

Beyond The Mirror



2GCG - GESPJ
2024 - 2025

Bodyshaming ?

Stigmatisation ou moquerie sur le corps d'une personne en raison de son apparence physique :

- BodyShaming lié au poids
- BodyShaming lié à la taille
- Shamings sur des parties spécifiques du corps
- Shamings liés à l'âge
- Shamings culturels ou génétiques
- Shamings liés à un handicap ou une maladie

Conséquences néfastes :

- Manque de confiance en soi
- Dégradation de la santé mentale de la personne concernée



Notre projet, pour



FAITS

- 8 adolescents sur 10 victimes de moqueries au sujet de leur corps
- 1 fille sur 5, âgée de 12 à 15 ans insultée en ligne sur son apparence physique
- 30 % des victimes de moqueries continuent à subir les conséquences sur leur vie adulte



IMPACT SUR LA SANTÉ MENTALE

- Troubles alimentaires
- Dépression



PRESSION SOCIALE

- Presse
- Canons de beauté actuels



AGGRAVATION DU PHÉNOMÈNE PAR LES RÉSEAUX SOCIAUX

- HARCÈLEMENT EN LIGNE



But du projet



APPRENDRE À S'AIMER

(aimer son corps, son apparence)



PRENDRE CONFIANCE EN SOI

(oser s'affirmer)



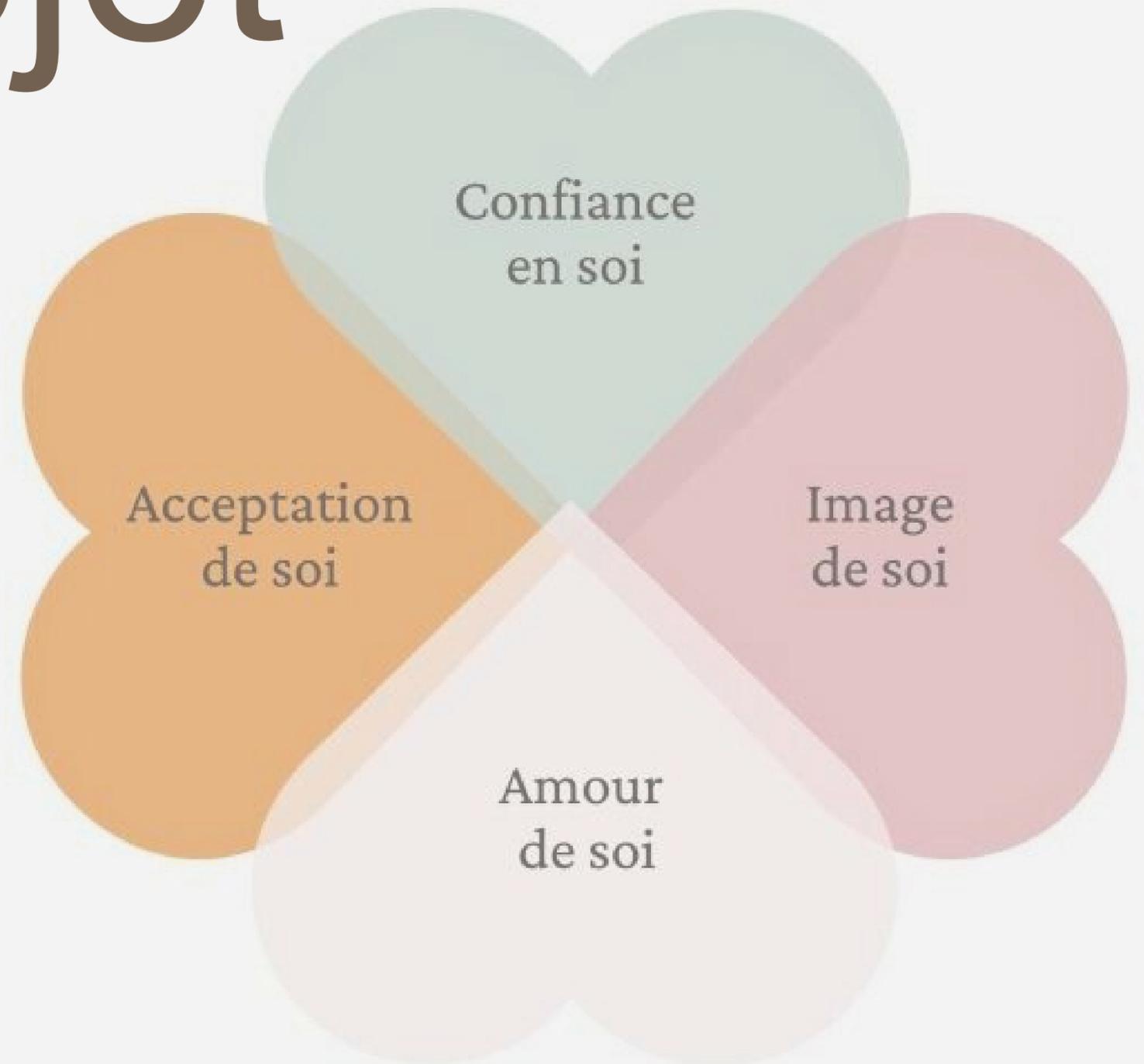
APPRENDRE À S'ACCEPTER

(accepter ses défauts)



RENFORCER L'IMAGE DE SOI

(réduire les états dépressifs)



Publicité

- Adolescents
- Jeunesadultes
- Personnessouffrant de troublesalimentaires
- Personnesâgées
- Personnesatteintes de handicapsou de maladies



Noaactivipés d'année

CAMPAGNES DE SENSIBILISATION ET ATELIERS

- Affiches, flyers
- Bocaux de compliments
- Miroirs dans les couloirs
- Citations de motivation/compliments (plusieurs supports)
- Séances photos avec un photographe

TABLE RONDE

- Psychologues
- Coach de vie
- Témoignages



No activités pendant l'année

ACTIVITÉS PUBLIQUES

- Podcast (témoignage)
- Publications d'informations sur nos réseaux sociaux
- Distribution de messages positifs dans la rue



OBJECTIFS :

- Alerter les jeunes sur le danger du bodyshaming
- Donner les outils aux jeunes pour accroître la confiance en soi
- Apprendre à accepter son corps
- Renforcer l'estime de soi



Projèta

SHOW- LOVE YOURSELF

Défilé

- Inclusion de tout type de personnes (âges, ethnies, handicaps etc.)

Spectacle de danse

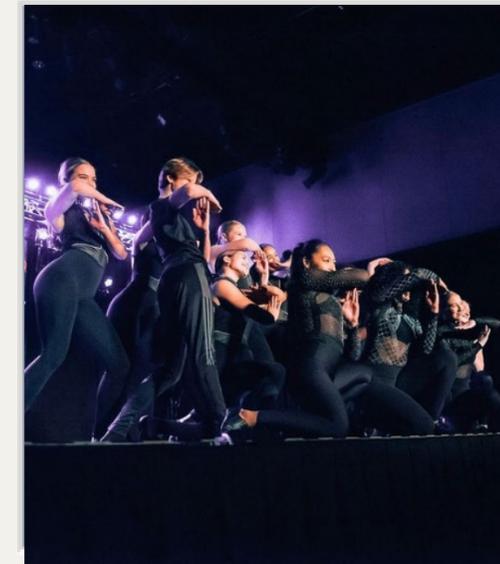
- Expression de notre message par le langage corporel

Objectifs :

- Spéctacle d' inclusion
- Améliorer le sentiment de bien être et d'acceptation de son corps
- Accroître la confiance en soi
- Donner plus de visiblité à notre projet

Idées supplémentaires

- Collecte de fonds (Entrée payante reversée sous forme de don à une association)
- Partenariat avec des coiffeurs, maquilleurs, marque de vêtements, styliste, etc.
- Inviter la presse





Merci pour votre

Avez-vous des questions ?