



DES COMPLIMENTS QUI PEUVENT FAIRE MAL

La Semaine « Le poids? Sans commentaire! » du 10 au 14 novembre 2014

Saskia Thuot vous invite à ne pas parler de poids pendant une semaine!

Montréal, le 3 novembre 2014 – « *Wow tu es belle! As-tu maigri?* » N'avez-vous pas déjà entendu ou prononcé un tel commentaire? En apparence flatteur, ce genre de propos sur le poids peut faire naître ou amplifier une insatisfaction à l'égard du corps. L'animatrice Saskia Thuot est porte-parole de la troisième édition de la Semaine « Le poids? Sans commentaire! », une initiative de l'organisme ÉquiLibre. Cette campagne, qui aura lieu du 10 au 14 novembre, vise à sensibiliser la population à l'omniprésence et aux impacts négatifs des commentaires sur le poids.

« C'est impressionnant de voir à quel point il est question de poids dans nos conversations, lance Saskia Thuot. Pourtant, c'est loin d'être banal! Personne ne songerait à choisir ses amis en fonction de leur poids ou leur apparence physique, alors pourquoi toujours revenir à ça? Il y a tellement d'autres belles choses dont on pourrait parler. » Rappelons que l'animatrice a reçu, au printemps dernier, un commentaire sur son poids de la part d'un fan, ce qui a suscité un grand débat sur les conséquences négatives que peuvent générer ce genre de propos, aussi anodin soit-il.

Dans une étude menée en 2012, 38 % des jeunes filles affirmaient avoir reçu de leur entourage des commentaires négatifs sur leur poids. Fannie Dagenais, directrice de l'organisme ÉquiLibre, s'inquiète des effets de ces commentaires : « On sait qu'au Québec, 73 % des femmes souhaitent perdre du poids et qu'un adolescent sur deux est insatisfait de son corps. Dans un tel contexte, il est bien évident que les commentaires sur le poids affectent l'estime de soi. Parler de son propre poids ou du poids des autres contribue à renforcer et entretenir la norme sociale de minceur. »

Site Web www.lepoiidssanscommentaire.ca

Sur le site officiel de la Semaine, ÉquiLibre affiche les résultats d'un sondage mené sur le Web en septembre auprès de plus de 1900 femmes. Ces résultats mettent en lumière l'omniprésence et les impacts négatifs des commentaires sur le poids. Parmi les autres éléments du site, les versions du test « Parlez-vous trop de poids? », adaptées pour les femmes, les hommes et les jeunes permettent de mesurer la place qu'occupent les commentaires sur le poids dans nos conversations. Des bandes dessinées de même que des contraventions d'estime à remettre à quelqu'un qui fait un commentaire sur le poids reviennent encore cette année. Différents outils pédagogiques sont également disponibles pour les intervenants qui aimeraient animer une activité de groupe auprès de jeunes ou d'adultes, en milieu scolaire ou communautaire.

Entrevues

Saskia Thuot, porte-parole de l'édition 2014 de la Semaine « Le poids? Sans commentaire! » est disponible pour des entrevues dans la semaine du 3 novembre, ainsi que le lundi 10 novembre 2014. Fannie Dagenais, directrice de l'organisme ÉquiLibre, est disponible pour des entrevues dans la semaine du 3 novembre et la semaine du 10 novembre.

À propos d'ÉquiLibre (www.equilibre.ca)

ÉquiLibre est un organisme à but non lucratif dont la mission est de prévenir et de diminuer les problèmes liés tant à l'obésité qu'à la préoccupation excessive à l'égard du poids, par des programmes et des campagnes de sensibilisation dans les écoles, le réseau de la santé, les milieux de travail et communautaires.

Partenaires de l'édition 2014

[Anorexie et boulimie Québec](#), [l'Association canadienne pour la santé mentale-Division du Québec](#), [l'Association pour la santé publique du Québec](#), [le Réseau québécois d'action pour la santé des femmes](#), [Tel-Jeunes](#), [LigneParents](#) et [le Y des femmes de Montréal](#).

Cette initiative est rendue possible grâce au soutien et à l'appui financier de [Québec en Forme](#) et du [ministère de la Santé et des Services sociaux](#).



-30-

Sources :

www.lepoidssanscommentaire.ca

www.equilibre.ca



[/GroupeEquiLibre](#)



[/GroupeEquiLibre](#)

Information et demandes d'entrevue :

HÉMISPHERE RELATIONS PUBLIQUES

Caroline Bergevin - 514 914-5138