

À qui s'adresse Bien dans TA peau?

Bien dans TA peau a été conçu pour aider le personnel enseignant, les infirmières, le personnel d'orientation, les éducateurs et le personnel de soutien à amorcer une réflexion et un échange parmi les adolescentes sur les facteurs qui ont une influence sur l'image qu'elles se font de leur corps. L'objet premier du manuel est de compléter le programme scolaire, mais il pourra aussi être utilisé par les groupes de soutien des adolescentes sur l'image corporelle et dans le cadre de séances de counseling individuel.

Avant d'utiliser le manuel, les éducateurs devraient se renseigner sur la méthode utilisée par l'école pour prévenir les parents en cas d'indication de troubles de l'alimentation ainsi que sur les ressources disponibles dans la collectivité pour y répondre.

Les éducateurs peuvent consulter en ligne l'annuaire des ressources et des services pour la prévention et le traitement des troubles de l'alimentation (*Directory of Resources and Services for the Prevention and Treatment of Eating Disorders*) de la **Body Image Coalition of Peel** à l'adresse suivante : www.bodyimagecoalition.org. On peut aussi se renseigner en appelant la **ligne santé du comté de Peel** au (905) 799-7700.

Les éducateurs de l'extérieur de la région de Peel peuvent s'adresser à leur bureau de santé local ou au **National Eating Disorder Information Centre** au (416) 340-4156 pour demander une liste des ressources existantes dans leur région.

Structure du document

Chaque chapitre est divisé de la façon suivante :

- Sujet général** Brève présentation du cours.
- Raison d'être** Pourquoi le sujet est étudié.
- Objectifs** Résume ce que l'élève apprendra en participant aux activités ou en étudiant l'information présentée dans le dossier.
- Dossier** Donne à la personne en charge du cours des renseignements de base sur le sujet traité. Les éducateurs sont vivement encouragés à chercher des ressources supplémentaires et à choisir les informations qui sont appropriées à l'âge de leur auditoire.
- Bibliographie** Donne une liste d'ouvrages et d'articles de référence.
- Activités** Exercices qui renforcent l'apprentissage des renseignements présentés dans le dossier. On recommande d'effectuer trois activités au minimum. Les feuilles d'exercices contenues dans le manuel peuvent être photocopiées et distribuées aux élèves.

