ou l'étudiant accidenté ou les personnes témoins de l'accident, au responsable de l'organisme.

Conformément à l'article R 6342-3 du Code du Travail, l'accident survenu au stagiaire pendant qu'il se trouve dans l'organisme de formation ou pendant qu'il s'y rend ou en revient, fait l'objet d'une déclaration par le responsable du centre de formation auprès de la caisse de sécurité sociale.

### Article 6 Boissons alcoolisées

Il est interdit aux stagiaires ou aux étudiants de pénétrer ou de séjourner en état d'ivresse dans l'organisme ainsi que d'y introduire des boissons alcoolisées.

### Article 6bis Stupéfiants

Il est interdit aux stagiaires ou aux étudiants d'introduire ou de consommer des produits stupéfiants dans l'enceinte de l'établissement et ses escaliers d'accès.

### Article 7 Accès à l'espace de pause

Les stagiaires ou les étudiants ont accès à tout moment à la salle de pause. L'utilisation des appareils mis à disposition (cafetière et bouilloire électrique, réfrigérateur, four à micro-onde) est sous l'entière responsabilité des stagiaires ou des étudiants.

### Article 8 Interdiction de fumer

En application du décret n° 92-478 du 29 mai 1992 fixant les conditions d'application de l'interdiction de fumer dans les lieux affectés à un usage collectif, il est interdit de fumer dans l'enceinte de l'établissement et ses escaliers d'accès.

**Article 9 Horaires - Absence et retards**

Les horaires de stage sont fixés par la Direction ou le responsable de l'organisme de formation et portés à la connaissance des stagiaires ou des étudiants à l'occasion de la remise du programme de stage ou de formation. Les stagiaires ou les étudiants sont tenus de respecter ces horaires de stage sous peine de l'application des dispositions suivantes:

- En cas d'absence ou de retard au stage, les stagiaires ou les étudiants doivent avertir le formateur ou le secrétariat de l'organisme qui à en charge la formation et s'en justifier. Par ailleurs, les stagiaires ou les étudiants ne peuvent s'absenter pendant les heures de stage, sauf circonstances exceptionnelles précisées par la Direction ou le responsable de l'organisme de formation.

- Lorsque les stagiaires ou les étudiants sont des salariés en formation dans le cadre du plan de formation, l'organisme doit informer préalablement l'entreprise de ces absences. Toute absence ou retard non justifié par des circonstances particulières constitue une faute passible de sanctions disciplinaires. Par ailleurs, les stagiaires ou les étudiants sont tenus de remplir ou signer obligatoirement et régulièrement, au fur et à mesure du déroulement de l'action, l'attestation de présence. Ils recevront en fin de stage l'attestation de suivi de stage.

**Article 10 Accès à l'Organisme**

Sauf autorisation expresse de la Direction ou du responsable de l'organisme de formation, les stagiaires ou les étudiants ayant accès à l'organisme pour suivre leur stage ne peuvent:

- Y entrer ou y demeurer à d'autres fins;
- Y introduire, faire introduire ou faciliter l'introduction de personnes étrangères à l'organisme, ni de marchandises destinées à être vendues au personnel, au stagiaires ou aux étudiants.

**Article 11 Tenue et comportement**

Les stagiaires ou les étudiants sont invités à se présenter à l'organisme en tenue décente et à avoir un comportement correct à l'égard de toute personne présente dans l'organisme.

**Article 12 Information et affichage**

La circulation de l'information se fait par l'affichage sur les panneaux prévus à cet effet. La publicité commerciale, la propagande politique, syndicale ou religieuse sont interdites dans l'enceinte de l'organisme.

Les stagiaires ou les étudiants ont la possibilité d'échanger des informations sur le panneau prévu à cet effet dans l'espace pause, après demande d'affichage auprès de la direction. L'accord consenti n'engage en rien la responsabilité de l'établissement quant au contenu de l'annonce.

**Article 13 Responsabilité de l'organisme**

En cas de vol ou d'endommagement des biens personnels des stagiaires, l'organisme décline toute responsabilité en cas de perte, vol ou détérioration des objets personnels de toute nature déposés par les stagiaires dans son enceinte (salle de cours, locaux administratifs, vestiaires, espace de pause ...).

**Article 14 Sanction**

Tout manquement du stagiaire ou de l'étudiant à l'une des prescriptions du présent règlement intérieur pourra faire l'objet d'une sanction, après entretien avec l'animateur de la formation, et, au besoin, avec le responsable de Endat

Constitue une sanction au sens de l'article R 6352-3 du Code du Travail toute mesure, autre que les observations verbales, prises par le responsable de l'organisme de formation de l'organisme de formation ou son représentant, à la suite d'un agissement du stagiaire ou de l'étudiant considéré par lui comme fautif, que cette mesure soit de nature à affecter immédiatement ou non la présence de l'intéressé dans le stage ou à mettre en cause la continuité de la formation qu'il reçoit.

Le cas échéant, le stagiaire ou l'étudiant concerné peut être convoqué à une entrevue avec le directeur ou son représentant. Il pourra être accompagné du délégué de son stage.

**Article 15 Représentation des stagiaires**

Dans les stages ou les formations d'une durée supérieure à 400 heures, un délégué des stagiaires ou des étudiants peut être élu et, éventuellement, un délégué suppléant.

Les délégués sont élus pour la durée du stage ou de la formation. Leurs fonctions prennent fin lorsqu'ils cessent, pour quelque cause que ce soit, de participer au stage ou à la formation. Si le délégué titulaire et le délégué suppléant ont cessé leurs fonctions avant la fin du stage ou de la formation, il est procédé à une nouvelle élection.

**Article 16 Rôle des délégués des stagiaires ou des étudiants**

Les délégués font toute suggestion pour améliorer le déroulement des stages ou des formations et les conditions de vie des stagiaires ou des étudiants dans l'organisme de formation. Ils présentent toutes les réclamations individuelles ou collectives relatives à ces matières, aux conditions d'hygiène et de sécurité et à l'application du règlement intérieur.

**Article 17 Entrée en application**

Le présent règlement intérieur est en application à compter du : 01/01/2017