



ASSOCIATION MONDIALE  
DES GUIDES ET DES  
ECLAIREUSES



# LIBRE D'ÊTRE MOI

L'Association mondiale des Guides et des Eclaireuses (AMGE) collabore avec Dove par le biais de notre partenariat innovant, Libre d'être moi, vers une seule vision globale ; un monde où personne ne s'inquiète de son apparence.

Ensemble, notre mission est de donner aux filles les moyens d'atteindre leur plein potentiel en renforçant leur confiance en elles et leur estime de soi. Nous voulons que les filles du monde entier se sentent libres d'être elles-mêmes.

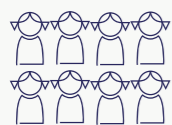


## PROBLÈME



Dans le monde entier, des millions de filles et de jeunes femmes ont du mal à s'engager dans des activités quotidiennes en raison de leur faible estime de soi et de l'anxiété liée à l'image de leur corps.

### LA RECHERCHE MONDIALE DU PROJET DOVE SUR L'ESTIME DE SOI A RÉVÉLÉ QUE



#### HUIT FILLES SUR DIX

sont tellement préoccupées par leur apparence qu'elles se privent d'activités importantes. Que ce soit pour faire du sport, aller à l'école ou simplement donner un avis, l'anxiété suscitée par leur apparence peut empêcher les filles de vivre pleinement.



#### SEPT FILLES SUR DIX

déclarent avoir mis leur santé en péril en s'abstenant de manger ou d'aller chez le médecin lorsqu'elles ne se sentent pas bien à cause de leur apparence<sup>1</sup>



► **EN 2013, L'AMGE ET DOVE** ont reconnu une occasion unique de travailler ensemble pour aider une génération de filles et de jeunes femmes à être plus positives vis-à-vis de leur corps. Notre partenariat regroupe le projet Dove sur l'estime de soi, qui vise à changer radicalement la façon dont les filles perçoivent et embrassent la beauté, et l'AMGE, le plus grand mouvement bénévole dédié aux filles et aux jeunes femmes avec **10 MILLIONS DE MEMBRES DANS 150 PAYS**.

## QU'EST-CE QUE LIBRE D'ÊTRE MOI ?

Notre programme original, 'Libre d'être moi', emmène les enfants et les jeunes à travers un 'voyage stimulant de confiance en son corps'. Au moyen d'activités amusantes et interactives, ils sont encouragés à remettre en question les mythes de la beauté, à reconnaître que la confiance et l'estime de soi découlent de la valorisation de leur corps, et à planifier des moyens d'agir pour faire participer leurs pairs et partager ce qu'ils ont appris.

“ Libre d'être moi a changé ma vie et mon comportement en tant que jeune femme. Je comprends maintenant qui je suis et ce que je peux être. Cela m'a permis de mettre en valeur ma nature et ma personnalité, d'apprécier comment je suis née et d'en être fière sans penser à changer la couleur de mon corps. ”

Guide du Malawi

Créé en collaboration avec des experts mondiaux en matière de confiance en son corps (du centre de recherche sur l'apparence de l'University of West of England et du Body Project, Oregon, États-Unis), le programme s'adresse aux filles âgées de 7 à 10 ans et de 11 à 14 ans.

► Il a été déployé dans 120 pays et est disponible en 24 langues.

“ Notre équipe de l'unité a utilisé Libre d'être moi avec les Jeannettes pendant trois semaines. Elles ont regardé Rebelle de Disney et ont parlé de son personnage. Elles ont également discuté de son image dans le film par rapport à une image alternative et irréaliste. Elles ont appris ce qu'était l'aérographe et en ont parlé, ont identifié leurs propres modèles, puis se sont amusées à créer des stars ayant des messages positifs et ont ensuite réalisé des vidéos pour dire "Soyez fières d'être comme vous êtes." ”

2e groupe de Jeannettes de Rustington, Royaume-Uni (7-10 ans)

<sup>1</sup> <https://www.dove.com>

## AGIR SUR LA CONFIANCE EN SON CORPS

► Agir sur la confiance en son corps (ABC) a été introduit en 2017 en réponse aux commentaires des filles et des leaders. Elles ont déclaré qu'elles souhaitent davantage de soutien, non seulement sur la manière de diffuser le message à leurs pairs, mais également sur la manière d'utiliser leurs connaissances pour influencer les décideurs.

ABC aide les jeunes à identifier les problèmes de confiance en son corps auxquels leur communauté est confrontée et donne des conseils pratiques sur la manière de mener un projet de plaidoyer 'Agir' pour traiter ces problèmes sous-jacents et plaider en faveur du changement.

En combinant les éléments d'éducation et de plaidoyer du partenariat, il renforce la confiance en son corps et l'estime de soi des filles, tout en leur donnant une voix et une plate-forme pour influencer le débat plus large sur l'anxiété liée à l'apparence et pour sensibiliser le public sur la question.



En fondant le modèle du programme sur la méthode éducative de l'AMGE, nous veillons à ce que notre approche de partenariat mondial reflète la méthode plus générale du guidisme/scoutisme féminin et nous aide à concrétiser notre vision globale à l'AMGE ; aider les filles et les jeunes femmes à développer leur plein potentiel en tant que leaders et citoyennes actives du monde.

Lorsque les guides nigérianes ont mené leur session nationale ABC, elles ont été inspirées par l'invitation des médias à demander au gouvernement de se concentrer davantage sur l'égalité des sexes, ce qui permettrait d'assurer une couverture médiatique nationale. Lilian Damiet, responsable de projet, a déclaré :

*'Nous voulons que nos filles s'affirment, aient confiance en elles et regardent au-delà de leur apparence en prenant certaines décisions de la vie ou en faisant face à certains défis de la vie.'*

Jess Shire, âgée de 22 ans et leader britannique du groupe des Jeannettes, a dirigé un défilé de mode 'Positively Me!' dans le cadre de son travail de plaidoyer et d'action communautaire en cours sur la confiance en son corps. Jess dit que soulever la question de la confiance en son corps était "extrêmement important" et que cela touchait "les adultes et les enfants du monde dans lequel nous vivons aujourd'hui". Les mannequins du défilé de mode, représentant des personnes de tous âges, de toutes tailles et de tous horizons, portaient tous un vêtement dans lequel ils n'auraient normalement pas confiance. Le défilé a été couvert par la BBC au Royaume-Uni et partagé sur les médias sociaux.



## OPPORTUNITÉS MONDIALES DE PLAIDOYER

Dans le cadre de notre partenariat, nous assistons à des événements, ou nous les organisons, pour les influenceurs de la confiance en son corps et de l'estime de soi, en mettant l'accent sur les questions suivantes :

### GOUVERNEMENTS :

- Financer et mener des recherches pour établir une compréhension nationale de base de la nature, de la prévalence et des répercussions du manque de confiance en son corps.
- Intégrer la culture de la confiance en son corps dans les programmes et les activités scolaires. Les écoles ont un rôle vital à jouer pour favoriser la confiance en son corps en l'incorporant à l'enseignement en classe et aux activités extra-scolaires.
- Soutenir et financer des programmes d'éducation non formelle qui traitent des problèmes de confiance en son corps et d'estime de soi, en particulier dans les espaces réservés aux filles et aux garçons.
- Créer/mettre en œuvre des normes de publicité garantissant que les publicités n'utilisent pas l'aérographe de manière trompeuse ou potentiellement dangereuse.



## MÉDIAS :

- Les médias (télévision, magazines imprimés et en ligne et publicités) doivent cesser de propager des modèles de corps idéaux impossibles à atteindre, et exposer une diversité de femmes et de filles réelles dotées d'un large éventail de types de corps sains sur tous les médias.

## INDUSTRIE CORPORATIVE :

- Les secteurs de l'entreprise et de la santé doivent cesser de produire et de faire la publicité de produits et services visant à modifier l'apparence physique et susceptibles de présenter un risque pour la santé, tels que les produits éclaircissants pour la peau ou amaigrissants.
- L'industrie de la mode doit cesser de promouvoir les mannequins maigres et utiliser des mannequins représentant un large éventail de types de corps et d'apparences.

## EN 2018 LE PREMIER FORUM DE PLAIDOYER DES JEUNES FEMMES (YWAF) A ÉTÉ ORGANISÉ.

Cet événement annuel sélectionne des jeunes femmes parmi un groupe de candidates qui ont des idées de projets de plaidoyer pour s'attaquer aux causes profondes du manque de confiance en soi et d'estime de soi. Les personnes sélectionnées participent à une formation sur les compétences et le plaidoyer, suivie d'une occasion de prendre part à un événement mondial. En 2018, le Forum était lié à l'Assemblée générale des Nations Unies, et en 2019 à Women Deliver. Chaque déléguée est ensuite soutenue pour délivrer son projet à la maison.

## OBJECTIFS DE DÉVELOPPEMENT DURABLE (ODD)



À l'AMGE, nous croyons en un monde où chaque fille peut être heureuse et en bonne santé sans avoir le souci d'être retenue par son apparence. Tout ce que nous faisons grâce à **Libre d'être moi** est conçu pour permettre au monde de respecter son engagement en faveur de l'ODD 3, bonne santé et bien-être et de l'ODD 5, égalité des sexes.

### LA DIFFERENCE QUE CELA A FAIT :

- **Depuis 2013**, le partenariat a impliqué plus de 5,2 millions de filles et de garçons dans des formations sur la confiance en son corps et l'estime de soi dans 120 pays.
- **D'ici 2020**, le partenariat vise à impliquer un total de 6,5 millions de jeunes via FBM et ABC.
- **18 organisations membres** (OM) ont des relations avec les bureaux locaux de Dove, organisent des événements et des campagnes pour impliquer les décideurs au niveau national.
- **Le partenariat offre également** aux guides et aux éclaireuses une plate-forme mondiale pour influencer les principaux décideurs. **Depuis 2013, 57 jeunes femmes** ont eu la possibilité de s'exprimer lors d'événements, notamment : la Commission de la condition de la femme (CSW) ; l'AGNU et la conférence Women Deliver.
- **Jusqu'à présent, 57 paiements** ont été versés à partir du fonds Libre d'être moi aux OM du monde entier, afin de soutenir leur formation et le déploiement des programmes.
- **Les OM de toutes les régions** ont bénéficié d'une formation en personne, incluant 25 événements nationaux et 5 événements internationaux.



### MON VOYAGE LIBRE ÊTRE-MOI, par Angeli, Éclaireuses des Philippines.

*Elle a parlé de FBM en tant que déléguée de l'AMGE à la conférence Women Deliver, Danemark, mai 2016.*

Avant de venir à Copenhague, j'ai rencontré quelques amis. Au lieu de me demander comment j'allais, ils ont immédiatement posé la question "Pourquoi es-tu si sombre ?" Comme si ma couleur de peau était l'histoire la plus importante de ma vie. Aux Philippines, vous serez surpris par l'obsession des filles et des femmes pour les produits blanchissants et par les énormes panneaux publicitaires. Avoir la peau sombre est dévastateur. On associe cela au fait d'être pauvre, laid, de classe inférieure. Cela a coûté à des filles leur éducation.

J'avais 14 ans lorsque j'ai assisté pour la première fois à une session de Dove sur l'estime de soi dans un camp national d'éclaireuses. J'ai pu faire face aux insécurités et aux peurs liées à mon propre corps. La confiance que j'ai acquise m'a aidé à trouver cette capacité à diriger les jeunes.

**Aux Philippines, au moins 600 000 filles** seront touchées par Libre d'être moi au cours des trois prochaines années. Le changement culturel est un grand défi à relever, mais pour une fille qui croit en elle-même, aucune montagne n'est assez haute. Imaginez un monde où des millions de filles croient pouvoir faire de ce monde un meilleur endroit où vivre, quelles que soient leur taille, leur race ou leur couleur - un avenir où filles et femmes pourront réaliser leur plein potentiel. "