

LECTURES

« Manuel d'information destiné aux patients : troubles alimentaires » sur notre site internet : (www.tccmontreal.com/section-grand-public). Vous y trouverez aussi les fiches que vous pourrez utiliser pour noter les exercices proposés dans ce guide.

Il existe plusieurs autres lectures qui pourraient être utiles selon le type de difficultés dont souffrez. Voici quelques bonnes références écrites pour le grand public :

- Boulimie ou trouble hyperphagique boulimique
 - Fairburn, C. G. (2013). *Overcoming Binge Eating*. New-York: Guilford Press.
 - Apple, R. F., & Agras, W. S. (2007). *Overcoming Your Eating Disorders: A Cognitive-Behavioral Therapy Approach for Bulimia Nervosa and Binge-Eating Disorder Workbook*: Oxford University Press.
 - Cooper, P. (2013). *Surmonter la boulimie, la suralimentation et le binge eating*. Paris: Dunod.
 - Schmidt, U., & Treasure, J. (1999). *La boulimie s'en sortir repas après repas*: Éditions Estem.
- Anorexie
 - Simon, Y., & Nef, F. (2002). *Comment sortir de l'anorexie?* : Éditions Odile Jacob.

GROUPES D'ENTRAIDE

Fondation Anorexie et Boulimie du Québec (ANEB)

<http://www.anebquebec.com>

Tél. : 514-630-0907, 1-800-630-0907

Outre-mangeurs Anonymes

<http://www.outremangeurs.org>

Tél. : 514-490-1939, 1-877-509-1939

Groupe d'entraide a Québec:

L'éclaircie www.maisoneclaircie.qc.ca

RESSOURCES HOSPITALIÈRES

Si âgés de 12 à 18 ans :

Montréal : Hôpital Ste-Justine, médecine adolescence Tél. : 514-345-4721

Québec : Hotel-Dieu du Sacré-Coeur de Québec, 418-525-4444

Cliniques pour adultes :

Montréal : Hôpital Douglas. <http://www.douglas.qc.ca/info/troubles-alimentation> Tél. : 514-761-6131

Québec: CHU, Programme d'intervention des troubles des conduites alimentaires (PITCA), www.chuq.qc.ca/fr/les_soins/psychiatrie/psychiatrie_pitca.htm, Tél. : 418-525-4444