

# RAPPORT ANNUEL

2017 › 2018

équilibre 

image corporelle • santé • poids

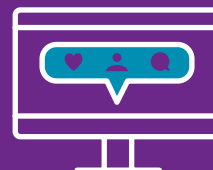
CAMPAGNES  
SOCIÉTALES



PROGRAMMES  
D'INTERVENTION



ÉDUCATION  
POPULAIRE



FORMATIONS



SENSIBILISATION  
DE L'INDUSTRIE  
DE L'IMAGE





CE DOCUMENT CONTIENT DES BOUTONS ET LOGOS PERMETTANT D'AVOIR ACCÈS À DE L'INFORMATION SUPPLÉMENTAIRE. CLIQUEZ POUR EN SAVOIR PLUS!

## NOTRE MISSION

ÉquiLibre est reconnu comme le chef de file et l'organisme de référence en matière d'actions qui ciblent à la fois les problèmes liés au poids et à l'image corporelle.

Depuis plus de 25 ans, ÉquiLibre a comme mission de prévenir et diminuer les problèmes liés au poids et à l'image corporelle dans la population, par des actions encourageant le développement d'une image corporelle positive et l'adoption de saines habitudes de vie.

L'expertise d'ÉquiLibre est reconnue et régulièrement sollicitée par les médias, plusieurs ministères, des organismes publics et parapublics, des entreprises privées, des associations et ordres professionnels, ainsi que sur la scène internationale.

## NOS ACTIONS

1

**Le déploiement de programmes et de ressources** pour permettre aux individus de se forger une image corporelle positive et d'atteindre leur plein potentiel de bien-être et de santé.

2

**La sensibilisation, la formation et le soutien des professionnels et des intervenants** afin d'améliorer la qualité des pratiques en matière de poids et d'image corporelle.

3

**La sensibilisation et la mobilisation des acteurs des secteurs de la mode, de la publicité et des médias** afin de diminuer les représentations irréalistes du corps ainsi que les messages encourageant le culte de la minceur.

4

**La sensibilisation et la mobilisation des jeunes et des adultes** afin de les amener à participer au changement des normes sociales.



## NOTRE ÉQUIPE ET CA

L'équipe d'ÉquiLibre et son conseil d'administration rassemblent des professionnel.le.s multidisciplinaires dévoué.e.s.

### CONSEIL D'ADMINISTRATION



<b>ÉTIENNE DUMAIS-ROY</b>	<b>MARIE-PIERRE G. GIROUARD</b>	<b>ANOUCK SENÉCAL</b>	<b>FANNIE DAGENAIS</b>	<b>JOHANNE FORTIN LEMIRE</b>	<b>JACQUES SAUVAGEAU</b>
PRÉSIDENT	ADMINISTRATRICE	ADMINISTRATRICE	ADMINISTRATRICE	VICE-PRÉSIDENTE	TRÉSORIER

#### • ABSENTES DE LA PHOTO

- VIRGINIE GOSSELIN - ADMINISTRATRICE
- MARIE-CLAUDE PELLETIER - ADMINISTRATRICE
- NATHALIE ROLLAND - ADMINISTRATRICE

### ÉQUIPE



<b>NATHALIE POULIOT</b>	<b>BÉNÉDICTE ASSAMOÏ</b>	<b>MARYSE LEFEBVRE</b>	<b>CATHERINE CAISSE</b>	<b>ROXANNE LÉONARD</b>	<b>KARAH STANWORTH</b>	<b>CAROLINE MALTAIS</b>	<b>DELIA COZARIUC</b>
CHEFFE DE PROJETS	RESPONSABLE SERVICES ET ÉVÉNEMENTS	CHEFFE DE PROJETS	AGENTE AUX COMMUNICATIONS	DIRECTRICE GÉNÉRALE	AGENTE DE DÉVELOPPEMENT	AGENTE AU MARKETING ET DÉVELOPPEMENT DES AFFAIRES	AGENTE À LA COMPTABILITÉ

#### • ABSENT.E.S DE LA PHOTO

- ANDRÉE-ANN DUFOUR-BOUCHARD - CHEFFE DE PROJETS (CONGÉ DE MATERNITÉ)
- MATHILDE ST-LOUIS-DESCHÊNES - CHEFFE DE PROJETS (REMPLACEMENT CONGÉ DE MATERNITÉ)
- ANGELO GALLETTO - CONSEILLER AU DÉVELOPPEMENT PHILANTHROPIQUE
- STÉPHANIE TAILLON - DIRECTRICE GÉNÉRALE PAR INTÉRIM (REMPLACEMENT CONGÉ DE MATERNITÉ)

## MOT DU PRÉSIDENT ET DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE PAR INTÉRIM

« Nous tenons à remercier chaleureusement tous les membres du conseil d'administration, les employé.e.s de l'organisme, ses membres, ses bénévoles ainsi que ses stagiaires pour leur engagement et l'excellence de leur contribution. »

### PRÉSIDENT



**ÉTIENNE DUMAIS-ROY**

### DIRECTRICE GÉNÉRALE PAR INTÉRIM



**STÉPHANIE TAILLON**

Nous sommes très fier.ère.s de vous présenter notre bilan de l'année 2017-2018. En début d'année, nous nous étions fixé deux objectifs principaux: 1) augmenter la portée de nos messages à travers nos campagnes sociétales et 2) augmenter notre capacité d'autofinancement, notamment par la vente de nos formations. En cette fin d'année, nous pouvons dire « Mission accomplie »!

En effet, grâce à la grande portée médiatique qu'ont eue nos différentes campagnes, la population québécoise a pu profiter de nos contenus à plus grande échelle. Trois de nos campagnes ont bénéficié d'une importante visibilité en faisant l'objet d'articles dans La Presse+. Dans l'ensemble, nos outils et nos ateliers ont été téléchargés plus de 5 500 fois. De plus, nous avons capté l'attention de plusieurs personnalités publiques qui n'ont pas hésité à partager nos messages et à nous appuyer.

Cette année, nous avons augmenté nos revenus d'autofinancement, entre autres par la vente de nos formations. Comme plusieurs de celles-ci sont maintenant disponibles en ligne, il nous est possible d'atteindre un plus grand nombre d'intervenants québécois, comme ceux qui pratiquent en région. Deux nouvelles formations ont été développées et trois formations qui étaient seulement offertes en présentiel sont maintenant accessibles en ligne.

De plus, les résultats préliminaires de l'évaluation de notre programme phare, Bien dans sa tête, bien dans sa peau (BTBP), réalisée par le Centre d'étude des conditions de vie et des besoins de la population (ÉCOBES) du Cégep de Jonquière et de l'Université du Québec à Chicoutimi démontrent des effets très positifs chez les adolescents ayant participé aux ateliers. Les résultats finaux seront présentés au cours de l'année 2018-2019.

Nous continuons également de rayonner à l'international alors que le programme Like You, une adaptation de notre programme BTBP, continue d'être offert dans deux régions de la France.

Les résultats de cette dernière année démontrent clairement un engouement et un réel intérêt pour toutes les thématiques qui entourent la saine gestion du poids et de l'image corporelle. C'est donc avec enthousiasme et passion que nous poursuivrons notre mission en 2018-2019!

Bonne lecture!

LA SEMAINE  
«LE POIDS?»  
Sans commentaire

13 AU 17 NOVEMBRE 2017

6<sup>e</sup>  
ÉDITION

AMBASSADEUR.RICES.S



CATHERINE ETHIER MICKAËL BERGERON PASCALE LAVACHE SASKIA THUOT JULIE ARTACHO

ÉquiLibre tient à remercier les ambassadeur.rice.s pour leur implication fructueuse!

• RETOMBÉES

- PRÈS DE 4 500 TÉLÉCHARGEMENTS DES OUTILS DE SENSIBILISATION
- + DE 500 TÉLÉCHARGEMENTS DE L'ATELIER PÉDAGOGIQUE JEUNESSE
- + DE 6 000 VISITEURS UNIQUES SUR LEPOIDSSANSCOMMENTAIRE.CA
- 24 PARTENAIRES DE DIFFUSION OFFICIELS
- 27 ENTREVUES + 70 REPORTAGES, DONT UN REPORTAGE COMPLET DANS LE TÉLÉJOURNAL GRAND MONTRÉAL 18 H (ICI RADIO-CANADA)
- 16 MILLIONS D'IMPRESSIONS MÉDIA

NOTRE CORPS,  
PARLONS-EN AUTREMENT!

Prix  
IMAGE/in

MODE / MÉDIAS / PUBLICITÉ

PÉRIODE DE VOTE  
26 MARS AU 22 AVRIL 2018

8<sup>e</sup>  
ÉDITION

AMBASSADRICES



CAROLANE ET JOSIANE STRATIS  
BLOGUE TON PETIT LOOK

ÉquiLibre remercie les ambassadrices pour leur précieuse participation!

• RETOMBÉES

- 3 200 PERSONNES ONT VOTÉ, DONT 45% AVAIENT MOINS DE 18 ANS
- ANIMATION D'UN ATELIER PÉDAGOGIQUE DANS 8 ÉCOLES SECONDAIRES DU QUÉBEC
- PLUS DE 120 PERSONNES PRÉSENTES AU GALA LE 30 MAI 2018
- 19 MENTIONS DANS LES MÉDIAS
- 2,5 MILLIONS D'IMPRESSIONS MÉDIA
- NOUVEAUTÉ! TABLE RONDE COMMENT AIDER LES ENTREPRISES À VALORISER LA DIVERSITÉ CORPORELLE, EN MARGE DU GALA DE REMISE DE PRIX, AVEC LA PARTICIPATION DE 5 PANÉLISTES DU MILIEU DES AFFAIRES

FINALISTES

Blogue Mamanbooh • Blogue Plan B du Voir rédigé par Mickaël Bergeron  
Vêtements Mandala • VRAK

GRAND GAGNANT + CHOIX DES JEUNES



COUP DE CŒUR DU JURY



JURY  
5 adolescent.e.s et  
6 représentant.e.s  
de l'industrie de l'image

11<sup>e</sup>  
ÉDITION

JOURNÉE INTERNATIONALE  
SANS DIÈTE

6 MAI 2018

ÊTES-VOUS AU RÉGIME  
SANS LE SAVOIR ?

CAPSULES VIDÉO



ÉquiLibre tient à remercier les expert.e.s pour leur généreuse collaboration!

• RETOMBÉES

- PRÈS DE 9 000 VISIONNEMENTS DES CAPSULES VIDÉO
- PRÈS DE 500 TÉLÉCHARGEMENTS DU MATÉRIEL PÉDAGOGIQUE
- + DE 2 000 VISITEURS UNIQUES SUR EQUILIBRE.CA/SANSDIETE
- 13 MENTIONS ET REPORTAGES DANS LES MÉDIAS
- 4,5 MILLIONS D'IMPRESSIONS MÉDIA

COLLABORATION DE 4 EXPERT.E.S CHEVRONNÉ.E.S POUR LES CAPSULES VIDÉO

- Hélène Laurendeau
- Bernard Lavallée
- Stéphanie Léonard
- Chloé Rochette

4<sup>e</sup>  
ÉDITION

Journée  
sans maquillage

6 JUIN 2018

#SANSMAQUILLAGE



MARIE-SOLEIL DION

• RETOMBÉES

- + DE 19 000 ABONNÉ.E.S SUR LA PAGE FACEBOOK DE LA CAMPAGNE
- PARTICIPATION DE PLUSIEURS PERSONNALITÉS PUBLIQUES, DONT MARIE-SOLEIL DION, SASKIA THUOT, INGRID FALAISE, CATHLEEN ROULEAU ET KARINE CHAMPAGNE
- 4 ARTICLES ONT ÉTÉ RÉDIGÉS À PROPOS DE LA CAMPAGNE, DONT UN EN FRANCE
- PLUS DE 70 PERSONNES ONT PARTAGÉ UNE PHOTO D'ELLES-MÊMES #SANSMAQUILLAGE SUR LES MÉDIAS SOCIAUX
- NOUVEAUTÉ! PLUSIEURS TÉLÉCHARGEMENTS DU DÉCOR FACEBOOK AUX COULEURS DE LA CAMPAGNE

Depuis 2015, cette campagne est portée entièrement par ÉquiLibre.

DEPUIS  
1996

bien  
dans sa tête  
bien  
dans sa peau

Initialement développé en 1996, Bien dans sa tête, bien dans sa peau (BTBP) est le programme phare de l'organisme. Destiné aux jeunes du primaire et du secondaire ainsi qu'aux adultes qui les entourent, le programme, composé de 13 ateliers, vise à favoriser le développement d'une image corporelle positive et l'adoption de saines habitudes de vie.

• LES RETOMBÉES

• PRÈS DE 5 000 ATELIERS TÉLÉCHARGÉS DEPUIS LE LANCÉMENT DE LA NOUVELLE FORMULE EN LIGNE EN OCTOBRE 2016

• PRÈS DE 2 000 ATELIERS TÉLÉCHARGÉS EN 2017-2018

• 2 NOUVEAUX ATELIERS, DESTINÉS AUX JEUNES DU SECONDAIRE, PORTANT SUR LES PRÉJUGÉS À L'ÉGARD DU POIDS ONT ÉTÉ DÉVELOPPÉS DANS LE CADRE DU PROJET ENSEMBLE, FAISONS LE POIDS CONTRE L'INTIMIDATION !

Suite du projet d'évaluation des effets du programme sur l'image corporelle et l'estime de soi des adolescent.e.s en partenariat avec le Centre d'étude des conditions de vie et des besoins de la population (ÉCOBES) du Cégep de Jonquière et de l'Université du Québec à Chicoutimi :

• Les résultats préliminaires démontrent de nombreux effets positifs !

À SURVEILLER EN 2018-2019 : LES RÉSULTATS FINAUX DE CE PROJET D'ÉVALUATION

ENSEMBLE, FAISONS LE POIDS CONTRE L'INTIMIDATION !

Plusieurs motifs peuvent être la cause d'actes de violence et d'intimidation dans les écoles. À cet effet, des commentaires négatifs liés au poids sont souvent rapportés. C'est dans cette optique et dans le cadre du programme Ensemble contre l'intimidation, du ministère de la Famille du Québec, qu'ÉquiLibre a développé :

- 1 GUIDE DESTINÉ AUX INTERVENANTS DES ÉCOLES SECONDAIRES.
- 1 RÉPERTOIRE DE RESSOURCES EN LIEN AVEC LES DIFFÉRENTES PISTES D'ACTION PRÉSENTÉES DANS LE GUIDE.

- 2 NOUVEAUX ATELIERS BTBP :
  - Si tu veux, peux-tu vraiment? (4<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> secondaire)
  - Je fais mon cinéma (1<sup>er</sup> à 5<sup>e</sup> secondaire)

ÉquiLibre tient à remercier Nathalie Germain, éducatrice spécialisée à l'école secondaire Leblanc de Laval, qui a collaboré au développement et à la mise en pratique de ces deux nouveaux ateliers.

MAMAN BIEN DANS SA PEAU, BÉBÉ EN SANTÉ

Financé par le ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec, ce projet vise à aider les femmes enceintes à développer une image corporelle positive afin de les amener à adopter des comportements sains favorisant leur santé et celle de leur bébé à naître.

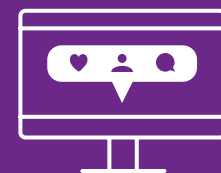
Cette année, une collecte de données a été réalisée auprès d'intervenant.e.s en périnatalité afin de documenter leurs attitudes, pratiques et besoins, ainsi que les enjeux vécus par leur clientèle au sujet de l'image corporelle :

- 261 répondant.e.s
- 92 % des participant.e.s sont intéressé.e.s à acquérir de nouveaux outils

À SURVEILLER EN 2018-2019 : LE DÉVELOPPEMENT D'OUTILS AFIN DE RÉPONDRE AUX BESOINS DE CES INTERVENANT.E.S ET DE LEUR CLIENTÈLE

Pour chacun de ses projets, ÉquiLibre met en place un comité consultatif, composé de professionnel.le.s multidisciplinaires, qui a le mandat d'accompagner l'organisme dans la planification, la mise en œuvre et le déploiement des actions.

NOTRE RAYONNEMENT



• MÉDIAS SOCIAUX

- + DE 10 300 ABONNÉ.E.S SUR FACEBOOK, UNE HAUSSE DE PRÈS DE 20 % COMPARATIVEMENT À L'AN DERNIER
- PRÈS DE 2 500 ABONNÉ.E.S SUR TWITTER

- + DE 780 ABONNÉ.E.S SUR INSTAGRAM, 15 FOIS PLUS QU'EN 2016-2017
- ÉQUILIBRE EST ÉGALEMENT PRÉSENT SUR LINKEDIN ET YOUTUBE !



• BLOGUE MONÉQUILIBRE

- 15 NOUVEAUX BILLETS DE BLOGUE
- 27 000 VISITEURS UNIQUES

- 3 NOUVELLES PROFESSIONNELLES DE LA SANTÉ SE SONT JOINTES À L'ÉQUIPE D'EXPERT.E.S À TITRE DE BLOGUEUSES BÉNÉVOLES



• ÉDUCATION POPULAIRE

- PRÈS DE 44 000 VISITEURS UNIQUES ONT CONSULTÉ NOTRE SITE EQUILIBRE.CA

- PRÈS DE 600 PERSONNES ONT ASSISTÉ À NOS CONFÉRENCES ET ATELIERS DESTINÉ.E.S AU GRAND PUBLIC

## NOS FORMATIONS



### ACCOMPAGNER SA CLIENTÈLE VERS LE DÉVELOPPEMENT D'UNE RELATION SAINNE AVEC SON CORPS ET LA NOURRITURE

Grâce au financement du ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec

« Comme toutes les autres formations d'ÉquiLibre auxquelles je me suis inscrite, je suis ressortie de là mieux outillée et plus en mesure d'accompagner ma clientèle vers une alimentation saine, harmonieuse et respectueuse du corps. Je suis très reconnaissante envers ÉquiLibre de si bien partager son expertise. »

**ISABELLE THIBAUT**  
NUTRITIONNISTE

### FAVORISER UNE IMAGE CORPORELLE SAINNE DURANT L'ENFANCE

Avec l'appui financier de la Fondation Medavie pour la santé

« J'aime avoir des connaissances qui me permettent de bien adapter mes discours à la situation. ÉquiLibre me permet d'acquérir ces connaissances, ce qui fait en sorte que mon enseignement s'en trouve amélioré. »

NUTRITIONNISTE DU RÉSEAU DE LA SANTÉ

### FAVORISER UNE IMAGE CORPORELLE SAINNE À L'ADOLESCENCE

Maintenant disponible en ligne!

### POIDS ET IMAGE CORPORELLE : MIEUX COMPRENDRE POUR MIEUX INTERVENIR

PREMIÈRE FORMATION DU CONTINUUM OFFERT PAR ÉQUILIBRE

224 INTERVENANT.E.S ONT ÉTÉ FORMÉ.E.S, DONT + DE 100 INTERVENANT.E.S DURANT LE MOIS DE LA NUTRITION EN MARS 2018

AU TOTAL, 772 INTERVENANT.E.S ONT ÉTÉ FORMÉ.E.S DANS 6 RÉGIONS DU QUÉBEC EN 2017-2018!

## NOS MANDATS D'EXPERTISE

Développement de la fiche Favoriser une image corporelle positive pour l'**Association québécoise de la garde scolaire (AQGS)**

Développement d'un outil comprenant des services, formations et références sur l'hyperphagie boulimique et sur l'obésité pour la **Direction de l'enseignement universitaire du CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal**

Révision de l'atelier réflexion La diversité corporelle: j'ai un rôle à jouer! pour la **Mobilisation régionale et locale sur les saines habitudes de vie, le poids et la santé de la Capitale-Nationale**

### • PARTICIPATION À DES COMITÉS D'EXPERTISE

Groupe de travail sur la saine alimentation pendant l'enfance, **Table québécoise sur la saine alimentation (TQSA)**

**Comité-conseil de la Chaire VISAJ de l'UQAC et du Cégep de Jonquière** sur les conditions de vie, la santé, l'adaptation et les aspirations des jeunes

**Comité FillActive**  
**Lab-École**: chantier sur l'Alimentation (axe 4)

Groupe de travail sur les normes sociales, **Table québécoise sur la saine alimentation (TQSA)**

**Comité Image corporelle, Association québécoise des centres de la petite enfance (AQCPPE)**

### • RÉDACTION

5 articles pour l'Actuelle, le magazine des **Cercles des Fermières du Québec**

Collaboration à un article sur la puberté et l'activité physique chez les filles avec **FillActive pour WIXXMAG**

Un article dans le cadre de la Journée internationale sans diète et de la Semaine nationale de la santé mentale du **Mouvement Santé mentale Québec**

Collaboration à la rédaction d'un article sur le gain de poids gestationnel avec la **Fondation OLO**

Collaboration à un article sur la Journée sans maquillage avec le **magazine français Maxi**

**Lab-École**: chantier sur l'Alimentation (axe 4)

**Comité FillActive**

### • PRÉSENTATIONS

Dans le cours Promotion de l'activité physique en milieu scolaire de l'**Université de Montréal**

À un dîner-conférence sur le thème À table! Innover pour favoriser de saines habitudes alimentaires au **Centre hospitalier universitaire Sainte-Justine**

**Au Congrès de la Fédération des kinésithérapeutes du Québec**

**Aux Journées annuelles de santé publique 2017 (JASP)**

Au Congrès annuel de médecine de famille du **Collège québécois des médecins de famille (CQMF)**

**À une table ronde au Congrès de l'Association francophone pour le savoir (ACFAS)**

En format webinaire pour le **Groupe Entreprises en santé**

### • EXPERTISE À L'INTERNATIONAL

**Promotion santé Suisse: poursuite du déploiement du programme #MOICMOI** (adaptation du programme BTBP)

**Instances Régionales d'Éducation et de Promotion de la Santé des régions du Pays de la Loire et D'Aquitaine (France): 3 cohortes de formation en ligne** dans le cadre du déploiement du programme Like You (adaptation du programme BTBP)

## NOTRE ACTIVITÉ DE LEVÉE DE FONDS



SOIRÉE SHOPPING EXCLUSIVE DE LA GRANDE BRADERIE DE MODE QUÉBÉCOISE AU PROFIT D'ÉQUILIBRE

### GRANDE BRADERIE PRIVÉE AU PROFIT D'ÉQUILIBRE

Cet événement, qui se déroule depuis 2014, est la principale activité de levée de fonds de l'organisme. Lors de la première journée de la Grande Braderie de mode québécoise à Montréal, deux heures sont réservées exclusivement aux invité.e.s d'ÉquiLibre. Cette expérience unique permet de faire des achats dans une atmosphère décontractée.

ÉDITION AUTOMNE  
18 OCTOBRE 2017

ÉDITION PRINTEMPS  
11 AVRIL 2018

271 BILLETS VENDUS

+ DE 15 000 \$ RECUEILLIS  
EN 2017-2018



3 capsules vidéo présentant des créateur.rice.s québécois.e.s qui habillent la diversité corporelle

La Grande Braderie Privée a sa propre page Facebook

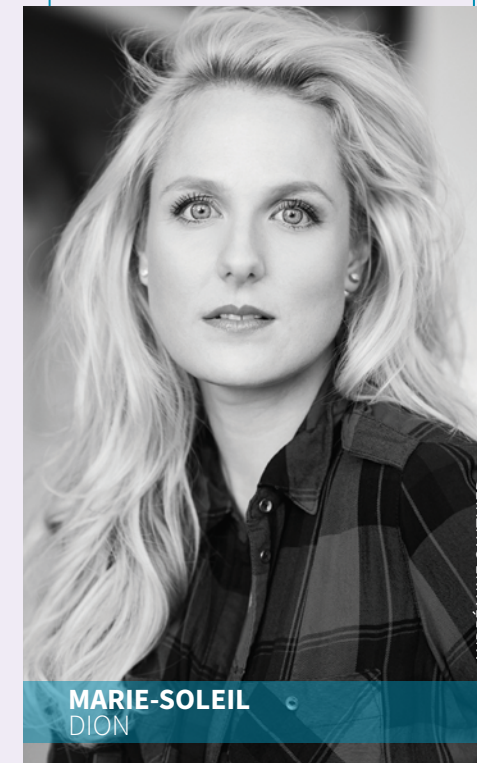
### NOS PARTENAIRES PHILANTHROPIQUES



ÉquiLibre souhaite remercier chaleureusement ses partenaires philanthropiques pour leur générosité!

## NOS FAITS SAILLANTS

### NOTRE NOUVELLE PORTE-PAROLE



MARIE-SOLEIL DION

ANDRÉANNE GAUTHIER

« Je connaissais l'organisme sans le connaître puisque, comme plusieurs, j'ai vu passer les campagnes Journée sans maquillage, Journée internationale sans diète ou encore la Semaine « Le poids? Sans commentaire! » sur les réseaux sociaux. J'y ai moi-même participé sans savoir qu'ÉquiLibre était derrière ces belles initiatives. C'est un réel honneur d'être la nouvelle porte-parole de cet organisme! Je participerai activement à plusieurs de leurs projets en 2018-2019. J'ai hâte! »

### 2017-2018

137 MEMBRES



La majorité de nos campagnes de sensibilisation ont été le sujet D'ARTICLES DANS LA PRESSE+.



3 NOUVEAUX ARTICLES DE FOND dans notre dossier partenaire Poids, image corporelle, santé: l'affaire de tous sur **LesAffaires.com**

2 >>> STAGIAIRES

PLUS DE 50 BÉNÉVOLES



Présentation d'une vidéo exclusive de **Sophie Grégoire Trudeau** lors du gala de remise du Prix IMAGE/in 2018!

## NOS PARTENAIRES ET REMERCIEMENTS

### • PARTENAIRES FINANCIERS

ÉquiLibre tient à remercier ses partenaires financiers. Leur soutien est précieux et permet à l'organisme de réaliser sa mission.



### • PARTENAIRE DE RECHERCHE FINANCIÉE



### • PARTENAIRES DE RÉALISATION

- 100 degrés
- Anorexie et boulimie Québec
- Arrimage Estrie
- Association pour la santé publique du Québec
- Association québécoise des centres de la petite enfance
- Boucle Magazine
- Capsana
- Direction de santé publique du centre intégré de santé et de services sociaux de Laval
- Coalition québécoise sur la problématique du poids
- Communauté de pratique PeP
- Dispensaire diététique de Montréal
- Dix Octobre
- École des sciences de la gestion de l'UQAM
- Égale Action
- Extenso
- Fédération des kinésiologues du Québec
- Festival Mode & Design
- Fillactive
- Fondation OLO
- Groupe entreprises en santé
- IMAVI
- La Presse+
- LigneParents
- Maipoils
- Maison l'Éclaircie
- Mouvement HappyFitness
- Mouvement santé mentale du Québec
- Normes de la publicité
- Ordre professionnel des diététistes du Québec
- Magazine VÉRO
- Regroupement Centres de la Petite Enfance de la Montérégie
- Reitmans
- Tel-jeunes
- Ton Petit Look
- Y des femmes de Montréal

# MERCI!

## ÉquiLibre souhaite remercier :

COLLABORATEUR.RICE.S  
INVITÉ.E.S – EXPERT.E.S  
BLOGUEUR.EUSE.S POUR MONÉQUILIBRE

- **Caroline Trudeau**, Dt.P. et formatrice pour ÉquiLibre
- **Dominique Champagne**, kinésiologue
- **Jean-François Beauchamp**, kinésiologue
- **Jo-Anne Gilbert**, docteure en kinésiologie
- **Judith Petitpas**, travailleuse sociale et formatrice pour ÉquiLibre
- **Julia Lévy-Ndejuru**, Dt.P.
- **Karine Gravel**, Dt.P. et docteure en nutrition, formatrice pour ÉquiLibre
- **Noémie Carbonneau**, professeure-chercheuse en psychologie

## STAGIAIRES

- **Mathilde Hennebelle** de l'Université de Montréal
- **Julia Lévy-Ndejuru** de l'Université McGill

CONTRIBUTION AU DÉVELOPPEMENT DE LA FORMATION « ACCOMPAGNER SA CLIENTÈLE VERS LE DÉVELOPPEMENT D'UNE RELATION SAINTE AVEC SON CORPS ET LA NOURRITURE »

## RÉVISION ET APPUI D'EXPERTISE

- **Anouck Sénécal**, Dt.P.
- **Catherine Moquin**, Dt.P., M.Sc. et formatrice pour ÉquiLibre
- **Karine Gravel**, Dt.P., Ph.D. et formatrice pour ÉquiLibre
- **Marie Watiez**, Ph.D., psychosociologue de l'alimentation et formatrice pour ÉquiLibre
- **Marie-Alexandre Ayotte**, ps.éd., M.Sc.
- **Marie-Pierre Gagnon Girouard**, Ph.D., psychologue

## RÉVISION ET AVIS PROFESSIONNEL

- **Diane Sonier**, Dt.P.
- **Jonathan Masse**, M.Sc., kinésiologue
- **Linda Lehrer**, Dt.P.

## CAPSULES VIDÉO

- **Annie Aimé**, Ph.D., professeure au Département de psychologie et de psychoéducation à l'Université du Québec en Outaouais et copropriétaire de la Clinique IMAVI

- **Howard Steiger**, Ph.D., chef, Continuum des troubles de l'alimentation, Institut universitaire Douglas, CIUSSS-de-l'Ouest-de-l'Île-de-Montréal, professeur titulaire, Département de psychiatrie, Université McGill

- **Josée Guérin**, Dt.P., psychothérapeute, présidente et fondatrice de la Clinique Psychoalimentaire et formatrice pour ÉquiLibre

- **Judith Petitpas**, travailleuse sociale, M. Serv. soc. et B.A. anthropologie, chargée de cours et auteure

- **Karine Gravel**, Dt.P., Ph.D., chargée de cours à l'Université de Montréal et à l'Université du Québec à Trois-Rivières, formatrice pour ÉquiLibre

- **Marie Watiez**, Ph.D. psychosociologue de l'alimentation, consultante chez Sésame Consultants, chargée de cours à l'Université du Québec à Montréal, formatrice pour ÉquiLibre

- **Marie-Alexandre Ayotte**, ps.éd., clinique Psychoalimentaire et intervenante chez ANEB Québec

- **Marie-Pierre Gagnon-Girouard**, Ph.D., psychologue et professeure à l'Université du Québec à Trois-Rivières

- **Noémie Carbonneau**, Ph.D., professeure à l'Université du Québec à Trois-Rivières

MEMBRES DU COMITÉ CONSULTATIF DU PROJET « MAMAN BIEN DANS SA PEAU, BÉBÉ EN SANTÉ »

- **Anne-Sophie Morisset**, Dt.P., Ph.D., professeure adjointe, École de nutrition, Université Laval, chercheuse, Centre de recherche du CHU de Québec/INAF

- **Dominique Corbeil**, Dt.P., agente de planification, de programmation et de recherche, Direction de santé publique, CISSS de Lanaudière

- **Dominique Meilleur**, Ph.D., psychologue, professeure agrégée au Département de psychologie de l'Université de Montréal, chercheuse

- **Geneviève Rheault**, Dt.P., agente de planification, programmation et recherche, Direction de santé publique, CISSS de Laval

- **Isabelle Dubé**, Dt.P., Dispensaire diététique de Montréal

- **Julie Achim**, Ph.D., psychologue clinicienne, professeur agrégée, responsable pédagogique du Doctorat en psychologie, Intervention enfance et adolescence et directrice de la Clinique d'évaluation et d'intervention en enfance et adolescence de l'Université de Sherbrooke

- **Julie Strecko**, Dt.P., M.Sc., Fondation OLO

- **Maryse Durand**, Dt.P., Famille-Enfance, CIUSSS Ouest-de-l'Île de Montréal, CLSC de LaSalle

- **Mylène Labelle**, infirmière clinicienne clientèle vulnérable/SIPPE, Direction programme jeunesse du CISSS de Laval, CLSC du Marigot

- **Stéphanie Desmecht**, psychologue, CISSS de la Montérégie-centre, Hôpital Charles-Le Moyne

- **Sylvie Blais**, infirmière clinicienne, Direction programme jeunesse, CISSS de Lanaudière, CLSC Meilleur

- **Véronique Provencher**, Dt.P., Ph.D., professeure agrégée, École de nutrition, Université Laval, chercheuse

PARTICIPATION AUX ACTIONS DE SENSIBILISATION DE L'INDUSTRIE DE L'IMAGE

## JURY DE L'INDUSTRIE PRIX IMAGE/IN 2018

- **Danielle Lefrançois**, directrice des communications, Normes de la publicité

- **Jacqueline Tardif**, présidente, Reitmans

- **Joanie Pietracupa**, rédactrice en chef multiplateforme, magazine Véro

- **Jocelyn Bellemare**, professeur, École supérieure de mode de l'ESG, UQAM

- **Martine Larouche**, consultante en communication-marketing

- **Mélanie Thivierge**, présidente-directrice générale du Y des femmes de Montréal

## JURY JEUNESSE PRIX IMAGE/IN 2018

- **Bistra Dimova**, 15 ans, Saint-Hubert

- **Florence Laboursodière**, 13 ans, Saint-Lambert

- **Jade Robitaille**, 15 ans, Crabtree

- **Justine Laboursodière**, 16 ans, Saint-Lambert

- **Simone Sarault**, 13 ans, Montréal

## PANÉLISTES DE LA TABLE RONDE PRIX IMAGE/IN 2018

- **Christine Potvin**, vice-présidente, gestion invalidité et règlements vie, Financière Sun Life

- **Jacqueline Tardif**, présidente, Reitmans

- **Jacques Sauvageau**, vice-président, ventes et gestion de comptes, Est du Canada, Homewood Santé

- **Jean-François Mallette**, vice-président exécutif, chef de la direction, DDB Canada

- **Mélanie Thivierge**, présidente-directrice générale, Y des femmes de Montréal

COMITÉ RÉVISEUR FORMATION  
« FAVORISER UNE IMAGE CORPORELLE SAINTE DURANT L'ENFANCE »

## RÉVISION ET APPUI D'EXPERTISE

- **Alexandra Grenier**, nutritionniste, Commission scolaire Marguerite-Bourgeoys, Montréal

- **Diane Archambault**, conseillère pédagogique en éducation physique et à la santé, Commission scolaire Marguerite-Bourgeoys, Montréal

- **Geneviève Franche-Choquette**, psychoéducatrice, Commission scolaire de Montréal

- **Manon Pouliot**, Dt.P., Commission scolaire Marguerite-Bourgeoys, Montréal

- **Marie-Alexandre Ayotte**, psychoéducatrice, Clinique Psychoalimentaire et intervenante, ANEB Québec

- **Sébastien Gagnon**, agent de développement, Commission scolaire Marguerite-Bourgeoys, Montréal

- **Simon Aubin**, conseiller en promotion/prévention, Direction de la santé publique de Laval

- **Annie Aimé**, chercheuse, Département

COMITÉ CONSULTATIF PROJET « ENSEMBLE, FAISONS LE POIDS CONTRE L'INTIMIDATION ! »

de psychoéducation et de psychologie, Université du Québec en Outaouais

- **Sylvie Bourgeois**, agente de soutien régionale pour le dossier climat scolaire positif, violence et intimidation, Régions de Laval, Lanaudière et des Laurentides

- **Caroline Leblanc**, intervenante-pivot pour le dossier climat scolaire positif, violence et intimidation, Commission scolaire de la Seigneurie des Mille-Îles

- **Caroline Trudeau**, Dt.P. et formatrice pour ÉquiLibre

- **Marie-May Martel**, Dt.P., promotion des saines habitudes de vie volet jeunesse, Direction de santé publique Lanaudière

- **Claire Beaumont**, chercheuse et professeure titulaire, Département d'études sur l'enseignement et l'apprentissage, Université Laval



7200, rue Hutchison, bur. 304  
Montréal (Québec) H3N 1Z2

**TÉLÉPHONE**

**514 270-3779**

1 877 270-3779 (sans frais)

**TÉLÉCOPIEUR**

514 270-1974

[info@equilibre.ca](mailto:info@equilibre.ca)

[equilibre.ca](http://equilibre.ca)



**équilibre**  
image corporelle • santé • poids