

# Célébrer la diversité corporelle : pourquoi et comment?



Valoriser la diversité corporelle permet d'avoir une société plus inclusive. Il est essentiel que toutes les personnes sachent qu'elles ont de la valeur et sentent qu'elles font partie intégrante de la société, peu importe la forme de leur corps.

Voici **3 pistes d'action** pour contribuer à une meilleure représentation de la diversité corporelle :

- 1** Remettre en question les images, les publicités et les messages auxquels on est exposé.e et en discuter avec son entourage :
  - « As-tu remarqué que c'est toujours le même genre de silhouette qu'on nous présente? »
  - « As-tu l'impression que ces personnes ressemblent à celles que tu vois quotidiennement autour de toi? »
  - « Que fait cette entreprise pour bien représenter la diversité corporelle? Est-elle inclusive? »

- 2** Choisir de s'abonner à des pages et des comptes sur les réseaux sociaux qui sont conformes à ses valeurs et qui prônent la diversité et l'inclusion de tous les types de corps.

- 3** Faire des choix en encourageant des entreprises et des marques qui sont réellement inclusives.

**Chaque personne est unique et différente!**



**Encourage une initiative qui valorise la diversité corporelle** (marque de vêtements, série, balado, compte sur les médias sociaux, etc.) **en l'inscrivant juste ici.**

**Et c'est une bonne chose!**

En partenariat avec :

Québec

équilibre



Tous droits réservés © Équilibre | [www.equilibre.ca](http://www.equilibre.ca)