

**L'Association québécoise d'aide aux personnes souffrant  
d'anorexie nerveuse et de boulimie (ANEB Québec)**

- Avril 2008 -

(La version anglaise de ce bulletin électronique se trouve au bas)

**Mot de bienvenue...**

Bienvenue à la troisième édition du bulletin électronique de l'ANEB Québec. Nous sommes heureux de mettre en place ce service afin que vous soyez toujours à la fine pointe de l'information concernant l'ANEB. Vous trouverez, à l'intérieur de chaque édition, des renseignements sur les services de l'organisme et les événements à venir ainsi que sur les troubles alimentaires en général. Nous espérons que vous apprécierez et que vous n'hésitez pas à nous communiquer vos commentaires et suggestions !

L'équipe de l'ANEB Québec

**À l'intérieur de ce bulletin électronique :**

1. Dans les bureaux de l'ANEB...
2. Activités de financement
  - Soirée bénéfique 2008
  - Tirage annuel
3. Pétition concernant les normes de beauté
4. Bulletin d'information "images"
5. Groupes de soutien pour les personnes souffrant d'un trouble alimentaire
6. Coup de cœur de l'ANEB

**1. DANS LES BUREAUX DE L'ANEB...**

À l'ANEB, nous commençons déjà à nous préparer pour la période estivale. Pour l'équipe, cette période de l'année signifie l'organisation et la mise en place de nouveaux projets pour l'organisme. Nous avons quelques idées en tête que nous vous partagerons prochainement.

Par ailleurs, l'arrivée du printemps signifie la fin des stages pour nos étudiantes en psychologie, psychoéducation, sexualité et nutrition. Nous sommes attristées de devoir bientôt leur dire au revoir et nous tenons à les remercier énormément pour leur dévouement, leur générosité et leur dynamisme tout au long de l'année. Ce fut un réel plaisir de travailler avec elles. Nous leur souhaitons à toutes beaucoup de bonheur et du succès pour la fin de leurs études.

**2. ACTIVITÉS DE FINANCEMENT**

L'ANEB Québec est un organisme communautaire sans but lucratif. Afin de pouvoir continuer notre mission malgré la rareté des fonds consacrés aux organismes communautaires en santé mentale,

l'ANEB organise deux activités de financement par année. Ces activités sont primordiales et permettent à l'organisme de recueillir des fonds qui sont nécessaires à la poursuite des services de qualité et à faible coût. Voici un compte-rendu de ces activités pour l'année 2008 !

#### - Soirée bénéfice

Mercredi le 6 février 2008, avait lieu la soirée bénéfice « Les yeux du cœur 2008 » au profit de l'Association québécoise d'aide aux personnes souffrant d'anorexie nerveuse et de boulimie (ANEB Québec). C'est avec une générosité émouvante et une énergie électrisante que Marjo, Nanette Workman, Mélanie Renaud et Boom Desjardins se sont produits sur la scène du Medley ! Ils ont offert quelques uns de leurs plus grands succès et ce, au plus grand plaisir de la foule. Plus de 400 personnes ont participé à cette soirée mémorable et démontré leur soutien à la cause des troubles alimentaires.

Un merci tout spécial à nos précieux commanditaires ainsi qu'à toutes les personnes présentes à la soirée !

Pour visionner toutes les photos prises lors de la soirée bénéfice « Les yeux du cœur 2008 », rendez-vous à l'espace Canoe de l'ANEB Québec : <http://espace.canoe.ca/ANEBQuebec>

#### - Tirage annuel

Le tirage 2008 comprenait 17 prix alléchants et originaux, provenant d'organismes et d'entreprises qui ont à cœur le bien-être de leur communauté. Nous sommes fiers de vous annoncer que nous avons vendu plus de 1700 billets. Notre objectif pour l'an prochain : 2000 billets !

Nous tenons à féliciter particulièrement la gagnante du grand prix, madame Gillian Creasor. Grâce à Air Canada (Kids Horizons Enfance), elle pourra s'envoler pour une destination de son choix en Amérique du Nord. Nous lui souhaitons un très beau voyage !

Par ailleurs, nous commencerons très prochainement la sollicitation des entreprises pour la commandite de nouveaux prix pour le tirage 2009. Nous vous lançons l'invitation si vous désirez vous impliquer dans l'organisation du tirage et surtout, à nous écrire si vous avez des prix à nous offrir : [anebnadia@hotmail.com](mailto:anebnadia@hotmail.com).

### 3. PÉTITION CONCERNANT LES NORMES DE BEAUTÉ

L'ANEB soutien l'initiative de plusieurs jeunes femmes qui font circuler une pétition concernant les normes de beauté et qui sera remise à la ministre de la Condition féminine, de la Culture et des Communications. Elles souhaitent une législation exigeant que les mannequins doivent avoir un indice de masse corporelle (IMC) supérieur à 18.5 afin de pouvoir participer à des activités commerciales. Afin d'atteindre cet objectif, soit le passage d'une législation, il est primordial d'avoir votre support ! Nous vous demandons de faire circuler cette pétition dans vos milieux afin d'avoir le maximum de signatures possible. Plus de 2 110 signatures ont déjà été obtenues. Notre objectif : 5 000 signatures !

Pour obtenir une copie de la pétition, rendez-vous sur notre site internet ([www.anebquebec.com](http://www.anebquebec.com)) et téléchargez « [petitionIMC.pdf](#) ». Par la suite, informez-nous de votre démarche à l'adresse [info@anebquebec.com](mailto:info@anebquebec.com) afin que nous puissions garder un registre des pétitions qui circulent.

Aidez-nous à changer les normes de beauté, signez ! Votre signature nous tient à cœur. Ensemble, nous pouvons redonner la santé aux nombreuses victimes de la minceur.

#### 4. BULLETIN D'INFORMATION « IMAGES »

Le prochain bulletin d'information « images » portera sur la sexualité et les troubles alimentaires. Il sera bientôt envoyé par la poste aux membres de l'ANEB. Pour celles et ceux qui aimeraient devenir membres, rendez-vous dans la section « Membres » du site internet de l'organisme. Vous pouvez également avoir accès à quelques articles dans la section « Bulletin ». Bonne lecture !

#### 5. GROUPES DE SOUTIEN POUR LES PERSONNES SOUFFRANT D'UN TROUBLE ALIMENTAIRE

Les prochains groupes fermés auront lieu en septembre puisque nous prenons une pause durant la période estivale. Nous continuons tout de même à prendre les inscriptions par téléphone au 514 630 0907. En attendant une place pour les groupes fermés, vous êtes les bienvenus aux groupes ouverts. Le groupe ouvert en français a lieu à tous les lundis soirs, de 19h à 21h, à l'hôpital Ste-Justine. Pour le groupe en anglais, il se déroule un mercredi sur deux, de 18h30 à 20h30, au Centre de ressources communautaires de l'Ouest de l'Île.

#### 6. COUP DE CŒUR DE L'ANEB

« À toutes les femmes qui croient que la beauté n'a pas d'âge »

En 2004, Dove lançait son « initiative vraie beauté », une vaste campagne mondiale qui visait à élargir la définition de la beauté et à en défaire les standards inatteignables, pour que plus de femmes se sentent belles, quelles que soient leur taille, leur forme, leur couleur.

Quel que soit aussi leur âge.

Notre coup de cœur du mois est le recueil *de femme à femme* de la compagnie Dove. Il réunit des témoignages de femmes âgées entre 45 et 86 ans. Ces filles, ces mères et ces grands-mères ont soumis leur histoire, mues par un désir de partager, une volonté d'inspirer, de montrer qu'avec l'âge se gagne une confiance qui ne doit pas être cachée mais plutôt exposée pour pouvoir en profiter pleinement. Elles racontent leurs réussites comme leurs échecs et révèlent ce qui, dans ces moments, a entraîné une prise de conscience, une volonté de prendre leur destinée en main et la certitude de pouvoir le faire.

C'est un livre de témoignage de vie, un partage de passions et de courage, une célébration de la beauté individuelle. Une beauté sur laquelle le temps n'a pas à avoir d'emprise.

Bonne lecture !

\*\* Les recettes de la vente du livre *de femme à femme* seront versées au Fonds d'estime de soi Dove.

---

*Merci de lire le bulletin électronique de l'ANEB Québec !*

*Si vous souhaitez être retiré de cette liste d'envoi, veuillez, s'il vous plaît, nous écrire à [anebnouvelles@hotmail.com](mailto:anebnouvelles@hotmail.com) en inscrivant comme objet : « Retrait de la liste d'envoi ».*

*Pour davantage d'information sur l'organisme, rendez-vous sur notre site internet à l'adresse : **[www.anebquebec.com](http://www.anebquebec.com)***

---

The Quebec Association for assistance to persons suffering from  
anorexia nervosa and bulimia (ANEB Quebec)

- April 2008 -

#### A word of welcome...

Welcome to the third electronic newsletter of ANEB Quebec. We are pleased to offer this service so that you can stay up-to-date on what's going on at ANEB. Each issue will contain information on the organization, upcoming events and on eating disorders in general. We hope that you enjoy this issue: don't hesitate to provide us with your comments and suggestions!

Team ANEB Québec

#### Inside this issue:

1. At the ANEB offices...
2. Fundraising activities
  - Gala « Les yeux du coeur 2008 »
  - Annual draw
3. Beauty standards petition
4. *images* newsletter
5. Support groups for people suffering from an eating disorder
6. ANEB's pick of the month

#### 1. AT THE ANEB OFFICES...

ANEB is already preparing for the summer season. This time of year is a time where the team plans and organizes new projects. We already have some ideas in mind that we will be sharing with you shortly.

Spring is when the internships for our students in psychology, psychoeducation, sexuality and nutrition come to an end. We are saddened to have to say goodbye and we would like to thank them for their dedication, their generosity and their dynamism throughout the year. It was a real pleasure working with them. We wish them all happiness and success in the completion of their studies.

## 2. FUND-RAISING ACTIVITIES

ANEB Quebec is a non-profit organization. In order to be able to pursue our mission despite the chronic lack of funds for community organizations that deal with mental health issues, ANEB organizes two fund-raising activities per year. These activities are crucial and allow the organization to raise funds to ensure quality, low-cost services. Here is a summary of these activities for 2008!

### - Evening Gala

On Wednesday, February 6, 2008, the "*Les yeux du cœur 2008*" gala was held for the Quebec Association for assistance to persons suffering from anorexia nervosa and bulimia (ANEB Québec). Displaying a moving generosity, Marjo, Nanette Workman, Mélanie Renaud and Boom Desjardins performed at the Medley with electrifying energy. They played some of their greatest hits to the delight of the crowd. Over 400 people participated in this memorable evening and showed their support of the cause of eating disorders.

A special thanks to our precious sponsors and to all who were present during the evening!

A photo gallery of the *Les yeux du cœur 2008* gala is available on espace Canoe: <http://espace.canoe.ca/ANEBQuebec>

### - Annual draw

The 2008 draw included 17 attractive and original prizes from organizations and companies who invest in the well-being of their community. We are proud to announce that we sold over 1,700 tickets. Our objective for next year: 2,000 tickets.

Special congratulations to Ms. Gillian Creasor. Thanks to the generosity of Air Canada (Kids Horizons Enfance), she can fly to any North American destination of her choice. We wish her Bon Voyage!

We will soon start campaigning companies to sponsor new prizes for the 2009 draw. We invite all those who would like to participate in the organization of the draw, especially if you have prizes to donate, to write us at: [anebnadia@hotmail.com](mailto:anebnadia@hotmail.com).

### 3. BEAUTY STANDARDS PETITION

ANEB supports the initiative of several young women who are circulating a petition concerning the current beauty standards which will be handed to the Minister of Culture, Communication and the Status of Women. They are seeking legislation whereby models would be required to have a body mass index (BMI) over 18.5 in order to be allowed to work in advertisement and on runways. We need your support to achieve this legislative objective! We ask that you circulate this petition amongst your circles in order to gather the maximum number of signatures. Over 2,110 signatures have already been obtained. Our objective: 5,000 signatures!

A copy of the petition is available on our internet site ([www.anebquebec.com](http://www.anebquebec.com)) by downloading [petitionIMC.pdf](#). Keep us informed of your initiative by writing to us at [info@anebquebec.com](mailto:info@anebquebec.com) so that we can track the petitions that are going around.

Sign the petition and help us change the standards of beauty! Your signature is important to us. Together we can nurture the many victims of the extremely thin look back to health.

### 4. *images* NEWSLETTER

The next *images* newsletter will broach the subject of sexuality and eating disorders. ANEB members will receive it shortly through the mail. Those who would like to become members can do so by going to the Members section of the website. There are also some articles posted in the Newsletter section. Happy reading!

### 5. SUPPORT GROUPS FOR PEOPLE SUFFERING FROM AN EATING DISORDER

The next closed groups will take place in September, after the summer break. We will continue to take registrations by phone at 514 630 0907. In the meantime, all are welcome to the open groups. The open groups are conducted in French every Monday evening from 7 p.m. to 9 p.m. at Ste. Justine Hospital and in English every second Wednesday from 6:30 p.m. to 8:30 p.m. at the West Island Community Resource Centre.

### 6. ANEB's PICK OF THE MONTH

To all women who believe that beauty is ageless.

In 2004, Dove launched its worldwide Campaign for Real Beauty, whose aim is to broaden the definition of beauty and do away with unattainable standards so that more women feel beautiful, regardless of their size, shape or color.

And regardless of their age!

Our pick of the month is the Dove-initiated book "*de femme à femme*" (From Woman to Woman). The book is a collection of life stories from women aged from 46 to 86 years of age. These girls, mothers and grandmothers submitted their stories, moved by a desire to share and a willingness to inspire. They show that with age comes confidence that should not be hidden but fully celebrated.

They tell of their success and failures and reveal that these moments created in them a new consciousness and the willpower and confidence to take their destiny in their own hands.

This is a testimonial to life, sharing of passions and courage, a celebration of individual beauty. A beauty where time is meaningless.

Happy Reading!

\*\* Proceeds from the sale of *de femme à femme* will be donated to Dove's Self-Esteem Fund.

---

*Thank you for reading the ANEB Quebec's electronic newsletter !*

*If you wish to be removed from this mailing list, please write to us at [anebnouvelles@hotmail.com](mailto:anebnouvelles@hotmail.com) by writing **Remove from mailing list** in the subject line.*

*For more information about our organization, please visit our website: [www.anebquebec.com](http://www.anebquebec.com)*

---