

# La CHIC

La Charte québécoise  
pour une image corporelle  
saine et diversifiée

## Troisième bilan

du *Plan d'action pour la mise en œuvre 2010-2013*

au 31 mars 2014

# Mise en contexte

En octobre 2009, le gouvernement du Québec dévoilait la Charte québécoise pour une image corporelle saine et diversifiée (CHIC). Issue d'une collaboration entre le gouvernement et les milieux de la mode, de la publicité, des médias, de la musique et de la vidéo, la CHIC se veut un premier pas vers un engagement collectif volontaire visant à faire diminuer les pressions socioculturelles naissant des idéaux de beauté basés sur la minceur extrême et à favoriser une société saine et égalitaire.

Un plan d'action pour la mise en œuvre 2010-2013 de la CHIC a été déposé le 17 décembre 2010. Ce plan cible principalement les jeunes, en priorité les jeunes filles âgées de 14 à 17 ans, puisque celles-ci sont plus vulnérables aux effets négatifs de l'exposition à des images de minceur extrême.

Le plan est porté par différents ministères (de l'Éducation, du Loisir et du Sport (MELS); de la Santé et des Services sociaux (MSSS); des Finances et de l'Économie du Québec (MFEQ), le Secrétariat à la condition féminine (SCF)), les membres du comité de travail et des partenaires. Son implantation a conduit à diverses réalisations. Deux bilans, couvrant respectivement les années 2010-2011 et 2012, ont été déposés antérieurement.

Le présent bilan fait état des principales activités réalisées entre le 1er janvier 2013 et le 31 mars 2014, puisqu'il a été convenu de prolonger le Plan d'action de la CHIC jusqu'au 31 mars 2015, pour correspondre aux dates de référence du Plan d'action gouvernemental pour l'égalité entre les femmes et les hommes 2011-2015.

# Abréviations et sigles

<b>ANEB Québec :</b>	Anorexie et boulimie Québec
<b>CHIC :</b>	Charte québécoise pour une image corporelle saine et diversifiée
<b>CRCHUM :</b>	Centre de recherche du Centre hospitalier de l'Université de Montréal
<b>CSSS :</b>	Centre de santé et de services sociaux
<b>INSPQ :</b>	Institut national de santé publique du Québec
<b>MELS :</b>	Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport
<b>MFEQ :</b>	Ministère des Finances et de l'Économie du Québec
<b>MSSS :</b>	Ministère de la Santé et des Services sociaux
<b>RQASF :</b>	Réseau québécois d'action pour la santé des femmes
<b>SCF :</b>	Secrétariat à la condition féminine

# Orientation 1 :

## Pour des jeunes sensibilisés, informés et engagés sur la question de l'image corporelle

### Voici différentes actions entreprises pour sensibiliser les jeunes :

**Sensibilisation des milieux de l'éducation et de la santé :** Présentation du deuxième bilan de la CHIC et de diverses ressources disponibles en lien avec l'image corporelle aux responsables régionaux de l'approche *École en santé* et des services éducatifs complémentaires, aux directeurs régionaux du MELS et aux directions de santé publique des 18 agences de la santé et des services sociaux afin qu'ils transmettent cette information aux commissions scolaires, aux membres des équipes Famille-Enfance-Jeunesse des CSSS et aux conseillères et conseillers Kino-Québec.

**Concours « Défilez sans cliché » 2013 :** Le concours « Défilez sans cliché », tenu du 7 mai au 16 juin 2013 par ÉquiLibre, a permis à 161 jeunes âgés de 14 à 17 ans de s'exprimer, au moyen d'une vidéo ou d'un texte, sur les représentations du corps qu'ils souhaitent voir dans l'industrie de la mode, des médias et de la publicité. Les quinze lauréates et lauréats ont été choisis par un jury et ont mérité une participation au défilé de la diversité corporelle du Festival Mode & Design Montréal 2013. Les œuvres gagnantes sont disponibles sur le site [www.derrierelemiroir.ca](http://www.derrierelemiroir.ca).

**Défilé de la diversité corporelle :** Le Festival Mode & Design Montréal 2013, organisé par Sensation Mode, a présenté le quatrième défilé de la diversité corporelle mettant en vedette les quinze lauréates et lauréats du concours « Défilez sans cliché », provenant de huit régions du Québec. Une centaine de jeunes et leur famille ont assisté au défilé qui se tenait sur l'esplanade de la Place Ville-Marie, à Montréal.

**Atelier « Pour une mode en santé! L'image des femmes dans la publicité mode et les médias! Enjeux sociaux et de santé » :** L'atelier, conçu par le RQASF, vise à sensibiliser les étudiantes et les étudiants des programmes Design de mode et Commercialisation de la mode, de niveau collégial, à l'importance de promouvoir une image corporelle saine et diversifiée. Trois écoles de mode du Québec ont offert l'atelier entre le 1<sup>er</sup> janvier 2013 et le 31 mars 2014, rejoignant ainsi près de 150 étudiantes et étudiants. Différents moyens de diffusion de l'atelier sont utilisés par les établissements d'enseignement. Par exemple, le Campus Notre-Dame-de-Foy a intégré le contenu tout au long d'une session, allant jusqu'à organiser une tournée dans trois écoles secondaires de la région de Québec pour sensibiliser les jeunes aux principes de la CHIC et à tenir trois défilés de mode à Laurier Québec présentant de jeunes mannequins aux silhouettes variées.

**Concours « L'égalité à l'œuvre » :** Des artistes professionnels dans le domaine du cinéma et de la vidéo ont été invités par le SCF à s'adresser à un public âgé de 9 à 13 ans afin de le sensibiliser à la question de l'égalité sous le thème « L'image corporelle véhiculée par les médias : quels effets sur les jeunes? ». Trois courts métrages ont été retenus parmi les productions des six participantes et participants. Ceux-ci ont été diffusés sur le Web où les jeunes pouvaient voter pour celui qu'ils préféreraient. Plus de 3 000 votes ont été enregistrés. L'œuvre gagnante, intitulée *Tu es parfait-e*, montre comment réagissent les jeunes et leurs parents lorsqu'on leur soumet des images de corps idéaux telles qu'elles sont véhiculées par les médias. La vidéo transmet un message positif, qui valorise l'unicité de chacun. D'ailleurs, ce court métrage a été en nomination dans plusieurs festivals. La vidéo lauréate et celles des deux autres finalistes sont disponibles sur le site du SCF et sur YouTube.

**Prix IMAGE/in :** La troisième édition du Prix IMAGE/in, créé par ÉquiLibre, s'est tenue au printemps 2013. Ce sont 6 133 jeunes qui ont voté pour l'initiative du monde de la mode, des médias et de la publicité qui répondait le mieux aux principes de la CHIC, soit de favoriser des formats corporels diversifiés lors de la diffusion d'images dans les médias. Le prix a été remis au magazine *Cool!* pour le concours « Mannequins d'un jour » qui permet chaque mois à une jeune fille de 12 à 16 ans de jouer les mannequins, peu importe sa taille ou son poids.

**Campagne « Derrière le miroir » :** Un nombre record de jeunes ont participé activement à l'édition 2013-2014, soit plus de 17 000. Cette campagne d'ÉquiLibre les invite à remettre en question le modèle unique de beauté et à participer activement au changement des normes sociales en ce qui regarde les modèles de beauté, le culte du corps et les préjugés entourant l'obésité.

**NXRMAL DE PAS ÊTRE NXRMAL :** Soutenu par ÉquiLibre, ce mouvement par et pour les jeunes prend position en faveur de la diversité corporelle et de l'acceptation de son corps. Près de 3 000 jeunes sont fans de sa page Facebook.

**Bourse IMAGE/in :** Née d'un partenariat entre ÉquiLibre et la Fondation de la mode de Montréal, la Bourse IMAGE/in a été remise pour la première fois lors de la 24<sup>e</sup> soirée-bénéfice de la Fondation à une étudiante en mode s'étant démarquée par ses idées et ses projets mettant en valeur la diversité corporelle. Plus de 1 300 invités du monde de la mode et de celui des affaires étaient présents.

**Les professionnelles et professionnels sensibilisés aux occasions suivantes viennent principalement des milieux de l'enseignement, de la nutrition, du travail social, de l'intervention jeunesse, des soins infirmiers, de la psychologie, de la kinésiologie, de la physiothérapie, de la sexologie, de la santé en général (physique et mentale) :**

**Grand rassemblement de Québec en Forme (19-20 mars 2013) :** Des présentations sur la norme sociale relative au poids et à l'image corporelle ont, notamment, été offertes à une soixantaine de personnes.

**Journée internationale sans diète (6 mai 2013) :** Sous le thème « Les régimes ne font pas le poids : mange, vis, aime », la campagne ciblait les femmes de tout âge sur les thématiques de l'image corporelle et des dangers associés aux régimes amaigrissants.

**La semaine « Le poids? Sans commentaire! » (11 au 15 novembre 2013) :** Deuxième édition de cette semaine thématique lancée par ÉquiLibre et ANEB Québec qui a pour but de sensibiliser la population sur le fait que les commentaires ayant trait au poids sont trop présents dans notre quotidien. Ceux-ci peuvent contribuer à augmenter l'insatisfaction corporelle en renforçant les normes sociales de la minceur.

**Forums sur l'hypersexualisation (janvier et février 2014) :** Le SCF a tenu deux forums sur l'hypersexualisation destinés aux intervenantes et aux intervenants des milieux de l'éducation et de la santé. Plus de 200 personnes y ont participé.

**Répertoire Saines habitudes de vie (Conseil québécois sur le poids et la santé) :** Mise en ligne d'un répertoire présentant près de 1 000 outils, services et organismes québécois actifs dans la sphère des saines habitudes de vie.

#### **Formation :**

- ÉquiLibre a tenu plusieurs ateliers de formation, tels : « Intervenir sur le poids et l'image corporelle à l'adolescence », « Intervenir en CSSS avec le programme Choisir de maigrir? », « L'acte alimentaire », « Intervenir sans nuire », « Hyperphagie boulimique : comprendre pour mieux dépister », et diffusé le programme « Bien dans sa tête, bien dans sa peau », qui ont permis de rejoindre plus de 600 professionnelles et professionnels des milieux de l'éducation et de la santé.
- Howard Steiger, psychologue et chef du programme des troubles de l'alimentation de l'Institut Douglas, a offert huit séances de formation sur les troubles de l'alimentation à des intervenantes et à des intervenants du milieu de la santé.

Ces activités de promotion de la CHIC ont contribué à l'adhésion de nouveaux signataires sur le microsite [www.jesigneonline.com](http://www.jesigneonline.com). Jusqu'à maintenant, 24 000 personnes ont adhéré aux 7 principes de la CHIC.

## Orientation 2 :

### Pour un engagement concret de l'industrie

#### Plusieurs gestes concrets de la part des membres du comité de travail et de l'industrie de l'image ont été accomplis, notamment :

**Grande Braderie de mode québécoise de Québec :** Promotion de la CHIC auprès d'une centaine de visiteurs lors de l'édition printanière.

**5 à 7 Signatures québécoises (23 avril 2013) :** Défilé de mode présentant des mannequins d'origine culturelle, de taille et d'âge diversifiés, dans le cadre du Festival Québec Mode.

**Journée sans maquillage (24 avril 2013) :** *Elle Québec*, en collaboration avec *Canal Vie*, *VRAK.TV* et *Rouge fm*, a lancé la quatrième édition de la Journée sans maquillage.

**Magazine Clin d'œil :** Spécial sur l'acceptation de son corps dans l'édition de mai 2013.

**Magazine Elle Québec :** La mannequin taille plus, Justine Legault, a fait la une de l'édition de mai 2013; spécial sur la Journée sans maquillage.

**Melow par Mélissa Bolduc (27 août 2013) :** La designer Mélissa Bolduc a réalisé le troisième défilé de mode « Melow, saine et diversifiée! » regroupant des personnalités publiques québécoises de formats corporels différents. Les profits ont été versés à ANEB Québec.

**Sensation Mode :** Au cours du Festival Mode & Design Montréal 2013, Sensation Mode a présenté le quatrième défilé de la diversité corporelle, mettant en vedette les quinze lauréates et lauréats du concours « Défilez sans cliché ».

**Télé-Québec :** Des sujets reliés à l'image corporelle et au poids ont été abordés dans différentes émissions. En 2013, *Une pilule, une petite granule*, *Tactik 6*, *Légitime dépense*, *Le code Chastenay* et *Ça vaut le coût* ont traité de ces thématiques.

**En plus d'Anne de Shalla et de Mélissa Bolduc, d'autres designers choisissent des mannequins de taille, de grandeur et d'âge variés.** Notamment : Marie-Josée Bergeron, Lise-Marie Cayer pour Voyou, Christiane Garant pour Myco Anna, Béatrice Calmel pour Musky, Louise Daoust pour Lili-les-Bains, Lysa Jobin pour Alysé & Collections, Marie-Claude Poulin pour la griffe MariClod et Gabrielle Tousignant pour Kollontai.

## Orientation 3 :

### Pour un rayonnement et des échanges au Canada et à l'échelle internationale

#### La CHIC a rayonné au Québec, au Canada et à l'échelle internationale, par l'intermédiaire de différents partenaires :

Les sept délégations générales du Québec à l'étranger ont été sensibilisées à la CHIC par l'entremise d'une lettre signée par le MFEQ.

Le MFEQ a également introduit la clause suivante aux contrats à intervenir entre le Ministère et ses prestataires de services : *Les Prestataires de services s'engagent à ne pas retenir les services de mannequins d'extrêmes*



maigreurs. À cet effet, le Ministère encourage les Prestataires de services à recourir, lorsque cela est possible, aux services de mannequins présentant une bonne diversité de tailles, d'âges et d'ethnies.

Un état de situation sur la CHIC a été présenté à la Table de concertation de l'industrie du vêtement du MFEQ en février 2013.

Des personnalités publiques, telles Marie-Claude Savard (animatrice-chroniqueuse, journaliste et coprésidente du comité de la CHIC) et Léa Clermont-Dion (co-initiatrice de la CHIC), ont accordé des entrevues dans les médias.

Des présentations ont été faites au Québec et à l'étranger par Howard Steiger (Institut Douglas et coprésident du comité de la CHIC), Lise Gauvin (CRCHUM), Fannie Dagenais (ÉquiLibre), Marie-Claude Paquette (INSPQ), Gérald Baril (INSPQ), Gina Morency (SCF) et Karine Dumais (SCF).

La CHIC a été mentionnée dans le livre *La revanche des moches*, de Léa Clermont-Dion.

## Orientation 4 :

### Pour un suivi systématique et le maintien de la crédibilité de la CHIC

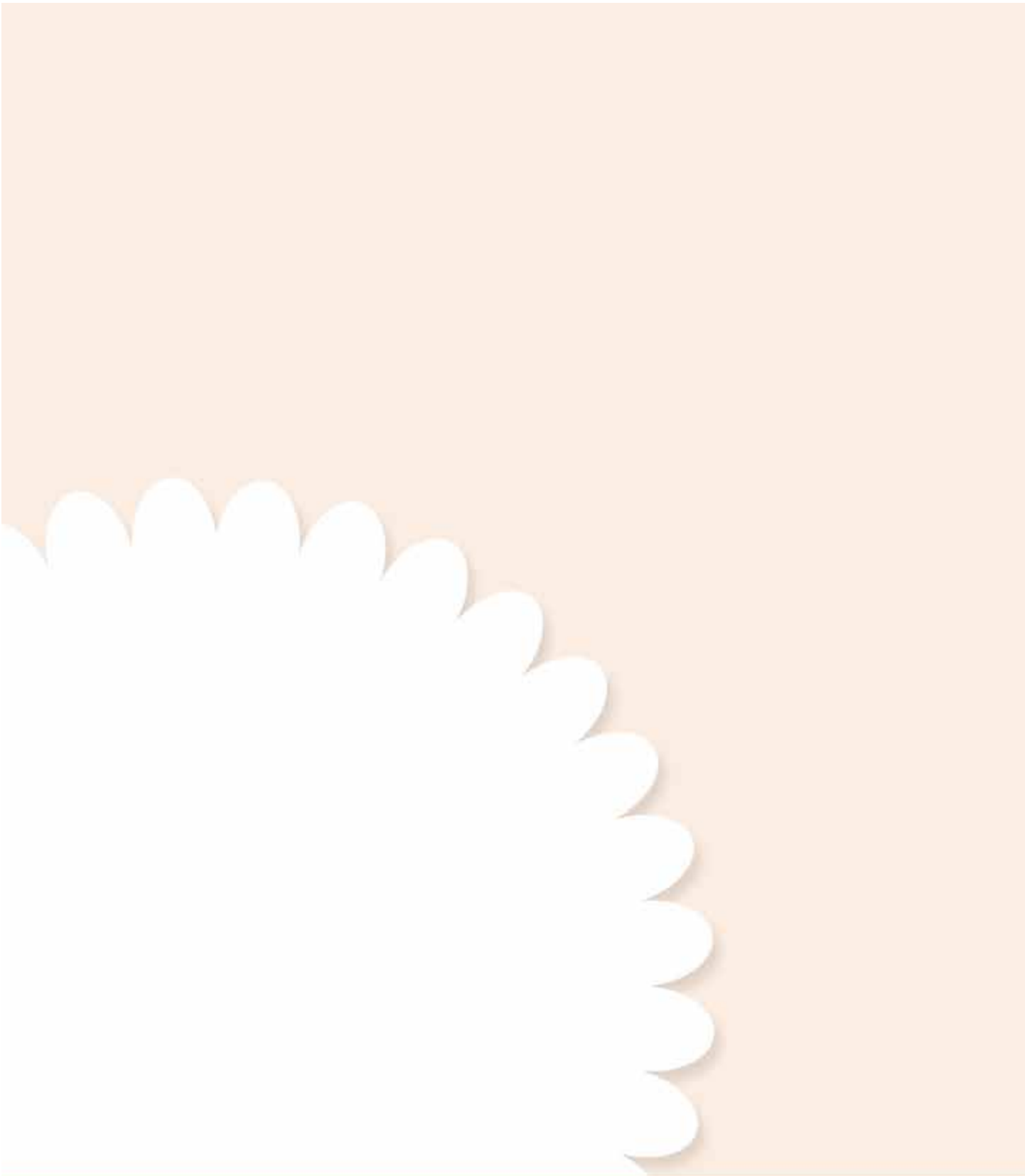
#### **Le suivi systématique de la CHIC a été assuré avec la collaboration de chacun des membres et des partenaires :**

Chacun des ministères engagés dans le plan d'action de la CHIC a participé à la reddition de comptes pour la période du 1<sup>er</sup> janvier 2013 au 31 mars 2014.

Dans le cadre du *Plan ministériel d'enquêtes sociales et de santé*, des données sur le poids, l'image corporelle, l'estime de soi et les troubles de conduite alimentaire diagnostiqués ont été colligées, en 2010-2011, grâce à l'*Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire – Cycle 1*. Un premier rapport portant sur la santé physique et les habitudes de vie a été publié en octobre 2012. Un second, concernant la santé mentale et l'adaptation sociale des jeunes, en mai 2013. Les résultats de ce dernier indiquent notamment :

- que les garçons du secondaire rapportent dans une plus grande proportion que les filles avoir un niveau élevé d'estime de soi (24 % contre 15 %);
- que les élèves qui vivent au sein d'une famille biparentale ou en garde partagée sont proportionnellement plus nombreux à avoir un niveau élevé d'estime de soi (respectivement 21 % et 20 %) que les élèves de familles reconstituées, monoparentales ou d'autres types de famille (respectivement 16 %, 17 % et 12 %);
- qu'il y a proportionnellement plus d'élèves se situant au niveau élevé d'estime de soi chez ceux qui bénéficient d'un soutien social élevé dans l'environnement familial que chez ceux qui n'en bénéficient pas (24 % contre 7 %);
- que les problèmes de santé mentale sont prédominants chez les filles. Elles rapportent plus de problèmes d'anxiété, de dépression et de troubles alimentaires. En fait, 15 % des filles ont au moins un de ces problèmes de santé mentale comparativement à 9 % des garçons.

Le CRCHUM, en collaboration avec l'Institut Douglas, réalise actuellement une étude populationnelle sur l'impact de la promotion continue de la CHIC sur les attitudes et les comportements alimentaires d'adultes et d'adolescents québécois. Les résultats de cette étude sont attendus à l'automne 2014.



*Secrétariat  
à la condition  
féminine*

Québec 