

Formations	Durée	Coût		2010			2011				
		*Membres professionnels d'ÉquiLibre	Non-membres	Oct.	Nov.	Déc.	Janv.	Fév.	Mars	Avril	Mai
Acte alimentaire	2 jours	375 \$**	425 \$	15 et 16 Mtl		10 et 11 Qc			18 et 19 Mtl		
Exploration sensorielle du goût	1 journée	250 \$	300 \$						15 à Mtl		
Intervenir sans nuire (diététiste-nutritionniste)	2 jours	425 \$	510 \$						8 et 9 Qc	20 et 21 Mtl	
Intervenir sans nuire (multidisciplinaire)	2 jours	425 \$	510 \$						25 et 26 Mtl		
vers un changement de pratique en saine gestion du poids	1/2 journée	sur demande									
L'approche de groupe en saine gestion du poids	2 jours	sur demande									

\*Pour devenir membre, consultez le site Web d'ÉquiLibre au [www.equilibre.ca](http://www.equilibre.ca) section « Devenez membre » ou communiquez avec nous au poste 221.

\*\* Prix étudiants : 245 \$

#### PAUSES ET REPAS

Pauses et repas du midi inclus pour toutes les formations ayant lieu à Montréal et à Québec, à l'exception de la conférence Vers un changement de pratiques en saine gestion du poids.

### Formulaire d'inscription

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_

Profession : \_\_\_\_\_ Lieu de pratique : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_ Code postal : \_\_\_\_\_

Tél : \_\_\_\_\_ Tél : \_\_\_\_\_

Télé. : \_\_\_\_\_ Courriel : \_\_\_\_\_  Maison  Travail

Formations suivies chez ÉquiLibre (indiquez l'année) : \_\_\_\_\_

Membre professionnel d'ÉquiLibre :  oui  non

Inscription aux formations suivantes :

Titre : \_\_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_ Lieu : \_\_\_\_\_

Titre : \_\_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_ Lieu : \_\_\_\_\_

Titre : \_\_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_ Lieu : \_\_\_\_\_

Signature : \_\_\_\_\_ Allergies alimentaires : \_\_\_\_\_

\* S.V.P. libellez votre chèque au nom d'ÉquiLibre. Envoyez votre inscription et votre paiement à l'adresse ci-dessous. Un reçu vous sera envoyé par la poste.

\* En cas d'annulation, un montant de 25 \$ sera retenu ou facturé selon le cas pour couvrir les frais d'administration. Aucun remboursement ne sera accordé pour les annulations à moins de 10 jours ouvrables de la date de la tenue de la formation.

ÉquiLibre se réserve le droit d'annuler une formation s'il n'y a pas assez de participants.

**ÉquiLibre, Groupe d'action sur le poids**

7200, rue Hutchison, bureau 304, Montréal, Québec, H3N 1Z2

tél. : 514-270-3779, p. 221, sans frais : 1-877-270-3779, p. 221, [info@equilibre.ca](mailto:info@equilibre.ca) • [www.equilibre.ca](http://www.equilibre.ca)

Expert sur la question du poids et de l'image corporelle au Québec depuis près de 25 ans, ÉquiLibre propose des formations pratiques répondant aux besoins des intervenants du réseau de la santé, des services sociaux et du milieu communautaire.



### Des formations pratiques en petits groupes, une expertise reconnue :

- Faites l'expérience des formations en petits groupes\* qui vous permettent de partager vos expériences et votre cheminement professionnel avec d'autres intervenants.
- Expérimentez à l'aide d'ateliers pratiques, d'études de cas et d'outils d'intervention.
- Développez votre savoir, mais également votre savoir-faire et votre savoir-être par des formations intensives de un ou deux jours\*.
- Accumulez des heures de formation reconnues par les fédérations et ordres professionnels.

\* exception faite de la conférence d'une demi-journée Vers un changement de pratiques en saine gestion du poids qui s'adresse à un groupe de 50 personnes et plus.

#### Formations :

#### L'acte alimentaire

(2 jours)

#### Intervenir sans nuire (diététiste-nutritionniste)

(2 jours)

#### L'exploration sensorielle du goût intégrée à la pratique

(1 journée)

#### Intervenir sans nuire (multidisciplinaire)

(2 jours)

### Formations offertes sur demande

#### Vers un changement de pratiques en saine gestion du poids

(1/2 journée)

#### L'approche de groupe en saine gestion du poids

(2 jours)

Pour information et inscription : 514-270-3779 p 221 ou 1-877-270-3779 p 221

[www.equilibre.ca](http://www.equilibre.ca) • [info@equilibre.ca](mailto:info@equilibre.ca)

## L'ACTE ALIMENTAIRE (2 jours)

Intégrez l'approche biospsychosociale de l'alimentation à votre pratique par une meilleure compréhension des dimensions socio-culturelles, psychologiques, psychosociales et biologiques qui influencent l'acte de manger.

**À qui s'adresse la formation ?** Aux intervenants du réseau de la santé, des services sociaux et du milieu communautaire.

**Formatrice :** Marie Watiez, Ph.D.,  
Psychosociologue de l'alimentation

**Préalable :** Aucun



## INTERVENIR SANS NUIRE (DIÉTÉTISTE-NUTRITIONNISTE) (2 jours)

Optimisez votre intervention nutritionnelle en saine gestion du poids selon une approche biospsychosociale dans la pratique individuelle auprès d'adultes.

**À qui s'adresse la formation ?** Aux diététistes-nutritionnistes.

**Formatrices :** Chantal Babin, Dt.P.  
Louise Pomerleau, Dt.P.

**Préalable :** L'acte alimentaire



**NOUVEAU**

## INTERVENIR SANS NUIRE (MULTIDISCIPLINAIRE) (2 jours)

Adaptez votre intervention individuelle en tenant compte d'une approche biospsychosociale en saine gestion du poids selon votre champ d'expertise.

**À qui s'adresse la formation ?** Aux intervenants détenant :

- un baccalauréat en sciences de la santé, en psychologie ou en service social ;
- une technique en soins infirmiers.

**Formatrices :** Chantal Babin, Dt.P.  
Louise Pomerleau, Dt.P.

**Préalable :** L'acte alimentaire

## L'EXPLORATION SENSORIELLE DU GOÛT INTÉGRÉE À LA PRATIQUE (1 journée)

Favorisez le développement d'une relation saine avec la nourriture par l'intégration de l'exploration des plaisirs de manger dans votre pratique auprès des adultes.

**À qui s'adresse la formation ?** Aux intervenants détenant :

- un baccalauréat en sciences de la santé, en psychologie ou en service social ;
- une technique en diététique ou en soins infirmiers.

**Formatrice :** Marie Watiez, Ph.D.,  
Psychosociologue de l'alimentation

**Préalable :** L'acte alimentaire



## VERS UN CHANGEMENT DE PRATIQUES EN SAINE GESTION DU POIDS (1/2 journée)

Découvrez comment une approche biospsychosociale fondée sur le nouveau paradigme sur le poids permet d'intervenir en obésité sans exacerber la préoccupation excessive à l'égard du poids.

**À qui s'adresse cette conférence ?** Aux intervenants du réseau de la santé, des services sociaux et du milieu communautaire.

**Formatrices :** Chantal Babin, Dt.P.  
Louise Pomerleau, Dt.P.

**Préalable :** Aucun



## L'APPROCHE DE GROUPE EN SAINE GESTION DU POIDS (2 jours)

Coanimez le programme *Choisir de maigrir?*, une intervention de groupe en saine gestion du poids destinée aux femmes préoccupées par leur poids.

**À qui s'adresse la formation ?** Aux équipes d'intervenants qui coanimeront le programme *Choisir de maigrir ?* :

- diététistes-nutritionnistes et ;
- intervenants psychosociaux (travailleurs sociaux et psychologues).

**Formatrices :** Diane Côté, Dt.P.  
Judith Dorismond, T.S., M.S.S., M.Sc.

**Préalables :** L'acte alimentaire et Intervenir sans nuire



**EXCLUSIF AUX INTERVENANTS FORMÉS**

Échangez vos connaissances et votre expérience avec d'autres intervenants coanimant le programme à travers le Québec grâce à la **Communauté de pratique** ([www.copchoisirdemaigrir.equilibre.ca](http://www.copchoisirdemaigrir.equilibre.ca)).

**Vous désirez animer *Choisir de maigrir ?* dans votre CSSS ?**

Informez-vous à propos de la formation gratuite de 5 jours offerte dans le cadre de la diffusion du programme *Choisir de maigrir ?* dans les CSSS du Québec, soutenue par