

Le Prix ÉquiLibre évolue et devient *Dixversité* : une nouvelle formule pour célébrer la diversité corporelle

Alors qu'une personne sur quatre (26 %) admet ne pas apprécier les caractéristiques différentes et uniques de son corps, ÉquiLibre mise sur la valorisation de la diversité corporelle et des initiatives positives qui y contribuent avec Dixversité

Montréal (QC), le 10 mars 2025 - Depuis sa création en 2011, le Prix ÉquiLibre a mis en lumière des projets inspirants qui soutiennent la diversité corporelle au Québec. Son objectif était clair : valoriser l'acceptation de la diversité corporelle et inspirer d'autres initiatives à suivre le mouvement. Aujourd'hui, pour mieux s'adapter aux nouvelles réalités et maximiser son impact, cette campagne évolue et devient *Dixversité*.

Avec *Dixversité*, ÉquiLibre lance une formule mensuelle et dynamique. Chaque dixième jour du mois, des initiatives inspirantes valorisant la diversité corporelle seront mises de l'avant sur les plateformes sociales d'ÉquiLibre. Cette nouvelle formule permettra d'offrir une visibilité à un plus grand nombre de projets au cours de l'année, tout en renforçant leur présence sur les médias sociaux.



« Avec *Dixversité*, nous souhaitons offrir une plus grande vitrine aux initiatives qui valorisent la diversité corporelle. En faisant rayonner plusieurs projets annuellement, nous permettons à davantage d'acteur.rice.s de partager leur engagement et d'inspirer un véritable changement de société. Cette nouvelle approche nous permet d'avoir un impact continu et renouvelé tout au long de l'année », souligne Andrée-Ann Dufour Bouchard, nutritionniste et porte-parole d'ÉquiLibre.

Répondre au poids des normes par des initiatives inspirantes

Les impacts du modèle unique de beauté sont bien réels, comme en témoigne le fait que 20 % des personnes disent que les standards de beauté véhiculés dans les médias et sur les réseaux sociaux les font douter de leur valeur comme personne, selon un sondage mené



par la firme Léger (2024)¹. Dans un tel contexte, il est essentiel de promouvoir des initiatives qui encouragent la diversité corporelle et l'acceptation de soi. Les gens sont de plus en plus à la recherche de projets inspirants qui offrent un contrepoids à cette pression sociétale omniprésente et qui valorisent plutôt une représentation de la variété naturelle de tous les corps. C'est précisément ce que *Dixversité* souhaite offrir : un espace où chaque corps est célébré, au-delà des standards de « beauté » imposés.

À propos d'ÉquiLibre

ÉquiLibre a comme mission de favoriser le développement d'une image corporelle positive chez les individus et de créer des environnements inclusifs qui valorisent la diversité corporelle, par des actions de sensibilisation et de soutien au changement de pratiques. L'organisme propose entre autres une multitude d'outils de sensibilisation et d'intervention, des conférences, des formations continues et plus encore.

– 30 –

Pour obtenir plus d'informations ou pour planifier une entrevue, veuillez communiquer avec :

Capital-Image

Camille Gagnon, conseillère

514-518-2681

cgagnon@capital-image.com

¹ Léger pour le compte d'ÉquiLibre. (2024) Préoccupations envers le poids, l'alimentation et la pratique d'activité physique. Sondage réalisé du 8 au 22 octobre 2024 auprès de 1 804 Québécois.es âgé.e.s de 14 ans et plus.