

## Communiqué de presse **Image/Mirage : promouvoir une image corporelle positive à travers les médias**

**Le Canton de Neuchâtel et Unisanté lancent un site internet consacré à la promotion d'une image corporelle positive. Le site *Image/Mirage* est spécifiquement conçu pour encourager les médias dans cette optique. Ce site leur donne des outils et des ressources pour s'informer sur ces thématiques et ainsi faire partie des acteurs œuvrant à donner une image positive du corps.**

Unisanté, dans le cadre de leur Programme cantonal alimentation, activité physique & santé mentale et le service de la santé publique (SCSP) du Canton de Neuchâtel souhaitent encourager les journalistes à diffuser des images, des textes et des représentations authentiques, diversifiées et positives des corps. L'image corporelle et l'estime de soi peuvent être mises à mal durant les périodes charnières de la vie, notamment l'adolescence, phase importante de construction de l'identité. Or, l'estime de soi a un impact sur la santé ([Promotion Santé Suisse, 2016](#)). Certaines personnes sont particulièrement sensibles aux images et aux représentations véhiculées par les médias. Pour accompagner la diffusion de représentations plus inclusives de tous les corps et pour contribuer activement au changement des normes sociales liées aux idéaux de beauté, le SCSP et Unisanté ont développé le site Internet *Image/Mirage* ([www.image-mirage.ch](http://www.image-mirage.ch)).

Les images et messages présents dans l'espace public et les médias influencent la perception que chacun·e se fait de soi et des autres. Aujourd'hui, les corps minces et musclés incarnent l'idéal d'élégance, de performance, de féminité ou de masculinité. L'impossibilité d'atteindre cet idéal corporel peut provoquer des conséquences dangereuses sur l'équilibre physique (troubles alimentaires, investissement excessif dans le sport, etc.) et mental (sentiments de honte, de culpabilité, baisse de l'estime de soi). Ceci est valable pour les jeunes, entre 50% et 80% des jeunes filles et 40% des garçons se trouvent trop gros ([Promotion Santé Suisse Feuille d'information 16, juin 2016](#)), mais aussi pour la population dans son ensemble.

Les modèles stéréotypés et idéalisés diffusés dans la société ne favorisent ni l'acceptation des transformations naturelles et individuelles du corps, ni l'appréciation de la diversité des corps. Les minorités sont ainsi moins visibles, inexistantes ou les représentations sont inadéquates, parfois même stéréotypées. Pourtant, une représentation équitable dans les médias est un facteur permettant une saine société multiculturelle ([Habilo Média : Principaux stéréotypes masculins dans les médias](#)). Les médias, dans leur position de reflet de la société, peuvent s'engager pour la promotion d'images et de représentations positives et diversifiées.

Le SCSP et Unisanté ont réalisé, lors de l'élaboration du projet, une démarche participative. Des journalistes romands ainsi que des jeunes ont été impliqués. Ces travaux se sont concrétisés par le développement de plusieurs outils :

- [Site Internet](#) : informations et ressources : fiches thématiques, données scientifiques, articles commentés, ouvrages et podcasts
- [KIT de cartes illustrées](#) : pistes de réflexion et d'actions
- Capsules vidéos : témoignages d'adolescent·e·s

Les rédactions intéressées sont invitées à prendre contact avec l'équipe d'*Image/Mirage*, notamment pour des formations courtes sur la thématique de l'image corporelle positive et du rôle des médias.

### Contacts:

**Oriana Villa, responsable de l'unité interventions communautaires, Unisanté, 021 545 10 19 ;  
Lysiane Ummel Mariani, cheffe de l'office de la promotion de la santé et de la prévention,  
service cantonal de la santé publique, 032 889 52 19.**