



POLITIQUE D'UTILISATION

GROUPES DE SOUTIEN OUVERTS – EN LIGNE (ZOOM)



LES GROUPES OUVERTS

Les groupes de soutien ouverts consistent en un service d'aide ponctuelle qui est offert tout au long de l'année. Plusieurs groupes sont offerts aux personnes souffrant d'un trouble alimentaire ou vivant une obsession de l'image corporelle et d'autres s'adressent aux proches. Les groupes de soutien ouverts demeurent un service gratuit qui ne nécessite aucun engagement à long terme de la part des participant.e.s.

Nous vous rappelons qu'ANEB offre deux types de groupes ouverts différents : pour les personnes souffrant d'un trouble alimentaire (**GOTA**) ET pour les proches (**GOP**). Afin de favoriser le partage et la cohésion du groupe, nous vous demandons de respecter et de comprendre que nous ne pourrions pas admettre de proches lors des rencontres de GOTA ni de personnes souffrant d'un trouble alimentaire lors des GOP.

CONTEXTE D'UTILISATION DU GROUPE DE SOUTIEN OUVERT EN LIGNE (ZOOM)

- Avoir plus de 17 ans.
- Accessible et gratuit par internet.
- Offrir un consentement verbal aux règles de conduite (voir ANNEXE 1).
- Être en mesure de communiquer verbalement en français (lors des groupes français) ou en anglais (lors des groupes anglais) avec les autres participant.e.s et intervenant.e.s.
- Nous exigeons à ce qu'il y ait une seule personne par caméra.
- Avoir un ordinateur, une caméra, des écouteurs avec un micro et être dans un milieu propice à la confidentialité, c.-à-d. être seul.e dans la pièce.
- Avoir des préoccupations par rapport à l'alimentation, souffrir de trouble alimentaire* ou de l'image corporelle** (GOTA) ou bien être un.e proche d'une personne souffrant, dans les groupes indiqués à cet effet (GOP).



Anorexie et boulimie Québec

5500, route Transcanadienne
Pointe-Claire (Québec)
H9R 1B6

T 1 899 630-0907
T 514 630-0907
F 514 630-0599

info@anebquebec.com
anebquebec.com
anebados.com



- Lors de séances prévues à cet effet, être un proche d'une personne souffrant d'un trouble alimentaire

*Les troubles alimentaires sont des troubles de santé mentale caractérisés par des comportements alimentaires problématiques et des préoccupations importantes entourant le poids et l'image corporelle.

Plus d'infos ici : <https://anebquebec.com/troubles-alimentaires>

**L'image corporelle est la perception qu'une personne a de son corps. Il s'agit plus précisément de :

- La perception de soi, les sentiments face à son corps et son apparence ;
- Les comportements associés à son corps ;
- Ses impressions personnelles face à la perception des autres.

HEURES DU SERVICE

- Les rencontres de groupes ouverts zoom sont les mardis et les mercredis entre 19 h et 21 h (voir horaire complet : <https://anebquebec.com/services/groupe-de-soutien-ouverts>).

MÉTHODE D'UTILISATION DU SERVICE

- Il est possible de s'inscrire via le courriel suivant : groupe.ouvert.aneb@gmail.com en spécifiant à quel groupe ouvert vous souhaitez participer (date, heure et type : GOTA ou GOP)
- Un lien pour le service de connexion zoom ainsi qu'un mot de passe sera envoyé entre 1 heure et 30 minutes avant le début de la rencontre.
- Afin de préserver la cohésion de groupe, l'équipe d'ANEB se réserve le droit de refuser l'accès au groupe advenant le cas où la personne se connecterai passé 19 h 10.
- Un maximum de participant.e.s peuvent s'inscrire au groupe, il est donc possible qu'un courriel affiché « COMPLET » soit envoyé avant le jour du groupe.



Anorexie et boulimie Québec

5500, route Transcanadienne
Pointe-Claire (Québec)
H9R 1B6

T 1 899 630-0907
T 514 630-0907
F 514 630-0599

info@anebquebec.com
anebquebec.com
anebados.com



CONFIDENTIALITÉ

- Les intervenant.e.s feront tout en leur pouvoir afin de garantir la confidentialité de la téléconsultation (ex. : effacer l'historique du navigateur).
- Il est fortement recommandé aux participant.e.s de prendre les mesures nécessaires afin d'assurer votre confidentialité, en regard des logiciels utilisés et de votre gestion des données informatiques (ex. : effacer vos données de l'historique de votre navigateur ainsi que courriel relié aux groupes par téléconsultation).
- En participant au groupe ouvert par téléconsultation, vous consentez au fait que le type de logiciel ne peut garantir la confidentialité absolue et les bris de confidentialité peuvent être hors de contrôle des intervenant.e.s.
- Il est important de choisir un endroit où vous ne serez pas dérangé par d'autres personnes, du bruit ou tout autre élément distrayant pour la durée de la rencontre. Il est important d'utiliser un ordinateur ou un dispositif électronique assurant le plus possible votre confidentialité (appareil personnel et non public).

POLITIQUES AU NIVEAU DES SERVICES D'URGENCE

- En acceptant de participer au groupe de soutien, vous comprenez que l'utilisation de ce service ne peut pas remplacer une aide professionnelle en cas de détresse importante ou suicidaire.
- Veuillez prendre note qu'en cas de propos suicidaires répétitifs et dont l'urgence semble importante, l'équipe d'ANEB prendra toutes les mesures nécessaires afin de contacter les services d'urgence. Ceci pouvant inclure de retracer les adresses IP. En cas de détresse, il vous sera fortement recommandé de contacter Suicide-Action Montréal au 514-723-4000/1-866-277-3553 ou Tel-Aide au 514-935-4555.
- Les groupes sont un lieu de soutien et de partage et nous vous invitons à exprimer ce que vous vivez, mais nous croyons qu'émettre une note de suicide pourrait générer de l'inquiétude chez certain.e.s utilisateurs (utilisatrices) et ces personnes pourraient ressentir une responsabilité à venir en aide à la personne suicidaire.



Anorexie et boulimie Québec

5500, route Transcanadienne
Pointe-Claire (Québec)
H9R 1B6

T 1 899 630-0907
T 514 630-0907
F 514 630-0599

info@anebquebec.com
anebquebec.com
anebados.com



INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES SUR LE SERVICE

- Les groupes de soutien ouvert de la plateforme zoom offrent un service d'aide psychologique. Ils ne sont toutefois pas des services de psychothérapie, ne remplacent pas les suivis psychologique, nutritionnel ou un traitement médical et ne sont pas des services d'évaluation afin d'émettre un diagnostic au niveau de la santé mentale des participant.e.s.
- Dans un cas de danger pour la santé physique, les intervenant.e.s peuvent recommandé.e.s fortement une évaluation pour la santé physique.





ANNEXE 1

RÈGLES DE CONDUITE GROUPES DE SOUTIEN OUVERTS

Les règles sont nécessaires au bon fonctionnement et à la cohésion du groupe. Nous vous demandons donc de prendre le temps de les lire et de ne pas hésiter à poser vos questions si certaines d'entre elles sont moins claires pour vous.

N.B. Nous vous rappelons aussi qu'ANEB offre deux types de groupes ouverts différents : pour les personnes souffrant d'un trouble alimentaire (GOTA) ET pour les proches (GOP). Afin de favoriser le partage et la cohésion du groupe, *nous vous demandons de respecter et de comprendre que nous ne pourrions pas admettre de proches lors des rencontres de GOTA ni de personnes souffrant d'un trouble alimentaire lors des GOP.*

- Avoir de l'écoute
- Respecter les autres
- Ne pas se moquer ou insulter les autres
- Avoir une attitude de non-jugement
- Parler pour vous, utiliser le « je »
- Respecter la confidentialité
- Ne pas couper la parole lorsqu'une personne parle
- Avoir le droit de ne pas parler, de passer son tour
- Être honnête envers soi et les autres
- Ne pas consommer de nourriture ou boissons autres que l'eau
- Ne pas nommer de trucs, ni de chiffres, ni d'aliments
- Ne pas venir au groupe sous l'influence d'une substance (alcool ou drogue)
- Rester jusqu'à la fin de la rencontre
- Remplir l'évaluation de la soirée