

Eating Disorder Foundation of  
Newfoundland and Labrador

13-15, pl. Pippy  
St. John's (T.-N.-L.) A1B 3X2

Tél. : 709-722-0500  
Sans frais : 1-855-722-0500

[info@edfnl.ca](mailto:info@edfnl.ca)

[www.edfnl.ca](http://www.edfnl.ca)

---

Une fière présentation de :



Dépliant imprimé fièrement par :



# Séance d'accompagnement par vidéoconférence

Pour les familles et les aidants qui  
appuient un proche ayant un  
trouble de l'alimentation



## **À propos de la séance d'accompagnement émotionnel**

L'organisme Eating Disorder Foundation offre un atelier de quatre séances de thérapie familiale centrée sur les émotions. Ce programme s'est révélé très utile pour les familles et les aidants qui s'occupent d'un proche et qui sont préoccupés par la possibilité ou la certitude que cette personne a un trouble de l'alimentation. L'atelier est également utile dans le cas d'autres problèmes de santé mentale comme l'anxiété ou la dépression.

Pour aider les familles en attendant que l'atelier complet soit prêt, nous avons commencé à proposer une séance de quatre heures qui touche sur l'une des composantes de l'atelier complet, soit l'accompagnement émotionnel. Dans le cadre de cette séance, nous enseignons aux familles et aux aidants comment devenir un accompagnateur émotionnel de leur proche. Cette séance peut être d'une aide immédiate pour les familles qui attendent l'occasion de participer à l'atelier complet.

## **Plan de la séance**

Au cours de la séance d'accompagnement émotionnel, nous aborderons les sujets suivants.

- Les bases de l'émotion
- Les conséquences de l'évitement des émotions
- Les étapes de l'accompagnement émotionnel
  - \*Validation
  - \*Soutien (émotionnel et pratique)
- Des activités pratiques

## **Comment s'inscrire**

Veillez envoyer un courriel à [cathy@edfnl.ca](mailto:cathy@edfnl.ca).

## **Facilitatrices**

Cathy Skinner, gestionnaire de programme d'EDFNL

Patricia Nash, M. Éd. (C.C.C.)

