



FFAB

Fédération Française Anorexie Boulimie
French Federation Anorexia Bulimia
(anciennement AFDAS-TCA)



**FACULTÉ
DE MÉDECINE**

JACQUES LISFRANC | SAINT-ÉTIENNE



Université
Jean Monnet
SAINT-ÉTIENNE



CHU
Saint-Étienne



GHt
LOIRE
Groupement Hospitalier de Territoire
« Des femmes et des hommes au service de votre santé »



FONDATION
DE
FRANCE



FFAB

Fédération Française Anorexie Boulimie
French Federation Anorexia Bulimia
(anciennement AFDAS-TCA)

Septièmes journées
« Du corps à la rencontre »

**COMMENT ACCUEILLIR
L'HYPERACTIVITE
DES PATIENTS ANOREXIQUES OU BOULIMIQUES**

Vendredi 14 et samedi 15 Juin 2019

**CHU DE SAINT ETIENNE
FACULTE DE MEDECINE
HOPITAL NORD
Avenue Albert Raimond
42270 Saint Priest-en-Jarez**

« Station Tram Hôpital Nord »

Argumentaire :

A l'instar de l'alcool, du tabac ou d'autres drogues, l'abstinence alimentaire par le jeûne prolongé s'associe à des comportements de substitution par le contrôle calorique, le sport à outrance, le fitness, les vomissements... Le culte de la minceur fait ainsi le lit des dépendances alimentaires.

Cette quête d'idéal centrée sur l'individu et dont le vecteur est le corps, exige aussi un contrôle permanent de ses ressentis physiologiques et de ses émotions, au détriment de ses représentations internes. Beaucoup de ces patients vont alors surinvestir les apprentissages scolaires ou universitaires, ainsi que l'activité sportive, aux dépens du sommeil, des loisirs et des activités récréatives.

Ces patients sont dans l'incapacité d'éprouver du bien être en étant seuls. La confrontation réelle à la solitude génère chez eux des angoisses extrêmes dont rien ne peut se dire, ni se penser. La seule réponse que ces sujets ont à leur disposition est ce que les psychosomaticiens (C.Smadja et G.Szwec) ont appelé les procédés auto-calmants.

Les procédés auto-calmants consistent à décharger les tensions psychiques par des conduites extrêmes et répétitives afin de lutter contre ces angoisses d'anéantissement. Cela contraint le sujet à répéter un comportement jusqu'à l'épuisement, comme c'est le cas dans l'hyperactivité des anorexiques et des boulimiques.

Les procédés auto-calmants sont liés à une faille dans la capacité du sujet à élaborer mentalement l'impact de certains traumatismes.

Durant ce colloque entremêlant réflexion théorique et médiation corporelle, nous tenterons de mieux comprendre le sujet anorexique ou boulimique hyperactif et penserons ensemble à des propositions de soins plus ajustées à lui.

Programme

Vendredi 14 juin 2019

8h30 : Ouverture du colloque par **Madame Catherine MASSOUBRE**, Professeur agrégée de psychiatrie, chef de service et directrice médicale du pôle psychiatrique du Centre Hospitalier Universitaire (CHU) de Saint Etienne et **Madame Marie-Ange PERIDONT-FAYARD**, directrice administrative de ce même pôle psychiatrique

9h-9h30 : Présentation du congrès et de la commission corps et TCA (Troubles des conduites alimentaires) de la FFAB par **Vincent DODIN**, Professeur de psychiatrie, université de Lille, responsable de cette commission et **Marc DELORME**, Psychiatre, Centre Abadie, Bordeaux

9h30-13h : Séances plénières modérées et discutées par **Vincent DODIN** et **Brigitte REMY**, Psychiatre, MGEN, Paris

9h30 – 10h : Mireille COULOMB, Docteur en philosophie, Saint Etienne
« *Que faire de notre corps ?* »

10h - 10h30 : échange avec la salle

10h30-11h15 : Nathalie GODART, Professeur des Universités-Praticien Hospitalier de pédopsychiatrie, psychiatrie, Fondation Santé des étudiants de France, UFR des Sciences et de la Santé Simone Veil (UVSQ), Présidente de la FFAB, et **Lilian FAUTRELLE**, Maître de conférences en STAPS, Albi-Rodez
« *Repenser l'activité physique dans les soins des troubles des conduites alimentaires : passer d'un problème à un plaisir partagé* »

11h15 – 11h45 : échange avec la salle

11h45 – 12h30 : Gérard PIRLOT, Psychiatre, Psychanalyste, Professeur de psychopathologie, faculté de Toulouse
« *L'excitation maniaque anorectique/boulimique au service d'une dé-pulsionalisation du corps érotique* »

12h30 – 13h : échange avec la salle

13h : déjeuner

14h30 - 16h30 : Mini-conférences présentant certains des ateliers du colloque, modérées et discutées par Baptiste RAVEY et Pauline ACHARD, Psychiatres, Unité TCA CHU Saint Etienne

14h30 – 14h50 : Guy CARROT, Psychiatre, CHU Saint Etienne
« *L'hypnose pour réassocier un mouvement nécessaire* »

14h50 – 15h : échange avec la salle

15h–15h20 : Odile GAUCHER, Psychomotricienne, CHU Saint Etienne
« *L'espace aquatique : une aire de jeu et de détente* »

15h20 – 15h30 : échange avec la salle

15h30 – 15h50 : Sébastien HERNANDEZ et Céline LAUVERNAY, Infirmiers, **Bénédicte PREYNAS**, Aide-soignante, CHU Saint Etienne
« *Elle écoute pousser les fleurs, ou comment notre jardin thérapeutique permet de prendre soin de soi, de vivre le moment présent, et de s'ouvrir aux autres* »

15h50 – 16h : échange avec la salle

16h15 – 17h45 : 8 ateliers d'1 heure 30, Accès sur inscription, voir pages 4, 5 et 6

Samedi 15 Juin 2019

8h 30 – 10h00 : 7 ateliers d'1 heure 30, accès sur inscription

10h15 – 11h45 : 7 ateliers d'1 heure 30, accès sur inscription

Ou 9h-11h : atelier balnéothérapie, accès sur inscription

12h à 13h : mise en commun par les animateurs d'ateliers et un rapporteur par groupe et clôture du colloque.

Tarifs congrès

Comprenant le déjeuner du vendredi

Adhérent FFAB	60 €
Inscription individuelle	80€
Formation continue	100€
Étudiants	30€

Partenariat avec la faculté
Numéro Formateur d'ICA : 82420220642

Le bulletin d'inscription ainsi que le chèque de règlement à l'ordre d'ICA sont à renvoyer **impérativement** avant le 10 Mai 2019 à :
Nadège AKIL Enseignements
Secrétariat UA4 1^{er} étage
Hôpital Nord
42055 Saint Etienne Cedex 2
enseignements.psychiatrie@chu-st-etienne.fr

L'envoi complet du bulletin d'inscription accompagné du règlement validera l'inscription.

Présentation des ateliers pour faciliter votre pré-inscription. Nous nous réservons la possibilité d'en ajouter d'autres ultérieurement.

Atelier 1 :

L'hypnose : l'hypnose pour réassocier un mouvement nécessaire
Guy Carrot,

Une expérience d'autohypnose, à vivre, installé en position assise.

Atelier 2 :

Atelier conte : « Corps en conte »
Sylvie Bruchet, Infirmière, **Blandine Fleuret,** Psychologue clinicienne,
CHU Saint Etienne

De tous temps, et dans toutes les cultures, le conte populaire a constitué un outil précieux pour les Hommes, afin de transmettre des messages, des valeurs, des interdits...

Nous vous invitons à venir découvrir ou redécouvrir ce messager multiple, et à vous laisser surprendre par votre associativité et son inscription langagière, onirique et corporelle...

Atelier 3 :

La voix : un mouvement du dedans au dehors
Marie Menotti, Infirmière, CHU Saint Etienne

Le chant est une discipline artistique, mais aussi une discipline physique qui nécessite de bien connaître son corps, ses ressources et ses limites. L'apprentissage du chant se fait donc par expériences corporelles répétées et par imprégnation sensorielle.

À travers quelques exercices ludiques, nous irons explorer comment l'air entre en vibration dans les différents mécanismes physiologiques de l'acte phonatoire (travail de la posture, gestion du souffle, mise en

vibration des résonateurs...). Nous expérimenterons ensuite le chant groupal et son bain de sons, nous éveillant aux ressentis de notre corps - instrument et à sa dimension vibratoire.

Atelier 4 :

« Pause-Toi »

Réintroduire une temporalité ajustée chez les personnes souffrant de TCA par le rythme et le mouvement.

Claire Bertin, Psychomotricienne, formée à la danse-thérapie et Structuration Psychocorporelle, Formatrice, Grenoble

A travers le mouvement, le rythme et le jeu, nous verrons comment le travail sur les cycles du corps et du temps peuvent remobiliser, se réarticuler pour se transformer, face à l'hyperactivité de nos patientes. Aucun niveau technique requis pour cet atelier, mais un engagement corporel est proposé, prévoir une tenue confortable.

Atelier 5 :

Conscience de soi et gymnastique chinoise

Claire Exposito, Psychomotricienne, Hôpital Henry Ey, Bonneval

Le Taïchi Chuan et Le Qi-Gong, sont deux approches énergétiques différentes issues des pratiques traditionnelles chinoises.

Le Taïchi, art martial, utilise le mouvement lent, contrôlé et habité engageant la globalité du corps, la perception de son axe, dans une recherche d'apaisement, d'amélioration de la conscience à soi-même.

Il permet ainsi l'expérience d'une détente mentale dans le mouvement.

Le Qi-Gong, plus statique au niveau des appuis, engage aussi le mouvement dans l'unité corporelle, la respiration et la concentration.

Nous vous inviterons à une simple découverte de ces approches qui mettent en travail les enveloppes contenantes ; la lenteur et la concentration requises permettent d'engager un travail de pleine conscience et d'aider, grâce au mouvement, à canaliser l'agir tout en respectant à minima les défenses de nos patientes.

Atelier 6 :

Le tonus en jeu / les enjeux du tonus

Sabine Fritis, Psychomotricienne libérale, Villeurbanne

Nous proposerons des exercices de lâcher tonique pour prendre conscience de ses tensions et apprendre à les lâcher. Puis un jeu de guidant-guidé afin d'observer l'état tonique de l'autre et percevoir que nos états toniques diffusent ! Enfin, un jeu d'ajustement tonique à l'autre où nous formerons « des molécules » liées par des ballons.

Tenue confortable souhaitée

Atelier 7 :

Atelier balnéothérapie,

Sébastien Hernandez, Cathy Porte, Infirmiers, CHU Saint Etienne,

Pour découvrir le bain, y jouer et s'y détendre, penser à se munir de son maillot, son bonnet, ses lunettes et ses effets personnels (serviette, shampoing...)

Cet atelier se déroulera dans le service de balnéothérapie de l'Hôpital Bellevue du CHU de Saint Etienne, desservi par le tram.

De 9h à 11h, deux sous-groupes se succéderont, d'abord acteurs puis observateurs, ou inversement. Les participants pourront ensuite rejoindre la table ronde à 12h à la faculté de médecine.

Atelier 8 :

« Corps en accord : Régulation tonique et Accordage à travers le mouvement »

Sandra Paoella, Psychomotricienne, psychiatrie adulte et pédopsychiatrie 0-3 ans, Centre Hospitalier Saint Cyr-Au-Mont-d'Or

Les groupes à médiations corporelles peuvent être un support d'expression, de créativité, de décharge et de régulation tonico-émotionnelle. Des phénomènes d'accordages peuvent s'expérimenter, et

permettre entre autres, une régulation de l'hyperactivité observée chez certains patients TCA.

Atelier 9 :

Corps rythme et voix : faire danser les énergies qui sommeillent en nous

Catherine Yelnik, Psychologue clinicienne, psychothérapeute, Chargée de cours en danse-thérapie à l'université Paris V Descartes

Après un petit temps d'échauffement au sol, nous irons chercher l'énergie de la terre sur le rythme de la percussion, à la recherche de divers personnages fantastiques qui sommeillent en nous, le tigre, le serpent, la vague etc... Nous réveillerons notre voix profonde.

Nous jouerons à être des tribus qui s'affrontent du mouvement et de la voix au cœur de la forêt, mettant le jeu et le relationnel au travail.

Nous garderons un temps d'une quinzaine de minutes pour réfléchir ensemble autour de ce que nous venons de vivre en lien avec le thème de l'hyperactivité.

Prévoir une tenue souple et confortable.

Atelier 10 :

Sophrologie Ludique

Nicole Gratier de Saint Louis, Kinésithérapeute et Sophrologue, Pédagogue en sophrologie ludique, Formatrice, Paris

La sophrologie ludique, créée en 1985 par Claudia Sanchez et Ricardo Lopez prend ses sources dans la sophrologie caycédienne, et était initialement destinée aux enfants des rues de Bogota. D'où la nécessité d'une grande adaptabilité dans l'élaboration de ce moyen pédagogique, incluant le corps, la conscience, le mouvement, l'aspect ludique et la créativité. Alternance de mouvements, de rythmes, et de temps plus introspectifs, de temps de décharge physique, émotionnelle permettant ensuite le rassemblement corporel dans l'ici et maintenant. Exercices réalisables en séances individuelles ou en groupe.

Atelier 11 :

Danse de l'intime et du voyage

Sheyna Queiroz, danseuse, Rio de Janeiro

Restitution de l'expérience artistique programmée de septembre 2018 à mai 2019 ;

Par la mise en place d'ateliers de danse au sein de plusieurs centres hospitaliers de la région et la co-création d'une chorégraphie avec des jeunes issus d'une favela de Rio de Janeiro, ce projet a une double ambition : Redonner du sens à ces patients souffrant des troubles des conduites alimentaires en les sortant de leur isolement, et communiquer sur cet enjeu majeur de la santé publique. Le projet propose une progression dans l'apprentissage de la danse et du mouvement qui respecte le rythme et les difficultés de chaque participant.

Parmi nos objectifs : Habiter son corps, mettre son corps en mouvement, aller à la rencontre d'autres corps, aller à la rencontre d'un autre continent.

Le projet s'étale sur neuf mois, et devrait se clôturer par deux semaines de voyage à Rio de Janeiro (Brésil) en avril 2019 pour un séjour incluant huit jours d'atelier danse qui finaliseront la chorégraphie.

Atelier 12 :

Au rythme de danses traditionnelles et sacrées

Andréa Gutierre, danse-thérapeute et instructrice de Wutao, Institut Mutualiste Montsouris, Paris

Ces danses du monde sont une façon ludique et créative de mettre en jeu notre histoire. De leur construction collective, en découle une forte dimension de partage, favorisant ainsi l'inclusion et le sentiment d'appartenance au groupe. Les mouvements et gestes sont chargés de symbolisme, et la répétition structure l'espace-temps, ouvrant également le sujet à l'intériorité et à son ressenti.

BULLETIN OBLIGATOIRE D'INSCRIPTION AUX ATELIERS

Nom :

Prénom :

Profession :

Adresse :

Code postal :Ville :

Mail :

Chaque participant sera accueilli dans 3 ateliers.

L'atelier balnéo compte pour deux ateliers car il se déroule durant toute la matinée du samedi

Il sera autant que possible tenu compte des premiers choix.

Pour des raisons d'organisation, vous serez informés des ateliers auxquels vous participerez uniquement le jour-même, en vous référant aux listes d'inscription.

MERCI DE VOTRE COMPREHENSION

Ateliers souhaités

Veillez indiquer par ordre de préférence le numéro et le nom des ateliers choisis :

-

-

-