



L'image corporelle et les jeunes

27 septembre 2019
de 8h30 à 12h15
auditoire
Hôpital neuchâtelois

MISE EN RÉSEAU THÉMATIQUE ALIMENTATION ET ACTIVITÉ PHYSIQUE!

L'adolescence est une période particulière pour le développement de l'image corporelle. Considérant que plusieurs changements physiques et sociaux sont associés à cette période, les pensées négatives liées au corps risquent d'augmenter significativement chez les adolescent-e-s. Or, l'insatisfaction de l'image corporelle représente un risque important d'isolement et de développement de problèmes psychologiques. Question encore peu thématisée, cette matinée y sera consacrée afin d'en aborder les enjeux et les possibilités d'action.

PUBLIC-CIBLE :

Professionnel-le-s de la santé, de la prévention et de la promotion de la santé, enseignant-e-s, travailleuses et travailleurs sociaux, éducatrices et éducateurs, tout autre professionnel-le-s travaillant avec les enfants et les adolescent-e-s.

La manifestation est gratuite, mais l'inscription est obligatoire et se fait par l'intermédiaire du formulaire (bouton accès ci-dessous).

FORMULAIRE D'INSCRIPTION

DÉLAI LE 15 SEPTEMBRE

Programme détaillé de la matinée ci-après

Programme

8h00 – 8h30	ACCUEIL
8h30	Mot de bienvenue et déroulement de la matinée Sabrina Rinaldo Adam, chargée de programme Alimentation et activité physique A&A, service cantonal de la santé publique
8h35 – 9h00	INTRODUCTION CONTEXTE NATIONAL ET CANTONAL : AXES PRIORITAIRES ET OBJECTIFS LYSIANE UMMEL MARIANI Déléguée cantonale à la promotion de la santé Service de la santé publique du canton de Neuchâtel Selon les études récentes, on constate deux tendances chez les jeunes entre 11 et 17 ans en matière d'image corporelle. D'une part, les filles se trouvent trop grosses ou trop maigres ; de l'autre les garçons ne se trouvent pas assez musclés. Dans les deux cas, les jeunes sont insatisfaits de leur corps. Cela les mène potentiellement à porter une attention excessive à leur corps pouvant conduire, parfois, à des comportements dangereux pour leur santé. Dans cette partie introductive il sera question brièvement : - De quelques définitions en lien avec la thématique - De quelques chiffres en lien avec les aspects épidémiologiques - Des priorités et mesures au niveau national et cantonal
9h00 – 9h45	PLÉNIÈRE IMAGE CORPORELLE POSITIVE À L'ADOLESCENCE : QUELS ENJEUX ? ISABELLE CARRARD, Professeure à la Haute École Santé HES-SO de Genève Quelle est la définition d'image corporelle positive? Comment l'image corporelle se construit à l'adolescence et quels liens elle entretient avec la santé en général? C'est en répondant à ces questions que l'intervenante expliquera l'importance d'une image corporelle positive pour la prévention intégrée des problèmes de poids et des troubles des conduites alimentaires. Quelques programmes internationaux actuellement jugés efficaces pour aider les jeunes à surmonter leur insatisfaction corporelle seront finalement évoqués. L'intervenante proposera notamment : - D'analyser la construction de l'image corporelle à l'adolescence et donner des chiffres sur l'insatisfaction corporelle des jeunes en Suisse; - De faire ressortir les conséquences sur la santé de l'insatisfaction corporelle à l'adolescence; - De démontrer pourquoi l'image corporelle positive est un thème important pour la prévention des problèmes de poids et des troubles des conduites alimentaires chez les jeunes.
9h45 - 10h15	Discussion
10h15-10h45	PAUSE

10h45 – 11h30	MESURES D’ACTION #MOICMOI : POUR LA PROMOTION D'UNE IMAGE CORPORELLE POSITIVE CHLOE MEILLARD, Chargée de projet SantéPsy & MoiCMoi CORAASP, coordination romande des associations d’action pour la santé psychique Dans un contexte marqué par des idéaux corporels très homogènes faisant le culte de l’ultra minceur et de la musculature saillante, le programme #MOICMOI s’est développé afin de promouvoir la santé psychique des adolescent-e-s au travers du renforcement de l’image corporelle positive, de l’estime de soi et, plus globalement, des compétences psycho-sociales. L’image corporelle étant affectée par de multiples facteurs, ce projet, porté par les cantons romands, entend agir à différents niveaux et développer des actions sur plusieurs settings. Plusieurs axes d’intervention complémentaires – chacun portés par un duo de cantons – ont ainsi été définis dans le cadre de #MOICMOI : - Axe école (JU-VS) - Axe médias (NE-VD) - Axe extrascolaire (FR-GE) Au travers de cette intervention, l’idée est de présenter le projet #MOICMOI, les objectifs et actions en cours de développement dans chacun de ses axes ainsi que la coordination intercantonale nouvellement mise en place. Discussion
11h30 – 12h15	L’EXPÉRIENCE DU TERRAIN LA PLACE DE L’IMAGE CORPORELLE EN CONSULTATION AVEC LES ENFANTS, LES ADOLESCENT-E-S ET LEURS FAMILLES FLORENCE AUTHIER Diététicienne ASDD BSc HES en nutrition et diététique Espace nutrition, Neuchâtel En pratique y a-t-il des messages dans les recommandations nutritionnelles et dans le comportement alimentaire à valoriser ou, au contraire, à limiter pour ne pas fragiliser l’estime de soi et l’image corporelle ? Quels mots utiliser pour parler du poids et de son évolution ? Comment accompagner les familles, donner des pistes pratiques et ne pas augmenter la stigmatisation des jeunes mal dans leur image ? Quelques exemples pratiques de suivis de jeunes patient-e-s. Discussion
12h15	FIN ET APÉRITIF