



FORMATION CONTINUE

## Image corporelle à l'adolescence

**Enjeux du développement psychosocial des adolescent·e·s  
et de l'image de soi positive**

11 mars 2020 - Sion

#MOICMOI



Promotion santé Valais  
Gesundheitsförderung Wallis

# #MOICMOI



A travers divers outils pédagogiques, le programme #MOICMOI vise à promouvoir la santé des adolescent·e·s avec un focus spécifique sur la santé psychique à destination des écoles et des structures extra-scolaires. Ce concept démontre la pertinence de développer les compétences psycho-sociales et le renforcement des ressources des adolescent·e·s dans le milieu scolaire du secondaire I.

Les contextes dans lesquels évoluent les adolescent·e·s jouent un rôle essentiel dans le soutien à leur développement. Les adultes en contact avec eux, que ce soit dans la famille, à l'école ou dans l'espace social, font partie intégrante de ce contexte.

C'est pourquoi #MOICMOI propose une journée de formation afin de :

- Définir le concept d'image corporelle positive et comprendre son lien avec les différents aspects du développement et de la promotion de la santé chez les jeunes ;
- Sensibiliser à l'importance du rôle et de la posture dans l'accompagnement des transformations intenses que vivent les adolescent·e·s.

Vous avez la possibilité de participer aux 2 modules ou à 1 seul en fonction de votre intérêt.

MODULE 1 :  
IMAGE CORPORELLE À L'ADOLESCENCE



9.15 – 12.15

## Intervenantes

- Isabelle Carrard, Professeure HES associée, psychologue, Filière Nutrition et diététique, Haute école de santé Genève.
- Sophie Bucher Della Torre, Professeure HES assistante, diététicienne ASDD, Filière Nutrition et diététique, Haute école de santé Genève.

## Objectifs

- Définir le concept d'image corporelle positive et analyser les facteurs influençant son développement ;
- Distinguer l'image corporelle positive de l'estime de soi ;
- Pouvoir argumenter sur l'importance d'une image corporelle positive pour favoriser la mise en place d'habitudes de vie saines ;
- Prendre conscience de l'impact de ses propres attitudes et comportements sur le développement de l'image corporelle des jeunes avec qui nous sommes en contact ;
- Identifier les situations problématiques / préoccupantes en lien avec la satisfaction corporelle dans leurs contextes et savoir y répondre avec des solutions favorisant la promotion d'une image corporelle positive ;
- Etre les promoteurs d'un environnement basé sur le respect de la diversité corporelle et de la protection de l'image et de l'estime de soi.

MODULE 2 :  
ENJEUX DU DÉVELOPPEMENT PSYCHOSOCIAL DES ADOLESCENT·E·S ET  
DE L'IMAGE DE SOI POSITIVE



14.00 – 17.00

### Intervenante

- Gilberte Voide Crettenand, Responsable du secteur promotion et qualité, licenciée en sciences sociales et pédagogiques mandatée par le programme #MOICMOI

### Objectifs

- Comprendre les enjeux du développement identitaire et social de l'adolescent·e notamment en lien avec l'approche des neurosciences ;
- Comprendre l'importance de l'image de soi et de l'image corporelle positive pour la santé psychique de l'adolescent·e ;
- Faire le lien entre la santé psychique et l'image de soi ;
- Identifier des pistes pour comprendre l'importance des compétences psychosociales pour les pratiques ;
- Prendre conscience de l'impact de ses propres attitudes, de manière générale face à l'adolescent·e ;
- Etre familiarisé·e avec l'approche du programme #MOICMO.

### INFORMATIONS PRATIQUES



Fondation Cité Printemps  
Rue de Gravelone 3  
1950 Sion

Les places de parc étant limitées dans les alentours, privilégiez les transports publics. Les parkings publics à proximité sont les parkings payants de la Planta et de la Cible.



Participation limitée à 20 personnes

#MOICMOI



## INSCRIPTION



Inscription en remplissant le formulaire en ligne :

[www.promotionsantevalais.ch/inscription\\_moicmoi](http://www.promotionsantevalais.ch/inscription_moicmoi)

Le nombre de places étant limité, les inscriptions seront traitées dans l'ordre d'arrivée.



- Journée complète avec repas CHF 120.-
- Journée complète sans repas CHF 100.-
- ½ jour CHF 50.-
- Repas CHF 20.-

## CONTACT

Promotion santé Valais  
#MOICMOI  
Rue de Condémines 14  
CP, 1951 Sion  
027 566 52 11  
valais@moicmoi.ch  
moicmoi.ch

#MOICMOI

## AVEC LE SOUTIEN DE



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



Pour la promotion de la santé mentale dans les cantons latins