

Le 6 juin 2016, laissons le maquillage de côté!

Montréal, le 1 juin 2016 – Cette année encore, l’organisme ÉquiLibre invite la population à réfléchir à la place accordée à l’apparence dans notre société en participant à la *Journée sans maquillage*, le 6 juin prochain.

Ne pas se maquiller pendant une journée est un geste plutôt percutant, lorsqu’on sait qu’au Québec, 68% des femmes et 46% des adolescentes se maquillent régulièrement et que bon nombre d’entre elles ne sortent jamais de chez elles sans maquillage, particulièrement les 55 ans et plus¹. « Contrairement à ce que plusieurs croient, cette journée de sensibilisation n’a pas comme objectif de diaboliser le maquillage. Délaisser ses fards et ses pinceaux pour une journée n’est qu’un symbole » explique Anouck Senécal, chef de campagne pour l’organisme ÉquiLibre. « Pour nous, la Journée sans maquillage marque un temps d’arrêt dans le calendrier où tous peuvent amorcer une réflexion sur le culte de l’apparence, dicté par les normes de beauté de notre société. Ces normes, intransigeantes et difficilement atteignables, représentent pourtant pour une majorité de la population un idéal à atteindre. Cette quête constante de la perfection et de la jeunesse absolue a de lourdes conséquences sur la santé physique et mentale de bon nombre de jeunes filles et de femmes, mais aussi d’adolescents et d’hommes. » conclut-elle.



IMAGE : Quelques participantes à la Journée sans maquillage 2015, ÉquiLibre.

Fort de 25 ans d’expertise en intervention sur le poids et l’image corporelle, ÉquiLibre propose plusieurs manières de souligner la Journée sans maquillage, notamment en invitant la population à se photographier sans maquillage et en publiant sa photo sur la page officielle de l’événement : www.facebook.com/JourneeSansMaquillage. Cette année, cette activité de mobilisation est assortie d’un concours : les personnes ayant publié leur photo entre le 26 mai et le 6 juin courront la chance de gagner une

¹ Selon un sondage réalisée par Elle Québec en 2015 auprès de ses lectrices.

carte-cadeau dans un centre offrant un accès à des bains nordiques. Quoi de mieux pour valoriser le bien-être plutôt que l'apparence!

Il est également suggéré de découvrir et de partager des grilles de réflexion conçues spécialement pour la Journée sans maquillage et s'adressant aux adultes ainsi qu'aux ados: www.equilibre.ca/sansmaquillage. Les intervenants en milieu scolaire, communautaire ou de la santé peuvent quant à eux télécharger un guide d'animation pour animer un atelier de groupe abordant cette thématique. C'est sans oublier le mot-clic #sansmaquillage, qui permet à toutes et à tous d'en parler et de lancer les discussions sur le sujet!

À propos d'ÉquiLibre

ÉquiLibre est un organisme à but non lucratif dont la mission est de prévenir et de diminuer les problèmes liés au poids et à l'image corporelle, par des programmes et des campagnes de sensibilisation dans les écoles, le réseau de la santé, les milieux de travail et communautaires. ÉquiLibre œuvre en faveur d'une représentation saine et diversifiée du corps dans le monde de la mode, des médias et de la publicité. En 2015, l'initiateur de la Journée sans maquillage, ELLE Québec, a offert à ÉquiLibre de devenir porteur de cette campagne de sensibilisation.

<http://equilibre.ca/>

<http://facebook.com/groupeequilibre>

<http://twitter.com/groupeequilibre>

-30-

Renseignements

Angelo Galletto, conseiller principal aux communications, ÉquiLibre

514 270 3779 poste 258 • angelo.galletto@equilibre.ca