



La stigmatisation à l'égard du poids et ses conséquences sur la santé mentale des jeunes : un obstacle à l'adoption de saines habitudes de vie.

Mémoire présenté dans le cadre de la consultation publique sur la lutte contre l'intimidation

**Par l'Association pour la santé publique du Québec (ASPQ)
30 novembre 2014**

Table des matières

Liste des sigles et des acronymes	3
Présentation de l'Association pour la santé publique du Québec (ASPQ)	4
Brève explication de l'intérêt pour le sujet	5
Exposé des points de vue et proposition des pistes d'action.....	6
Intervenir efficacement	9
Soutenir les acteurs.....	10
Conclusion et recommandations	11
Bibliographie	13

Liste des sigles et des acronymes

Anorexie et Boulimie Québec	ANEB
Association pour la santé publique du Québec	ASPQ
Charte québécoise pour une image corporelle saine et diversifiée	CHIC
Institut national de santé publique du Québec	INSPQ
Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport	MELS
Programme de formation de l'école québécoise	PFEQ
Réseau québécois d'action pour la santé des femmes	RQSF
Université du Québec en Outaouais	UQO

Présentation de l'Association pour la santé publique du Québec (ASPQ)

MISSION

L'Association pour la santé publique du Québec (ASPQ) a pour mission de contribuer à la promotion, au maintien et à l'amélioration de la santé et du bien-être de la population québécoise, à titre de ressource autonome de nature associative en santé publique.

Elle entretient de plus des liens avec les communautés de santé publique québécoises, canadiennes et internationales.

L'ASPQ est reconnue pour sa capacité à mobiliser divers acteurs de la société et pour ses actions ayant un impact significatif sur des enjeux de santé publique au Québec.

VALEURS

Équité □ Justice □ Solidarité

NOTRE PHILOSOPHIE D'ACTION :

Œuvrer de façon complémentaire, multidisciplinaire et intersectorielle en regroupant différents acteurs de la société.

Offrir un lieu d'expertise, de support, de collaboration, d'influence et de changement par le biais de la formation, de l'information, de la promotion et du développement d'approches et de pratiques novatrices en santé publique.

Être un espace servant de forum et d'interface aux coalitions pour des actions concertées et des prises de position au service de l'intérêt commun de la santé de la population.

Offrir un lieu d'échanges favorisant l'innovation autour d'enjeux qui mobilisent des gens issus de divers milieux et partageant les mêmes préoccupations.

Le site Web (<http://www.aspq.org/>) présente l'éventail des dossiers qui nous préoccupent et pour lesquels l'ASPQ se positionne et intervient.

Brève explication de l'intérêt pour le sujet

Dans le cadre de ce forum pour la lutte contre l'intimidation, sous la présidence du premier ministre Philippe Couillard, l'ASPQ souhaite contribuer à la réflexion en attirant l'attention sur un aspect de l'intimidation encore peu connu, mais préoccupant : l'intimidation à l'égard du poids. Dans un contexte où la lutte contre l'intimidation est voulue, cette forme d'intimidation doit être abordée puisque le poids fait partie des principaux motifs d'intimidation chez les adolescents. En effet, 37 % des adolescents sondés par la recherche menée par l'ASPQ considèrent la stigmatisation à l'égard du poids comme un problème sérieux et 90 % d'entre eux ont été témoins d'actes d'intimidation sur cette base. Par ailleurs, les résultats révèlent qu'il s'agit de la principale source d'intimidation et ce, bien avant l'orientation sexuelle (Dansereau-Trahan, Aimé, Maïano et St-Pierre-Gagné, 2014).

L'intimidation entraîne directement des conséquences importantes chez les victimes (ex. insatisfaction de son image corporelle, faible estime de soi, symptômes dépressifs, comportements alimentaires nuisibles à la santé, isolement social, sédentarité), mais aussi chez les témoins qui peuvent se sentir affectés face à cette situation et ne pas savoir comment intervenir sans risque. Par contre, les conséquences se répercutent indirectement sur tous les acteurs côtoyant les victimes, agresseurs et témoins et nuisent à un environnement sain et agréable.

D'après Vallerian (2013), qui a recensé plus d'une cinquantaine d'articles scientifiques, un constat demeure : la problématique de la stigmatisation à l'égard du poids demeure peu étudiée par les chercheurs québécois et canadiens. Peu de données probantes existent sur le sujet, la fréquence de ce type de comportements et l'impact de ceux-ci sur la santé mentale des adolescents qui en sont témoins ou victimes (Vallerian, 2013). Des études américaines révèlent cependant qu'il s'agit d'une préoccupation de santé publique importante (Puhl, 2011; Latner et Stunkard, 2003). En fait, 41 % des élèves américains identifient le surpoids comme étant le principal motif pour décrire des comportements discriminatoires ou d'intimidation (Puhl *et al.*, 2011). Il semble ainsi important de jeter un regard attentif à ce phénomène en contexte québécois, d'autant plus que le surpoids et l'obésité sont de plus en plus prévalents au Québec (Institut national de santé publique [INSPQ], 2009) et la minceur valorisée (RQSF, s.d.). Bref, des conditions propices à l'exacerbation de la stigmatisation à l'égard du poids sont présentes. À l'heure actuelle, une intensification des préjugés à l'égard du poids auprès des enfants s'observe (Latner et Stunkard, 2003). Une étude réalisée aux îles Fiji démontre d'ailleurs que l'exposition aux médias de masse contribuait à accroître une préoccupation excessive à l'égard de son poids et transformait les valeurs de la communauté en amenant une plus grande valorisation de la minceur (Becker *et al.*, 2002).

Exposé des points de vue et proposition des pistes d'action

Dans ce mémoire, l'ASPQ met de l'avant l'importance de sensibiliser la population et les intervenants auprès des jeunes à la problématique de l'intimidation et la stigmatisation à l'égard du poids, puis d'agir de concert pour en diminuer les conséquences. Ainsi, les résultats de la recherche menée par l'ASPQ et les outils développés dans ce cadre seront présentés ci-après. Parmi ces derniers se retrouvent un microsite et deux guides pédagogiques *clé en main* contribuant aux interventions préventives sur l'intimidation et la stigmatisation en milieu scolaire.

Cette recherche, qui a permis de mieux comprendre la problématique, a été menée en partenariat avec deux chercheurs de l'Université du Québec en Outaouais (UQO), Anorexie et boulimie Québec (ANEB), l'Association canadienne pour la santé mentale – Division Québec, les directions de santé publique du Bas-Saint-Laurent et de Chaudière-Appalaches, ÉquiLibre et l'Institut national de santé publique du Québec. Au total, 846 jeunes de 14 à 18 ans issus de cinq régions du Québec ont répondu à un questionnaire permettant de mieux comprendre ce phénomène et d'en tirer des conclusions intéressantes pour développer de nouvelles pistes de réflexion et d'intervention.

À l'aide des données recueillies, il apparaît que pour 37 % des répondants, l'intimidation à l'égard du poids est un problème sérieux. Il s'agit en fait du principal motif d'intimidation en milieu scolaire, selon les adolescents. D'ailleurs, 90 % d'entre eux rapportent avoir été témoins d'actes d'intimidation à ce sujet (Dansereau-Trahan, Aimé, Maïano et St-Pierre-Gagné, 2014).

Plus relationnelle que verbale ou physique, l'intimidation à l'égard du poids se traduit par l'exclusion à des activités sociales ou la propagation de rumeurs ayant pour intention de blesser ou d'ostraciser la victime. Les intimidateurs sont souvent les amis (60 %) et d'autres élèves (53 %). Cette forme d'intimidation peut avoir lieu partout en milieu scolaire : les gymnases, les vestiaires, les salles de classe, les corridors, la cafétéria, etc. Bien que la moitié des victimes d'intimidation (57 %) se confient à quelqu'un, elles tendent à minimiser l'importance de l'évènement (82 %) (ASPQ *et al.*, non publié). Comme leur confiance en soi est ébranlée, certaines victimes adoptent des comportements alimentaires inadéquats et néfastes à leur santé dans le but de perdre du poids et ainsi faire cesser ces actes d'intimidation (ASPQ *et al.*, non publié).

Au regard de ces quelques résultats, il importe d'œuvrer de concert avec les multiples intervenants des milieux que fréquentent les jeunes, tels que les établissements scolaires, afin de les soutenir pour prévenir et intervenir au sujet de l'intimidation à l'égard du poids.

Prévenir l'intimidation

Tout individu doit pouvoir vivre dans un milieu inclusif, bienveillant et sécuritaire (Ministère de la Famille, 2014).

Cette recherche permet de mieux comprendre le phénomène de la stigmatisation à l'égard du poids afin d'apporter une contribution à la mise en place de facteurs de protection pour la santé des adolescents permettant de modifier la norme sociale à ce sujet. En accord avec le principe que *prévenir* est une étape primordiale pour favoriser une meilleure prise en charge de la problématique, l'ASPQ suggère quelques pistes pour agir de manière proactive.

Jusqu'à maintenant, plusieurs initiatives ont été menées dans l'espace public pour traiter de la problématique du poids. Parmi celles-ci se retrouve notamment la *Charte québécoise pour une image corporelle saine et diversifiée* lancée par la ministre de la Culture, des Communications et de la Condition féminine. Cette dernière vise à faire évoluer les croyances et favoriser une plus grande diversité corporelle dans les médias (Gouvernement du Québec, 2014a).

En dépit de ces actions, les médias de masse (télévision, magazines de mode, jeux vidéo, cinéma, etc.) valorisent encore la minceur, voire la maigreur (ASPQ, 2014a), en faisant ainsi une norme sociale. Sensibles à ce type de messages, les jeunes sont confrontés à une situation ambivalente. Alors qu'ils sont en pleine construction identitaire, ces derniers sont soumis aux diktats de la mode et à ses idéaux de minceur, ainsi qu'aux normes culturelles transmises par leur groupe de pairs (Dion, Berscheid et Walster, 1972). Des recherches ont de surcroît démontré que les jeunes peuvent être influencés par ces idéaux de minceur dès l'âge de 4 ou 5 ans (Becker *et al.*, 2002). L'estime personnelle se voit ainsi fragilisée lorsque l'image corporelle ne répond pas à cette norme. Ainsi, les jeunes en surpoids peuvent ressentir une forme d'exclusion en raison de cette non-conformité à la norme sociale. D'ailleurs, des études ont démontré que la stigmatisation à l'égard du poids est influencée par l'exposition aux médias de masse (Harrison, 2000; Latner *et al.*, 2007, et Lin et Reid, 2009 dans Puhl, s.d.). L'intimidation et la stigmatisation à l'égard du poids de la part des pairs peuvent ainsi se manifester et amener ces jeunes à se percevoir négativement à travers les préjugés véhiculés sur les personnes en surpoids (ex. paresseuses, lâches, etc.).

La stigmatisation à l'égard du poids ne touche pas uniquement les personnes vivant avec un surpoids. En effet, celles ayant un poids normal ou inférieur peuvent aussi vivre des troubles alimentaires (ex. anorexie et boulimie) afin de répondre à cette norme sociale de minceur (Huot, 2005). Qu'elle s'adresse aux jeunes en surpoids ou aux autres, l'intimidation à l'égard du poids demeure une préoccupation importante pour laquelle l'intervention dans une perspective préventive est nécessaire.

Considérant l'importance du milieu scolaire dans la vie des adolescents (Huot, 2005), des activités de prévention sur ce sujet apparaissent cohérentes. Le milieu scolaire se veut un lieu d'apprentissage des rudiments de la vie sociale et des comportements sociaux (Huot, 2005). Souvent considéré comme un lieu de transition du milieu familial vers un environnement plus vaste (Huot, 2005), des règles peuvent être instaurées en milieu scolaire pour permettre aux jeunes d'évoluer dans un milieu de vie adéquat, sain et sécuritaire.

Le Programme de formation de l'école québécoise (PFEQ) (Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport [MELS], 2013) prévoit d'ailleurs, grâce aux objectifs disciplinaires de formation et aux domaines généraux de formation, de favoriser le développement d'attitudes et de comportements adéquats permettant une compréhension des enjeux d'une vie sociale et citoyenne respectueuse d'autrui, notamment par le développement de compétences transversales (MELS, 2013).

Pour jouer un rôle de prévention proactif, l'ASPQ considère qu'il importe d'être conscient de l'impact de ses gestes et commentaires et de ses valeurs individuelles (Ramsay, 2005). Une des façons d'y parvenir est de se questionner sur ses propres croyances à l'égard des gens en fonction de leurs divers physiques. Une fois ses propres perceptions identifiées, il est plus facile de les confronter et de remettre en question leurs véracités et fondements et de voir si celles-ci sont cohérentes avec ses valeurs. Autrement dit, se questionner sur ses propres valeurs est un premier pas pour s'affranchir des stéréotypes (Ramsay, 2005).

Certains préjugés et croyances peuvent même être à la source de commentaires désobligeants ou intimidateurs. En effet, les adultes agissent comme un modèle pour les jeunes, si bien qu'ils exercent une influence sur ces derniers. Un modèle positif doit être présenté aux adolescents pour les inspirer et les aider à se construire une identité personnelle et sociale positive. Au-delà de cet exercice individuel, engager une réflexion auprès de ses pairs et de son entourage contribuera à mieux comprendre et identifier ce qui appartient aux actes et propos susceptibles d'être stigmatisants.

Pour soutenir cet exercice réflexif individuel ainsi que les échanges avec les adolescents, l'ASPQ a développé un microsite (changezderegard.com) proposant divers outils développés pour les parents et les enseignants permettant d'engager le dialogue sur cette problématique. Douze conseils sont ainsi proposés aux parents qui désirent ouvrir la discussion sur la question avec leur(s) jeune(s). Dans les guides éducatifs disponibles gratuitement sur le microsite, un atelier pour remettre en question ses propres préjugés est proposé. Cet exercice peut également être facilement adapté pour les adultes qui désirent amorcer une réflexion.

Intervenir efficacement

L'intervention pour contribuer à la réduction des actes d'intimidation doit, entre autres, passer par le développement d'une dynamique proactive en milieu scolaire et avoir une dimension législative (Gouvernement du Québec, 2014b). Pour ce faire, des moyens facilitant la déclaration d'actes d'intimidation et de soutien aux victimes devraient être déployés dans chaque établissement scolaire, d'autant plus que les enseignants se trouvent souvent dépourvus pour intervenir adéquatement dans de telles situations (Léouzon, 2014). Le respect de la loi n° 56 par la mise en place d'une politique de lutte contre l'intimidation et la violence est primordial (Gouvernement du Québec, 2014c).

Selon l'ASPQ, dans le milieu scolaire, une dynamique saine où les élèves se sentent écoutés, compris et soutenus doit être au cœur des actions mises de l'avant. Par une attitude empathique, les enseignants et personnels professionnels et de soutien seront davantage en mesure de promouvoir un climat sain et de recevoir des confidences des témoins ou victimes d'intimidation. Par contre, les données de la recherche menée par l'ASPQ révèlent que 80 % des victimes d'intimidation ne le rapportent pas à un adulte (ASPQ *et al.*, non publié). Il faut lors être attentif aux comportements relevant de l'intimidation ou susceptible d'y contribuer et ce, autant en classe qu'ailleurs dans l'école.

Confronté à ce type de comportements, la situation ne peut être ignorée et mieux vaut intervenir dans l'immédiat, tout en respectant les modalités prévues par l'école et le sentiment d'efficacité personnelle de l'enseignant. Celui qui se sent peu à l'aise d'intervenir devant toute sa classe face à une remarque désobligeante pourrait souligner le caractère inapproprié de celle-ci et demander à voir l'élève fautif en individuel après le cours, pour intervenir ou encore référer celui victime d'intimidation à une ressource appropriée pour le soutenir. Autrement dit, l'enseignant peut faire preuve de souplesse pour tirer profit des moments favorisant la discussion avec les élèves, quelle que soit la discipline, et amorcer une courte intervention ponctuelle. En fait, saisir au vol les occasions qui se présentent favorise des apprentissages variés chez les élèves, dont le respect et la tolérance envers l'autre. Cela crée également un climat propice à la confiance et positionne l'enseignant comme une personne tolérante, sensible et empathique envers ses élèves.

Toutefois, l'ASPQ conseille aux enseignants qui désirent aborder le sujet de front de lire d'abord sur le sujet afin de mieux comprendre la problématique et pouvoir ainsi agir adéquatement, puisqu'il s'agit d'un sujet délicat pouvant heurter certains jeunes ou mener à des situations difficiles à encadrer ou à rattraper. Pour cette raison, l'ASPQ propose deux guides pédagogiques *clé en main* spécifiques à la stigmatisation à l'égard du poids, l'un pour les enseignants en *Éthique et culture religieuse* et l'autre pour les enseignants

en *Éducation physique et à la santé*. Ces guides sont téléchargeables sur le microsite (changezdergard.com). Ceux-ci sont arrimés avec les objectifs du PFEQ et fournissent un soutien à ceux qui ne se sentent pas suffisamment outillés pour aborder le sujet et réaliser des activités dynamiques et variées en classe. En fait, chaque guide comporte des activités pouvant être réalisées dans le cadre de deux périodes de cours.

Le microsite permet également d'avoir accès à plus d'informations et propose des ressources supplémentaires à ceux qui désirent en savoir plus ou encore référer des jeunes qui sont touchés par cette problématique.

Soutenir les acteurs

Pour soutenir les acteurs dans le cadre de la lutte contre l'intimidation, un ensemble de mesures et d'actions peuvent être envisagées. En ce sens, l'ASPQ réitère sa mission d'œuvrer pour la valorisation et la promotion de la santé, celle-ci passant également par la lutte contre l'intimidation qui affecte la santé des personnes qui en sont victimes.

De prime abord, l'ASPQ souligne l'importance de transférer les connaissances sur l'intimidation et la stigmatisation à l'égard du poids aux adultes, mais aussi aux jeunes. Une connaissance accrue de l'intimidation et de ses impacts constitue un moyen de soutenir les multiples intervenants auprès des adolescents vivant ce genre de situation. En ce sens, le microsite répond à ce besoin en offrant une section spécifique aux enseignants, aux parents et aux jeunes pour leur fournir de l'information pertinente et des pistes d'action. D'autre part, un Bulletin de santé publique sur l'intimidation à l'égard du poids est disponible depuis peu sur le site de l'ASPQ (aspq.org, section publication), dans lequel sont disponibles des articles sur de récentes données concernant la stigmatisation à l'égard du poids ainsi que sur d'autres initiatives réalisées par l'ASPQ, ANEB et ÉquiLibre. Annie Aimé et Christophe Maïano, deux chercheurs de l'UQO avec qui l'ASPQ a collaboré dans le cadre de la recherche, ont aussi contribué à la réalisation de ce bulletin en écrivant un article exposant la prévalence de la stigmatisation à l'égard du poids au Québec et ses répercussions (ASPQ, 2014b).

Ces outils peuvent ainsi contribuer à l'instauration d'une culture de respect et d'ouverture à l'autre et favoriser une prise de conscience collective sur les enjeux que soulève cette problématique sur le bien-être et la santé de tous.

Conclusion et recommandations

Suite à cette recherche, l'ASPQ se positionne résolument dans une perspective où la prévention et la promotion de la santé sont au cœur des interventions en matière de lutte contre la stigmatisation à l'égard du poids. Puisque les résultats de la recherche démontrent clairement que cette problématique préoccupe les adolescents et que plusieurs d'entre eux en sont témoins fréquemment, il importe d'instaurer des mesures d'accompagnement et de soutien aux élèves et aux intervenants (parents, enseignants, personnels en milieux scolaires, etc.). Ces dernières peuvent favoriser une réduction substantielle et même, soyons optimistes, l'élimination de ces actes de stigmatisation qui heurtent autant les victimes que leur entourage. Prévenir l'intimidation, c'est un pas de plus pour guérir l'estime de soi et la santé mentale des jeunes.

À l'échelle plus globale, l'intimidation ne se limite pas seulement qu'aux jeunes, mais à l'ensemble de la société. Plus les gens y seront sensibilisés, en parleront avec leur entourage et remettront en question les préjugés et stigmates à l'égard du poids, plus la norme sociale évoluera positivement de manière à favoriser un contexte social propice à une plus grande ouverture d'esprit et une meilleure prise en charge de la problématique. L'adoption de la Charte québécoise pour une image corporelle saine et diversifiée (CHIC) par le gouvernement est certes un pas dans la bonne direction dans la lutte contre la stigmatisation à l'égard du poids. L'ASPQ encourage le gouvernement à poursuivre la promotion de la CHIC et à continuer à la faire vivre en mettant régulièrement à jour le plan d'action qui découle de cette charte.

En guise de conclusion, l'ASPQ propose quatre recommandations, chacune orientée sur les quatre fonctions de la santé publique au Québec (surveillance, prévention, protection et promotion). Agir sur celles-ci est essentiel pour lutter efficacement contre l'intimidation et la stigmatisation à l'égard du poids.

Afin de favoriser une meilleure surveillance, Annie Aimé et Christophe Maïano, les chercheurs impliqués dans le projet de recherche, contribueront à enrichir les connaissances sur l'intimidation et la stigmatisation à l'égard du poids au Québec en réalisant une seconde phase à la recherche, en rejoignant à nouveau les adolescents ciblés lors de la première collecte de données.

Pour prévenir l'intimidation, l'ASPQ considère que l'utilisation des deux guides pédagogiques et du microsite contribuerait à alimenter une prise de conscience sur cette problématique et les propres préjugés portés par chaque individu. À cet égard, il serait pertinent que ces outils soient mieux connus de la population québécoise grâce à une campagne de promotion. Le MELS serait un acteur important pour favoriser une plus grande visibilité et accessibilité à ces outils. De plus, l'insertion de ces activités pédagogiques dans le parcours scolaire des élèves du secondaire, mais aussi du primaire,

concernant l'intimidation à l'égard du poids permettrait une avancée dans la prévention, l'intervention et le soutien dans la lutte contre l'intimidation à l'égard du poids. Les données de recherche démontrent d'ailleurs que le surpoids et l'obésité sont de plus en plus prévalents chez les enfants en bas âge (INSPQ, 2009) et que ceux-ci sont influencés par les idéaux de minceur diffusés dans les médias (Becker *et al.*, 2002), ce qui nous amène à penser qu'une intervention auprès des jeunes du primaire est justifiée.

Pour protéger la population de l'intimidation à l'égard du poids, l'ASPQ souhaite jouer un rôle proactif dans le soutien des acteurs en contact direct avec les jeunes (enseignants, personnel professionnel et de soutien, intervenants jeunesse et parents). Conséquemment, elle aimerait être en mesure d'offrir une formation permettant de comprendre la stigmatisation à l'égard du poids et ses enjeux et offrir des pistes d'action pour prévenir, intervenir et promouvoir la santé.

Enfin, l'ASPQ considère essentiel le transfert des connaissances en encourageant les milieux à diffuser les données obtenues lors de la recherche menée auprès de 846 adolescents québécois par le biais de ce mémoire, du bulletin de santé publique (téléchargeable à aspq.org) et du microsite (changezderegard.com).

Bibliographie

- Association pour la santé publique du Québec (2014a). Guide pour porter plainte contre la promotion du modèle unique de beauté. Montréal.
- Association pour la santé publique du Québec (2014b). Bulletin de santé publique La première source d'intimidation à l'école : Le poids! *Association pour la santé publique du Québec*, 38(1), 1-12.
- Association pour la santé publique du Québec, Aimé, A. et Maïano, C. (non publié). Perception des adolescents sur la stigmatisation à l'égard du poids. Montréal et Outaouais.
- Becker, A.E., Burwell, R.A., Gilman, S.E., Herzog, D.B. et Hamburg, P. (2002). Eating behaviors and attitudes following prolonged exposure to television among ethnic Fijian adolescent girls. *British Journal of Psychiatry*, 180, 509-514.
- Dansereau-Trahan, É., Aimé, A., Maïano, C. et St-Pierre-Gagné, S. (2014, 7 octobre). Changing perspective, making a difference. Présentation réalisée lors de la *EDAC-ATAC's 4th Biennial Conference*, Vancouver, Colombie-Britannique.
- Dion, K., Berscheid, E., et Walster, E. (1972). What is beautiful is good. *Journal of personality and social psychology*, 24(3), 285.
- Gouvernement du Québec. (2014a). Secrétariat à la condition féminine pour l'égalité entre les femmes et les hommes. Charte québécoise pour une image corporelle saine et diversifiée (CHIC). Repéré à <http://www.scf.gouv.qc.ca/index.php?id=367>
- Gouvernement du Québec. (2014b). Intimidation et violence à l'école. Projet de loi no 56: Loi visant à prévenir et à combattre l'intimidation et la violence à l'école. Repéré à <http://www.mels.gouv.qc.ca/dossiers-thematiques/intimidation-et-violence-a-lecole/projet-de-loi/>
- Gouvernement du Québec. (2014c). Intimidation et violence à l'école : Stratégie de mobilisation pour lutter contre l'intimidation et la violence à l'école. Repéré à <http://www.mels.gouv.qc.ca/dossiers-thematiques/intimidation-et-violence-a-lecole/strategie-de-mobilisation/>
- Harrison, 2000; Latner et al., 2007 et Lin et Reid, 2009 dans Puhl. (s.d.). Presentation : Weight Stigma in News Media and Public Health Efforts to Address Obesity.
- Huot, A. (2005). Chapitre 9 Le développement physique et cognitif de l'adolescent de 11 à 20 ans. (212-233). Dans Olds, S.W. et Papalia, D.E. *Psychologie du développement humain* (6^e édition). Montréal : Groupe Beauchemin éditeur.
- Institut national de santé publique (INSPQ). (2009). Le poids corporel chez les enfants et adolescents du Québec : de 1978 à 2005. Gouvernement du Québec.

- Latner et Stunkard, A.J. (2003). Getting Worse : The Stigmatization of Obese Children. *Obesity*, 11(3), 452-456.
- Léouzon, R. (2014, novembre). Les enseignants peu outillés face à l'intimidation. *Journal Metro*. Repéré à <http://journalmetro.com/actualites/national/652536/les-enseignants-peu-outilles-face-a-lintimidation/>
- Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport (MELS). (2013). *Programme de formation de l'école québécoise (PFEQ), Chapitre 2 Compétences transversales*. Repéré à http://www1.mels.gouv.qc.ca/sections/programmeFormation/primaire/medias/3-pfeq_chap3.pdf
- Ministère de la Famille (2014). *Ensemble contre l'intimidation. Consultation publique sur la lutte contre l'intimidation*. Québec : Direction des communications du ministère de la Famille.
- Ramsay, S. (2005, hiver). Embrasser d'autres cultures: L'éducation sexuelle auprès d'une clientèle multiculturelle. *Ça S'exprime*, 1(3). Montréal : Gouvernement du Québec.
- Réseau québécois d'action pour la santé des femmes (RQSF). (s.d.). Grille thématique : Obsession de la minceur et Oppression de la grosseur. Montréal.
- Vallerian, A. (2013). *La stigmatisation des jeunes obèses, un danger inhérent en santé publique*. Master de Santé Publique « Encadrement des organisations de santé ». Aix Marseille Université.