

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.

- Nous informons pour mieux comprendre la santé mentale et les troubles du comportement alimentaire.
- Nous outillons pour mieux agir.
- Nous intervenons pour mieux protéger.

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 enfants

8,3%
des enfants

Souffrent de troubles mentaux probables

12%
des enfants

Souffrent de problèmes de surpoids ou d'obésité



Pourquoi intervenir en primaire ?

1

• UN LIEU STRATÉGIQUE DE PRÉVENTION

Les problématiques liées à la santé mentale, à l'alimentation ou à la confiance en soi apparaissent souvent dès le plus jeune âge. Intervenir au plus tôt permet de prévenir durablement des troubles plus profonds. L'école offre un cadre structuré, récurrent et universel, idéal pour mettre en place des actions de sensibilisation efficaces et adapté.

2

• UN MILIEU PROPICE AUX VULNÉRABILITÉS

Stress scolaire, isolement, troubles du comportement alimentaire, harcèlement, anxiété de performance, surcharge émotionnelle... Ces difficultés s'expriment souvent dans le cadre scolaire, parfois de manière silencieuse. Former les équipes éducatives à détecter les signaux faibles et outiller les élèves à mieux comprendre ce qu'ils vivent est essentiel.

3

• UNE DYNAMIQUE COLLECTIVE QUI RENFORCE L'IMPACT

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 enfants?

• **Mieux comprendre les émotions**

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

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

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

• **Adopter des outils simples et durables**

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

Nos offres et formules

• PACK DÉCOUVERTE

- 1 ATELIER AU CHOIX DE 1H pour une classe de 30 élèves

Format présentiel

1 intervenant

136€

Paris-IDF

• PACK STANDARD

- 2 ATELIERS DE 1H pour une classe de 30 élèves sur une demi-journée

Format présentiel

1 intervenant

272€

Paris-IDF

• PACK COMPLET

- 3 ATELIERS DE 1H pour une classe de 30 élèves sur une journée

Format présentiel

1 intervenant

1 Kit pédagogique

408€

Paris-IDF

*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?

- ✓ Nous abordons les sujets sensibles avec des mots simples, des supports adaptés à l'âge des enfants, et des formats pédagogiques qui respectent leur rythme de compréhension et leur maturité émotionnelle
- ✓ Nous créons des espaces d'expression collective, encadrés par des professionnels de la santé formés à la médiation en milieu scolaire
- ✓ Nous intervenons précocement pour prévenir plutôt que de réparer, nous aidons les enfants à mettre des mots sur leurs émotions et à développer une forme d'hygiène mentale de base
- ✓ Tous nos intervenants sont choisis pour leur expérience avec les enfants, leur capacité à interagir avec des groupes de jeunes et à adapter leur posture pédagogique

Headsy



contact@Headsy.fr



06 77 63 25 27



headsy.fr