



## Formations APTCCB 2024-2025

### Formation « ACT et TCA : L'approche des TCA par la Pleine Conscience »

Association des Praticiens en Thérapie Cognitive et Comportementale de Bourgogne

e-mail : [contact.aptcbb@gmail.com](mailto:contact.aptcbb@gmail.com) • site internet: [www.aptcbb.fr](http://www.aptcbb.fr)

**Introduction :** Les Troubles des Conduites Alimentaires sont des problématiques longues qui nécessitent la mise en place dès le début une prise en charge pluridisciplinaire comprenant a minima un médecin (prise en charge médicale), un psychologue et/ou psychiatre s'il y a besoin d'un traitement médicamenteux (suivi psychologique) avec également un accompagnement sur le plan diététique ou nutritionnel. A ce noyau de prise en charge il est possible de faire appel à d'autres soignants ou aidants aux approches diverses afin de proposer les solutions adaptées à la personne et au type de trouble. Cette formation vise à se familiariser avec l'approche des TCA par la pleine conscience et découvrir la thérapie ACT qui met en avant la conscience de soi et un rapport aux émotions plus adapté.

#### **Objectif :**

- Savoir
  - Découvrir les bienfaits de la Pleine Conscience dans une problématique TCA
  - Connaître les principes et la philosophie de l'ACT
  - Comprendre le rôle et la place des savoirs expérientiels dans un accompagnement des TCA
- Savoir Faire
  - Proposer des exercices simples de Pleine Conscience
  - Maîtriser les bases de la thérapie ACT appliquée aux TCA
- Savoir être
  - Développer une posture en phase avec les principes de l'ACT
  - Encourager la personne dans ses aspirations profondes en présence de symptômes ou non

#### **Supports :**

Formation en présentiel

Alternance des apports théoriques et expérientiels, échanges en sous-groupes

Kit pédagogique remis au stagiaire

**Durée :** Sa durée est fixée à 8 heures, **le 28 Juin 2025. (9h30-17h30)**. Cette formation se déroulera **à la Maison Diocésaine, au 9 bis Boulevard Voltaire, 21000 Dijon.**

#### **Programme de la formation :**

---

Association régie par la loi 1901 .Présidente DOS SANTOS Claudia

N° Siret : 804 369 106 00013

N° Organisme de formation: 27 89 01323 89



Journée 28.06.2025

- Pleine conscience et Troubles des Conduites Alimentaires
- Du cercle vicieux des Troubles Alimentaires à une relation vertueuse envers soi-même
- Renouer avec le corps
- Alimentation consciente ou intuitive
- La thérapie ACT : agir envers ses valeurs tout en dialoguant avec ses émotions
- L'apport du vécu dans une prise en charge thérapeutique et pluridisciplinaire des TCA

Programme pouvant être modifié par la formatrice en fonction des réponses des participants au questionnaire de préformation (envoyé au moment de l'inscription) et des besoins exprimés dans les questionnaires diagnostics des besoins en formation (présents sur le site internet de l'APTCCB)

**Intervenant :**

Sabrina Palumbo, Thérapeute ACT et coach certifiée, membre de l'Association Francophone pour une Science Comportementale et Contextuelle (AFSCC) et du réseau d'anciens usagers experts du Psycom.

**Lieu, durée et horaires :**

L'action de formation se déroulera sur 1 journée. Temps total de formation : 8h.

Elle se tiendra **à la Maison Diocésaine, au 9 bis Boulevard Voltaire, 21000 Dijon.**

**Public destinataire de la formation :**

La formation est accessible aux médecins, psychologues (toutes spécialités) et étudiants de ces disciplines (dès le niveau Master1) et étant membres de l'APTCCB.

Avoir suivi la formation initiale (Dr Alain Perroud)

**Pré requis nécessaires au suivi de la formation :**

Appartenir aux catégories socio-professionnelles mentionnées ci-dessus. La formation s'appuiera sur des jeux de rôles et des exercices élaborés à partir des cas concrets apportés par les participants. Ceux-ci sont invités à apporter des situations rencontrées lors de leurs suivis.

**Moyens pédagogiques :**

Au cours de la formation, les informations essentielles seront exposées au travers d'un power point partagé à l'écran par la formatrice. Les stagiaires pourront repartir avec le texte de l'intervention du formateur. La formatrice transmettra les outils de communication au moyen d'exercices pratiques.



La formatrice s'engage à respecter les normes Qualiopi.

**Technique d'encadrement :**

Un bénévole de l'APTCCB secondera la formatrice afin de s'assurer que la formation se déroule dans les meilleures conditions possibles. La formatrice sera supervisée par Mme DOS SANTOS C., présidente de l'APTCCB

**Délai d'accès :**

Les inscriptions sont ouvertes à partir du 27 juin 2024 et seront fermées 7 jours avant le début de la formation. Les participants disposent donc d'un délai compris entre 4 mois et 1 semaine entre leur demande d'inscription et le début de la prestation de formation. Durant cette période, il leur sera possible de se rétracter concernant leur inscription et d'être remboursé.

**Tarifs :**

Le prix de l'action de formation est fixé à :

- 190 euros, tarif applicable dans le cadre du tarif adhérent.
- 310 euros, tarif applicable aux non-adhérents et personnes s'inscrivant dans le cadre de la formation continue
- 110 euros, tarif étudiant

Le client s'engage à payer la prestation dans son intégralité au moment de son inscription.

Passé le délai de rétractation, aucun remboursement ne sera effectué sauf maladie ou accident.

**Modalités d'évaluation :**

A l'issue de l'action de formation les stagiaires recevront une fiche leur permettant d'évaluer la qualité de l'intervention du formateur, leurs connaissances et leur capacité à appliquer en situation réelle leurs connaissances nouvellement acquises.

A l'issue de la formation, il sera délivré au stagiaire une attestation de présence et les résultats de l'évaluation des acquis de la formation.

**Accessibilité :**

La formation se déroulant à distance (visio-conférence) elle est accessible aux personnes à mobilité réduite et ayant des déficits moteurs et sensoriels. La formatrice transmettra un résumé en FALC (facile à lire et à comprendre) pour les participants ayant des déficits cognitifs et en faisant la demande.