

- ATELIERS
- CONFÉRENCES
- PLATEFORME
DE SOUTIEN



Headsy

Une réponse préventive aux enjeux de la santé mentale

À propos



NOS VALEURS

Fondée en 2025 par Céline Casse, experte des troubles du comportement alimentaire (TCA), Headsy est une structure spécialisée dans la santé mentale préventive.

Face à la montée de la détresse psychologique chez les jeunes, nous avons fait un choix : agir avant l'urgence. Nous intervenons dans les établissements universitaires pour proposer des ateliers de sensibilisation, des formations ciblées et des outils de repérage, animés par une équipe pluridisciplinaire. Notre méthode repose sur une conviction forte : la prévention est une action de terrain. Notre différence : une expertise unique sur les troubles du comportement alimentaire, un sujet encore largement tabou et sous-traité dans les structures classiques. Nous croyons qu'agir en amont est la clé pour protéger l'équilibre mental des individus comme des collectifs. Notre approche repose sur la proximité, la pédagogie et l'action : sans pathologiser, sans stigmatiser, mais toujours avec professionnalisme et engagement.

- **ANTICIPATION**

Parce que agir aujourd'hui c'est prévenir les risques de demain.

- **PRAGMATISME**

Des formats concrets, dynamiques, pensés pour s'intégrer dans le réel, pas dans la théorie.

- **ACTION**

Nous ne voulons pas simplement en parler; nous voulons agir, transformer les regards et prévenir les crises.

- **ÉCOUTE**

Écouter sans juger.

- **BIENVEILLANCE**

Intervenir avec respect, adapter sans imposer.

Notre mission

Prévenir, sensibiliser, accompagner

Chez Headsy nous croyons que chaque lieu de vie peut devenir un espace de prévention, de dialogue et de protection. Notre mission est d'agir en amont pour que la santé mentale et les TCA soient compris, visibles et pris au sérieux.

- Informer pour mieux comprendre la santé mentale et les troubles du comportement alimentaire.
- Outiller pour agir, individuellement et collectivement.

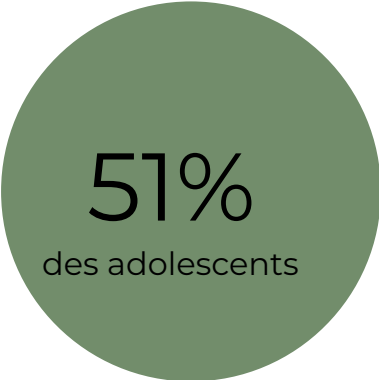
Notre vision

Nous croyons que la parole a un pouvoir libérateur. Qu'elle peut réparer, rapprocher et transformer. C'est pourquoi nous créons des rencontres où les échanges sont authentiques, les émotions accueillies sans jugement, et où chacun peut se sentir légitime dans son vécu.

Nous aspirons à un monde où parler de santé mentale ou de trouble du comportement alimentaire ne relève plus du tabou, mais du réflexe.

Un monde où chacun, à son niveau, peut faire partie de la solution. Et surtout, un monde où l'on agit avant que ça n'aille trop loin.

La charge mentale chez les adolescents



Rapportent des plaintes somatiques et/ou psychologiques récurrentes.



Présentent des formes de TCA telles que les préoccupations excessives liées au poids ou à l'alimentation.



Pourquoi intervenir au lycée?

- **UN MOMENT CLÉ POUR LA PRÉVENTION**

1

À l'adolescence, les enjeux liés à la santé mentale, à l'alimentation, au stress ou à l'image de soi prennent une place centrale dans la construction personnelle. Le lycée représente une période de transition intense : pression des examens, choix d'orientation, affirmation de soi... Intervenir à ce moment stratégique, c'est prévenir en amont les décrochages, les troubles anxieux ou les conduites à risque qui peuvent s'installer durablement.

- **UN MILIEU PROPICE AUX VULNÉRABILITÉS**

2

Stress chronique, fatigue mentale, isolement social, troubles du comportement alimentaire ou anxiété de performance : ces vulnérabilités émergent souvent dans le cadre scolaire, parfois de manière silencieuse ou dissimulée. Former les équipes éducatives à repérer les signaux faibles, et proposer aux élèves des espaces pour mieux comprendre ce qu'ils ressentent, c'est agir tôt, avec justesse, avant que les situations ne s'aggravent.

- **UNE DYNAMIQUE COLLECTIVE QUI RENFORCE L'IMPACT**

3

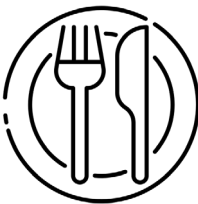
En agissant au sein d'un groupe, nos interventions favorisent la mise en place d'une culture commune du bien-être. Les élèves bénéficient d'un espace d'échange sécurisé, les équipes pédagogiques renforcent leurs compétences et une dynamique de soutien mutuel s'installe.

Nos ateliers

Thématiques abordées :



• **SANTÉ MENTALE**



• **CONSEILS ALIMENTATION**



• **ÉPANOUISSEMENT**

Pourquoi ces thèmes essentiels?

Prévenir l'isolement, le décrochage scolaire et limiter l'installation d'un mal-être

La santé mentale, l'alimentation, l'image de soi, le stress ou encore l'usage des réseaux sociaux font partie intégrante du quotidien. Ces thématiques ont un impact direct sur l'apprentissage, la concentration, la motivation, les relations sociales et, plus largement, sur le bien-être général.

Ouvrir le dialogue autour de ces sujets, c'est contribuer à lever les tabous, à normaliser les difficultés rencontrées, à transmettre des repères et des outils concrets. C'est permettre à l'enfant de mieux comprendre ce qu'il vit et développe son empathie.



Quels changements pour les adolescents?

• **La vision de soi et des autres**

Nos ateliers permettent aux adolescents de mettre des mots sur ce qu'ils vivent et observent autour d'eux.

• **Distinction des signaux de mal-être**

Nos ateliers permettent aux encadrants de déterminer si les adolescents verbalisent et sont conscients de leur mal-être.

• **Développement d'outils simples et durables**

Nos ateliers permettent aux adolescents de prendre soin d'eux et d'accompagner les autres.

Nos offres et formules

• PACK CONFÉRENCES

- 1 CONFÉRENCE AU CHOIX DE 2H

Pour maximum 45 personnes

Format présentiel

1 intervenant

280€

Paris-IDF

• DEMI-JOURNÉE

- 2 ATELIERS AU CHOIX DE 1H30

Pour 30 élèves

Format présentiel

1 intervenant

400€

Paris-IDF

• JOURNÉE

- 3 ATELIERS DE 1H30
+ option kit

Pour 30 élèves

Format présentiel

1 intervenant

600€

Paris-IDF

*PRIX AFFICHÉS HORS TAXES.

Nos offres et formules

Pour les encadrants

- **PACK FORMATION PÉDAGOGIQUE DISTANCIEL**

- 2 CONFÉRENCES DE 1H15
+ option de kit pédagogique
Groupe de 20 personnes max
Format distanciel

1 intervenant

300€
FRANCE

- **PACK FORMATION PÉDAGOGIQUE PRÉSENTIEL**

- 1 CONFÉRENCES DE 1h
• 1 ATELIER DE 1h
+ option de kit pédagogique
Groupe de 20 personnes max
Format présentiel

1 intervenant

400€
Paris-IDF

- **PLATEFORME DE SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE**

- Accès à une plateforme où les élèves peuvent contacter des professionnels, avoir des rendez-vous et un suivi personnalisé

3000€
Pack 50h

6000€
Pack 100h

9000€
Pack 150h

12000€
Pack 200h

*PRIX AFFICHÉS HORS TAXES.

Un mot de la fondatrice



Forte d'une expérience significative en tant que fondatrice de StopTCA j'ai constaté que le mal-être grandit souvent dans le silence. J'ai voulu créer un **espace d'action, de dialogue et de prévention**, pour que la santé mentale et le bien-être ne soient plus relégués au second plan.

À travers chaque atelier, chaque intervention, c'est une main tendue, **une écoute, une prise de conscience** que nous offrons. Mon souhait est que chacun, quel que soit son âge ou son environnement, puisse se sentir outillé, soutenu et légitime dans son parcours de mieux-être.

Pourquoi Headsy?



Chez Headsy, nous créons des espaces d'échange où chacun peut s'exprimer comme il le souhaite sans crainte d'être jugé.



Nos ateliers participatifs se concrétisent par des cas réels, des situations vécues, des outils visuels et des dynamiques qui parlent aux adolescents.



Nos intervenants sont formés à la gestion et au traitement des TCA chez les adolescents, ils sont formés à en parler avec pédagogie, précision et bienveillance.



Nous accompagnons le personnel éducatif à repérer les signaux faibles, à adopter la bonne posture et à orienter sans s'épuiser.

Headsy



contact@Headsy.fr



06 77 63 25 27



headsy.fr