

## LE G.R.O.S. CONGRÈS 2021

# POIDS ET SANTÉ, MYTHES ET RÉALITÉS

## PRÉSENTATION

Les préoccupations de santé occupent de plus en plus de place dans nos vies proposant à chacun une vigilance de tous les instants. Manger en contrôlant son poids, bouger en espérant le maintenir, voire le diminuer, les injonctions deviennent obsédantes. Entre messages préventifs et baromètre de la corpulence, le poids est actuellement l'indicateur de santé majeur. La minceur serait l'idéal à atteindre, le surpoids et l'obésité, des facteurs de risques à combattre coûte que coûte au point d'aggraver parfois la situation initiale.

## Dossier pédagogique

### FORMATION

#### POIDS ET SANTÉ, MYTHES ET RÉALITÉS

### PUBLIC

Les professionnels de santé mais aussi les personnels médico sociaux et les associations impliquées dans la prise en charge et l'accompagnement des personnes en difficulté avec leur comportement alimentaire.

### DURÉE

1 jour en présentiel ou par visio conférence (jeudi).

1 jour par visio conférence - Ateliers interactifs (vendredi).

1 Conférence grand public (samedi).

### PRÉ-REQUIS

Aucun

### PROBLÉMATIQUE

Les préoccupations de santé occupent de plus en plus de place dans nos vies proposant à chacun une vigilance de tous les instants. Manger en contrôlant son poids, bouger en espérant le maintenir, voire le diminuer, les injonctions deviennent obsédantes.

### OBJECTIFS GÉNÉRAUX

Interroger la relation entre poids et santé dans les prises en charge des personnes en surpoids ou obèses..

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Mieux connaître la problématique du rapport du poids à la santé sans ignorer la complexité d'un équilibre global physique et psychique s'exprimant dans un environnement souvent défavorable :

- ▶ lutter contre les stéréotypes négatifs et les préjugés qui entretiennent le mythe d'une santé parfaite accessible à tous, avec de la volonté.
- ▶ lutter contre les stigmatisations, les étiquettes, les hontes.
- ▶ développer une approche psycho-socio-corporelle adaptée aux enfants.
- ▶ aider le patient à quitter ses croyances
- ▶ quel lien entre COVID et obésité ?

## COMPÉTENCES VISÉES

- ▶ Connaître la pratique psycho-corporelle.
- ▶ Aider les patients à se débarrasser des étiquettes.
- ▶ Aider le patient à découvrir l'autocompassion, l'aborder en consultation.
- ▶ Quelles relations entre les pratiques du GROS et la psychiatrie ?
- ▶ Aider le patient à abandonner ses croyances.
- ▶ Développer l'approche bio-psycho-corporelle adapter aux enfants.
- ▶ Explorer l'équilibre entre prescription, vécu, croyances et ressentis.
- ▶ Permettre aux patients de vivre sans culpabilité.

## OUTILS PÉDAGOGIQUES

Les outils utilisés seront :

- ▶ Les **conférences**
- ▶ Les **diaporamas** et **projections** de documents
- ▶ Les **échanges** interactifs en plénières
- ▶ La mobilisation des savoirs au cours de remplissage de **questionnaires** (pré-test et post-test en particulier)

## PÉDAGOGIE ET DÉONTOLOGIE

La pédagogie proposée est **plurielle**, intégrant des pédagogies affirmatives, interrogatives, participatives et expérientielles. Celle-ci met en exergue l'expérience partagée des participant(e)s, via des questions et des échanges avec les intervenants.

Cette pédagogie conviendra aux participant.e.s qui souhaitent une pédagogie différentes des formations classiques. Elle a pour but de développer prioritairement le **savoir-faire** et le **savoir-être**, plus que des connaissances et du savoir.

Le formateur, comme son nom l'indique, est d'abord un spécialiste de la forme, il gère la façon d'apprendre. En ce sens, il se préoccupe de la méthode et de la manière dont elle est mise en œuvre auprès d'un public connu et éduqué dans la proximité à partir d'interactions relationnelles voulues et recherchées car porteuses en elles-mêmes d'apprentissages au plan collectif.

Le formateur devra mettre en œuvre telle ou telle stratégie pédagogique en fonction de la situation apprenante du moment, ce qui suppose inévitablement de connaître les modèles afin de savoir les utiliser de manière réfléchie et rationnelle

## L'ÉVALUATION

L'**évaluation** attendue en formation n'est pas de type « contrôle », mais se veut **génératrice de questionnements**.

Un questionnaire de connaissances de type « vrai / faux » sera proposé aux stagiaires en **amont** (pré-test) et en **aval** (post-test) de la formation, à distance. Le questionnaire post-test est un temps pédagogique qui doit permettre d'inscrire les stagiaires dans une évaluation globale de leurs acquisitions.

## ASPECTS DÉONTOLOGIQUES

La **bienveillance** et le **non-jugement** sont des valeurs fortes de la formation. Bien entendu, tout ce qui est dit et partagé dans le groupe est strictement confidentiel et ne sort pas de la salle. Ce devoir de réserve s'impose au **formateur** qui est capable d'accueillir ces témoignages et de les intégrer à son enseignement de sorte que la parole devienne matière. Il s'impose également aux **stagiaires** au regard du devoir de loyauté envers leur employeur.

De la part des stagiaires, il est attendu le respect vis-à-vis des autres stagiaires comme vis-à-vis du formateur, lequel n'est pas responsable des éventuels dysfonctionnements vécus par les stagiaires en situation de travail.

C'est ainsi que l'**évaluation finale** devra strictement porter sur le **processus pédagogique**. Il s'agit d'évaluer la formation et le formateur, non l'établissement ou son encadrement.

Loi du 04 Août 2014 relative à l'égalité réelle entre les femmes et les hommes

L'Article D.6112-1 créé par le Décret n°2008-244 du 7 mars 2008 - art. (V) précise : « Toute personne concourant à la formation professionnelle tout au long de la vie est formée aux règles relatives à l'égalité professionnelle entre les femmes et les hommes et contribue, dans l'exercice de son activité, à favoriser cette égalité. »