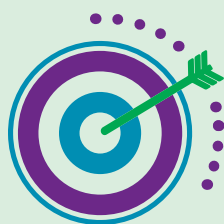


RAPPORT ANNUEL 2019 2020





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 près de 30 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 sur le plan international et régulièrement sollicitée par les médias, plusieurs ministères, organismes publics, entreprises privées, associations et ordres professionnels.



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 et la **mobilisation des jeunes et des adultes** afin de les inciter à participer au changement des normes sociales.
3. La sensibilisation, la formation et le soutien de professionnel.le.s et d'intervenant.e.s afin d'**améliorer la qualité des pratiques en matière de poids et d'image corporelle**.
4. La sensibilisation et la mobilisation des acteur.rice.s 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.

CONSEIL D'ADMINISTRATION



Fannie Dagenais
Présidente



Anouck Sénécal
Vice-présidente



Jackie Tardif
Trésorière



Etienne Dumais-Roy
Administrateur



Nathalie Rolland
Administratrice



Joanie Pietracupa
Secrétaire



Andréa Paquin-Lessard
Administratrice



Jacques Sauvageau
Administrateur

ÉQUIPE



Delia Cozariuc
Technicienne en comptabilité



Achour Bali
Conseiller en marketing



Maryse Lefebvre
Cheffe de projets



Nathalie Pouliot
Agente de développement



Anne-Sophie Robitaille
Agente de développement



Catherine Caisse
Conseillère en communication



Andrée-Ann Dufour Bouchard
Cheffe de projets



Roxanne Léonard
Directrice générale



Andréanne Poutré
Agente de développement



Karah Stanworth-Belleville
Cheffe de projets

MOT DE LA PRÉSIDENTE ET DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE

Au Québec et partout à travers le monde, les derniers mois ont été remplis de défis. La pandémie nous a forcés à aller puiser au plus profond de nos capacités de résilience et d'adaptation. C'est donc avec une fierté toute particulière que nous vous présentons le bilan des activités réalisées au cours de la dernière année. Cette situation nous a permis de mettre à profit notre capacité d'adaptation en tant qu'individus et membres d'une équipe et en tant qu'organisme. Ce fut également l'occasion de développer de nouvelles façons de faire et de repenser certaines de nos activités.

Nous sommes très fières de l'équipe qui a su innover rapidement afin de permettre la poursuite de nos actions malgré le contexte. Pour la première fois, nous avons offert des ateliers virtuels, diffusé notre premier Facebook en direct, réalisé la remise des Prix ÉquiLibre en vidéo et saisi l'occasion de rédiger une série de billets de blogue sur les habitudes de vie en temps de confinement. Ces actions et bien d'autres ont permis de sensibiliser des milliers de personnes pendant cette période difficile.

Quel effet la crise a-t-elle eu sur la préoccupation à l'égard du poids? Il est encore tôt pour le comprendre entièrement, mais un sondage¹ de l'Association de santé publique du Québec révèle que le tiers des Québécois.es se dit plus préoccupé par son poids qu'avant la pandémie. Chose certaine, la crise sanitaire nous obligeant à nous isoler et à limiter nos activités, les habitudes de vie de la population québécoise ont été grandement bouleversées. Le sondage a également documenté une diminution de la qualité globale de l'alimentation et une diminution de la pratique d'activité physique chez bon nombre de Québécois.es. Deux facteurs qui peuvent nourrir l'insatisfaction corporelle et la préoccupation à l'égard du poids. Plus convaincus que jamais de la pertinence de nos actions, nous nous engageons à continuer de travailler fort pour diminuer les problèmes liés au poids et à l'image corporelle.

Derrière toutes les activités d'ÉquiLibre, que vous découvrirez au fil des pages de ce rapport, se trouvent l'excellent travail d'une équipe dévouée, le soutien d'un conseil d'administration investi, d'une porte-parole engagée ainsi que de partenaires, bénévoles et stagiaires essentiels. Nous tenons à les remercier chaleureusement, car ils.elles sont tous.toutes des acteur.rice.s clés indispensables au succès de notre mission. C'est ensemble que nous arriverons à faire évoluer les normes sociales de beauté et à valoriser la diversité corporelle pour permettre à chaque personne de s'épanouir, peu importe son poids ou son apparence.



Fannie Dagenais
Présidente



Roxanne Léonard
Directrice générale

¹ Association pour la santé publique du Québec (2020). *COVID-19 et changement de comportement*. Récupéré à partir de <https://aspq.org/outils/grand-public/>

CAMPAGNES

Financées par le ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec

SEMAINE « LE POIDS ? SANS COMMENTAIRE ! »



**DU 25 AU 29
NOVEMBRE 2019**

8^e ÉDITION

OBJECTIF 2019

Sensibiliser les adolescent.e.s âgé.e.s de 13 à 17 ans aux conséquences des commentaires sur le poids et l'apparence physique sur les médias sociaux, qu'ils soient positifs ou négatifs.

COMPOSANTES

- Capsules vidéo
- Atelier pédagogique *Une photo vaut 1 000 mots!*
- Billet de blogue *Accordons-nous trop d'importance à l'apparence sur les réseaux sociaux?*

RETOMBÉES

- Près de **12 000** vues des **3** capsules vidéo de sensibilisation
- **653** nouveaux « J'aime » sur Facebook
- **212** nouveaux.elles abonné.e.s sur Instagram
- **19** partenaires de diffusion
- **12** entrevues et près de 50 reportages
- **11** millions d'impressions média

ÉVALUATION DES IMPACTS

- Menée par l'Université du Québec à Trois-Rivières
- Après avoir été exposés à l'atelier ou aux vidéos, les jeunes ont diminué significativement leurs commentaires liés à l'apparence sous une photo publiée sur les réseaux sociaux.

JOURNÉE INTERNATIONALE SANS DIÈTE



6 MAI 2020

13^e ÉDITION

OBJECTIF 2020

Sensibiliser la population à l'inefficacité des régimes amaigrissants et aux dangers liés à l'obsession de la minceur en réconciliant la tête et le cœur afin de favoriser le développement d'une relation positive avec le corps et la nourriture.

COMPOSANTES

- Outil de sensibilisation sous forme de bande dessinée *Sur le chemin de la réconciliation...*
- Atelier de sensibilisation virtuel *Et si je tournais le dos aux régimes ?*
- Billet de blogue *Hésitez-vous à tourner le dos aux régimes ?*
- Facebook en direct *Dégustation de chocolat en pleine conscience*
- Participation à deux balados de la nutritionniste et blogueuse Cynthia Marcotte

RETOMBÉES

- **300** nouveaux « J'aime » sur Facebook
- **22** partenaires de diffusion
- **21** mentions et reportages
- **1,8** million d'impressions média

PRIX ÉQUILIBRE



PÉRIODE DE VOTE
DU 1^{ER} AU 26 JUIN
2020

10^e
ANNIVERSAIRE

OBJECTIF

Féliciter des initiatives québécoises en faveur d'une représentation saine et diversifiée du corps dans les secteurs de la mode, des médias et de la publicité.

Les finalistes

- La ligne de vêtements *Cœur de Loup*
- Le long métrage *Jeune Juliette*
- La série photo *L'art de vieillir*
- Le livre *La vie en gros : regard sur la société et le poids*
- Le projet photo *The Womanhood Project*

Les gagnant.e.s

Grand gagnant :
L'art de vieillir



Choix des jeunes :
Jeune Juliette

Jeune Juliette

Coup de cœur du jury :
The Womanhood Project

the ———
womanhood
project ———

COMPOSANTES

- Vidéo ***Soyez fier.e.s d'être uniques !*** célébrant le 10^e anniversaire du Prix Équilibre
- Billet de blogue *Et si on acceptait enfin la diversité corporelle ?*
- Vidéo de remise de prix

RETOMBÉES

- Près de **3 000** personnes ont voté
- Plus de **129 300** vues de la vidéo
- Plus de **1 800** vues de la vidéo de remise de prix
- **240** nouveaux « J'aime » sur Facebook
- **445** nouveaux.elles abonné.e.s sur Instagram
- Près de **30** partenaires de diffusion
- **16** mentions et reportages
- Plus de **3** millions d'impressions média

PROJETS

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 et les mamans à développer une image corporelle positive afin de les encourager à adopter des comportements sains favorisant leur santé et celle de leur bébé.

- Diffusion de la boîte à outils **Maman bien dans sa peau, bébé en santé (volet prénatal)**

« Cette boîte à outils a été très pertinente pour mon travail auprès des femmes enceintes. J'ai apprécié les pistes de réflexion ainsi que les outils pour l'intervention. »

– Lina Hu, nutritionniste

- Développement et lancement de la boîte à outils **Maman bien dans sa peau, bébé en santé (volet postnatal)** comprenant :

- **2** capsules vidéo afin d'outiller les intervenant.e.s œuvrant auprès des nouvelles mamans
- **7** outils d'intervention complémentaires

MAMAN BIEN
DANS
SA PEAU,
BÉBÉ EN
SANTÉ

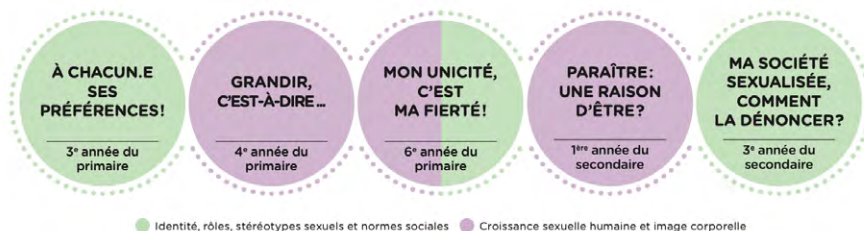
FAVORISER UNE IMAGE CORPORELLE POSITIVE AFIN DE LUTTER CONTRE LES STÉRÉOTYPES SEXUELS

Financé par le Secrétariat à la condition féminine du Québec.

Les stéréotypes sexuels peuvent influencer la perception que les jeunes et les adultes ont de leur corps. Il est donc essentiel d'intervenir auprès des jeunes afin de favoriser le développement d'une image corporelle positive, luttant ainsi contre les stéréotypes sexuels et le sexisme.

- Développement d'un nouvel atelier *Ma société sexualisée, comment la dénoncer ?* (3^e année du secondaire)
- Diffusion des **5** ateliers développés depuis l'an dernier auprès de **27** partenaires et **2 192** milieux
- Expérimentation de ces ateliers auprès de **512** jeunes dans **13** écoles du Québec

À ce jour, les ateliers ont été téléchargés plus de 500 fois !



À VENIR

Deux formations pour aider les intervenant.e.s à mieux comprendre les stéréotypes sexuels et leurs impacts sur le façonnement de l'image corporelle des jeunes

PROMOUVOIR UNE REPRÉSENTATION SAINNE ET DIVERSIFIÉE DU CORPS AUPRÈS DE L'INDUSTRIE DE L'IMAGE ET DES QUÉBÉCOIS.E.S

Financé par le Secrétariat à la condition féminine du Québec

Ce projet vise à transformer les normes sociales et l'environnement socioculturel afin d'assurer une représentation saine et diversifiée du corps.

- Mise sur pied d'un comité d'expertise pour le développement d'une formation à l'intention des acteur.rice.s de l'industrie de l'image
- Évaluation des connaissances et des besoins de formation de ces acteur.rice.s
- Développement d'un plan de formation validé par le comité



À VENIR

- Une formation destinée aux acteur.rice.s de l'industrie de l'image afin qu'ils.elles adoptent des pratiques encourageant une représentation saine et diversifiée du corps.
- Une banque de photos permettant de valoriser une plus grande diversité corporelle sans stéréotypes et sans préjugés en lien avec le poids et l'apparence physique.

POUR DES PRATIQUES ÉDUCATIVES ÉGALITAIRES QUI FAVORISENT UNE IMAGE CORPORELLE POSITIVE À LA PETITE ENFANCE

Financé par le Secrétariat à la condition féminine du Québec

Pour une image corporelle positive, agissons de la même façon avec les filles et les garçons !

Le projet vise à outiller les principaux.ales agent.e.s de socialisation des enfants de moins de 5 ans dans le but qu'ils adoptent des pratiques éducatives égalitaires favorisant le développement d'une image corporelle positive.

- Mise sur pied d'un comité consultatif composé de partenaires clés de la petite enfance au Québec
- Mise sur pied d'un groupe de travail formé d'expertes du développement de l'enfant, de l'image corporelle, de la socialisation et de l'éducation égalitaire
- Développement d'outils s'adressant aux gestionnaires et aux intervenant.e.s œuvrant dans le milieu de la petite enfance ainsi qu'aux parents d'enfants âgés de 5 ans et moins

À VENIR

Diffusion de la boîte à outils



ENRICHIR SES INTERVENTIONS EN SITUATION DE VIOLENCE ET D'INTIMIDATION EN LIEN AVEC LE POIDS ET L'APPARENCE PHYSIQUE

Financé par le ministère de la Famille du Québec

Le projet vise à outiller les intervenant.e.s œuvrant auprès d'adolescent.e.s à mieux intervenir lorsqu'ils.elles sont témoins d'une situation de violence ou d'intimidation en lien avec le poids.

- Sondage effectué auprès de **120** intervenant.e.s sur leurs besoins et défis rencontrés en lien avec des situations de violence et d'intimidation par rapport au poids

- **Développement de 5 nouveaux outils**

1. Pourquoi se préoccuper de la violence et de l'intimidation en lien avec le poids ?
2. Quel est mon rôle lorsque je suis témoin d'une situation de violence ou d'intimidation en lien avec le poids ?
3. Comment agir auprès du jeune qui subit de la violence ou de l'intimidation en lien avec son poids ?
4. Quoi répondre à un jeune qui dit vouloir modifier son poids afin de ne plus se faire intimider ?
5. Comment agir auprès du jeune qui commet de la violence ou de l'intimidation en lien avec le poids ?



DIFFUSION À VENIR EN OCTOBRE 2020

IMAGE CORPORELLE ET PRATIQUE D'ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES : CRÉER DES CONDITIONS GAGNANTES POUR LES JEUNES QUÉBÉCOIS.E.S

Financé par le ministère de l'Éducation du Québec

Ce projet vise à réaliser des activités de sensibilisation, de mobilisation et de transfert de connaissances en lien avec l'image corporelle et la pratique d'activités physiques chez les jeunes.

- Mise sur pied de comités consultatifs composés d'enseignant.e.s et de professionnel.le.s en éducation physique et à la santé en partenariat avec la Fédération des éducateurs et éducatrices physiques enseignants du Québec (FÉÉPEQ)
- Mise à jour du *Guide 5 pistes d'action pour favoriser une image corporelle positive à l'intention des enseignant.e.s en éducation physique et à la santé du primaire et du secondaire*
- Développement de nouveaux outils complémentaires à ce guide
- Codéveloppement de deux capsules vidéo de formation destinées aux moniteur.rice.s de camps d'été en collaboration avec la Fondation Tremplin Santé



À VENIR

- Diffusion du *Guide 5 pistes d'action pour favoriser une image corporelle positive à l'intention des enseignant.e.s en éducation physique et à la santé du primaire et du secondaire* ainsi que des outils complémentaires
- Diffusion des deux capsules vidéo destinées aux moniteur.rice.s de camps d'été
- Les résultats d'une collecte de données faite auprès des intervenant.e.s en sports et en loisirs afin de mieux connaître leurs perceptions et besoins en matière d'image corporelle
- La **9^e édition de la Semaine « Le poids ? Sans commentaire ! »** qui portera sur les conséquences des commentaires sur le poids et l'apparence en contexte de pratiques d'activités physiques

FAITS SAILLANTS

MÉDIAS SOCIAUX



BLOGUE MONÉQUILIBRE



EQUILIBRE.CA

Nouveau site Web equilibre.ca

- Mis en ligne le 8 novembre 2019
- Navigation plus intuitive
- Site transactionnel intégré via une boutique en ligne
- Interfaces au goût du jour

Depuis son lancement, plus de **160 000 visiteur.euse.s uniques** l'ont consulté !

EN RAFALE



« La mission d'ÉquiLibre m'interpelle grandement, et ce, année après année. Leur travail est essentiel d'autant plus qu'avec la situation actuelle (pandémie), on n'a jamais été autant connecté sur les réseaux sociaux. Cela fait en sorte qu'on est constamment soumis à une version magnifiée de l'apparence physique. Il faut demeurer vigilant.e et surtout bienveillant.e envers les autres et nous-mêmes. »

ÉquiLibre tient à remercier chaudement Marie Soleil Dion pour l'ensemble de son implication ainsi que son conjoint, Louis-Olivier Mauffette, pour sa participation à l'une de nos campagnes !



Marie Soleil Dion
Porte-parole

NOS FORMATIONS

ÉquiLibre est fort de près de 30 ans d'expertise en matière de formation, de prévention et d'intervention sur le poids et l'image corporelle.

- **Plus de 300 formations vendues en ligne**
- *Favoriser une image corporelle saine à l'adolescence* a été notre formation la plus populaire

« Très bonne formation pour ceux.celles qui travaillent au quotidien avec des jeunes et qui cherchent à les comprendre. »

– Elisabeth Dantas, enseignante

- *Poids et image corporelle : mieux comprendre pour mieux intervenir*

« Super formation que tout.e professionnel.le de la santé devrait suivre. Cette formation permet à la fois de prendre conscience des préjugés que nous entretenons à l'égard du poids et de découvrir des manières différentes de l'aborder avec notre clientèle. Une excellente manière de mieux intervenir en matière de poids et d'image corporelle dans la population générale. »

– Catherine Labelle, nutritionniste

MANDATS D'EXPERTISE

Collaboration

Instance Régionale d'Éducation et de Promotion de la Santé Nouvelle-Aquitaine : accompagnement avec *Like You*

Comités

- Table québécoise sur la saine alimentation
- Groupe de travail sur les normes sociales, Table québécoise sur la saine alimentation
- Groupe de travail sur la saine alimentation des 0-12 ans, Table québécoise sur la saine alimentation
- Comité de suivi de la stratégie parents du groupe de travail sur la saine alimentation des 0-12 ans, Table québécoise sur la saine alimentation
- Comité de l'axe 4 *Promouvoir un mode de vie physiquement actif et équilibré* de Montréal, métropole en santé
- Sous-comité 0-5 ans de l'axe 4 *Promouvoir un mode de vie physiquement actif et équilibré* de Montréal, métropole en santé
- Atelier de création de la vision de la trajectoire saine gestion du poids du CIUSSS Nord-de-l'Île-de-Montréal

Rédaction

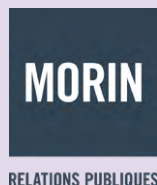
Participation à des articles pour Capsana

Présentations

- Échange sous le thème de la discrimination en lien avec l'image corporelle et le statut social — Panel image corporelle, dans le cadre de la rencontre des agent.e.s des services régionaux de soutien et d'expertise, table climat scolaire, violence et intimidation
- Activité d'accueil pour les étudiant.e.s nouvellement admis.es au baccalauréat en nutrition à l'Université de Montréal
- Conférence intitulée *Sensibilisation aux problèmes de poids et d'image corporelle chez les jeunes* dans le cadre du cours KIN 3043 — Promotion de l'activité physique en milieu scolaire à l'Université de Montréal

NOS PARTENAIRES

Partenaires philanthropiques



ÉquiLibre souhaite remercier chaleureusement ses partenaires philanthropiques pour leur générosité !

Partenaire financier principal



ÉquiLibre tient à remercier son partenaire financier principal. Son soutien est essentiel puisqu'il permet à l'organisme de réaliser pleinement sa mission !

Partenaire de réalisation

ÉquiLibre tient à remercier chaudement l'ensemble de ses partenaires de réalisation. Leur collaboration est indispensable et permet à l'organisme de réaliser une multitude de projets de qualité !

Bénévoles

- Alice La Rocque-Carrier
- Ariane Magny
- Maude Martinez
- Emily Santizo-Pépin

Stagiaires

- Marina Beshay, baccalauréat en nutrition — Université de Montréal
- Anabel Labrecque-Gilbert, baccalauréat en nutrition — Université de Montréal

Collaborateur.rice.s invité.e.s – expert.e.s blogueur.euse.s pour monÉquilibre

- Jean-François Beauchamp, kinésologue
- Noémie Carbonneau, professeure-chercheuse en psychologie
- Dominique Champagne, kinésologue
- Jo-Anne Gilbert, docteure en kinésiologie
- Karine Gravel, nutritionniste et docteure en nutrition
- Julia Lévy-Ndejuru, nutritionniste
- Judith Petitpas, travailleuse sociale
- Caroline Trudeau, nutritionniste

Membres du comité consultatif du projet *Favoriser une image corporelle positive afin de lutter contre les stéréotypes sexuels*

- Marie-Ève Blackburn, Ph. D., chercheuse — ÉCOBES-Recherche et transfert du Cégep de Jonquière | cotitulaire — Chaire de recherche VISAJ
- Sophie Bourque, conseillère pédagogique — dossier climat scolaire, violence et intimidation | éducation à la sexualité — Commission scolaire de Montréal
- Marie-Élaine de Tilly, sexologue, conseillère pédagogique à l'éducation à la sexualité — Commission scolaire de la Pointe-de-l'Île
- Marie-Pierre Drolet, Dt.P. — Commission scolaire de Montréal
- Michelle Giguère-Tomei, stagiaire au baccalauréat en sexologie — Université du Québec à Montréal
- Sylvie Labrecque, T.S., agente de développement, promotion-prévention scolaire — Direction de santé publique, CISSS de Laval
- Pascale Lemaire, conseillère pédagogique en éducation à la sexualité — Commission scolaire Marguerite-Bourgeoys
- Isabelle Lepage, sexologue, conseillère pédagogique en éducation à la sexualité — Commission scolaire de Montréal
- Tania St-Laurent Boucher, sexologue, agente de développement en éducation à la sexualité — Commission scolaire de Saint-Hyacinthe

Membres du comité consultatif du projet *Pour des pratiques éducatives égalitaires qui favorisent une image corporelle positive à la petite enfance*

- Lyne Brière, directrice générale — Centre éducatif sous les arbres
- Annie Dufour, directrice adjointe — Conseil québécois des services éducatifs à la petite enfance

- Marion Ehly, coordonnatrice — Vie associative, Association des haltes-garderies communautaires du Québec
- Philippe Grand, chef d'équipe — Saine alimentation, Association québécoise des centres de la petite enfance
- Estelle Huard, directrice générale — Espace Famille Villeray
- Andrée-Ann Legris, directrice générale — CPE Le Petit Sentier
- Nathalie Morin, directrice — Bureau coordonnateur, CPE-BC Lieu des petits
- Geneviève Rheault, agente de planification, programme, recherche — Équipe promotion-prévention populationnelle, Direction de santé publique, CISSS de Laval
- Marie Rhéaume, directrice générale — Réseau pour un Québec Famille

Membres du groupe de travail du projet *Pour des pratiques éducatives égalitaires qui favorisent une image corporelle positive à la petite enfance*

- Annie Aimé, chercheuse — Département de psychoéducation et de psychologie, Université du Québec en Outaouais
- Justine Pronovost, conseillère en pédagogie — Association québécoise des CPE
- Marie-Michèle Ricard, psychoéducatrice et psychothérapeute | cofondatrice et copropriétaire — clinique IMAVI | professeure — Département de psychologie, cégep de l'Outaouais | auteure
- Tania St-Laurent Boucher, sexologue spécialisée en éducation à la sexualité auprès des enfants et adolescents

Membres du comité consultatif du projet *Enrichir ses interventions en situation de violence et d'intimidation en lien avec le poids et l'apparence physique*

- Annie Aimé, professeure — Département de psychoéducation et de psychologie, Université du Québec en Outaouais | cofondatrice — clinique IMAVI
- Claire Beaumont, chercheuse et professeure titulaire — Département d'études sur l'enseignement et l'apprentissage, Université Laval
- Sylvie Bourgeois, agente de soutien régional pour le dossier climat scolaire positif, violence et intimidation — régions de Laval, Lanaudière et des Laurentides
- Isabelle Daoust, enseignante en adaptation scolaire au secondaire — Commission scolaire Marguerite-Bourgeoys
- Dominique Haineault, psychoéducateur — Services éducatifs, Commission scolaire de Laval (dossier climat scolaire) | chargé de cours — École de psychoéducation, Université de Montréal

- Yves G. Jalbert, spécialiste de contenu — Association pour la santé publique du Québec (ASPQ)
- Caroline Leblanc, conseillère pédagogique — Commission scolaire de la Seigneurie-des-Mille-Îles
- Marie-May Martel, nutritionniste-diététiste en promotion des saines habitudes de vie volet jeunesse — Direction de santé publique, CISSS de Lanaudière
- Caroline Michaud, nutritionniste-diététiste | conseillère en promotion de la santé — Direction de santé publique, CISSS de Lanaudière

Membres du comité consultatif du projet *Maman bien dans sa peau, bébé en santé (volet postnatal)*

- Sarah Baribeau, kinésiologue-kinésithérapeute, M. Sc. Kinésiologie | fondatrice propriétaire — Bougeotte et Placotine
- Sylvie Blais, infirmière clinicienne — Direction programme jeunesse, CISSS de Lanaudière, CLSC Meilleur
- Stéphanie Desmecht, psychologue — Clinique psychoalimentaire et CISSS de la Montérégie-Centre, Hôpital Charles-Le Moyne
- Isabelle Dubé, Dt.P., nutritionniste — Dispensaire diététique de Montréal
- Mylène Duplessis Brochu, Dt.P., M. Sc., nutritionniste — Fondation Olo
- Maryse Durand, Dt.P., nutritionniste — Famille-Enfance, CISSS de l'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
- Anne-Sophie Morisset, Dt.P., Ph. D., professeure adjointe — École de nutrition, Université Laval | chercheuse — Centre de recherche CHU de Québec, Université Laval et Centre NUTRISS, INAF, Université Laval
- Véronique Provencher, Dt.P. Ph. D., professeure titulaire — École de nutrition de l'Université Laval | chercheuse — Centre NUTRISS, INAF
- Julie Robitaille, Dt.P., Ph. D., professeure titulaire | directrice — programme de nutrition, École de nutrition, Université Laval | chercheuse — Centre NUTRISS, INAF et CHU de Québec, Université Laval

Membres du comité consultatif du projet *Promouvoir une représentation saine et diversifiée du corps auprès de l'industrie de l'image et des Québécois.e.s*

- Sonya Bacon, directrice générale — agence Kabane
- Mickaël Bergeron, journaliste, animateur et réalisateur
- Marie-Ève Faust, directrice et professeure — École supérieure de mode, École des sciences de la gestion, Université du Québec à Montréal
- Pascale Lavache, mannequin taille plus — agence Folio | blogueuse — lookdujour.ca

- Marie-Christine Noël, reporter vidéo — Bureau d'enquête, Québecor
- Joanie Pietracupa, rédactrice en chef multiplateforme — magazines VÉRO et ELLE Québec

Membres des comités consultatifs du projet *Image corporelle et pratique d'activités physiques et sportives : créer des conditions gagnantes pour les jeunes québécois.e.s* – Volet éducation physique et à la santé

- Diane Archambault, conseillère pédagogique — Commission scolaire Marguerite-Bourgeoys
- Émilie Beaudoin, enseignante en éducation physique et à la santé — école secondaire Mont-de-La Salle, Commission scolaire de Laval
- Félix Berrigan, professeur — Faculté des sciences de l'activité physique, Université de Sherbrooke
- Lucie Boutin, enseignante en éducation physique et à la santé — école Jardins-des-Lacs, Commission scolaire de la Région-de-Sherbrooke
- Dominique Champagne, kinésologue
- Marie-Pierre Cormier, enseignante en éducation physique et à la santé — *Richmond Regional High School, Eastern Townships School Board*
- Kevin Croft, enseignant en éducation physique et à la santé — école du Versant, Commission scolaire des Draveurs
- Stéphanie Deschamps, enseignante en éducation physique et à la santé — école Paul-Chagnon, Commission scolaire Marie-Victorin
- Jean-Claude Drapeau, chargé de projet — Fédération des éducateurs et éducatrices physiques enseignants du Québec (FÉÉPEQ)
- Vicky Drapeau, professeure agrégée — Département d'éducation physique, Université Laval
- Karine Gravel, Dt.P, Ph. D, formatrice — ÉquiLibre (expertise en alimentation intuitive)
- Johanne Grenier, professeure — Département des sciences de l'activité physique, Université du Québec à Montréal
- Élise Lapointe, enseignante en éducation physique et à la santé — école Katimavik, Commission scolaire Marguerite-Bourgeoys
- Yves Latour, conseiller pédagogique — Commission scolaire Marie-Victorin
- Geneviève Leduc, conseillère principale aux programmes — Fillactive
- Véronique Marchand, directrice générale — Fédération des éducateurs et éducatrices physiques enseignants du Québec (FÉÉPEQ)
- Isabelle Marois, enseignante en éducation physique et à la santé — collège Saint-Joseph de Hull

- Mathieu Martel, conseiller pédagogique — Commission scolaire des Patriotes
- Guillaume Morin, enseignant en éducation physique et à la santé — école du Phare, Commission scolaire de la Côte-du-Sud
- Pascale Morin, professeur — Faculté des sciences de l'activité physique, Université de Sherbrooke
- Jean-Maxime Robillard, conseiller pédagogique — Commission scolaire des Samares
- Prescilla Routhier, étudiante à la maîtrise en nutrition — Université de Montréal
- Andrée-Anne Trudelle, enseignante en éducation physique et à la santé — collège Mont-Saint-Louis

Membres ayant collaboré au codéveloppement des capsules vidéo de formation destinées aux moniteur.ice.s de camps d'été en collaboration avec la Fondation Tremplin Santé

- Annie Aimé, professeure — Département de psychoéducation et de psychologie, Université du Québec en Outaouais | cofondatrice — clinique IMAVI
- Alexandre Baril, chargé de projet — Sport'Aide
- Sylvain Croteau, directeur général — Sport'Aide
- Geneviève Leduc, conseillère principale aux programmes — Fillactive

Membres du jury du Prix ÉquiLibre 2020

Représentant.e.s de l'industrie de l'image

- Cynthia Boucher, propriétaire — Vêtements Mandala
- Pascale Lavache, mannequin et blogueuse — Look du Jour
- Laurence Lafond et Jeanne Lebel, copropriétaires — J3L Lingerie (gagnantes du Prix ÉquiLibre 2019)
- Stéphane Leduc, animateur et commissaire — Festival Mode & Design | éditeur en chef — Dress To KILL Magazine | directeur pédagogique — École ProMédia | professeur — École supérieure de mode de l'ESG, Université du Québec à Montréal
- Alexandre Turcotte, créateur de contenu et gestionnaire web | rédacteur en chef du guide urbain montréalais Nightlife.ca et du blogue masculin Ton Barbier | Lance Projet Longueuil | Festival Mode & Design

Représentant.e.s de la jeunesse

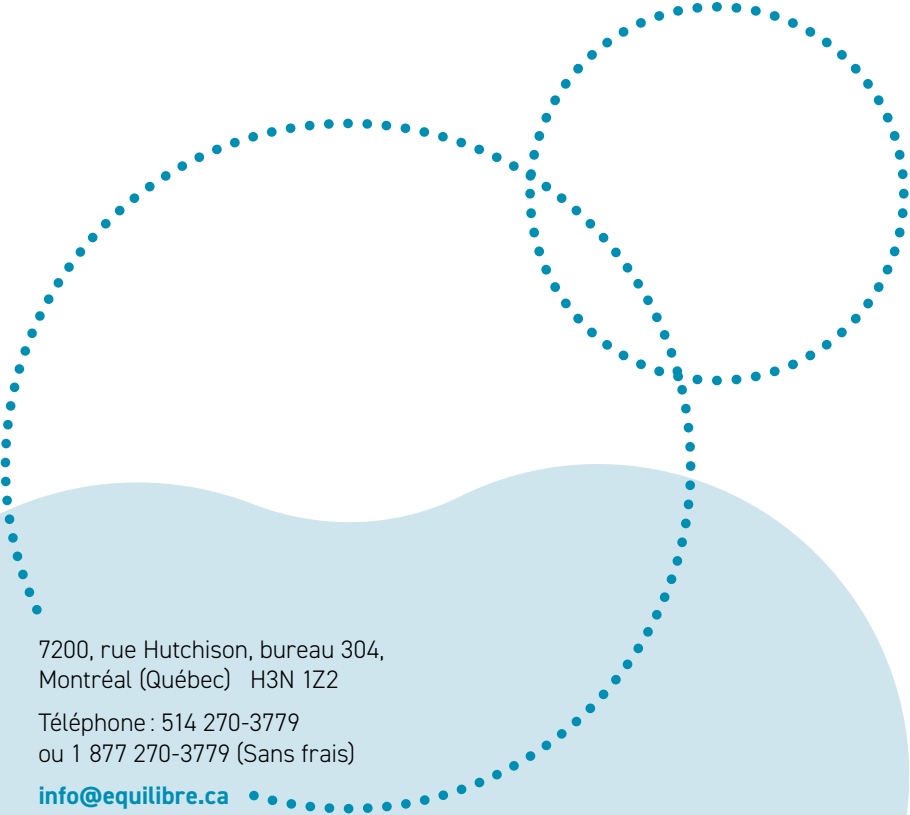
- Emmanuelle Meloche, 16 ans
- Yasmina Leclerc-Merouani, 15 ans
- Noé Poblete, 15 ans
- Delphine Robitaille, 15 ans
- Marilou Bayard Trépanier, 17 ans

Partenaires de diffusion

- Alliance sherbrookeoise pour des jeunes en santé
- Anorexie et boulimie Québec
- Arrimage Estrie
- Association pour la santé publique du Québec
- Association québécoise des enseignantes et des enseignants du primaire
- Bien avec mon corps
- Boscoville
- Capsana
- Carrefour Éducation
- Centre de santé communautaire du Grand Sudbury
- Citoyenneté jeunesse
- Coalition des familles LGBT
- Coalition Poids
- Cynthia Marcotte, nutritionniste
- Direction de santé publique de la Montérégie
- Direction de santé publique du centre intégré de santé et de services sociaux de Laval
- Dispensaire diététique de Montréal
- Dose de psy
- Éditions Somme toute
- Égale Action
- ELLE Québec
- Enseigner l'égalité
- Ensemble pour le respect de la diversité
- Fédération des commissions scolaires du Québec
- Fédération des comités de parents du Québec
- Fédération des kinésologues du Québec
- Fédération québécoise des centres communautaires et de loisirs
- Fillactive
- Fondation OLo
- Fondation Tremplin Santé
- Grossophobie.ca
- Groupe entreprises en santé
- HabiloMédias
- IMAVI
- Karine Gravel, nutritionniste et docteure en nutrition
- L'Actuelle, le magazine officiel des Cercles de Fermières du Québec
- La Tranchemontagne
- Le Cahier
- LigneParents
- Magazine VÉRO
- Maipoils
- Maison l'Éclaircie
- Metafilms

- Montréal Métropole en santé
- Mouvement santé mentale du Québec
- Nutrition positive
- Ordre professionnel des diététistes du Québec
- Ordre professionnel des sexologues du Québec
- Regroupement des Auberges du cœur du Québec
- Regroupement des écoles de la rue accréditées du Québec
- Regroupement des maisons des jeunes du Québec
- Regroupement des organismes communautaires autonomes jeunesse du Québec
- Regroupement des organismes communautaires québécois de lutte au décrochage
- Regroupement des organismes communautaires québécois pour le travail de rue
- Sport'Aide
- Tel-jeunes
- Ton Petit Look
- Vifa Magazine
- Y des femmes de Montréal
- YMCA du Québec
- Zéro Cliché

MERCI !



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

Téléphone : 514 270-3779
ou 1 877 270-3779 (Sans frais)

info@equilibre.ca

equilibre.ca



.....
équilibré 