



# IMAGES ET SANTÉ

Un projet de la fondation images et société et Suisse Balance - l'organisme national de promotion de projets dans les domaines de l'alimentation et de l'activité physique de l'Office fédéral de la santé publique et de Promotion Santé Suisse.



## CONTENU / OBJECTIFS

L'image de soi est l'un des piliers de la santé et du bien-être. Or, l'être humain s'oriente avant tout par l'information visuelle et quotidiennement, les images médias nous confrontent à des créatures glamour ou hyper viriles qui imprègnent nos esprits et mettent à mal nos repères.

Le projet *images et santé* propose des outils de décodage des messages visuels tout en faisant des liens avec les thématiques de la santé et du bien-être. Dans les ateliers « les stars et nous », qui s'adresse aux écoles et maisons quartiers, jeunes et adultes apprennent à se positionner de façon critique par rapport aux beautés retouchées des médias. Cette lecture avisée des clichés médiatisés éclaire nos modèles intériorisés et favorise l'acceptation de sa propre apparence et de ses qualités personnelles (estime de soi). De plus, les contenus du projet *images et santé* sont intégrés dans des projets consacrés à l'alimentation et au mouvement, au sein d'institutions

Ce projet est soutenu par :

de formation ainsi que dans des organisations de pédagogie et de santé.

## GROUPES CIBLES

Les élèves de 9–12 ans et 13–20 ans, ainsi que les enseignant-e-s, animateurs-trices professionnel-le-s de la santé et les parents.

## MESURES

- Développement d'un matériel didactique visuel comprenant une série de questions et de recommandations méthodologiques pour aborder des questions d'estime de soi et de santé
- Intégration de contenus et matériels issus de projets concernant la santé et les thèmes de l'alimentation et du mouvement (poids, acceptation de son corps, émotions liées à l'alimentation et au mouvement)
- Organisation des ateliers pilotes sur Genève ainsi que diffusion sur la Romandie
- Formation (continue) des accompagnant-e-s et sensibilisation des parents
- Réalisation d'un site internet, liens avec des sites et réseaux sociaux pour diffuser les contenus de projet *images et santé*

## POUR PLUS D'INFORMATION

fondation images et société, Eva Saro (responsable de projet), +41 (0)76 310 34 55,  
eva.saro@imagesetsociete.org  
www.imagesetsociete.org