

Favoriser une image corporelle positive chez les enfants

OUTILS COUP DE COEUR

Vidéos 20 vidéos recensées

Fondation Jeunes en tête (2023) 1 question - 1 réponse d'expert-e : avoir une influence positive sur l'image corporelle de son ado

Sensibilise les parents à l'importance de réfléchir à leur propre image corporelle et à l'influence de l'atmosphère familiale.

Équilibre (2024) Vidéo de sensibilisation de la Semaine Le poids? Sans commentaire! 2024 d'ÉquiLibre :

Sensibilise aux conséquences des commentaires sur le poids.

Articles en ligne 44 articles recensés

Qustodio (2022) Comment parler d'image corporelle négative à votre ado ?

Informe et sensibilise les parents à l'impact des réseaux sociaux sur l'image corporelle des ados.

Naître et grandir (2023) L'image corporelle chez les enfants

Informe les parents des facteurs influençant l'image corporelle de leurs enfants et des actions concrètes à entreprendre pour prévenir la grossophobie chez les jeunes.

Radio-Canada (2023) Culture des régimes : que répondre à son enfant qui dit « Je déteste mon corps »?

Informe et sensibilise les parents sur les attitudes et les actions à adopter lorsqu'un enfant exprime un mal-être face à son corps.

Trouve ta ressource (2024) Aider les jeunes à avoir une saine image corporelle

Sensibilise les parents à divers facteurs influençant l'image corporelle des adolescents, tels que les commentaires sur le poids, la relation avec l'alimentation, l'impact des réseaux sociaux et l'importance de l'activité physique.

Balados 9 balados recensés

ASPQ (2024) Naviguer ensemble : L'image corporelle positive à l'adolescence

Informe et sensibilise les parents à l'Image corporelle chez les adolescents de sexe masculin et aux risques de bigorexie.

Ohdio Radio-Canada (2024) Dans le trouble : Mégane et sa mère, Julie : soutenir son enfant

Informe et sensibilise les parents à leur influence sur le développement de troubles alimentaires chez leurs enfants, tout en mettant en lumière les facteurs qui échappent à leur contrôle.

Jeux 6 jeux recensés

ÉquiLibre (s.d.) Et si je cessais d'y penser ? (version pour les jeunes)

Propose une approche d'interaction avec les ados pour les amener à réfléchir sur le temps qu'ils consacrent à leur apparence. *visé pour enfants, mais peut être effectué parents-enfants

Circuit (2018) Jeux pour avoir une image corporelle saine

Suggère des idées d'interactions avec les enfants pour les accompagner dans le développement d'une relation positive avec leur corps.

Fondation Jeunes en Tête (2022) Méditation : L'image corporelle positive

Fais en sorte que les ados interagissent avec eux-mêmes en prenant conscience de leur corps et de leurs pensées à son sujet. *visé pour enfants, mais peut être effectué parents-enfants



Documents PDF 14 PDF recensés

ÉquiLibre (s.d.) Les commentaires sur le poids marquent, et pour longtemps !

Sensibilise les adultes aux répercussions que les commentaires sur le poids peuvent avoir sur les enfants.

Embodiment (s.d.) What influences body image in children? *télécharger le PDF au bas de l'article

Informe et sensibilise les parents sur l'impact qu'ils peuvent avoir sur l'image corporelle de leurs enfants, surtout en ce qui concerne l'alimentation.



Livres 6 livres pour adultes et 19 livres jeunesse recensés

Aimé et Ricard (2024) Le corps pris en otage : Agir quand un trouble des conduites alimentaires s'empare de votre enfant - 32,95\$

Informe et sensibilise les parents sur la manière d'accompagner leur enfant face à ses troubles alimentaires et d'interagir avec lui.

Bernier (2023) Grandir sans grossophobie, favoriser une image corporelle saine chez nos enfants - 26,95\$

Sensibilise les parents à minimiser la transmission de préjugés grossophobes chez les enfants.



Autres 20 outils variés recensés

Webconférence - Fondation Jeunes en tête (2023) L'image corporelle et le sport : bienfaits et risques pour nos ados

Informe et sensibilise les parents sur les bienfaits du sport, ainsi que sur les effets négatifs de la culture sportive sur l'image corporelle.

Site web - Vifa Magazine : Dossier «Image corporelle»

Contient plusieurs articles qui informent et sensibilisent les parents sur les bonnes actions à adopter concernant les stéréotypes de genre, l'activité physique et l'estime de soi.

Site web - Kaléidoscope

Informe les parents sur les livres pour enfants qui abordent l'image corporelle.