

ANEB

Voir la liste des ressources en prévention (sites pour les ados, pour les 8-14 ans, forum de discussion ligne d'écoute, conférences) dans votre pochette.

<http://www.anebquebec.com/>

EXTENSO

Prof-il - Site d'interventions et d'outils sur les troubles alimentaires masculins.

www.prof-il.org

Tel jeunes 514-288-1444

Site d'informations, ligne d'écoute pour les jeunes et les parents et formations sur différents sujet

www.teljeunes.com

Jeunesse j'écoute 1-800-668-6868

Site d'informations et ligne d'écoute pour les jeunes et les adolescents et informations pour les parents.

www.jeunessejecoute.ca/Kids/Home.aspx

Ligne d'écoute, clavardage (soir) et outils pour gérer le stress et les défis de la vie pour garçons adolescents (surtout 14-18 ans). "Là où les gars parlent des vrais affaires"

www.coindesgars.ca

LIVRES



GAGNIER, Nadia, *Miroir, miroir, je n'aime pas mon corps*, Montréal, Édition La Presse, 2007, 137 p.

7 chapitres allant des facteurs historiques du développement de l'image corporelle jusqu'au développement d'une relation positive avec le corps en passant par l'identification des troubles plus sévères, les effets des diètes excessives et la chirurgie esthétique. Dre Nadia expose le sujet, les problèmes, les pistes de solution dans un langage simple teinté d'humour.



CLERMONT-DION, Léa, *La revanche des moches*, Montréal, Éditions Vlb, 2014.

L'industrie de la beauté est aussi sans pitié. Jusqu'où accepterons-nous d'aller pour nous conformer aux standards esthétiques et inatteignables qu'elle prétend nous imposer ?

« Ce livre n'est pas qu'une enquête, c'est ma quête », lance d'emblée Léa Clermont-Dion. Motivée par sa propre expérience, elle s'attaque au culte des apparences en cherchant à comprendre pourquoi nous sommes à ce point tourmentés par notre image. Pour ce faire, elle est allée à la rencontre d'une trentaine de personnalités et d'experts qui témoignent du rapport éminemment complexe que nous entretenons avec notre corps. C'est un essai riche en confidences troublantes qui ne laissera personne indifférent. Face à cette industrie insatiable, ne sommes-nous pas toutes et tous terriblement moches ?

Guylaine GUÉVREMONT, nutritionniste, nous livre ces 3 ouvrages qui nous amènent à poser un regard nouveau sur l'alimentation, le poids, la santé et notre relation avec les aliments. Toute personne ou parent ayant le goût d'expérimenter l'alimentation intuitive et de vivre pleinement le plaisir de manger sans culpabilité devrait se les procurer. Édition La Presse et Transcontinental.



Journée VIP, janvier 2016

Autres sites pertinents

Outils Mozaïk

Pour les parents, informations sur l'image corporelle. Feuillet numéro 10 pour le primaire et feuillet numéro 19 pour le secondaire.

www.publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-001151/

Outils de l'Alliance Sherbrookoise pour des jeunes en santé

Site qui contient de l'information et des outils pour les jeunes, les parents et les intervenants.

<http://www.bougerjenmange.ca/>

Outils d'HabiloMédias- Centre canadien d'éducation aux médias et de la littératie numérique

Site pour les parents, les enseignants et les intervenants sur différents sujets en lien avec les médias tels que la cyberintimidation, l'image corporelle, etc.

<http://habilomedias.ca/>

Ressources en anglais

NEDIC=National eating disorder information center

www.nedic.ca/know-facts/body-image-self-esteem