



SERVICES

Anorexie et boulimie Québec (ANEB) est un organisme communautaire sans but lucratif dont la mission est de garantir une aide immédiate, spécialisée et gratuite aux personnes souffrant d'un trouble alimentaire et à leurs proches. Afin de remplir cette mission, différents services sont offerts :

- **Site Internet**

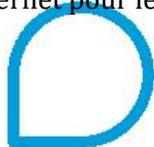
Le site Internet d'ANEB (www.anebquebec.com) est un outil précieux où l'on retrouve diverses informations utiles. Il renferme différentes sections (*Troubles alimentaires, Services offerts, Ressources, Coin lecture, Venir en aide*, etc.) dont un forum pour les personnes touchées de près ou de loin par un trouble alimentaire. On peut y lire et y rédiger des messages concernant ce qui est vécu, dans un environnement anonyme, respectueux et libre de jugement. ANEB offre également le site *ANEB-ADOS*; on peut y accéder via le site Internet principal.

- **Ligne d'écoute et de références**

La ligne d'écoute et de références permet d'offrir information et soutien aux personnes directement touchées par les troubles de l'alimentation, à leurs proches, aux intervenants, aux professionnels de la santé, aux étudiants, etc. Elle donne accès à des informations et des références, elle permet de briser l'isolement, d'exprimer sa souffrance et ses émotions, et d'être écouté par rapport à ce qui est vécu. Les intervenants sont formés afin de répondre aux appels de façon professionnelle, respectueuse et empathique. La ligne d'écoute et de références est disponible tous les jours, de 8 h à 3 h am au (514) 630-0907 (Montréal) ou au : 1-800-630-0907 (ligne sans frais, ailleurs au Québec).

- **Groupes de soutien ouverts (GO)**

ANEB offre des rencontres de groupes de soutien ouverts qui sont gratuites, sans liste d'attente et sans inscription. Nous avons des groupes pour les personnes de 17 ans et plus qui souffrent d'un trouble alimentaire, de même que des groupes pour leurs proches. Les gens peuvent participer aux rencontres selon leurs besoins et leurs disponibilités, et il n'est pas nécessaire d'aviser ANEB de sa présence à une rencontre. Nous offrons des rencontres en français à Montréal, sur la Rive-Nord, sur la Rive-Sud, à Trois-Rivières, à Sherbrooke (en partenariat avec Arrimage Estrie), à Gatineau; nous offrons aussi des rencontres en anglais dans l'ouest de l'île de Montréal. Veuillez consulter la section *Nos services* de notre site Internet pour les adresses et les horaires des rencontres des groupes ouverts.





▪ Groupes de soutien fermés (GF)

Les rencontres des groupes de soutien fermés, tenues en français et en anglais, s'adressent aux personnes âgées de 17 ans et plus qui vivent un trouble alimentaire ou une obsession de la minceur. Nous offrons divers types de groupes fermés *d'une durée prédéterminée* : Niveau 1, Niveau 2, Sexualité et Nutrition, Hyperphagie et Art. Les rencontres des groupes de soutien fermés ont lieu une fois par semaine (en soirée durant la semaine) et regroupent en général dix personnes. Les frais de participation pour les groupes fermés varient selon le type de groupe. Pour participer à une rencontre de groupe de soutien fermé, vous devez vous inscrire sur une liste d'attente en appelant à ANEB. Veuillez noter que pour participer aux groupes : Niveau 2, Sexualité et Nutrition, vous devez avoir préalablement complété le Niveau 1.

▪ Activités de prévention et de sensibilisation: kiosques et conférences

ANEB offre des activités axées sur la prévention et la sensibilisation sous la forme de kiosques d'information et de conférences (*Obsession du corps* et *Estime de soi et image corporelle*) dans les écoles secondaires, les maisons des jeunes, les cégeps, les organismes communautaires et tout autre milieu. Veuillez noter que des frais sont rattachés à ces services.

▪ Formations pour les professionnels

La formation offerte par ANEB a été élaborée dans le but de sensibiliser les professionnels aux troubles alimentaires et à la souffrance que vivent les personnes atteintes. Elle fournit des connaissances sur ce que sont les troubles alimentaires (facteurs prédisposants, facteurs précipitants, conséquences, comment les reconnaître). Elle présente des pistes d'intervention sur la façon de communiquer et d'agir avec les personnes atteintes d'un trouble alimentaire. La formation peut être adaptée afin de répondre aux besoins spécifiques du milieu. La formation est agréée par *Emploi-Québec*.

▪ Bulletin d'information Images et Infolettre

Le bulletin *Images* est publié quatre fois par année et distribué à plus de 300 membres d'ANEB. Chaque parution contient des renseignements sur les activités organisées par l'organisme, de l'information pertinente concernant les troubles de l'alimentation et d'autres textes (tels des témoignages). Afin de recevoir le bulletin *Images* par la poste, vous devez être membre d'ANEB. Vous pouvez obtenir de l'information sur l'adhésion à ANEB, dans la section ANEB/Membres du site Internet.

