

# MURZO

TÉMOIGNAGE  
SUR GROSSOPHOBIE  
ET INDICE DE MASSE  
CORPORELLE (IMC)

Artiste valaisanne représentant des portraits au fusain. Son travail engagé a comme fil conducteur le questionnement social.

La **grossophobie** est fondée sur de fausses croyances et entraîne des pensées, des sentiments et des comportements négatifs envers soi-même et les autres. Elle conduit à la honte, aux régimes extrêmes et à des habitudes insoutenables rapidement abandonnées. La grossophobie piège les gens dans un cycle interminable de restrictions et de fluctuations du poids, ce qui est **émotionnellement et physiquement destructeur**. Elle a des effets désastreux sur le public, entraînant une augmentation de **discrimination**, de troubles de l'alimentation et de stigmatisation intériorisée.

Dans le milieu **médical**, la grossophobie est nourrie à travers l'**indice de masse corporel**, IMC. Trois lettres qui suffisent parfois à définir notre état de santé. Pourtant **être gros ne signifie pas toujours être en mauvaise santé**.

## L'IMC en quelques points

- indice inventé dans les années 1830 par un mathématicien
- moyen de mesurer la corpulence d'un individu sans tenir compte des particularités de celui-ci, comme par exemple le tour de taille qui indique la graisse viscérale liée aux risques de santé ou le rapport graisse/muscles dans le corps.

Murzo en quelques expositions, à retrouver sur [www.murzoart.com](http://www.murzoart.com)  
et sur [www.facebook.com/murzoart](https://www.facebook.com/murzoart) ou sur [www.instagram.com/murzoart](https://www.instagram.com/murzoart)

### FAT

Série sur le thème de la grossophobie

Expo 2018

### PREY

Série traitant du genre, notamment de l'existence d'identités en dehors de la binarité masculine et féminine. Mise en lumière des concepts de « troisième genre » et « autres genres ».

Du 17 au 31 mai 2019 dans les locaux d'Alpagai, Sion

### ROOM

Série inspirée du regard artistique masculin sur les femmes vues comme objets de consommation. Murzo réinterprète diverses peintures de femmes réalisées par des artistes masculins, en y ajoutant intimité, anonymat et dignité pour ELLE.

Expo à venir

# ISABELLE DARBELLAY METRAILLER

TÉMOIGNAGE  
SUR LES STÉRÉO-  
TYPES DE GENRE ET  
LA DICTATURE DU  
CORPS PARFAIT

Cheffe de l'OCEF, Office cantonal de l'égalité et de la famille

## Sommes-nous libres de nos choix professionnels, personnels et familiaux ?

Une société égalitaire devrait permettre de sortir des **stéréotypes sociaux et de genre**, afin de permettre à chacun et à chacune de vivre librement ses choix.

S'agissant du corps, les adolescents doivent faire face à des pressions énormes. Il est essentiel de permettre aux jeunes, filles et garçons, de sortir des images stéréotypées largement répandues notamment par :

- **Les médias, réseaux sociaux et publicités** qui véhiculent l'image de corps soi-disant parfaits qui ne reflètent rien de la réalité : mince et sexy pour les filles versus musclé et fort pour les garçons
- **Les jeux et jouets** qui influencent les filles dès le plus jeune âge, avec des poupées aux mensurations sur-réalistes érigées en modèles
- **Le culte de la minceur** largement répandu qui valorise la perte de poids, au mépris des règles basiques de santé
- **Les programmes de retouches-photos**, qui permettent de rendre incroyablement sveltes et fermes les silhouettes des modèles, rendant insupportable tout défaut corporel
- **Une société** qui valorise à l'extrême l'apparence physique au lieu de mettre en avant la réalisation de la personne comme être humain, avec des conséquences néfastes sur l'estime de soi

***Au final, la majorité des jeunes filles et des femmes adultes est insatisfaite de son apparence et surtout de son corps.***

La pression du corps « parfait » est en réalité une entrave à l'épanouissement de la majorité des individus, qui ne pourra répondre à des canons de beauté anormaux mais pourtant véhiculés comme des modèles à atteindre.

***Une prise de conscience de ces influences est donc primordiale !***

Dans son action de promotion de l'égalité entre femmes et hommes, l'Office cantonal de l'égalité et de la famille s'attache à déconstruire ces pseudo-modèles et à lutter contre des stéréotypes qui nuisent à la réalisation équilibrée des femmes et des hommes.

# JULIEN INTARTAGLIA

TÉMOIGNAGE  
SUR L'INFLUENCE  
DES MÉDIAS SUR  
L'IMAGE CORPORELLE

Docteur en Sciences de l'Information et de la Communication, spécialisé dans l'étude des mécanismes d'influence de la publicité sur les attitudes et les comportements de l'acheteur. Actuellement Professeur de marketing et de publicité à la Haute École de Gestion Arc à Neuchâtel.

## La publicité, reflet du miroir de notre société ?

Sachant que ce métier consiste finalement à se « brancher sur le quotidien » du consommateur pour le comprendre et donc réussir à mieux lui vendre un produit, un service ou une marque, pour quelles raisons sommes-nous convié-es tous les jours dans le monde merveilleux - voire surfait – de la publicité ? Un monde dans lequel on ne s'appuie que sur ce qui est « beau » pour vendre : de jolies femmes respirant la joie de vivre, des hommes séduisants et des « vieux jeunes » branchés et en pleine santé, bref tout est fait pour rappeler que « la laideur se vend mal » en référence au célèbre designer Raymond Loewy.

**L'influence des médias et réseaux sociaux sur notre image corporelle est indéniable et omniprésente. Il ne faut pas interdire l'exposition aux médias mais plutôt l'encadrer!**

Il s'agit d'œuvrer en faveur du développement de ***l'esprit critique***

*de nos enfants et adolescents face aux diverses influences médiatiques, que ces dernières se passent dans le digital ou dans les médias traditionnels... Ne pas les faire vivre dans une bulle, mais au contraire leur donner des armes pour avancer plus sereinement dans leur rapport avec eux-mêmes, les autres et le monde qui les entoure.*

# VICKY MORGAN

TÉMOIGNAGE  
SUR L'IMPACT DE  
LA GROSSOPHOBIE  
DANS LA VIE  
QUOTIDIENNE ET  
DANS LE MONDE  
PROFESSIONNEL

Victime de grossophobie dès l'âge de 15 ans, modèle de Murzo pour l'expo FAT, travaillant dans le milieu médical.

Je m'appelle Vicky, j'ai bientôt 30 ans et j'habite à Genève. Grosse depuis toujours, j'ai souffert de grossophobie médicale depuis mon enfance. Du pédiatre à l'infirmière scolaire au cycle d'orientation, en passant par le médecin référent de la formation en Soins Infirmiers ou des soignants qui ont suivi la fin de ma grossesse, j'en ai bavé pour affronter le corps médical.

« *Je suis sûre que tu grignotes après l'école et que tu ne fais pas de sport !* »

Dixit l'infirmière, alors que je faisais plus de 6h de sport par semaine et que je n'aime pas grignoter entre les repas.

« *Vous n'avez pas de diabète gestationnel ? C'est étonnant !* »

M'a-t-on dit peu avant mon accouchement. Oui parce qu'être enceinte tout en étant grosse, apparemment cela sort de l'ordinaire.

« *Soigner une personne malade en étant vous-même en mauvaise santé ? Ce n'est pas envisageable Vicky* »

M'a-t-on dit lorsque j'ai souhaité débiter une formation dans le milieu médical. Comme si être gros ou grosse rime forcément avec mauvaise santé. Je travaille actuellement dans les soins en tant qu'assistante en soins dans le milieu du polyhandicap. Comme quoi, rien ne m'arrête, surtout pas mon poids ou mon corps.

## Quel que soit le corps dans lequel on est, on a le droit de s'accepter et de s'aimer.

Seule, devant mon miroir, j'ai appris à aimer mon corps. J'ai appris à aimer mes formes, mes rondeurs, mon ventre, mes cuisses, mes bras, ma cellulite, mes vergetures... J'ai le droit de me trouver belle comme j'ai le droit de me trouver horrible.

Chaque jour, depuis 15 ans, je regarde mon reflet et **je me fais un compliment**. Il y a toujours quelque chose de positif à se dire, même s'il faut parfois creuser profondément pour le trouver ce compliment...

S'accepter en se moquant du regard des autres et des normes que nous imposent la société, c'est tout ce qui compte. Je vis pour moi, par pour les autres...