Quant le ventre prend la tête (1) : que sait-on des troubles du comportement alimentaire ?

SANTÉ

par BSF • avec le soutien de la Fondation CNP Assurances

CC BY SA

PUBLIC	PARTICIPANTS	ANIMATEURS	NIVEAU	PRÉPARATION	ACTIVITÉ

Description

Puberté, troubles du comportement alimentaire, anorexie, boulimie
Âge : à partir de 12 ans

Objectifs

Permettre aux participant.e.s d'identifier les symptômes des troubles du comportement alimentaire

Matériel

Post-it
Stylos

Compétences travaillées

Avoir de l'empathie pour les autres
Avoir conscience de soi

Contenus utilisés

Vidéo INRA ParisTech « Mince alors ! »
Brochures, lieux et numéros ressources

Pré-requis

Savoir écrire

WORKFLOW

1 Préparation - 15 minutes

Préparez des Post-it, des stylos.

Préparez le dispositif de projection de la vidéo.

2 Lancement - 20 minutes

Accueillez les participant.e.s, faites les s'asseoir en cercle et expliquez le déroulé de l'activité.

Construisez collectivement le cadre des échanges (respect, écoute et non jugement…).

3 Déroulement - 1 heure

10 minutes : posez la question « Qu'est-ce que l'anorexie pour vous ? À quoi ce mot vous fait-il penser ? » Les participant.e.s prennent des Post-it et écrivent tous les mots ou idées qu'ils.elles lient à l'anorexie.

10 minutes : posez la question « Qu'est-ce que la boulimie pour vous ? » Les participant.e.s écrivent alors de même les idées qui leur viennent.

20 minutes : lecture des Post-it ensemble et discussion. Les participant.e.s connaissent-ils.elles des personnes qui souffrent de ces troubles ? Peut-on imaginer ce qu'est vivre avec ?

20 minutes : visionnage de la vidéo « Mince alors ! » (5 minutes) et discussion : quels sont les symptômes ? Qu'est-ce qui est frappant ?

4 Clôture - 15 minutes

Prendre le temps d'échanger sur les apprentissages, les éventuelles difficultés rencontrées, l'apport de cette expérience, leur montrer les brochures sur les ressources et conclure.