



ASSOCIATION D'ÉCOUTE ET D'ENTRAIDE DESTINÉE AUX PERSONNES SOUFFRANT DE TROUBLES DES CONDUITES ALIMENTAIRES ET À DES PARENTS/PROCHES

QUE PROPOSE ENFINE ?

DES GROUPES DE PAROLE

À DESTINATION DES PERSONNES SOUFFRANT DE TCA

Le groupe de parole est un lieu de partage, sûr, à l'abri des jugements et des conseils, pour toute personne souffrant de TCA (anorexie, boulimie, hyperphagie, ...), sans distinction d'âge ni de sexe. Chaque groupe est animé par deux psychologues d'orientation analytique qui invitent les participants à s'exprimer librement, à s'engager dans leur parole et à s'écouter les uns les autres.

Un thème libre est choisi en commun par les participants en début de séance pour ouvrir les échanges. Invités à écouter l'autre, dans le récit de ses vécus, de ses souffrances, de ses pensées ou de ses émotions, les participants s'identifient mais aussi s'opposent et se distinguent peu à peu. Chacun commence à entendre la singularité de sa parole qui émerge au-delà de l'expression des troubles alimentaires.

Ce groupe n'est pas une thérapie mais il soutient un désir de changement, opère une remise en mouvement psychique et a des effets sur les troubles.

Modalités

Fréquence (hors vacances scolaires parisiennes)

- **Hebdomadaire en présentiel** : tous les lundis de 20H00 à 21H30
- **Bi-mensuel en présentiel** : un mardi sur deux de 19H30 à 21H
- **Hebdomadaire à distance (via Zoom)** : tous les lundis de 20H30 à 21H30

Inscription : via le site d'Enfine. Un entretien préalable est nécessaire pour les groupes en présentiel.

Participation : 5€ par séance

Lieu : Les deux groupes en présentiel ont lieu 3 bis passage du Pont aux Biches, 75003, Paris.

Participer au groupe implique un engagement régulier et soutenu sur l'année .

UN GROUPE DE PAROLE

À DESTINATION DES PARENTS & DES PROCHES

Pour tous les parents et/ou proches qui souffrent eux-mêmes face à un enfant ou à un proche souffrant de TCA. Le groupe est animé par une psychologue et une bénévole expérimentée, toutes deux formées aux TCA et au fait des dispositifs de soin classiques.

Le groupe offre un soutien à travers l'élaboration commune de situations, le partage d'expériences. Il permet de se dégager d'un fort sentiment d'impuissance et de culpabilité provoqué par ces situations.

Après discussion autour de questions concrètes (adresse, nourriture...), on y aborde des sujets plus essentiels comme la place de l'adolescent dans la fratrie, la relation au sein du couple, l'amour dans la famille ou au sein du couple... Cela permet aux participants d'élaborer leurs propres questionnements et d'envisager le symptôme de leur enfant ou de leur proche comme ayant un sens, ou un rôle dans une problématique plus large.

Nous gardons à l'esprit dans ce groupe que c'est aussi en soulageant le parent/proche que nous pouvons soulager la personne souffrant de TCA qui lui est fortement liée.

Modalités

Fréquence : bi-mensuel, un jeudi sur deux, de 18H30 à 20H00. Calendrier sur le site d'Enfine.

Inscription : Pas d'inscription préalable.

Participation : 10€ par séance

Lieu : EPE, 11 Cité du couvent, 75011, Paris.

UN ATELIER DE DANSE THERAPIE

Ce groupe thérapeutique de médiation par la danse, animé par deux psychologues, permet à des personnes souffrant de TCA de mettre en jeu leur corps dans une expérience de mouvement, à partir de propositions ludiques, musicales et artistiques.

L'atelier débute par un temps de parole, pour que tous les participants puissent se présenter et s'accueillir mutuellement. Il se clôture également sur un temps d'échange où chacun peut partager ses impressions sur l'Atelier. Le rythme de la séance est centré sur l'alternance entre séquences dansées, expressions corporelles et moments de rencontres et d'improvisations. Chaque membre du groupe est invité à investir son corps, par le biais de la rencontre avec l'espace, le rythme, la musique, l'altérité. L'expressivité du mouvement est privilégiée vis-à-vis de la technique pour inviter à lâcher prise, dans une dynamique joyeuse de troupe. Les encadrantes garantissent une bienveillance dans l'écoute et dans l'accompagnement des mouvements dansés des participants. L'objectif principal est de permettre à chaque participant d'inscrire dans le champ de la parole une expérience singulière du corps, et de la partager avec le groupe.

Ces ateliers sont réservés uniquement aux personnes souffrant de TCA.

Modalités

- **Fréquence :** Le 1er samedi du mois de 10H00 à 12H30.
- **Inscription :** Pas d'inscription préalable.
- **Participation :** 5€ par séance.
- **Lieu :** 3 bis passage du Pont aux Biches, 75003 Paris.



UNE LIGNE D'ECOUTE

La ligne d'écoute est une permanence téléphonique, assurée par des membres bénévoles de notre association. Les écoutants sont formés à l'écoute, aux TCA et connaissent les dispositifs de soin classiques. Toute personne directement touchée par les troubles des conduites alimentaires ou ayant dans son entourage quelqu'un touché par ces troubles peut appeler.

Le dispositif a pour objectif d'accueillir ces personnes en leur permettant de prendre la parole avec leurs questionnements, leurs doutes, leurs angoisses. Il n'a pas pour fonction de donner une solution toute prête (même s'il peut parfois donner des indications) ; il s'agit plutôt d'ouvrir des perspectives envisageables pour la personne qui appelle. Nous accueillons des appels ponctuels, mais aussi des appels réguliers.

Les échanges sont confidentiels et les appels anonymes.

Modalités

Fréquence : Mardis et jeudis de 20H00 à 22h00, de septembre à juin compris.

Coût : La ligne d'écoute est gratuite (prix d'un appel classique, pas de surcoût).

Numéro de la ligne : 01 40 72 64 44

NOUS CONTACTER

✉ enfine@enfine.com

📍 3 rue Léon Jouhaux
75010 Paris

🌐 www.enfine.com

📷 [@association_enfine](https://www.instagram.com/association_enfine)

📺 [@enfine](https://www.facebook.com/enfine)