



MY
BODY
MY
STORY

Tre aktører går sammen i kampagne mod usunde kropsidealer

Bag kampagnen **#MyBodyMyStory** står Foreningen Spiseforstyrrelser og Selvskade, Meraki og LYKKELAND ateliér, der ønsker et opgør med især skønheds- og modebranchens fokus på uopnåelige kropsidealer. Kampagnen sætter billeder og ord på urealistiske kropsidealer og gør op med den voldsomt vægtfokuserede kultur i Danmark.

MY BODY MY STORY

Fra 1. august kan du på de sociale medier dele din historie om dit forhold til din krop under hashtagget **#MyBodyMyStory**. Forholdet til kroppen er for mange unge desværre ikke nogen positiv fortælling. En betydelig andel af danske unge kæmper med mistrivsel i egen krop. Over halvdelen af unge piger mener, de er for tykke, mens knap hver tredje unge dreng synes, han er for tynd. For mange sætter kropsskammen sig så fast, at det fører til alvorlig mistrivsel. Hver fjerde pige og hver ottende dreng i 9. klasse er i fare for at udvikle en spiseforstyrrelse. Ifølge Sundhedsstyrelsen lever 75.000 danskere med en spiseforstyrrelse.

Derfor sætter de tre aktører nu fokus på de urealistiske kropsidealer og motiverer til at tage kampen op for et sundere og mere divers kropsideal i Danmark.

“Vi har en voldsom vægtfokuseret kultur i Danmark, hvor spændet for det, der anses som en normal og sund vægt, er ekstremt snævert. Hvis vi ikke får vendt udviklingen, risikerer vi, at kropsskam og mistrivsel driver endnu flere børn og unge ud i spiseforstyrrelser eller selvskade. Med kampagnen #MyBodyMyStory ønsker vi at sprede budskabet om, hvor vigtigt det er, at vi alle, men især børn og unge, eksponeres for realistiske og sunde kroppe,”

– fortæller Laila Walther, direktør i Foreningen Spiseforstyrrelser og Selvskade.

SAMTALEN STARTER PÅ SOCIALE MEDIER

De tre aktører bag kampagnen ønsker at gøre opmærksom på det ansvar, vi hver især har fx som rollemodeller, forældre og beslutningstagere i skønheds- og modeindustrien, når vi taler grimt om vores egne eller andres kroppe og kun giver plads til dem, der lever op til et meget snævert kropsideal.

Brugere på sociale medier inviteres med i kampagnen, da sociale medier spiller en afgørende rolle i eksponeringen af de urealistiske kropsidealer, som mange unge i dag tror, de skal leve op til. Det er derfor helt afgørende, at samtalen om, hvordan smukke og sunde kroppe egentlig ser ud, også finder sted online.

MODEBRANCHEN SKABER ET UOPNÅELIGT IDEAL

Vi gør op med kritiske kropsidealer og usunde selvopfattelser. Vi tager ansvar for sårbare børn og unge og deres velvære. Sådan lyder det i det manifest, de tre aktører har samlet sig bag. Det fortæller Heidie Lykke, der er grundlægger af fashion-brandet LYKKELAND ateliér. Heidie har arbejdet i modebranchen i mere end 20 år og har oplevet, hvor ekskluderende branchen kan være.

“Vi er nødt til at rykke endnu hurtigere på at stoppe kategoriseringen og opdelingen af mennesket i, hvordan man skal og ikke skal se ud. Det har en ødelæggende effekt på både børn og unge. I modebranchen har vi et medansvar for at gøre plads til alle; ikke kun på catwalken til modeugen, men også ude i butikkerne, i medierne og på gaden. Diversitet er ikke et buzzword - der skal handling bag fra modebranchen, og netop derfor har vi skabt kampagnen #MyBodyMyStory og et manifest for at tage ansvar og skubbe udviklingen i den rigtige retning,”

– siger Heidie Lykke, founder LYKKELAND ateliér

Når det kommer til at eksponere sunde og naturlige kroppe, spiller skønheds- og modebranchen en stor rolle. Med de ofte meget tynde modeller og retoucherede billeder skaber branchen et ideal for de unge, som er umuligt at leve op til. I de senere år er der sket en opblødning, hvor en mere mangfoldig sammensætning af modeller bruges både i medierne og på catwalken. Men branchen er stadig langt fra mål, mener Heidie Lykke fra LYKKELAND ateliér.

ET (U)PERFEKT BUDSKAB

Mens modebranchen har et særligt ansvar, understreger Charlotte Ammentorp, Brand Owner for det danske skønhedsbrand Meraki, at alle er inviteret med til at tage ansvar og gøre op med perfekte idéer om, hvordan man bør se ud.

“Vi skal holde op med at forskønne med filtre og finde fejl. Alt det her gør, at de, som kigger med bag skærmen, tror, de er forkerte på den. Alt for mange unge mennesker har et kritisk syn på, hvordan de ser ud. Om man er tyk, tynd, høj, lav, om man har strækmærker eller ej. Vi skal lære at elske den krop, som vi har, og vide, at vi er gode nok, lige som vi er,”

— fortæller Charlotte Ammentorp, Brand Owner Meraki



#MyBodyMyStory

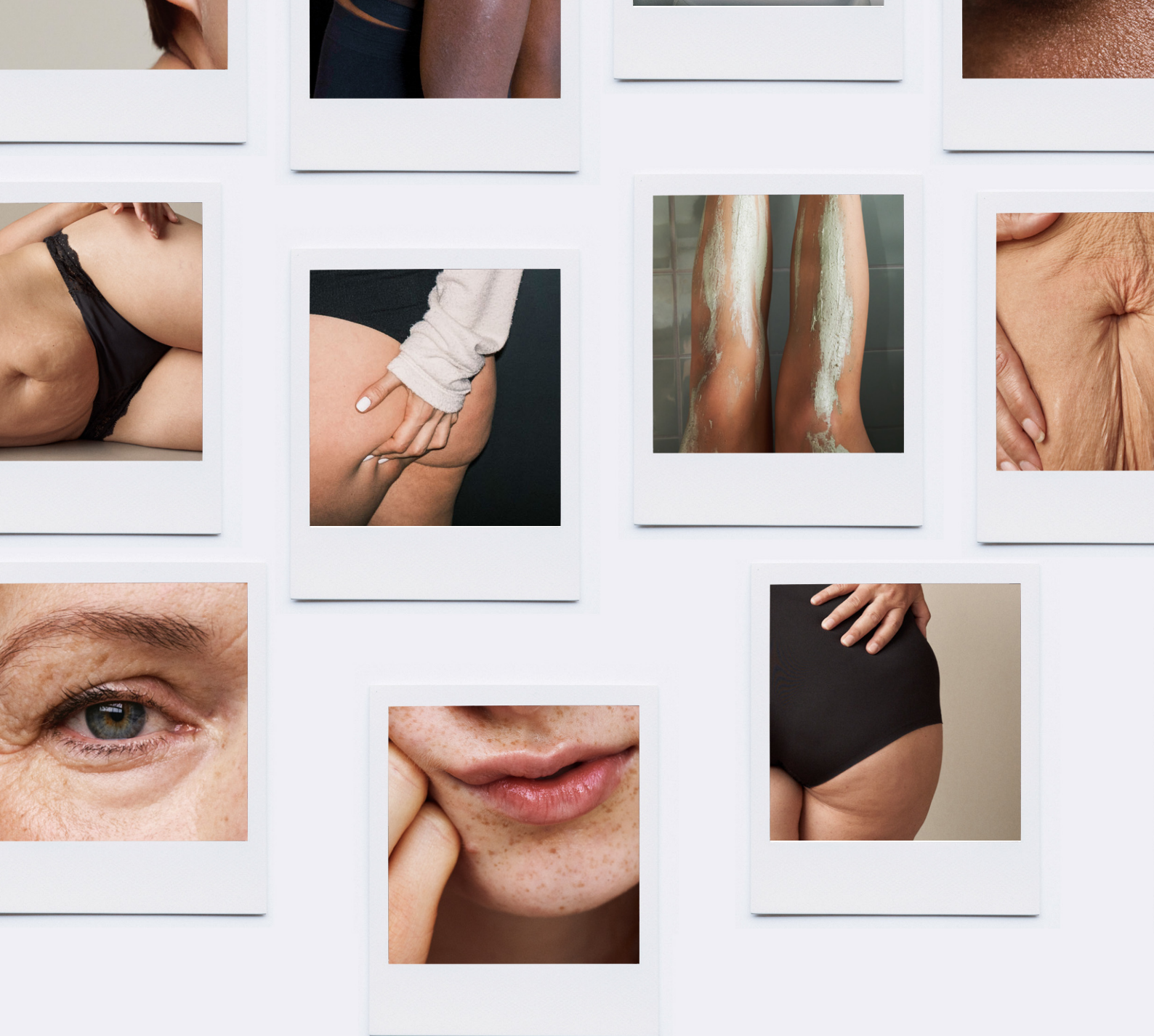
DELTAĞ PÅ INSTAGRAM OG I MODEUGEN

Foreningen Spiseforstyrrelser og Selvskade arbejder blandt andet for at forebygge, at unge mistrives i en sådan grad, at de udvikler en spiseforstyrrelse eller begynder at skade sig selv. Børn helt ned i 10-årsalderen kontakter foreningens rådgivning for at få støtte og hjælp til at stoppe et usundt fokus på vægt og mad.

“Sammen med Meraki og LYKKELAND ateliér sender vi en åben invitation til alle om at bidrage til at vise, at alle kroppe er smukke, som de er, og dermed gøre op med de kroppsidealiser, vores børn og unge møder i dag,”

– siger Laila Walther fra Foreningen Spiseforstyrrelser og Selvskade.





FAKTA

- Del din historie på sociale medier under hashtagget **#MyBodyMyStory**
- Følg os **@mybodymystory.dk** og støt op om kampagnen.
- 8. august opstilles en pop-up photobooth i København, hvor man kan få taget sit billede.
- Ønsker du at støtte op om Foreningen Spiseforstyrrelser og Selvskade kan du sende en **SMS med MYBODY til 1416** og støtte med 50 kr. eller **MYSTORY til 1416** og støtte med 100 kr.



For mere information, interviews og citater, kontakt os her:



meraki

LYKKELAND
ateliér

Janne Bruvoll

Kommunikations- og fundraisingchef

51 17 75 78

janne@spiseforstyrrelse.dk

Charlotte Ammentorp

Brand Owner

30 36 50 26

chaam@merakimoments.com

Heidie Lykke

Founder

31 77 41 12

hello@lykkelandatelier.dk

Om Foreningen Spiseforstyrrelser og Selvskade

Foreningen Spiseforstyrrelser og Selvskade arbejder for at forebygge spiseforstyrrelser og selvskade og forbedre vilkårene for de ramte og deres pårørende. Hvert år rådgiver og støtter vi mere end 5.000 mennesker, der har brug for hjælp, og vi har rådgivninger i København, Aarhus, Odense og Aalborg. Læs mere på spiseforstyrrelse.dk

Om Meraki

Meraki er et unikt livsstilsunivers med beauty- og careprodukter, udviklet og fremstillet i Danmark. Alt er skabt med inspiration fra den skandinaviske æstetik og stor kærlighed til naturens skatkammer. Baseret på rene og enkle principper giver Meraki anledning til rolige øjeblikke i hverdagen med plads til selvforkælelse af alle sanser og skaber velvære for både krop og sjæl. Læs mere på merakimoments.com

Om Lykkeland ateliér

LYKKELAND ateliér er grundlagt i 2022 af designer og kreativ ildsjæl Heidie Lykke. Heidie har mange års erfaring fra modebranchen, og siden 2008 har hun arbejdet for at ændre synet på det, vi kalder "curvy mode". Med LYKKELAND ateliér er hendes ønske at skubbe til normerne, bidrage til mere diversitet, og opmuntre alle kvinder til at elske sig selv og sin krop. Læs mere på lykkelandatelier.com