

# La HiC

La Charte québécoise  
pour une image corporelle  
saine et diversifiée

L'image corporelle véhiculée dans l'espace public et médiatique a une influence sur l'image personnelle, sur l'estime de soi et, indirectement, sur la santé de la population. **Nous reconnaissons** que les idéaux de beauté basés sur la minceur extrême peuvent nuire à l'estime personnelle, particulièrement chez les filles et les femmes. **Nous croyons** que les comportements alimentaires et les pratiques de contrôle du poids sont influencés par des facteurs tant biologiques que psychologiques, familiaux et socioculturels. **Nous préconisons** l'engagement des partenaires de tous les milieux, gouvernementaux, associatifs et corporatifs pour, ensemble, contribuer à faire diminuer les pressions socioculturelles au bénéfice d'une société saine et égalitaire. **Nous avons la conviction** que les secteurs de la mode, de la publicité et des médias peuvent assumer un véritable leadership par leur vitalité et leur créativité afin d'exercer une influence positive sur le public. **Nous désirons** suivre le courant international du milieu de la mode dans ses initiatives de conscientisation sur les problèmes liés à la préoccupation excessive à l'égard du poids, à l'anorexie nerveuse et à la boulimie. **Nous avons résolu**, à l'instigation de la ministre de la Culture, des Communications et de la Condition féminine, de participer collectivement à la rédaction de cette charte et de lancer un appel à l'action pour transmettre, dans notre collectivité, une image corporelle saine et diversifiée.

**En conséquence, nous souscrivons** à la vision d'une société au sein de laquelle la diversité des corps est valorisée et c'est pourquoi **nous, personnes soussignées, dans le cadre de nos missions respectives, nous engageons à :**

1. **Promouvoir** une diversité d'images corporelles comprenant des tailles, des proportions et des âges variés.
2. **Encourager** de saines habitudes autour de l'alimentation et de la régulation du poids corporel.
3. **Dissuader** les comportements excessifs de contrôle du poids ou de modification exagérée de l'apparence.
4. **Refuser** de souscrire à des idéaux esthétiques basés sur la minceur extrême.
5. **Garder** une attitude vigilante et diligente afin de minimiser les risques d'anorexie nerveuse, de boulimie et de préoccupation malsaine à l'égard du poids.
6. **Agir** à titre d'agents et d'agentes de changement afin de mettre de l'avant des pratiques et des images saines et réalistes du corps.
7. **Faire connaître la Charte québécoise pour une image corporelle saine et diversifiée** auprès de nos partenaires, de nos clientèles et de nos relations professionnelles tout en participant activement à l'adhésion à ses principes et à leur respect.