

- 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.

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

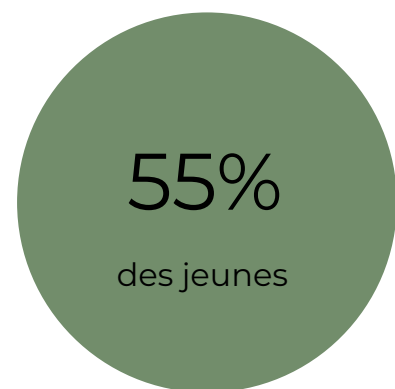
Notre vision

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.

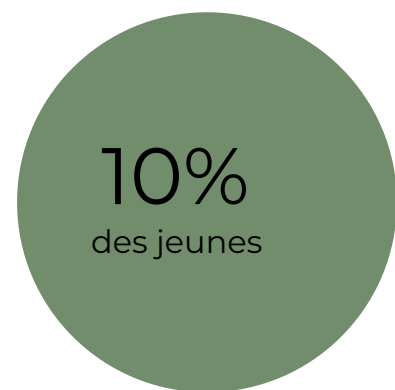
Nous aspirons à un monde où parler de santé mentale ou de trouble du comportement alimentaire ne relève plus du tabou, mais du réflexe.

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 jeunes-adultes



Ont déjà été affectés par un problème de santé mentale.



Présentent des troubles du comportements alimentaires.



Pourquoi intervenir dans l'enseignement supérieur?

1

• UN LIEU STRATÉGIQUE DE PRÉVENTION

Les étudiants font face à une forte pression académique, à l'isolement social et à une précarité grandissante. HEADSY leur offre des espaces de prévention et d'expression adaptés à leurs réalités (stress, surcharge mentale, troubles alimentaires, anxiété...).

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

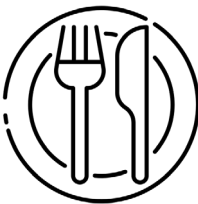
En agissant au sein d'un groupe, nos interventions favorisent la mise en place d'une culture commune du bien-être. Les élèves bénéficient d'un espace d'échange sécurisé, les équipes pédagogiques renforcent leurs compétences et une dynamique de soutien mutuel s'installe.

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, et à transmettre des repères ainsi que des outils concrets. C'est permettre aux étudiants de mieux comprendre ce qu'ils vivent, de prendre du recul sur leurs expériences et de renforcer leur empathie envers eux-mêmes et les autres.



Quels bénéfices pour les jeunes adultes?

- **Mieux se comprendre et comprendre les autres**
Nos ateliers permettent aux jeunes adultes de mettre des mots sur ce qu'ils vivent et observent autour d'eux.
- **Reconnaissance des signaux de mal-être**
Nous aidons les participants (et les encadrants) à identifier les signaux de mal-être, à mieux comprendre et à y répondre de manière appropriée.
- **Adopter des outils simples et durables**
Nos ateliers transmettent des méthodes concrètes pour prendre soin de soi au quotidien et développer sa capacité à soutenir autrui.

Nos offres et formules

• PACK CONFÉRENCES

- 1 CONFÉRENCE AUX 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 CONFÉRENCES DE 1H
+ option kit

Pour 30 élèves

Format présentiel

1 intervenant

840€

Paris-IDF

*PRIX AFFICHÉS HORS TAXES.

Nos offres et formules

Pour les encadrants

• **PACK FORMATION PÉDAGOGIQUE DISTANCIEL**

- 2 CONFÉRENCES DE 2H
+ option de kit pédagogique
- Groupe de 30 personnes max
Format distanciel
Partout en France
1 intervenant

300€
FRANCE

• **PACK FORMATION PÉDAGOGIQUE PRÉSENTIEL**

- 2 ATELIERS DE 2H
+ option de kit pédagogique
- Groupe de 30 personnes max
Format présentiel
1 intervenant

400€
Paris-IDF

PACK PLATEFORME DE SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

- Accès à une plateforme où les étudiants 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?



Une équipe pluridisciplinaire (psychologues, diététiciens, coachs)



Des formats adaptés aux rythmes et contraintes scolaires



Une démarche de co-construction avec les équipes pour un impact durable



Une attention particulière à la confidentialité , au respect du cadre éducatif et à la création d'un climat de confiance.

Headsy



contact@Headsy.fr



06 77 63 25 27



headsy.fr