



REGLES
ELEMENTAIRES



REVUE DE PRESSE

COLLECTE DE PRODUITS HYGIÉNIQUES
#CHANGERLESREGLES

RETROUVEZ LES POINTS DE COLLECTE SUR :
<http://collectes.regleselementaires.com/map>

REVUE DE PRESSE

2020

SOMMAIRE

2020

- **CAEN. UNE COLLECTE DE PRODUITS D'HYGIÈNE INTIME ORGANISÉE POUR LES PLUS PRÉCAIRES**
par Victor Guillaud-Lucet, **le 05/01/2020, page 1**
- **LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE**
par auteur·e inconnu·e, Seronet, **le 02/02/2020, page 2**
- **LE CHOIX DE L'ÉCOLE - "TOUT ARRIVE POUR UNE RAISON**
par Anne-Charlotte Monneret, Podcast, **le 15/01/2020, page 3**
- **PRÉCARITÉ MENSTRUELLE EN FRANCE, EN 2019**
par auteur·e inconnu·e, Sashay Away, **le 20/11/2019, pages 4**
- **CAEN. UNE COLLECTE POUR OFFRIR TAMPONS ET SERVIETTES AUX FEMMES DÉMUNIES**
par Justine Tariel, Tendance Ouest, **le 13/01/2020, page 6**
- **DAVID BELLIARD ET MARLÈNE SCHIAPPA**
France inter, **le 28/01/2020, page 7**
- **LILLE : DOUZE POINTS DE COLLECTE INSTALLÉ POUR LUTTER CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE**
par auteur·e inconnu·e, La voix du nord, **le 31/01/2020, page 8**
- **CHERS DIRIGEANTS MONDIAUX, NOUS VOUS OBSERVONS**
lettre ouverte signée par 2020 personnes, Global Goals, **le 03/02/2020, page 9**
- **TARA HEUZÉ, FONDATRICE DE "RÈGLES ÉLÉMENTAIRES" : "IL Y A UN VRAI PROBLÈME EN BAS DE CHEZ NOUS"**
par Aurélie Sogny, Marieclaire, **le 06/02/2020, page 10**
 - **LA MÉNOPAUSE NE DOIT PLUS ÊTRE VÉCUE COMME UN TABOU MAIS UNE LIBÉRATION**
par Agnès Jaoui, Blandine Métayer, Anne-Cécile Mailfert et Sophie Kune, Huffpost, **le 06/02/2020, page 12**

- **QUARANTE SEPT PROPOSITIONS POUR EN FINIR AVEC LE TABOU LIÉ AUX RÈGLES**
par Mélanie Volland, LCP Assemblée Nationale, le 11/02/2020, page 14
- **UN RAPPORT DE 47 PROPOSITIONS POUR EN FINIR AVEC LE TABOU DES RÈGLES EN FRANCE**
par Loïse Delacotte, Cosmopolitan, le 12/02/2020, page 16
- **LE GOUVERNEMENT VA EXPÉRIMENTER DES PROTECTIONS PÉRIODIQUES GRATUITES POUR LES FEMMES PRÉCAIRES**
par auteur·e inconnu·e , uestfrance, le 12/02/2020, page 18
- **UN RAPPORT PARLEMENTAIRE S'ENGAGE CONTRE LA HONTE DES RÈGLES**
par Thiphaine Honnet, Le Figaro, le 12/02/2020, page 20
- **DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES GRATUITES POUR LES FEMMES PRÉCAIRES, ANNONCE LE GOUVERNEMENT**
par auteur·e inconnu·e, Huffpost, le 12/02/2020, page 22
- **PROTECTIONS PÉRIODIQUES GRATUITES POUR LES FEMMES PRÉCAIRES : LA MESURE BIENTÔT TESTÉE**
par auteur·e inconnu·e, LCI, le 12/02/2020, page 23
- **DES PROTECTIONS PÉRIODIQUES SERONT DISTRIBUÉES GRATUITEMENT À DES FEMMES PRÉCAIRES**
par auteur·e inconnu·e, Le Parisien, le 12/02/2020, page 24
- **LE GOUVERNEMENT VA EXPÉRIMENTER DES PROTECTIONS PÉRIODIQUES GRATUITES POUR LES FEMMES PRÉCAIRES**
par auteur·e inconnu·e, Le Monde avec AFP, le 13/02/2020, page 25
- **DES PROTECTIONS PÉRIODIQUES GRATUITES POUR LES FEMMES PRÉCAIRES : LES ASSOCIATIONS "RAVIES"**
par Pauline Jacot, Europe 1, le 13/02/2020, page 26
- **LE GOUVERNEMENT VA DISTRIBUER GRATUITEMENT DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES POUR LES FEMMES PRÉCAIRES**
par auteur·e inconnu·e, 20 minutes, le 13/02/2020, page 27
- **DES PROTECTIONS PÉRIODIQUES DISTRIBUÉES GRATUITEMENT AUX FEMMES PRÉCAIRES**
par Sarah Ugolini, Capital, le 13/02/2020, page 28

- **PRÉCARITÉ MENSTRUELLE : VERS UNE DISTRIBUTION GRATUITE DANS LES COLLÈGES, PRISONS ET CENTRES D'HÉBERGEMENT**
par Léa Guyot, Le journal du dimanche, le 13/02/2020, page 29
- **FRANCE: LE GOUVERNEMENT S'ATTAQUE À LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE**
par Marie Casadebaig, RFI, le 13/02/2020, page 31
- **JOURNAL DE 18H**
par Aurélie Kieffer et Mathieu Laurent, France culture, le 13/02/2020, page 34
- **EXPÉRIMENTATION DE PROTECTIONS PÉRIODES GRATUITES POUR LES FEMMES PRÉCAIRE**
par auteur·e inconnu·e, L'Express, le 13/02/2020, page 35
- **PRÉCARITÉ MENSTRUELLE : DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES GRATUITES DÈS 2020**
par auteur·e inconnu·e, Réponseconso, le 13/02/2020, page 36
- **LA REVUE DE PRESSE PAR CARENEWS : SEMAINE DU 10 FÉVRIER**
par Audrey Parvais, Carennews, le 13/02/2020, page 37
- **LE GOUVERNEMENT TESTE LA DISTRIBUTION GRATUITE DE PROTECTION PÉRIODIQUES POUR LES FEMMES PRÉCAIRES**
par auteur·e inconnu·e, L'OBS, le 13/02/2020, page 38
- **"LES RÈGLES, C'EST SALE" : DEUX PARLEMENTAIRES PARTENT EN GUERRE CONTRE LE TABOU DES MENSTRUATIONS**
par Benjamin Dodman et Stéphanie Trouillard, France 24, le 14/02/2020, page 40
- **"THE ENGLISH HAVE LANDED" : FRANCE FINALLY STARTS LIFTING MENSTRUAL TABOO**
par Stéphanie Trouillard et Benjamin Dodman, France24, 14/02/2020, page 42
- **LE GOUVERNEMENT EXPÉRIMENTE LA DISTRIBUTION DE PROTECTIONS PÉRIODIQUES GRATUITES POUR LES FEMMES PRÉCAIRES**
par Julia Pacaud, France Bleu, le 13/02/2020, page 45
- **TABOU DES RÈGLES ET PRÉCARITÉ MENSTRUELLE : DE NOUVELLES AVANCÉES**
par Faustine.M, madmoizelle, le 14/02/2020, page 47
- **MÉRIGNAC : UNE BOÎTE À DONS POUR PROTECTIONS HYGIÉNIQUES INSTALLÉE À LA MAIRIE**
par Florence Jaijet, Wit, le 17/02/2020, page 50

- **LES FEMMES VICTIMES DE PRÉCARITÉ AURONT BIENTÔT ACCÈS À DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES GRATUITES**
par Cécile Breton, daily geek show, le 17/02/2020, page 52
- **LA FRANCE BOUGE : TARA HEUZÉ, PRÉSIDENTE ET FONDATRICE DE RÈGLES ÉLÉMENTAIRES, PREMIÈRE ASSOCIATION FRANÇAISE DE LUTTE CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE**
Europe 1, le 17/02/2020, page 54
- **VIDEO. AVEC SON ASSOCIATION RÈGLES ÉLÉMENTAIRES, TARA, 26 ANS, LUTTE CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE**
par Charlotte Murat, 20 minutes, le 04/03/2020, page 55
- **FEMMES : FAIRE TABOU LE TABOU DES RÈGLES**
vie-publique.fr, le 04/03/2020, page 57
- **ON A VISITÉ LA CITÉ AUDACIEUSE DÉDIÉE AUX DROITS DES FEMMES**
par Pauline Machado, Terrafemina, le 04/03/2020, page 59
- **GROUPE SOS S'ASSOCIE À RÈGLES ÉLÉMENTAIRES CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE**
Groupe SOS, le 05/03/2020, page 61
- **TROIS INITIATIVES POUR LUTTER CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE ET LE TABOU DES RÈGLES**
par Céline Brégand, Europe 1, le 08/03/2020, page 63
- **PARIS : LA "CITÉ AUDACIEUSE", DÉDIÉE AUX DROITS DES FEMMES, VA OUVRIR DANS LE 6E**
par Pauline Landais-Barrau, CNEWS, le 04/03/2020, page 66
- **PARIS INAUGURE SA «CITÉ AUDACIEUSE», DÉDIÉE AUX DROITS DES FEMMES**
par auteur·e inconnu·e, Libération, le 05/03/2020, page 68
- **DROITS DES FEMMES. LA « CITÉ AUDACIEUSE » OUVRE JEUDI À PARIS, POUR FAIRE RAYONNER L'ÉGALITÉ**
par auteur·e inconnu·e, Ouest France, le 03/03/2020, page 69
- **LA LUTTE POUR LES DROITS DES FEMMES, C'EST TOUTE L'ANNÉE**
Brut, le 03/03/2020, page 71
- **SISTERULES FESTIVAL: 40 DJS FEMMES PRENNENT LES ONDES CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE**
par auteur·e inconnu·e, ChEEk magazine, le 15/04/2020, page 72

- **ON A PARLÉ RÈGLES ÉLÉMENTAIRES ET PRÉCARITÉ MENSTRUELLE**
par auteur·e inconnu·e, Gina, le 10/03/2020, page 73
- **RÈGLES : DÉCOUVREZ GINA LA BOX DE PROTECTIONS BIO**
par auteur·e inconnue, Doctissimo, le 27/03/2020, page 76
- **CES MODESTES HÉROS BORDELAIS QUI SE MESURENT À LA CRISE SANITAIRE**
par Anne-Flore Gaspar, Rue89Bordeaux, le 29/04/2020, page 77
- **PRÉCARITÉ HYGIÉNIQUE, PARLONS-EN**
par 28 jours, Youtube, le 05/04/2020, page 78
- **ENSEMBLE, BRISONS LE TABOU DES RÈGLES !**
par "femmes du gouvernement engagées", Huffington Post, le 28/05/2020, page 79
- **SIX FILMS, BD ET PODCASTS À DÉCOUVRIR POUR (VRAIMENT) TOUT SAVOIR SUR LES RÈGLES**
par Stéphen O'Brien, Le Figaro, le 27/05/2020, page 81
- **EN SEPTEMBRE, DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES GRATUITES POUR LES FEMMES PRÉCAIRES**
par Marlène Thomas, Libération, le 28/05/2020, page 83
- **PRÉCARITÉ MENSTRUELLE : "ÊTRE FEMME EST DIFFICILE QUAND ON EST DANS LA PRÉCARITÉ"**
par Sophie Courageot, France 3 Bourgogne Franche-Comté, le 28/05/2020, page 85
- **JOURNÉE MONDIALE DE L'HYGIÈNE MENSTRUELLE : UNE VIDÉO DE RÈGLES ÉLÉMENTAIRES POUR BRISER LES TABOUS**
par auteur·e inconnu·e, ChEEk Magazine, le 28/05/2020, page 87
- **"L'ACCÈS AUX PROTECTIONS HYGIÉNIQUES EST UN LUXE : EN FINIR AVEC LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE"**
par Louis-Valentin Lopez, France Inter, le 28/05/2020, page 89
- **LE GOUVERNEMENT VA METTRE À DISPOSITION DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES GRATUITES À LA RENTRÉE**
par auteur·e inconnu·e, La Voix Du Nord, le 28/05/2020, page 92
- **POUR DES PROTECTIONS MENSTRUELLES GRATUITES ET SAINES**
par auteur·e inconnu·e, AuFeminin, le 28/05/2020, page 94
- **LES CÉLÉBRITÉS S'ENGAGENT POUR LA JOURNÉE MONDIALE DE L'HYGIÈNE MENSTRUELLE**
par Louise Col, TerraFemina, le 28/05/2020, page 97
- **PRÉCARITÉ MENSTRUELLE : 1,7 MILLION DE FEMMES MANQUENT DE PROTECTIONS PÉRIODIQUES**

- | | | | | | | | | |
|-----|---------|-----------------|----|---------|----|-------------|------|----|
| par | Morgane | Russeil-Salvan, | We | Demain, | le | 27/05/2020, | page | 99 |
|-----|---------|-----------------|----|---------|----|-------------|------|----|
- **DÈS SEPTEMBRE, LES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES SERONT GRATUITES POUR LES FEMMES PRÉCAIRES**
par Mégane Bouron, +PositivR, le 28/05/2020, page 101
 - **EN SEPTEMBRE, DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES GRATUITES DANS LES ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES**
par Marie Zafimehy, RTL, le 28/05/2020, page 103
 - **LES ACTUS DU JOUR**
par Hugo Decrypte, Youtube, le 28/05/2020, page 105
 - **LOVIN'FUN DU 28 MAI 2020**
Karel & Alice & Doc Pavageau, Fun Radio, le 28/05/2020, page 106
 - **LES MENSTRUATIONS, ON EN PARLE?**
par Aude Derbos, uestfrance,, le 28/05/2020, page 107
 - **BONNE NOUVELLE : LES PROTECTIONS PÉRIODIQUES SERONT GRATUITES POUR LES FEMMES EN SITUATION DE PRÉCARITÉ**
par Nathalie Kleczinski, Neozone, le 31/05/2020, page 108
 - **DÈS SEPTEMBRE, DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES GRATUITES POUR LES PLUS PRÉCAIRES**
par Alonso Alvarez, le 02/06/2020, page 109
 - **PRÉCARITÉ, CHANGER LES RÈGLES**
par H.G, Elle, le 10/06/2020, page 111
 - **RÈGLES ÉLÉMENTAIRES ARRÊTE LE TEMPS**
par Marie-Caroline Royet, Stratégies Magazine, le 11/06/2020, page 123
 - **HYGIÈNE FÉMININE : CHANGEMENT DE RÈGLES**
par Chambre de Consommation d'Alsace et du Grand Est, Dernières Nouvelles d'Alsace, le 11/06/2020, page 113
 - **UNE PRÉSENTATRICE MÉTÉO ABSENTE À CAUSE DE SES RÈGLES : LA CAMPAGNE CHOC QUI ALERTE**
par Pauline Machado, Terrafemina, le 09/06/2020, page 115
 - **"NOTRE PRÉSENTATRICE N'ASSURERA PAS LA MÉTÉO PARCE QU'ELLE A SES RÈGLES" : LE SPOT QUI DÉNONCE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE**
par Katia Rimbert, Yahoo Actualités, le 11/06/2020, page 117

- **RÉJEANNE, LA LINGERIE MENSTRUELLE ÉCORESPONSABLE**
par auteur·e inconnu·e l'Info Durable, le 09/06/2020, page 119
- **LA VILLE DE MARSEILLE FAIT DON DE PRODUITS D'HYGIÈNE INTIME AUX FEMMES PRÉCAIRE**
par N.Grizard, Maritima Medias, le 11/06/2020, page 121
- **QUEL SPORT DEMAIN ? ET SI ON CHANGEAIT LES RÈGLES DANS LE SPORT FÉMININ ?**
par Jean-Baptiste Maître, Ouest France, le 30/05/2020, page 123
- **PRÉCARITÉ MENSTRUELLE : L'ÉTAT VA DISTRIBUER GRATUITEMENT AUX FEMMES PRÉCAIRES DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES**
par auteur·e inconnu·e, Grazia, le 29/05/2020, page 125
- **"BRISONS LE TABOU DES RÈGLES" : LE GOUVERNEMENT ANNONCE SES MESURES SUR LES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES**
par Marie Piat, Purebreak, le 29/05/2020, page 127
- **LE 12-13 PROVENCE-ALPES**
par Michel Aliaga, France 3 Provence Alpes, le 12/06/2020, page 128
- **NEWSLETTER FANTAISIES FÉMINISTES**
par Chloé Thibaud, Les Glorieuses, le 16/06/2020, page 129
- **EN SEPTEMBRE, DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES SERONT DISTRIBUÉES GRATUITEMENT : "IL ÉTAIT TEMPS" CONFIE PATRICIA SCHILLINGER**
par Cécile Poure, France 3 grand est, le 06/06/2020, page 131
- **LOIRE-ATLANTIQUE : DES DISTRIBUTEURS DE PROTECTIONS HYGIÉNIQUES GRATUITES POUR LES LOCATAIRES PRÉCAIRES**
par auteur·e inconnu·e, actu.fr, le 24/06/2020, page 134
- **LOIRE-ATLANTIQUE. NOUVEAUTÉ : DES SERVIETTES HYGIÉNIQUES GRATUITES POUR LES LOCATAIRES PRÉCAIRES**
par Léa Gorius, OuestFrance, le 23/06/2020, page 135
- **MENSTRUATIONS ET HAUT NIVEAU : UN TABOU À BRISER**
par auteur·e inconnu·e, Centre Presse, le 29/06/2020 page 136
- **ENQUÊTE. MENSTRUATIONS ET SPORT DE HAUT NIVEAU : UN TABOU À BRISER**
par Elodie Troadec, La Nouvelle République, le 29/06/2020, page 138
- **LA VILLE DE GRENOBLE RÉAFFIRME SA LUTTE CONTRE LA "PRÉCARITÉ MENSTRUELLE"**
par auteur·e inconnu·e, Place Grenet, le 02/07/2020, page 144

- **GRENOBLE (F) : 110 000 SERVIETTES HYGIÉNIQUES DISTRIBUÉES**
par auteur·e inconnu·e, Swissinfo.cf, le 02/07/2020, page 145
- **GRENOBLE : 110 000 PROTECTIONS PÉRIODIQUES DISTRIBUÉES POUR LES FEMMES PRÉCAIRES**
par auteur·e inconnu·e, France 3 Auvergne Rhône-Alpes, le 02/07/2020, page 147
- **UNE DISTRIBUTION DE PROTECTIONS PÉRIODIQUES AUX ASSOCIATIONS DE SOLIDARITÉ**
par Mohamed Aouine, Le Dauphiné, le 05/07/2020, page 149
- **QUIMPER. LÉNA, S'ENGAGER EN RÉCOLTANT DES SERVIETTES HYGIÉNIQUES,**
par Daphné Herledan, Ouest-France, le 07/07/2020, page 150
- **TESS PETTAVINO REJOINT LE CONSEIL D'ADMINISTRATION DE RÈGLES ÉLÉMENTAIRES,** par auteur·e inconnu·e, Societer, le 08/07/2020, page 155
- **CULOTTE MENSTRUELLE : LAISSE COULER TON SANG**
par Dorothée Duchemin, Slate.fr, le 14/07/2020, page 156
- **T.G.I.F. - "T.G.I.F. RÈGLES ÉLÉMENTAIRES"**
par Monneret, Podcast, le 15/01/2020, page 158
- **4 QUESTIONS POUR DEMAIN AVEC TARA HEUZÉ-SARMINI**
par auteur.e inconnu.e, Ground Control, le 22/07/2020, page 159
- **TARA HEUZÉ-SARMINI, UNE FEMME QUI LUTTE CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE EN FRANCE OÙ LA DISTRIBUTION DE PROTECTIONS PÉRIODIQUES GRATUITE EST MISE À L'EXPÉRIMENTATION**
par Mai Oono, Laundrybox, le 23/07/2020, page 161
- **POST LINKEDIN**
par Lucile Tauvel, le 24/07/2020, page 164
- **L'HYGIÈNE FÉMININE AU DÉFI DE L'ÉCOLOGIE**
par Hélène Gully et Sophie Amsili, Les Échos Entrepreneurs, le 25/07/2020, page 167
- **"JE RESSENTAIS LE BESOIN DE M'ENGAGER POUR UNE CAUSE QUI ME TENAIT À COEUR", ALICE VOIRAND RACONTE SON ENGAGEMENT POUR LA SANTÉ DES FEMMES**
par auteur.e inconnu.e, SciencesPo Programme de Recherche et d'Enseignement des Savoirs sur le Genre, le 25/07/2020, page 169
- **PRÉCARITÉ MENSTRUELLE : BIENTÔT DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES GRATUITES POUR LES PLUS DÉMUNIES?**
par Isabelle Coston, La revue des caisses d'épargne, Juillet 2020, page 170
- **QUAND LES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES SONT UN LUXE**
par Marika Julien, France5, le 03/09/2020, page 172

- **ÎLE-DE-FRANCE : DES DISTRIBUTEURS DE PROTECTIONS PÉRIODIQUES INSTALLÉS DANS LES LYCÉES DE LA RÉGION**
par Bradley Desouza et Hajera Mohammad, France Bleu Paris, **le 05/09/2020, page 173**
- **LE JOURNAL DE 7:30 DU WEEK-END**
par Laurence Thomas, France Inter, **le 06/09/2020, page 175**
- **ONDINE BECCARIA, LA REBELLE DES PROTECTIONS MENSTRUELLES**
par Marion Perrier, Biba, **le 06/09/2020, page 177**
- **MARSEILLE : LE MCDO DE SAINT-BARTHÉLEMY, "MACHINE DE GUERRE DE LA SOLIDARITÉ", RÊVE DE PÉRENNITÉ**
par Adrien Max, 20 Minutes, **le 09/09/2020, page 175**
- **DE L'HYGIÈNE ÉLÉMENTAIRE À LA SANTÉ GLOBALE - STOP À LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE**
par Global Shapers Montréal et Le Réseau Québécois d'Action Pour La Santé Des Femmes, ZOOM, **le 10/09/2020, page 177**
- **LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE TOUCHE PLUS D'UN MILLION DE FEMMES EN FRANCE**
BRUT France Télévision, **le 05/03/2020, page 178**
 - **JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES**
par Azadée Kermani-Nejad, Carenews, **le 08/03/2020, page 179**
- **RÈGLES ÉLÉMENTAIRES SE PROFESSIONNALISE ET OUVRE SON CONSEIL D'ADMINISTRATION**
par Tara Heuzé-Sarmini, Carenews, **le 04/05/2020, page 180**
 - **PRÉCARITÉ MENSTRUELLE : 1,7 MILLIONS DE FEMMES MANQUENT DE PROTECTIONS PÉRIODIQUES**
par Morgane Russeil-Salvan, We Demain, **le 27/05/2020, page 182**
 - **RATER LES COURS PARCE QU'ON A SES RÈGLES, FLÉAU DE LA PRÉCARITÉ DANS LES LYCÉES D'ÎLE-DE-FRANCE**
par Maïram Guissé (avec Charlotte Robinet), **Le Parisien, le 17/09/2020, page 184**
 - **DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES GRATUITES SUR LES CAMPUS DE ROUEN**
par auteur·ice inconnu·e, France Bleu, **le 29/09/2020, page 186**
 - **#GÉNÉRATIONDEMAIN : 24 ÉLUS ET ACTIVISTES DE MOINS DE 30 ANS DONT VOUS ENTENDREZ ENCORE PARLER DANS 10 ANS**
par la rédaction numérique de France Inter, France Inter, **le 14/10/2020, page 188**
 - **À LAVAL, ELLES VONT COLLECTER DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES POUR LES PLUS DÉMUNIES**
par Florence Stollesteiner, Ouest France, **le 16/10/2020, page 189**

- **PRÉCARITÉ MENSTRUELLE : RENCONTRE AVEC TARA HEUZÉ-SARMINI, DE RÈGLES ÉLÉMENTAIRES**
par Adèle Gireau, FémininBio, **le 17/10/2020, page 191**
- **DES DONS POUR APAISER LA PRÉCARITÉ DES FEMMES**
par J.-C. V., Dernières Nouvelles d'Alsace, **le 20/10/2020, page 193**
- **L'OPÉRATION DE LUTTE CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE COURONNÉE DE SUCCÈS**
par auteur·ice inconnu·e, La Voix du Jura, **le 22/10/2020, page 195**
 - **CINQ INITIATIVES QUI NOUS REDONNENT LE SOURIRE CETTE SEMAINE**
par Laurent Bainier, 20 Minutes France, **le 23/10/2020, page 197**
 - **SERVICEPLAN FRANCE ALERTE SUR LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE AVEC RÈGLES ÉLÉMENTAIRES**
par Valentine Puaux, CB News, **le 29/10/2020, page 199**
 - **RÈGLES ÉLÉMENTAIRES : LUTTER CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE**
par auteur·ice inconnu·e, Revue Bonne Santé Mutualiste, **octobre/novembre 2020, page 200**
 - **LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE C'EST QUOI?**
par auteur·ice inconnu·e, Elia Lingerie Le Blog, **05/11/2020, page 202**
 - **EXTRÊME PRÉCARITÉ "HIVER SOLIDAIRE", UN TEMPS DE RÉPIT AU COEUR DES PAROISSES**
par auteur·ice inconnu·e, Le Pèlerin, **03/12/2020, page 204**
 - **RÈGLES : L'ÉCOSSE REND LES PROTECTIONS PÉRIODIQUES GRATUITES, UNE GRANDE PREMIÈRE**
par Céline Peschard, Au Féminin, **25/11/2020, page 206**
 - **LE QUART D'HEURE : LE RACISME DANS LA POLICE, LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE ET LE SUCCÈS DES ÉCHECS**
par auteur·e inconnu·e, Radio France, **27/11/2020, page 207**
 - **THESE FAKE FINANCE ADS HIGHLIGHT A REAL PROBLEM : PERIOD POVERTY**
par Sara Spary, Adweek, **26/11/2020, page 208**
 - **L'ÉCOSSE REND LES PROTECTIONS PÉRIODIQUES GRATUITES, UNE PREMIÈRE MONDIALE**
par Mélodie Capronnier, Magic Maman, **26/11/2020, page 209**
 - **LE COMBAT CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE AVANCE**
par Camille Studer, Azickia, **02/12/2020, page 201**
 - **DES ADOS ÉCOSSAISES REMPORTENT UN COMBAT POUR LES FEMMES**
par Julie Guérineau, GeoAdo, **04/12/2020, page 212**
 - **PASSER DES CHAUSSONS AUX PROTECTIONS HYGIÉNIQUES POUR SAUVER DES EMPLOIS**
Auberi Maitrot, RCF Radio, **02/12/2020, page 213**

- **AVOIR SES RÈGLES SANS SERVIETTES, UNE PRÉCARITÉ QUI PÉNALISE LES FEMMES**
par Mouna Hussain et Blandine Levite, RTS Radio, **02/12/2020, page 215**
- **HOW RÈGLES ÉLÉMENTAIRES IS SOLVING PERIOD POVERTY**
par Emily Hackeling, Front Page, **09/12/2020, page 217**
- **TARA HEUZÉ-SARMINI : "LES PROBLÈMES DE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE PEUVENT ALLER JUSQU'À LA MORT"**
par Myriam Levain, Nova, **14/12/2020, page 219**
- **PROTECTION HYGIÉNIQUE : QUID DE LA GRATUITÉ EN FRANCE**
par Sarah Barreiros, Le Podcast Journal, **14/12/2020, page 220**
- **PRÉCARITÉ MENSTRUELLE : POUR ÉVITER DE DEMANDER DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES AU PÈRE NOËL**
par auteur·ice inconnu·e, FeminActu, **11/12/2020, page 222**
- **EMMANUEL MACRON : LES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES BIENTÔT GRATUITES EN FRANCE? IL PROMET UNE RÉPONSE EN 2021**
par Marine L., Melty, **07/12/2020, page 223**
 - **CES MILITANTES FÉMINISTES EXIGENT DES "ACTIONS CONCRÈTES" CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE**
par Pauline Machado, TerraFemina, **14/12/2020, page 224**
 - **LES INITIATIVES DES ASSOCIATIONS BORDELAISES POUR UN NOËL SOLIDAIRE**
par Anne-Flore Gaspar, Rue89Bordeaux, **15/12/2020, page 226**
 - **PRÉCARITÉ MENSTRUELLE : L'ÉCOSSE DEVIENT LE PREMIER PAYS À RENDRE LES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES ACCESSIBLES GRATUITEMENT**
par Valentine Poignon, Doctissimo, **26/11/2020, page 227**
 - **MACRON S'ENGAGE SUR LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE : "IL A UNE OBLIGATION DE RÉSULTAT"**
par Axel Leclercq, Positivr, **16/12/2020, page 228**
 - **PRÉCARITÉ MENSTRUELLE : LES RÈGLES ET DILEMMES DE LA RUE**
par Sans A, Medium, **15/12/2020, page 230**
 - **5 MILLIONS D'EUROS POUR LUTTER CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE**
par auteur·ice inconnu·e, LaDepeche.fr, **16/12/2020, page 232**
 - **PRÉCARITÉ MENSTRUELLE : LE GOUVERNEMENT DÉBLOQUE 4 MILLIONS D'EUROS EN PLUS**
par Coline Daclin, RTL, **16/12/2020, page 233**

- **FAUT-IL SE RÉJOUIR DES 5 MILLIONS ALLOUÉS À LA LUTTE CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE**

par Hassiba Hadj, Madmoizelle, **16/12/2020, page 235**

- **CINQ MILLIONS D'EUROS POUR LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE**

par Johanna Amselem, Santé Magazine, **17/12/2020, page 237**

- **L'ÉTAT VA CONSACRER 5 MILLIONS D'EUROS CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE.
MAIS EST-CE SUFFISANT ?**

par Mathilde Wattecamps, AuFeminin, **17/12/2020, page 239**

- **LES RÈGLES DE L'ART POUR BIEN VIVRE SON CYCLE EN GIRONDE**

par Camille Soula, Rue89Bordeaux, **21/12/2020, page 241**

- **LE GOUVERNEMENT DÉBLOQUE 5 MILLIONS D'EUROS POUR LUTTER CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE**

par Gabrielle Andriamanjatoson, Daily Geek Show, **20/12/2020, page 243**

- **5 MILLIONS D'EUROS POUR LUTTER CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE**

par auteur·ice inconnu·e, SudOuest, **16/12/2020, page 245**

- **L'INFLUENCE "MY BETTER SELF" S'ENGAGE CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE**

par Mathilde Pereira Karsenti, Huffington Post, **23/12/2020, page 246**

- **PRÉCARITÉ MENSTRUELLE : POURQUOI LES INTERNAUTES PARTAGENT-ILS CETTE PHOTO ?**

par Marius François, Neon Mag, **23/10/2020, page 247**

- **NRJ RADIO STREAM AVEC BRAK ET LOUIS**

Podcast, **23/12/2020, page 248**

- **"SOIE-ROUGE" : DE LA COUTURE CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE**

par Edgar Sabatier, Medium, **17/12/2020, page 249**

- **UN POST SUR INSTAGRAM RELANCE LE DÉBAT SUR LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE ET LA COMPOSITION DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES**

par auteur·ice inconnu·e, L'Obs, **24/12/2020, page 251**

- **LES DÉPUTÉS ADOPTENT DÉFINITIVEMENT UN BUDGET 2021 RATTRAPÉ PAR LA CRISE**

par Isabelle Couet et Renaud Honoré, Les Échos, **17/12/2020, page 253**

CAEN. UNE COLLECTE DE PRODUITS D'HYGIÈNE INTIME ORGANISÉE POUR LES PLUS PRÉCAIRES, par Victor Guillaud-Lucet, le 05/01/2020

<https://www.ouest-france.fr/normandie/caen-14000/caen-une-collecte-de-produits-d-hygiene-intime-organisee-dans-un-magasin-6676568>

Caen. Une collecte de produits d'hygiène intime organisée pour les plus précaires

Le supermarché Leclerc, accompagné d'une blogueuse caennaise, organiseront pendant trois semaines une collecte de tampons et de serviettes hygiéniques à destination des femmes sans-abri.



Les sommes dépensées en hygiène pour les menstruations pèsent parfois fortement dans le budget des femmes les plus précaires. Une problématique qui a inspiré la [blogueuse caennaise Morgane Yumi](#) : elle a décidé d'organiser une collecte de produits d'hygiène intime à destination des femmes sans-abri dans le centre Leclerc de Caen. Le but affiché de l'opération : briser le tabou des règles, et apporter une aide aux femmes dans le besoin pour qui ces périodes menstruelles peuvent être particulièrement difficiles à gérer. La collecte commencera samedi 11 janvier 2020, et s'étalera pendant trois semaines. La redistribution des dons se fera par le biais de l'association Règles élémentaires et son réseau local. La blogueuse à l'origine de cette collecte présentera son initiative aux clients du magasin Leclerc de Caen le matin du 11 janvier 2020.

LA PRÉCARITÉ MENSTRUUELLE, par auteur·e inconnu·e, Seronet, le 02/02/2020

<https://seronet.info/breve/la-precarite-menstruelle-86320>



Le gouvernement soutient, pour la première fois, une association œuvrant contre la précarité menstruelle, indique un communiqué de presse (17 décembre) de Marlène Schiappa, secrétaire d'État à l'Égalité entre les femmes et les hommes et Christelle Dubos, secrétaire d'État à la Santé. Les deux ministères annoncent le soutien financier de l'État à Règles élémentaires, association œuvrant dans le champ de la précarité menstruelle. L'association bénéficiera d'une dotation de 60 000 euros pour l'année 2020 qui viendra soutenir son action : d'une part, la récolte et la distribution de produits d'hygiène, d'autre part la formation des intervenants-es sociaux et des bénévoles associatifs-ves, et enfin l'information et l'intervention auprès de femmes en situation de précarité. Cette décision s'inscrit dans les travaux sur l'accès des femmes les plus précaires aux protections hygiéniques initiés par les deux ministres lors de la journée mondiale pour l'hygiène menstruelle des femmes le 28 mai 2019. L'association, Règles élémentaires, compte 25 bénévoles répartis-es dans six antennes locales, et plus de 100 partenaires. Depuis la création de l'association en novembre 2015 plus d'1 million de tampons et serviettes ont été redistribués à 35 000 femmes en situation précaire. Les produits sont redistribués par d'autres associations, telles que le Samu social de Paris, Emmaüs France, Médecins du monde, Aurore, la Croix-Rouge française, le Secours populaire.

LE CHOIX DE L'ÉCOLE - "TOUT ARRIVE POUR UNE RAISON, par Anne-Charlotte Monneret, Podcast, le 15/01/2020

<https://podcasts.apple.com/fr/podcast/influence/id1477745789?l=en&i=1000459600800>

Apple Podcasts Preview



#10 Anne-Charlotte Monneret - Le
Choix de l'Ecole - "Tout arrive pour une
raison."

Influence

Arts

<http://sashawayaway.fr/precarite-menstruelle-en-france-en-2019/>

Précarité Menstruelle En France, En 2019

20/11/2019



Aujourd’hui je vous parle de précarité menstruelle #StopPrestariteMenstruelle

Parce que même si je suis un mec cisgenre qui n'a pas de menstruation, pas de dépense à faire en protections hygiéniques (et autres produits complémentaires), pas de douleur menstruelle, pas d'organisation à anticiper et pas de tabou sur le sang. Je trouve qu'il est très important d'être informé·e sur le sujet et d'en parler parce qu'il ne me paraît pas normal, en France, en 2019, que de nombreuses personnes n'aient pas accès aux protections hygiéniques.

Avant de rentrer dans le vif du sujet, petit zoom sur la représentation des règles dans la vie d'une personne menstruée.

L'âge moyen des premières règles étant 12,6 ans et celui de la ménopause 51 ans; une personne réglée a ses menstruations pendant 40 ans, soit une moyenne de 480 cycles de 5 jours.

Entre 0,30ml et 0,80ml de sang s'écoulent lors d'un cycle (un volume qui peut être plus important en cas de ménorragie : le flux est plus abondant, le cycle plus long que 5 jours), ce qui équivaut à un demi verre de vin. Soit plus de 35 bouteilles de vin au terme d'une vie menstruée !

Un volume de sang important qu'il faut donc éponger...

Et aussi naturelles que sont les règles, elles ont un coût... Sur la base d'une boîte de tampons ou de serviettes (prix moyen de 2,80€) par cycle pendant 480 cycles, le budget total est de 1 350€. Une somme à laquelle s'ajoutent de nombreuses autres dépenses (décrites ci-dessus), qui multiplient rapidement par 2, 3 ou plus ce budget.

Le Monde a mis au point, [dans son article sur le sujet](#), une calculatrice qui estime le prix des règles comprenant le prix des protections périodiques et le prix des médicaments antidouleur. Le budget annoncé ci-dessus de 2,80€ par cycle était multiplié par 4 de mon côté, seulement avec l'ajout des médicaments antidouleur. L'autrice Elise Thiébaut parle de 2 500€ (rien que pour les protections hygiéniques) dans son livre « Ceci est mon sang ».

Il est important de noter que les dépenses liées à l'achat de protections peuvent être plus importantes selon les règles de chacun-e (notamment en cas de ménorragie)

Le budget des protections hygiéniques, ajouté aux autres dépenses essentielles du quotidien (loyer, alimentation, transports, abonnements téléphoniques, frais de scolarité etc...) est trop conséquent pour certaines personnes. Qui sont donc dans l'impossibilité de s'en « offrir ». (Au point que [Libé demande, si justement, si c'est un luxe que d'avoir ses règles.](#)) Les différents médias (cités dans les sources) parlent d'une fourchette de 1,6-1,7 million de femmes concernées par la précarité menstruelle. Mais tous oublient les femmes en prison et les personnes trans.

Les personnes trans, exclues du système, vivent très souvent dans une situation très précaire. Les personnes ne pouvant acheter des protections hygiéniques ont recours à des substitutions pouvant être très dangereuses: des matériaux pouvant se désintégrer dans leur vagin, qui ne sont pas stérilisés ou propres, qui peuvent être coupants, infecter ou irriter leur flore vaginale.

L'[article et la vidéo de Konbini](#) parlent de cet exemple, des femmes en prison, qui bricolent des cups à partir de bouteilles en plastique. Elles coupent le haut des bouteilles et lissent les bords pour ne pas se couper.

Madame Figaro ajoute dans [son article](#) que nombreuses sont les personnes réglées qui ne changent pas de protections hygiéniques aussi souvent que nécessaire. Au risque là aussi d'infections et d'irritations. Dans la campagne [#StopPrecariteMenstruelle \(vous pouvez signer la pétition par ici\)](#), Les Glorieuses évoquent aussi la honte des étudiantes qui, faute de moyen ou de nouvelles protections, ratent des cours ou s'empêchent d'avoir des activités sociales et sportives. Je trouvais aussi nécessaire, dans cet article, de faire un focus sur le marché des protections hygiéniques. Qui est bien juteux, si je peux me permettre. Je n'ai pas trouvé de chiffres concernant la part de marché des autres alternatives existantes comme les cups et les culottes menstruelles (qui sont bien moindres j'imagine). 2 types de protection hygiéniques que beaucoup trouvent économiques et plus accessibles.

En lisant différents témoignages, articles et en regardant plusieurs vidéos à ce sujet, je retiens de mon côté des arguments à prendre en compte :

– la cup nécessite d'avoir accès à un lieu d'hygiène pour la vider avant de s'en resservir, et pour la stériliser après utilisation. Nombreuses sont les personnes qui ont peur de renverser du sang sur le sol et sur leurs vêtements lorsqu'elles la vident VS la praticité de protections jetables.

– la culotte menstruelle est perçue comme très old school, et s'accompagne d'idées reçues autour des odeurs, des traces et des tâches sur les vêtements.

Et puis bien sûr, je comprends en parlant avec les personnes de mon entourage qu'il y a surtout le problème du sang. Parce que les règles ont toujours été diabolisées dans notre société, le sang est montré du doigt et perçu comme sale. Beaucoup de mes amies ne veulent pas être en contact direct avec. J'étais étonné de constater qu'il avait fallu attendre 2016 (grâce à la pression intense des collectifs féministes) pour que la TVA passe de 20% à 5,5% => la tva des produits de première nécessité. Des initiatives sont en phase de test dans des établissements (comme la mise en place de distributeurs de protection gratuites dans 5 collèges et lycées du 10ème arrondissement parisien) et lieux publics.

Des associations comme Règles Élémentaires collectent des protections et soins hygiéniques pour les redistribuer aux personnes en situation de précarité. ([RDV par ici pour en savoir plus et faire un don](#))

CAEN. UNE COLLECTE POUR OFFRIR TAMPONS ET SERVIETTES AUX FEMMES DÉMUNIES, par Justine Tariel, Tendance Ouest, le 13/01/2020

<https://www.tendanceouest.com/actualite-347725-caen-une-collecte-pour-offrir-tampons-et-serviettes-aux-femmes-demunies.html>

Caen. Une collecte pour offrir tampons et serviettes aux femmes démunies

Une habitante de Caen a lancé samedi 11 janvier une collecte de protections hygiéniques féminines dans un supermarché. Le public pourra déposer, jusqu'au 1er février, des tampons, serviettes ou autres cups pour aider les femmes qui peinent à s'en payer.



Pendant trois semaines, du 11 janvier au 1er février, une boîte à dons pour collecter "tous produits d'hygiène intime" est mise à disposition au centre E.Leclerc de Caen. Morgane Rausch, avec l'appui de l'association Règles élémentaires et du supermarché, est à l'origine de cette collecte. Depuis presque un an, cette jeune Caennaise de 30 ans souhaite aider les femmes en situation de précarité menstruelle. Il peut s'agir "de femmes sans abris, d'étudiantes ou encore de mères de famille" indique-t-elle. Toutes les protections sont les bienvenues : tampons, serviettes hygiéniques, cups et culottes menstruelles, serviettes lavables ou encore protège-slips. Aujourd'hui, deux millions de femmes en France sont concernées par ce problème de précarité menstruelle et pour Morgane, il est "temps de faire bouger les choses et de sensibiliser les gens sur ce bien de première nécessité". Il est également important "d'enlever ce sentiment de honte comme penser que les règles sont sales" précise-t-elle. Les dons seront ensuite reversés à des associations et distribués aux femmes dans le besoin.

DAVID BELLIARD ET MARLÈNE SCHIAPPA, France inter, le 28/01/2020

<https://www.franceinter.fr/emissions/le-7-9/le-7-9-28-janvier-2020>



France Inter

David Belliard et Marlène Schiappa

David Belliard et Marlène Schiappa sont les invités de la matinale de France inter (56 ko) ▾



LILLE : DOUZE POINTS DE COLLECTE INSTALLÉ POUR LUTTER CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUUELLE, par auteur·e inconnu·e, La voix du nord, le 31/01/2020

<https://www.franceinter.fr/emissions/le-7-9/le-7-9-28-janvier-2020>



- Réservé aux [Abonnés](#)

Lille : douze points de collecte installés pour lutter contre la précarité menstruelle

Le conseil lillois de la jeunesse développe la solidarité. Dans les différentes mairies de quartier de Lille, il est désormais possible de faire des dons de protections hygiéniques pour lutter contre la précarité menstruelle.

Ch. Du. (Clp) | 31/01/2020 16h11

L'implantation de ces grandes boîtes rouges s'est organisée en collaboration avec deux associations, dont une lilloise. **La précarité menstruelle est un sujet concernant**. Florence Dubois, membre du conseil lillois de la jeunesse (CLJ), dresse un constat : « *Beaucoup de dons alimentaires et vestimentaires ont été développés à Lille. Mais peu d'acteurs se sont penchés sur le fléau de la précarité menstruelle.* » L'objectif relève de l'évidence : permettre aux femmes touchées par la pauvreté de pouvoir se fournir en protections...

Le conseil lillois de la jeunesse développe la solidarité. Dans les différentes mairies de quartier de Lille, il est désormais possible de faire des dons de protections hygiéniques pour lutter contre la précarité menstruelle. L'implantation de ces grandes boîtes rouges s'est organisée en collaboration avec deux associations, dont une lilloise. La précarité menstruelle est un sujet concernant. Florence Dubois, membre du conseil lillois de la jeunesse (CLJ), dresse un constat : « *Beaucoup de dons alimentaires et vestimentaires ont été développés à Lille. Mais peu d'acteurs se sont penchés sur le fléau de la précarité menstruelle.* » L'objectif relève de l'évidence : permettre aux femmes touchées par la pauvreté de pouvoir se fournir en protections...

CHERS DIRIGEANTS MONDIAUX, NOUS VOUS OBSERVONS, lettre ouverte signée par 2020 personnes, Global Goals, 03/02/2020

<https://watch.globalgoals.org/fr/>



Le temps presse.

Nous venons du monde entier et défendons des causes différentes, et, pour la première fois, nous parlons d'une seule voix afin d'exiger de votre part une action immédiate en cette année cruciale.

TARA HEUZÉ, FONDATRICE DE "RÈGLES ÉLÉMENTAIRES" : "IL Y A UN VRAI PROBLÈME EN BAS DE CHEZ NOUS", par Aurélie Sogny, Marieclaire, le 06/02/2020

<https://www.marieclaire.fr/association-regles-elementaires-precarite-menstruelle,1338275.asp>



Marie Claire → Bien-être et Santé → Santé → Gynécologie

Tara Heuzé, fondatrice de "Règles Élémentaires" : "Il y a un vrai problème en bas de chez nous"

Par Aurélie Sogny Mis à jour le 06/02/2020 à 15:33



Parce que les femmes sans-abri et mal-logées sont les premières touchées par la précarité menstruelle, l'association "Règles Élémentaires" se bat chaque jour pour leur fournir des protections intimes. Entretien avec Tara Heuzé-Sarmini, fondatrice et présidente. C'est après avoir été sollicitée pour participer à une collecte de protections hygiéniques pour les femmes sans-abris en Angleterre que Tara Heuzé-Sarmini, 26 ans, s'est interrogée sur la nécessité d'une telle action. "J'en ai parlé autour de moi et je me suis rendu compte que personne ne savait vraiment comment les femmes géraient leurs règles lorsqu'elles se retrouvaient à la rue."

De retour en France, ce constat lui trotte toujours dans la tête. "J'ai mené ma petite enquête. Je me suis dit, soit, il n'y a pas de besoin, car celui-ci est déjà couvert par le gouvernement, soit, il y a un vrai tabou sur le sujet". Tara Heuzé-Sarmini se rapproche alors d'acteurs traditionnels de la lutte contre la précarité (foyers, Samusocial de Paris). "Tous m'ont dit qu'il n'y avait zéro stock de ce type de produit et que c'était quasiment impossible d'en trouver."

En novembre 2015, elle organise donc la toute première collecte de ce genre en France. Un événement qui pour la jeune femme revêt un aspect tout particulier à l'époque, puisqu'il coïncide avec le second examen de l'abaissement du taux de la TVA appliqué aux protections hygiéniques au Sénat. "J'ai reçu des dons de la France entière, c'était impressionnant de voir autant de solidarité. Il aurait été dommage de s'arrêter là."

L'association "Règles Élémentaires" était née. Depuis, Tara Heuzé-Sarmini et son équipe de bénévoles se battent chaque jour pour fournir aux femmes sans domicile fixe ou en grande difficulté des protections intimes, tout en sensibilisant le grand public à cette cause. Entretien avec une femme engagée et passionnée.

Marie Claire : quelles sont les missions de "Règles Élémentaires" ?

Tara Heuzé-Sarmini : "C'est la première association française de lutte contre la précarité menstruelle. Nous avons un double objectif : le premier est de favoriser l'accès aux produits d'hygiène intime en organisant et supervisant des collectes partout en France et en faisant des partenariats avec des fabricants. Le second est de briser le tabou des règles au travers d'événements de sensibilisation sur la précarité menstruelle, mais aussi autour de sujets comme l'égalité femmes-hommes ou les violences faites aux femmes."

Pour cela, nous avons créé une plateforme de mobilisation citoyenne via notre site Internet. Il permet à tout un chacun, de la PDG d'une entreprise du CAC 40 au collégien en passant par la femme retraitée et les scouts, d'organiser une collecte clé en main en quelques minutes. Règles Élémentaires fournit ensuite tous les éléments nécessaires et assure la logistique une fois la collecte terminée.

Nous avons fait le choix éthique et moral de ne pas redistribuer nous-mêmes, car nous ne souhaitons pas démultiplier les points de contact pour les femmes dans le besoin. Nous passons donc par un réseau de partenaires professionnels du sans-abrisme et du mal-logement comme La Croix Rouge, Les Restos du Coeur, Le SamuSocial de Paris, les antennes du Secours Populaire et du Secours Catholique ou des organisations locales.

Pour ce qui est de la sensibilisation, nous pouvons intervenir dans des prisons pour femmes, en milieu scolaire, dans des entreprises, festivals, mais aussi organiser des formats plus décalés comme 'Les apéros menstruels'. Des artistes nous accompagnent également. En 2019, la photographe Charlotte Abramow a tiré un cliché exclusif en 25 exemplaires. Elle a ensuite reversé 100% des bénéfices de cette vente à l'association.

Nous travaillons aussi avec un certain nombre d'acteurs publics en intervenant dans des forums, mairies, conseils régionaux ou départementaux."

Collaborez-vous avec les grands acteurs du secteur de la protection hygiénique ?

"Ils ont mis du temps. Pleins de petits acteurs comme Dans ma culotte nous ont rejoints tôt. Les très gros, eux nous ont seulement rejoints depuis un an. Ils faisaient un peu la sourde oreille jusqu'à ce que le sujet prenne une dimension politique, notamment en 2019 lorsque le gouvernement a décidé de se mobiliser sur le sujet en organisant une conférence de presse le 28 mai 2019 lors de la Journée internationale de l'hygiène menstruelle.

Dernièrement, il se passe beaucoup de choses, même à l'étranger. Des personnalités se mobilisent et mettent un coup de projecteur dessus, à l'image de [Meghan Markle](#) qui pour son mariage a demandé à ce que des dons soient faits pour la précarité menstruelle ou le mannequin [Natalia Vodianova](#) qui pose avec une serviette hygiénique pour soutenir le mouvement #PadManChallenge lancé en Inde pour briser le tabou des règles. Le sujet est aussi devenu très "instagramable", donc il y a une réelle prise de conscience.

C'est ensemble que l'on peut changer les règles et tout le monde peut s'engager dans cette lutte à nos côtés.

C'est devenu une urgence sociétale qui met les gros acteurs face à leurs responsabilités. Grâce à notre travail, et à celui d'autres organisations, je pense que les entreprises ont enfin compris qu'il fallait aussi agir localement et que fabriquer des tampons que vous envoyez à l'autre bout de la planète, c'est sans doute pas top alors qu'il y a un vrai problème en bas de chez vous !"

Vos objectifs pour 2020 ?

"Nous allons travailler autour de trois piliers : pérenniser, professionnaliser et expansion.

Notre association est jeune, elle n'existe que depuis 4 ans. Nous recevons des subventions et soutiens publics depuis seulement 6 mois. L'idée est donc de continuer à lever des fonds, mais aussi recruter et salarier. L'équipe est aujourd'hui composée de 30 personnes dont 29 bénévoles, ce n'est pas pérenne.

Nous avons besoin d'outils plus performants. Exemple concret : nous sommes en train de faire une deuxième version de notre site pour nous permettre d'être plus impactant auprès de notre communauté. Pour le moment, nous sommes présents à Paris, Lyon, Marseille, Bordeaux, Strasbourg et Bruxelles. Dans les semaines qui viennent, nous devons ouvrir Lille, Nantes, Toulouse, et à terme, Luxembourg et Genève.

Notre expansion sera à la fois sectorielle et territoriale. Tout d'abord, nous allons tester les ateliers pour les femmes bénéficiaires en les sensibilisant aux protections réutilisables comme la coupe menstruelle, les serviettes lavables et culottes menstruelles. Il y a un avantage écologique certes, mais avant tout économique puisque la durée de vie de ces produits peut aller jusqu'à 15 ans. Pour ces femmes, cela permettrait de mettre fin à leur dépendance aux dons et de les aider à devenir autonomes pour les mettre sur la voie de la réinsertion. C'est un véritable enjeu. Nous avons reçu des fonds pour nous y aider."

LA MÉNOPAUSE NE DOIT PLUS ÊTRE VÉCUE COMME UN TABOU MAIS UNE LIBÉRATION, par Agnès Jaoui, Blandine Métayer, Anne-Cécile Mailfert et Sophie Kune, Huffpost, le 06/02/2020

https://www.huffingtonpost.fr/entry/la-menopause-ne-doit-plus-etre-vecue-comme-un-tabou-mais-une-liberation-blog_fr_5e399c8fc5b687dacc73beb8;utm_hp_ref=fr-homepage

La ménopause ne doit plus être vécue comme un tabou mais une libération - BLOG

Il est urgent de changer de regard sur cette étape de la vie!

Par Agnès Jaoui, Blandine Métayer, Anne-Cécile Mailfert, et Sophie Kune

Actrice, réalisatrice, scénariste et chanteuse

Autrice et actrice

Présidente de la Fondation des Femmes

Fondatrice du compte Instagram @menopause.stories

06/02/2020 04:23 CET | Actualisé février 6, 2020



АНАСТАСИЯ ФРИЗЕН VIA GETTY IMAGES

Si la ménopause fait l'objet d'un tel tabou, c'est parce qu'elle marque la fin de la fécondité des femmes. Notre société, héritière de représentations patriarcales, valorise et sexualise les femmes fécondes et donc jeunes. (image d'illustration)

ON EN PARLE



Les chercheurs ont calculé les risques du déconfinement et le résultat n'est pas encourageant

BLOG - Alors qu'un récent sondage vient illustrer le manque d'information des Français.e.s sur la ménopause, il est urgent de changer de regard sur cette étape de la vie!

La ménopause est un des derniers grands tabous de notre société. Cette étape normale de la vie des femmes reste cantonnée à une approche médicale et ne sort pas des cercles intimes de discussion des femmes concernées.

C'est un sujet ignoré et moqué. Ainsi, 81% des Françaises et Français indiquent ne pas être informé.e.s sur la [ménopause](#) et quatre femmes pré-ménopausées sur dix ont déjà entendu des blagues au sujet de la ménopause.

Aussi, on ignore ce que vivent les femmes à ce moment de leur vie: quatre sur dix indiquent que la ménopause a eu un impact négatif sur leur quotidien et une sur cinq a déjà caché les effets de la ménopause dans sa vie privée. Seule une femme pré-ménopausée ou ménopausée sur deux en a parlé à son conjoint.

Elle peut désorganiser la vie professionnelle, tandis que les femmes ont peur que cela handicape leur carrière. La ménopause, ne se raconte pas, elle se vit dans le silence.

Si la ménopause fait l'objet d'un tel tabou, c'est parce qu'elle marque la fin de la fécondité des femmes. Notre société, héritière de représentations patriarcales, valorise et sexualise les femmes fécondes et donc jeunes. Si les signes de vieillesse des hommes sont glorifiés, tels les cheveux poivre et sel, ou la barbe grisonnante signes de sagesse, l'âge des femmes se tait, les rides se cachent et les cheveux blancs se teignent. Les femmes ménopausées encore plus que toutes les femmes, doivent se faire discrètes, disparaître de nos écrans, devenir invisibles.

Comment alors la ménopause pourrait-elle être vue autrement que négativement? Briser un tabou

Il est impératif de briser le tabou de la ménopause. Tout d'abord pour des raisons de santé. Parce que le sujet n'est pas discuté, les Françaises ne connaissent pas les risques pourtant réels d'aggravation de santé qu'induit la ménopause, en dehors de l'ostéoporose. Il est ainsi nécessaire d'offrir à toutes les femmes une consultation gratuite de gynécologie à partir de 45 ans. Mieux informées, les femmes pourront alors mieux apprécier cette étape qui est aussi, pour beaucoup, une libération et ouvre la porte vers une autre forme d'accomplissement.

Il est enfin impératif de briser le tabou de la ménopause, car il est le reflet d'une société sexiste: les femmes sont tolérées sous condition, lorsqu'elles remplissent ou sont en capacité physique de remplir leur rôle de procréatrices.

C'est pourquoi, femmes de toutes les générations, nous souhaitons ouvrir un véritable débat de société et une discussion publique pour qu'enfin soit mieux prise en compte la ménopause. Nous sommes convaincues qu'il s'agit là d'une question de santé publique, mais aussi de notre statut à toutes dans la société. Nous ne voulons plus être considérées comme des seuls corps voués à la reproduction. En changeant le regard sur la [ménopause](#), c'est notre destin de femmes, que nous souhaitons nous réapproprier. En brisant ce tabou, c'est l'égalité entre les femmes et les hommes que nous voulons affirmer. Pour aller plus loin, vous pouvez consulter la totalité de l'enquête "[Les Français et la ménopause](#)".

QUARANTE SEPT PROPOSITIONS POUR EN FINIR AVEC LE TABOU LIÉ AUX RÈGLES, par Mélanie Volland, LCP Assemblée Nationale, le 11/02/2020

<http://www.lcp.fr/actualites/quarante-sept-propositions-pour-en-finir-avec-le-tabou-lie-aux-regles>



SEARCH MENU

QUARANTE SEPT PROPOSITIONS POUR EN FINIR AVEC LE TABOU LIÉ AUX RÈGLES

Laëtitia Romeiro Dias et Bénédicte Taurine, toutes deux membres de la délégation parlementaire aux droits des femmes, ont rendu les conclusions de leur rapport d'information sur les menstruations. Les deux députées mettent sur la table les enjeux à la fois sanitaires, éducatifs et économiques qui y sont liés. Elles veulent notamment enrayer la précarité menstruelle, qui touche plus d'un million de femmes en France.

par Mélanie Volland / le mar 11/02/2020 à 20:55, modifié le lun 17/02/2020 à 17:13

4 min



Un sujet encore tabou fait son entrée dans les débats parlementaires. Les députés Laëtitia Romeiro Dias (LaREM) et Bénédicte Taurine (LFI) ont présenté mardi 11 février à la délégation aux droits des femmes les conclusions de leur mission d'information consacrée aux menstruations. Laëtitia Romeiro Dias a salué devant ses collègues les "voix militantes qui ont permis l'éclosion dans le débat public" de cette thématique "encore très rare dans le milieu politique en général". Le rapport a été adopté à l'unanimité par la délégation. Leur mission d'information a démarré en mai 2019. Celle qui a été confiée au Sénat a déjà rendu ses conclusions. Patricia Schillinger (LaREM) a proposé en octobre 2019 la gratuité des protections pour lutter contre la précarité menstruelle.

Avec 47 recommandations, les co-rapporteuses alertent tant sur la composition des produits de protection, sur le taux de TVA qui leur est appliqué, que sur l'endrométriose, qui touche une femme sur dix. Pour espérer en finir avec le tabou des menstruations, le rapport préconise non seulement le lancement d'une campagne d'information, mais également la diffusion d'informations pratiques sur le sujet dès la classe de 6e.

Elles souhaitent également que les règles soient dissociées de l'éducation à la sexualité et aient leur propre place au sein des programmes scolaires. Un site d'information, semblable à celui qui existe sur la contraception (www.choisirsacontraception.fr), est aussi proposé.

Les informations manquent également au sujet de l'endométriose. Cette pathologie provoque de fortes douleurs pelviennes et des règles abondantes. Pour enrayer sa méconnaissance, le rapport conseille "d'intégrer un module spécifique consacré à l'endométriose et à sa détection dans la formation initiale de l'ensemble des professionnels de santé en lien avec cette pathologie".

L'idée d'inclure l'endrométriose et le fonctionnement des règles dans les visites médicales obligatoire entre 11 et 13 ans, puis entre 15 et 16 ans, est aussi suggérée.

Contraindre les fabricants à réglementer leurs produits

Laëtitia Romeiro Dias et Bénédicte Taurine espèrent imposer aux fabricants de protections de faire des "analyses régulières de la composition de leurs produits". Les substances toxiques visées sont notamment des dioxines, phtalates et pesticides, tous pointés du doigt par un rapport de l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail en juin 2018. L'objectif est d'obtenir la publication annuelle de ces analyses sur le site internet des fabricants.

Les composants, qu'il s'agisse des matières premières ou de ceux qui sont nécessaires à la transformation des produits, ne sont pas toujours indiqués sur les notices ou les emballages. Une pratique que les rapporteuses veulent imposer aux fabricants. Tout comme l'élaboration d'un "cahier des charges standardisé à l'ensemble de la profession" pour prévenir tout syndrome de choc toxique (SCT).

"On s'est aperçues qu'il y avait un problème au niveau de l'utilisation des tampons et des cups, qui sont parfois utilisés la nuit, sachant que le temps de port est limité entre quatre et huit heures"

Bénédicte Taurine, députée de l'Ariège (LFI)

Pour en limiter le nombre, le rapport propose d'afficher de manière visible le temps maximal de port de protections internes (tampons et cups), qui doit se limiter à quelques heures d'affilée. "Il serait bien que la Haute autorité de santé tranche ce débat une bonne fois pour toute", indique Bénédicte Taurine lors de la présentation du rapport à la délégation.

Celui-ci préconise d'indiquer en outre par un pictogramme qu'il est déconseillé de porter une protection interne au cours de la nuit. Les rapporteuses entendent s'appuyer également sur le corps médical, et veulent introduire une procédure de déclaration obligatoire des cas de SCT. Elles attendent des professionnels de santé qu'ils puissent informer les femmes, et surtout les jeunes filles, des risques de SCT.

Lutter contre la précarité menstruelle

De nombreuses femmes sont aujourd'hui dans l'impossibilité de se procurer des protections menstruelles, faute de moyens. Ne pas pouvoir acheter, ni changer aussi souvent que nécessaire de protection menstruelle, en plus de porter atteinte à leur dignité, représente un risque sanitaire pour ces femmes.

Pour répondre à cette précarité menstruelle, enjeu prioritaire du rapport Romeiro Dias-Taurine, le déploiement de distributeurs de protections aux abords des gares, hôpitaux, pharmacies ou encore toilettes publiques est envisagé.

"On peut imaginer que pour les femmes en situation de précarité, on ait des systèmes de cartes prépayées qui soient distribuées par les associations"

Laëtitia Romeiro Dias, députée de l'Essonne (LaREM)

Les rapporteuses espèrent bénéficier de l'aide de l'Etat, pour éviter que ce dispositif ne pèse trop lourd sur les associations. Il est justement question de renforcer le soutien aux associations qui viennent en aide aux femmes sans domicile. Celles-ci oeuvrent à la fois sur des sites dédiés, mais aussi au cours de maraudes. D'après l'association Règles élémentaires, citée dans le rapport, 1,7 millions de femmes sont touchées par la précarité menstruelle en France.

Une distribution gratuite dans les universités françaises est également préconisée, ainsi que la multiplication des lieux de mise à disposition dans les collèges et lycées. Les co-rapporteures proposent d'expérimenter les distributeurs dans les toilettes des établissements scolaires.

<https://www.cosmopolitan.fr/un-rapport-de-47-propositions-pour-en-finir-avec-le-tabou-des-regles-en-france,2034855.asp>



Un rapport de 47 propositions pour en finir avec le tabou des règles en France

Par [Loïse Delacotte](#) | Mis à jour le 12/02/2020 à 13:21



Il était grand temps. Pour la première fois, le sujet des règles a droit à une place digne de ce nom dans le débat parlementaire. Deux députées ont présenté un rapport de 47 propositions pour en finir définitivement avec le tabou des menstruations en France.

Le débat public s'est enfin ouvert à l'un des sujets les plus concernants pour les femmes : les règles. Le mardi 11 février, un long rapport parlementaire a été présenté, avec pour but de "déconstruire" le [tabou des règles](#).

Un rapport sur l'état des menstruations en France

Laëtitia Romeiro Dias et Bénédicte Taurine sont à l'origine de ce rapport. Les deux députées l'ont présenté devant la délégation aux droits des femmes après une mission d'information de neuf mois sur le sujet, auprès des professionnels de santé, des militantes et d'anonymes.

Lire aussi : [Cette YouTubeuse pose dans un pantalon taché sur Instagram pour briser le tabou des menstruations](#)

Pour les rapporteuses, ce sujet "n'a rien d'anecdotique est autant sanitaire qu'économique". [Précarité menstruelle](#) et incapacité de se payer des protections hygiéniques, tabou des règles et exclusion sociale, composition des protections et choc toxique, rien n'a été laissé au hasard au cours de cette mission.

Dans ce rapport, 47 propositions sont formulées. Leur objectif unique est d'en finir une fois pour toutes avec la souffrance qui pèse sur les femmes lorsqu'elles ont leurs règles.

47 propositions pour stopper le tabou des règles

Un premier volet concerne l'information des filles et des femmes. Les règles devront être abordées à l'école dès la 6e, et non pas dans un volet sexualité mais dans un volet santé. Un site internet gouvernemental dédié sera créé. Les femmes devront être sensibilisées sur le [sujet de l'endométriose](#), un sujet qui devra être abordé par les professionnels de santé lors de rendez-vous médicaux obligatoires.

D'autres propositions visent à éclaircir la composition chimique des protections hygiéniques. Les fabricants seront ainsi soumis à des analyses régulières publiées. Les notices devront être vraiment complètes et n'exclure aucune "trace de" tel ou tel composant. Enfin, ils devront tous se plier à un cahier des charges précis et standardisé pour "prévenir le choc toxique". Les emballages devront ainsi être revus afin d'afficher en très grand les temps d'utilisation maximum.

Le volet économique est aussi essentiel dans ce rapport qui aborde donc la question de la précarité menstruelle. D'après l'association Règles élémentaires citée dans le rapport elle touche 1,7 millions de femmes en France.
Il est ainsi envisagé d'installer des distributeurs de protections gratuites dans les gares, aéroports, hôpitaux, pharmacies, toilettes publiques, toilettes des universités et des écoles. Un financement auquel l'état prendrait part, et non plus seulement les associations. Ce rapport (avec toutes ses propositions) a été adopté à l'unanimité par la délégation. Il doit maintenant faire son chemin dans les organes législatifs de l'état pour devenir une réalité pour les femmes en France.

LE GOUVERNEMENT VA EXPÉRIMENTER DES PROTECTIONS PÉRIODIQUES GRATUITES POUR LES FEMMES PRÉCAIRES,
par auteur·e inconnu·e , uestfrance, le 12/02/2020

<https://amp.uest-france.fr/sante/le-gouvernement-va-experimenter-des-protections-periodiques-gratuites-pour-les-femmes-precaires-6734223>

≡
MENU

ouest
france



Le gouvernement va expérimenter des protections périodiques gratuites pour les femmes précaires

Soulignant que l'association Dons solidaires estime à 1,7 million le nombre de femmes victimes de précarité menstruelle en France, Marlène Schiappa et Christelle Dubos ont « annoncé l'expérimentation dès 2020 de la gratuité des protections hygiéniques dans plusieurs lieux collectifs », une expérimentation « dotée de 1 million d'euros ».



Soulignant que l'association Dons solidaires estime à 1,7 million le nombre de femmes victimes de précarité menstruelle en France, Marlène Schiappa et Christelle Dubos ont « annoncé l'expérimentation dès 2020 de la gratuité des protections hygiéniques dans plusieurs lieux collectifs », une expérimentation « dotée de 1 million d'euros ».

Le gouvernement lancera cette année à titre expérimental [la distribution de protections périodiques gratuites à des femmes en situation de précarité](#), ont annoncé mercredi 12 février au soir les cabinets de Marlène Schiappa et Christelle Dubos, [s'appuyant sur deux rapports parlementaires](#).

Les secrétaires d'État chargées respectivement de l'Egalité femmes/hommes et de la Solidarité et la Santé saluent dans un communiqué le rapport sur le tabou des règles publié mardi par les députées Laëtitia Romeiro Dias (LREM) et Bénédicte Taurine (LFI).

Lutte contre la précarité menstruelle

Comme celui remis en novembre par la sénatrice Patricia Schillinger (LREM), ce rapport fait notamment de la lutte contre la précarité menstruelle et l'accès de toutes les femmes aux protections hygiéniques une priorité, notent-elles.

Dans leur rapport, les députées préconisent l'installation de distributeurs de protections menstruelles dans certains lieux publics, auxquels les femmes sans domicile pourraient avoir accès grâce à des cartes prépayées.

Parmi leurs 47 recommandations figurent aussi des mesures pour lutter contre le manque d'information sur le sujet, notamment dans les collèges, ou par des informations claires de la part des industriels sur l'utilisation de certaines protections et le risque de choc toxique.

<https://madame.lefigaro.fr/societe/ce-qu'il-faut-retenir-du-rapport-dinformation-parlementaire-sur-le-120220-179676>

Un rapport parlementaire s'engage contre la honte des règles

Thiphaine Honnet | Le 12 février 2020



Remis le mercredi 11 février, un rapport parlementaire d'information propose une série de mesures pour enrayer ce «tabou historique persistant», autant sur le plan sanitaire qu'économique. Si certaines femmes voient aujourd'hui [les règles](#) comme un porte-étendard de la féminité, elles sont encore trop nombreuses à en avoir honte, voire à en souffrir. Ce mardi 11 février, les députées Laëtitia Romeiro Dias (LREM) et Bénédicte Taurine (LFI) ont remis à la délégation aux droits des femmes [un rapport parlementaire d'information sur les menstruations](#). Un sujet non pas «anecdotique» mais au contraire «d'intérêt général», comme le souligne leurs travaux entamés depuis mai 2019. L'objectif ? Fournir aux femmes une meilleure prévention de santé publique et une meilleure accessibilité aux protections intimes. «Une telle situation ne saurait perdurer au XXIe siècle, encore moins quand l'égalité entre les hommes et les femmes a été promue grande cause nationale du quinquennat», confirme les deux rapporteuses. Pour cela, elles ont fourni 47 recommandations à la délégation aux droits des femmes de l'Assemblée nationale. Retour sur ses points essentiels.

Informer dès le plus jeune âge

Pour déconstruire ce «tabou historique persistant», le rapport invite à aborder ce sujet de manière systématique au collège, et ce, dès la classe de sixième, avec une approche plus large qu'un simple cours de sciences de la vie de la Terre. «Il n'est pas rare que les premières règles surviennent en CM1 et sans cette information, les petites filles sont effrayées, regrette la députée Laëtitia Romeiro Dias, que nous avons jointe par téléphone. Elle souhaite décorrélérer cette intervention de celle sur [l'éducation à la sexualité](#). De l'autre côté du banc, les garçons ne sont pas non plus oubliés car, selon la députée, «cela évite les stigmatisations et permet de donner les clés aux futurs pères, souvent désemparés pour répondre aux questions de leurs filles».

Mais l'école n'est pas le seul moyen d'information. En parallèle d'une grande campagne de prévention publique, les rapporteuses proposent de s'inspirer du site www.choisisrsacontraception.fr, développé par le ministère des Solidarités et de la Santé et l'agence Santé Publique France, pour offrir un plateforme pédagogique et ludique sur les menstruations - avec des films, des infographies ou encore des témoignages.

Transparence des compositions

Des pictogrammes explicites sur le paquet de tampons

La composition des protections intimes (tampons, serviettes hygiéniques, protège-slips et coupes menstruelles ou cups) inquiète également les rapporteuses. «Il y a une forte défiance envers ces produits», assure Laëtitia Romeiro Dias. Pour rappel, en juillet 2018, l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (Anses) a relevé [la présence de substances chimiques](#) «en très faible concentration», telles que des dioxydes, phthalates, ou encore pesticides dans ces produits. C'est pourquoi, les députées réclament aux fabricants d'analyser régulièrement leurs produits et de mentionner de manière explicite sur les emballages la présence éventuelle de traces de polluants. À cela s'ajoute une demande de contrôle à périodicité régulière, organisé par l'Anses et la Direction générale de la Concurrence, de la Consommation et de la Répression des fraudes (DGCCRF), pour tout vérifier.

Mieux prévenir le choc toxique lié aux règles

La mauvaise utilisation des tampons ou des coupes menstruelles peut être néfaste pour leur santé, jusqu'à provoquer un syndrome du choc toxique lié aux règles, une rare maladie infectieuse liée au staphylocoque doré pouvant entraîner des nécroses, voire le décès chez la patiente. Pour s'en prémunir, le rapport exige que la Haute Autorité de santé (HAS) s'empare du sujet et édicte une recommandation, précisant notamment le temps de port maximal et l'absence d'usage de protection interne la nuit. Ces informations devront être inscrites de manière claire et visible sur les emballages grâce des pictogrammes explicites, accompagnées à l'intérieur d'une notice présentant [les symptômes du choc toxique](#) (nausées, maux de tête, éruptions cutanées).

Renforcer la formation médicale sur l'endométriose

Les professionnels de santé ont également un rôle important à jouer pour rassurer les femmes. Comme le rappelle le rapport, les médecins généralistes et les gynécologues doivent «mieux comprendre et prendre en compte les douleurs» des patientes pour «déetecter au plus vite les pathologies liées aux règles, au premier rang desquelles [l'endométriose](#)». Cette maladie qui touche 10 à 20% des femmes en âge de procréer entraîne des menstruations très douloureuses. Malheureusement, son diagnostic est souvent tardif. «Certains médecins nous ont confirmé avoir volontairement omis d'informer leurs patientes parce qu'elles étaient trop jeunes et que les techniques pour poser le diagnostic étaient trop invasives», s'étonne Laëtitia Romeiro Dias qui invite à une meilleure formation des professionnels et à la diffusion en interne d'un guide de bonnes pratiques. En parallèle, le rapport prévoit deux visites médicales obligatoires, entre 11 et 13 ans puis entre 15 et 16 ans, avec une information systématique sur les enjeux liés aux menstruations.

Recyclage des protections hygiéniques

1,7 million de Françaises ne peuvent s'offrir des protections intimes nécessaires à leur hygiène

Le rapport n'omet pas non plus l'impact des protections intimes sur la planète et affirme sa volonté d'analyser «le coût écologique du cycle de vie des protections menstruelles réutilisables et des protections menstruelles à usage unique et jetables». «On ne peut plus ignorer les tonnes de déchets par an qui ne sont pas traitées correctement», note Laëtitia Romeiro Dias. Pour y remédier, elle suggère de développer «une filière de recyclage des protections hygiéniques absorbantes en France».

Lutter contre la précarité menstruelle

Enfin, «la priorité absolue» du rapport concerne les femmes en situation de grande précarité. D'après l'association Règles élémentaires, 1,7 million de Françaises ne disposent pas d'un niveau de vie suffisant pour acquérir les protections menstruelles nécessaires à leur hygiène intime. Pour répondre à «cet enjeu de dignité humaine», les rapporteuses évoquent l'idée d'installer des distributeurs dans les gares, toilettes publiques ou pharmacies, accessibles par CB ou via des cartes prépayées mises à disposition par des associations. Les collèges, les lycées et les universités devraient également mettre à disposition gratuitement des protections intimes pour leurs élèves.

DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES GRATUITES POUR LES FEMMES PRÉCAIRES, ANNONCE LE GOUVERNEMENT, par auteur·e inconnu·e, Huffpost, le 12/02/2020

<https://www.huffingtonpost.fr/entry/le-gouvernement-va-experimenter-des-protections-periodiques-gratuites>



ACTUALITÉS 12/02/2020 22:51 CET

Des protections hygiéniques gratuites pour les femmes précaires, annonce le gouvernement

Il ne s'agit pour l'heure que d'un test "dans plusieurs lieux collectifs", mais il sera doté d'une enveloppe d'un million d'euros.

AFP



[pour-les-femmes-precaires_fr_5e446d67c5b6584f49fa1428](#)

SUIVEZ-NOUS

Avec la newsletter quotidienne du HuffPost, recevez par email les infos les plus importantes et les meilleurs articles du jour. [En savoir plus](#)

✉ Newsletter

adresse@email.fr

En cliquant sur « S'inscrire », je reconnais avoir pris connaissance de la [Politique de confidentialité](#) du HuffPost et des droits dont dispose sur mes données personnelles.

[S'inscrire →](#)



Twitter



Facebook

SANTÉ - Le gouvernement lancera cette année à titre expérimental la distribution de [protections périodiques gratuites](#) à des femmes en situation de précarité, ont annoncé ce mercredi 12 février dans la soirée les cabinets de Marlène Schiappa et Christelle Dubos, s'appuyant sur [deux rapports parlementaires](#).

Les secrétaires d'État chargées respectivement de l'Égalité femmes/hommes et de la Solidarité et la Santé "saluent" dans un communiqué le rapport sur le tabou des règles publié mardi par les députées Laëtitia Romeiro Dias (LREM) et Bénédicte Taurine (LFI). Comme celui remis en novembre par la sénatrice Patricia Schillinger (LREM), ce rapport "fait notamment de la lutte contre [la précarité menstruelle](#) et l'accès de toutes les femmes aux protections hygiéniques une priorité", notent-elles.

Une expérimentation "dotée de 1 million d'euros"

Soulignant par ailleurs que l'association Règles élémentaires estime à 1,7 million le nombre de femmes victimes de précarité menstruelle en France, les deux secrétaires d'État "annoncent l'expérimentation dès 2020 de la gratuité des protections hygiéniques dans plusieurs lieux collectifs", une expérimentation "dotée de 1 million d'euros".

Dans leur rapport, les députées préconisent l'installation de distributeurs de protections menstruelles dans certains lieux publics, auxquels les femmes sans domicile pourraient avoir accès grâce à des cartes prépayées.

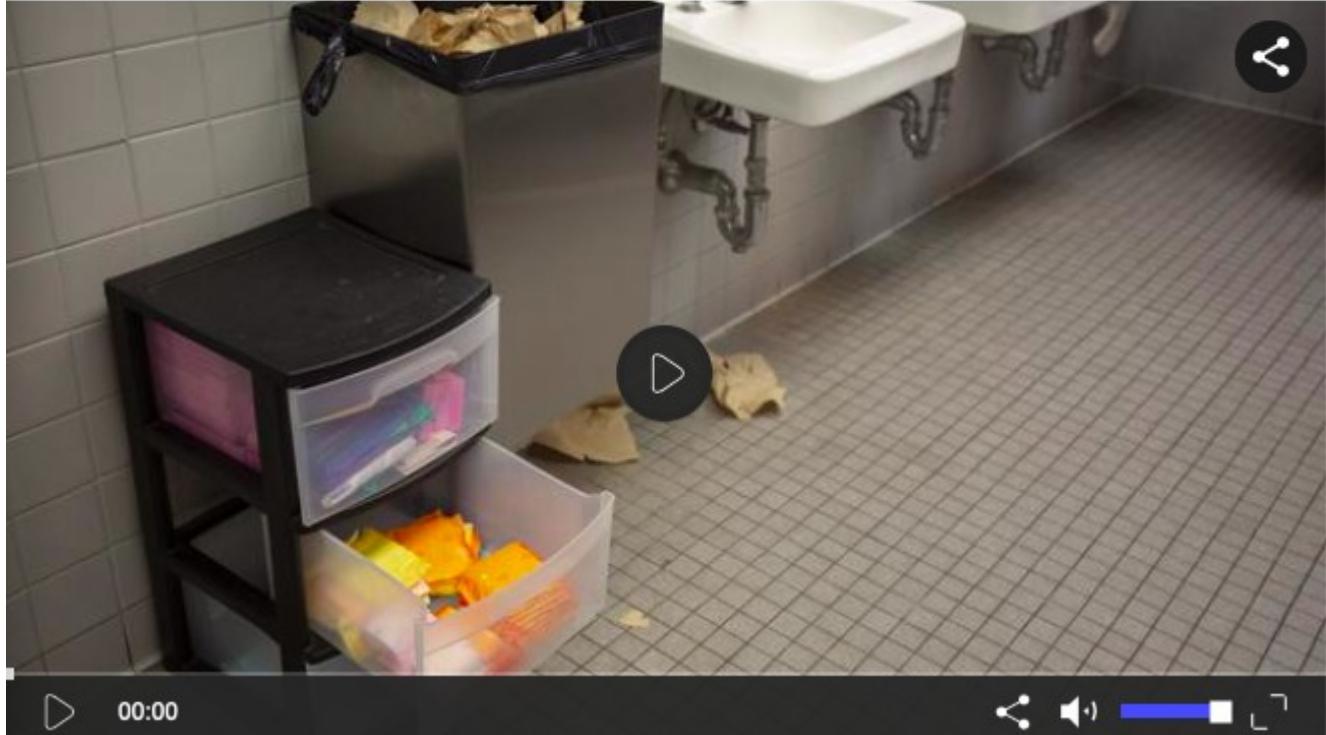
Parmi leurs 47 recommandations figurent aussi des mesures pour lutter contre le manque d'information sur le sujet, notamment dans les collèges, ou par des informations claires de la part des industriels sur l'utilisation de certaines protections et le risque de choc toxique.

PROTECTIONS PÉRIODIQUES GRATUITES POUR LES FEMMES PRÉCAIRES : LA MESURE BIENTÔT TESTÉE, par auteur·e inconnu·e, LCI, le 12/02/2020

<https://www.lci.fr/population/protections-periodiques-gratuites-feu-vert-du-gouvernement-sur-un-test-pour-les-femmes-precaires-schiappa-2145359.html>

☰ **LCI** SOCIÉTÉ

Protections périodiques gratuites pour les femmes précaires : la mesure bientôt testée



SOCIÉTÉ - S'appuyant sur deux rapports parlementaires sur le sujet, les ministres Marlène Schiappa et Christelle Dubos ont annoncé que le gouvernement allait lancer cette année, la distribution de protections périodiques gratuites pour les femmes en situation de précarité. Un dispositif expérimental, pour le moment. Le sujet est pris très au sérieux. Les cabinets de Marlène Schiappa et Christelle Dubos, respectivement secrétaire d'Etat en charge de l'Egalité entre les femmes et les hommes et secrétaire d'Etat à la Solidarité, ont annoncé ce mercredi 12 février dans un communiqué commun que le gouvernement allait lancer cette année, la distribution de protections périodiques gratuites à des femmes en situation de précarité. Pour l'heure, le dispositif se veut expérimental et testera "la gratuité des protections hygiéniques dans plusieurs lieux collectifs", une expérimentation "dotée de 1 million d'euros", souligne le communiqué des deux secrétaires d'Etat.

DES PROTECTIONS PÉRIODIQUES SERONT DISTRIBUÉES GRATUITEMENT À DES FEMMES PRÉCAIRES, par auteur-e inconnu-e, Le Parisien, le 12/02/2020

<http://www.leparisien.fr/societe/des-protections-periodiques-seront-distribuees-gratuitement-a-des-femmes-precaires-12-02-2020-8258694.php>



Des protections périodiques seront distribuées gratuitement à des femmes précaires

Initiée dès cette année par le gouvernement, la mesure expérimentale permettra de lutter contre la précarité menstruelle.



Le gouvernement lancera cette année à titre expérimental la distribution de protections périodiques gratuites à des femmes en situation de précarité, ont annoncé mercredi soir les cabinets de Marlène Schiappa et Christelle Dubos, s'appuyant sur deux rapports parlementaires.

Les secrétaires d'Etat chargées respectivement de l'Égalité hommes femmes et de la Solidarité et la Santé ont salué dans un communiqué le rapport sur le tabou des règles publié mardi par la députée LREM Laëtitia Romeiro Dias et l'élue insoumise Bénédicte Taurine. Comme celui remis en novembre par la sénatrice Patricia Schillinger (LREM), ce rapport « fait notamment de la lutte contre la précarité menstruelle et l'accès de toutes les femmes aux protections hygiéniques une priorité », notent-elles. Selon l'association Dons solidaires, 1,7 million de Françaises seraient victimes de précarité menstruelle. Rappelant ce constat, les deux secrétaires d'Etat ont annoncé « l'expérimentation dès 2020 de la gratuité des protections hygiéniques dans plusieurs lieux collectifs ». Cette expérimentation sera évaluée à « un million d'euros ». Dans leur rapport, les députées préconisent l'installation de distributeurs de protections menstruelles dans certains lieux publics, auxquels les femmes sans domicile pourraient avoir accès grâce à des cartes prépayées.

Parmi leurs recommandations figurent aussi des mesures pour lutter contre le manque d'information sur le sujet, notamment dans les collèges, ou par des informations claires de la part des industriels sur l'utilisation de certaines protections et le risque de choc toxique.

LE GOUVERNEMENT VA EXPÉRIMENTER DES PROTECTIONS PÉRIODIQUES GRATUITES POUR LES FEMMES PRÉCAIRES,
par auteur·e inconnu·e, Le Monde avec AFP, le 13/02/2020

https://www.lemonde.fr/societe/article/2020/02/13/le-gouvernement-va-experimenter-des-protections-periodiques-gratuites-pour-les-femmes-precaires_6029380_3224.html



Se connecter

S'abon

SOCIÉTÉ · MENSTRUATIONS

Le gouvernement va expérimenter des protections périodiques gratuites pour les femmes précaires

Les cabinets de Marlène Schiappa et Christelle Dubos « annoncent l'expérimentation dès 2020 de la gratuité des protections hygiéniques dans plusieurs lieux collectifs ».

Le gouvernement lancera cette année à titre expérimental la distribution de protections périodiques gratuites à des femmes en situation de précarité, ont annoncé, mercredi 12 février dans la soirée, les cabinets de Marlène Schiappa et Christelle Dubos, s'appuyant sur deux rapports parlementaires. Les secrétaires d'Etat chargées respectivement de l'égalité femmes/hommes et de la solidarité et la santé « saluent » le rapport sur le tabou des règles, publié mardi par les députées Laëtitia Romeiro Dias (La République en marche, LRM) et Bénédicte Taurine (La France insoumise). Comme celui remis en novembre par la sénatrice Patricia Schillinger (LRM), ce rapport « fait notamment de la lutte contre la précarité menstruelle et l'accès de toutes les femmes aux protections hygiéniques une priorité », notent-elles.

Expérimentation dès 2020

Soulignant par ailleurs que l'association Dons solidaires estime à 1,7 million le nombre de femmes victimes de précarité menstruelle en France, les deux secrétaires d'Etat « annoncent l'expérimentation dès 2020 de la gratuité des protections hygiéniques dans plusieurs lieux collectifs », une expérimentation « dotée de 1 million d'euros ».

Dans leur rapport, les députées préconisent l'installation de distributeurs de protections menstruelles dans certains lieux publics, auxquels les femmes sans domicile pourraient avoir accès grâce à des cartes prépayées. Parmi leurs 47 recommandations figurent aussi des mesures pour lutter contre le manque d'information sur le sujet, notamment dans les collèges, ou par des informations claires de la part des industriels sur l'utilisation de certaines protections et le risque de choc toxique.

Mise à jour du 13 février à 16 h 44 : une première version de cet article attribuait par erreur l'estimation du nombre de femmes victimes de précarité menstruelle à l'association Règles élémentaires.

DES PROTECTIONS PÉRIODIQUES GRATUITES POUR LES FEMMES PRÉCAIRES : LES ASSOCIATIONS "RAVIES", par Pauline Jacot, Europe 1, le 13/02/2020

<https://www.europe1.fr/societe/experimentation-des-protections-periodiques-gratuites-pour-les-femmes-precaires-les-associations-se-disent-ravies-3949225>

The screenshot shows the header of the Europe 1 website with the logo and a 'EN DIRECT' button. Below the header, the text 'ACCUEIL / SOCIÉTÉ' is visible. The main title of the article is 'Des protections périodiques gratuites pour les femmes précaires : les associations "ravies"'. A timestamp indicates it was published at 06h37 on February 13, 2020, and last modified at 07h14 on the same day. The article's thumbnail image features the Europe 1 logo and the text 'Expérimentation des protections périodiques gratuites pour les fe... "ravies"'.

Le gouvernement lancera cette année à titre expérimental la distribution de protections périodiques gratuites à des femmes en situation de précarité. "Cela va permettre à toutes ces femmes de vivre leurs règles dignement", salue la présidente de l'association Règles élémentaires. Les femmes en situation de précarité auront accès aux protections périodiques gratuitement en 2020.

Le gouvernement a décidé de lancer cette distribution gratuite à titre expérimental, ont annoncé mercredi soir les cabinets de Marlène Schiappa et Christelle Dubos, s'appuyant sur [deux rapports parlementaires qui s'attaquent à la question parfois tabou des protections périodiques](#), qui peuvent être à l'origine de graves chocs toxiques.

"Cette expérimentation va vraiment permettre à toutes ces femmes aujourd'hui et à l'avenir de vivre leurs règles dignement", a estimé Tara Heuzé Sarmini, présidente de l'association Règles élémentaires, jeudi sur Europe 1. 1,7 million femmes souffrent de précarité menstruelle. De nombreuses associations militent depuis des années pour que toutes les femmes aient accès à des protections hygiéniques. Et le message a enfin été entendu par le gouvernement.

"On est ravis parce qu'on défend la gratuité dans certains lieux clefs depuis qu'on existe", s'est félicitée Tara Heuzé Sarmini. Elle a rappelé qu'en France aujourd'hui, "encore 1,7 million de femmes souffrent de précarité menstruelle : des étudiantes, des prisonnières, des sans abri". Dans leur rapport, les députées préconisent l'installation de distributeurs de protections menstruelles dans certains lieux publics, auxquels les femmes sans domicile pourraient avoir accès grâce à des cartes prépayées. Parmi leurs 47 recommandations, figurent aussi des mesures pour lutter contre le manque d'information sur le sujet, notamment dans les collèges, ou par des informations claires de la part des industriels sur l'utilisation de certaines protections et le risque de choc toxique.

*LE GOUVERNEMENT VA DISTRIBUER GRATUITEMENT DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES POUR LES FEMMES PRÉCAIRES,
par auteur·e inconnu·e, 20 minutes, le 13/02/2020*

<https://www.20minutes.fr/societe/2717623-20200213-gouvernement-va-distribuer-gratuitement-protections-hygiéniques-femmes-précaires>

Le gouvernement va distribuer gratuitement des protections hygiéniques pour les femmes précaires

REGLES Une association estime à 1,7 million le nombre de femmes victimes de précarité menstruelle en France

20 Minutes avec AFP | Publié le 13/02/20 à 12h04 — Mis à jour le 13/02/20 à 12h07

25 COMMENTAIRES 2,4k PARTAGES



Des protections périodiques distribuées gratuitement pour les femmes en situation de précarité. Cette mesure doit être lancée cette année par le gouvernement à titre expérimental, ont annoncé ce mercredi soir les cabinets de Marlène Schiappa et Christelle Dubos, s'appuyant sur deux rapports parlementaires.

Les secrétaires d'Etat chargées respectivement de l'Egalité femmes/hommes et de la Solidarité et la Santé « saluent » dans un communiqué le rapport sur le tabou des règles publié mardi par les députées Laëtitia Romeiro Dias (LREM) et Bénédicte Taurine (LFI). Comme celui remis en novembre par la sénatrice Patricia Schillinger (LREM), ce rapport « fait notamment de la lutte contre la précarité menstruelle et l'accès de toutes les femmes aux protections hygiéniques une priorité », notent-elles.

Des cartes prépayées pour les femmes sans domicile

Soulignant par ailleurs que l'association Règles élémentaires estime à 1,7 million le nombre de femmes victimes de précarité menstruelle en France, les deux secrétaires d'Etat « annoncent l'expérimentation dès 2020 de la gratuité des protections hygiéniques dans plusieurs lieux collectifs », une expérimentation « dotée d'un million d'euros ». Dans leur rapport, les députées préconisent l'installation de distributeurs de protections menstruelles dans certains lieux publics, auxquels les femmes sans domicile pourraient avoir accès grâce à des cartes prépayées. Parmi leurs 47 recommandations figurent aussi des mesures pour lutter contre le manque d'information sur le sujet, notamment dans les collèges, ou par des informations claires de la part des industriels sur l'utilisation de certaines protections et le risque de choc toxique.

DES PROTECTIONS PÉRIODIQUES DISTRIBUÉES GRATUITEMENT AUX FEMMES PRÉCAIRES, par Sarah Ugolini, Capital, le 13/02/2020

<https://www.capital.fr/economie-politique/des-protections-periodiques-distribuees-gratuitement-aux-femmes-precaires-1362188>

Des protections périodiques distribuées gratuitement aux femmes précaires

PRÉCARITÉ MENSTRUUELLE

+ SUIVRE

SARAH UGOLINI
PUBLIÉ LE 13/02/2020 À 11H22



Les cabinets de Marlène Schiappa et Christelle Dubos ont annoncé ce mercredi 12 février "l'expérimentation dès 2020 de la gratuité des protections hygiéniques dans plusieurs lieux collectifs". Le gouvernement veut rendre accessibles les protections hygiéniques à toutes. En effet, comme le rapporte [Le Monde](#), les cabinets de Marlène Schiappa et Christelle Dubos ont annoncé ce mercredi 12 février la distribution de [protections périodiques](#) gratuites à des femmes en situation de précarité. Une initiative qui s'appuie sur deux rapports parlementaires. Les secrétaires d'État chargées respectivement de l'égalité femmes/hommes et de la solidarité et la santé "saluent" le rapport sur le tabou des règles, publié mardi 11 février par les députées Laëtitia Romeiro Dias (LREM) et Bénédicte Taurine (La France insoumise). Ce rapport, à l'instar de celui déposé en novembre dernier par la sénatrice Patricia Schillinger (LREM), "fait notamment de la lutte contre la précarité menstruelle et l'accès de toutes les femmes aux protections hygiéniques une priorité". Alors que 1,7 million de femmes sont en précarité menstruelle en France, selon l'association "Règles élémentaires", les deux secrétaires d'État ont annoncé "l'expérimentation dès 2020 de la gratuité des protections hygiéniques dans plusieurs lieux collectifs". Un test auquel sera alloué la somme de 1 million d'euros.

<https://www.lejdd.fr/Societe/precarite-menstruelle-vers-une-distribution-gratuite-dans-les-colleges-prisons-et-centres-dhebergement-3949367>



Précariété menstruelle : vers une distribution gratuite dans les collèges, prisons et centres d'hébergement

⌚ 17h33, le 13 février 2020

Par Léa Guyot

Les secrétaires d'Etat Marlène Schiappa et Christelle Dubos ont annoncé mercredi le lancement cette année d'une expérimentation pour lutter contre la précarité menstruelle. Comme le recommandaient deux rapports parlementaires, des protections hygiéniques devraient notamment être distribuées dans des prisons, collèges et centre d'hébergement.

Au lendemain de la présentation d'un rapport d'information sur les menstruations par deux députées, les secrétaires d'Etat Marlène Schiappa (Egalité entre les hommes et les femmes) et Christelle Dubos (Solidarité) ont décidé de tester dans "plusieurs lieux collectifs" la distribution gratuite de produits périodiques. Le dispositif, doté d'un budget de 1 million d'euros, doit permettre d'équiper des femmes n'ayant pas ou peu accès à des tampons, serviettes hygiéniques, protège-slips ou coupes menstruelles. Les modalités de l'expérimentation ne seront connues qu'au printemps, mais elle devrait notamment concerner les prisons, collèges, locaux associatifs et centres d'hébergement. Selon Règles Élémentaires, 1.7 million de femmes sont en situation de précarité menstruelle en France. Selon l'association, qui collecte des produits d'hygiène intime à destination des sans-abri et mal-logées, les femmes dépensent 8.000 à 23.000 euros pour leurs règles tout au long de leur vie. Audrey Ladon, sa directrice, se dit donc "ravie" de l'expérimentation promise par le gouvernement.

Même son de cloche chez la députée de l'Essonne Laëtitia Romeiro Dias, qui "salue les moyens mis sur la table". Avec Bénédicte Taurine (LFI), l'élue LREM est à l'origine d'un rapport d'information sur les menstruations rendu public mardi. A l'instar du rapport de la sénatrice socialiste Patricia Schillinger, remis en octobre dernier, elles demandaient la mise en place de distributions gratuites de produits hygiéniques pour les femmes précaires. "Les lieux concernés par la mesure seront arrêtés au printemps" précise au JDD le cabinet de Christelle Dubos. Ce dernier envisage d'ailleurs d'adapter la distribution en fonction du public concerné (colis, distributeurs, remise en mains propre, etc.).

Recycler les serviettes hygiéniques : oui, mais comment? Mais le rapport d'information diffusé mardi ne se concentre pas seulement sur la problématique de la précarité menstruelle. Il réclame par exemple une sensibilisation des filles et des garçons aux règles dès la sixième, ce phénomène naturel étant encore trop souvent perçu comme un tabou. "L'accès à l'hygiène dans les toilettes scolaires est aussi essentiel", ajoute Laëtitia Romeiro Dias, qui va demander à être reçue par le ministre de l'Education nationale Jean-Michel Blanquer.

La création d'une filière de recyclage des serviettes hygiéniques fait aussi partie des recommandations des deux députés. Contacté, le cabinet de Brune Poirson, la secrétaire d'État auprès de la ministre de la Transition écologique et solidaire, souhaite lui aussi travailler en ce sens mais reconnaît une mise en œuvre compliquée, malgré le principe de pollueur-payeuse élargi par la loi anti-gaspillage, promulguée mardi : "La base législative est posée. Maintenant, il faut créer un système de collecte différencié et non contraignant pour les femmes". Pour l'heure, il n'existe en Europe qu'une seule usine capable de recycler des protections absorbantes.

Le manque d'information à l'origine du choc toxique Enfin, le suivi sanitaire est le dernier enjeu posé par le rapport d'information présenté mardi. En décembre dernier, l'Anses (l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail) rappelait que, malgré la présence de substances chimiques (dyoxines, phtalates, pesticides, etc.), les produits périodiques ne présentent pas de risque sanitaire. L'organisme public pointait cependant le manque d'information des industriels sur la composition des protections hygiéniques et sur les recommandations

d'usage. L'Anses préconisait aux fabricants d'afficher des indications claires concernant les risques de SCT (syndrome du choc toxique), causé par un temps de port trop long d'un tampon ou d'une coupe menstruelle (cup). Le mois dernier, une jeune-fille belge de 17 ans est décédée à la suite d'une infection. En juin, une femme était amputée des pieds et partiellement des doigts après un choc toxique lié à la mauvaise utilisation d'une coupe menstruelle. La coupe en silicone fait d'ailleurs l'objet d'une enquête de la DGCCRF (Direction générale de la Concurrence, de la Consommation et de la Répression des fraudes). Publiée dans les jours à venir, elle révèle selon Loïc Tanguy, le directeur de cabinet de la DGCCRF une "information très parcellaire, voire absente" des risques de SCT sur les emballages ou notices de coupes menstruelles, pourtant longtemps considérée comme plus sûre que les tampons. Pour évaluer les progrès réalisés ces dernières années, l'administration française lancera à la fin d'année une nouvelle étude sur l'information disponible et sur les substances chimiques retrouvées dans les serviettes hygiéniques et les tampons. Les culottes menstruelles, de plus en plus plébiscitées, pourraient aussi faire l'objet d'une enquête. Plutôt qu'un texte de loi, le gouvernement privilégie donc la concertation avec les industriels. "Les contrôles ont été élargis ces dernières années", ajoute-t-on du côté du cabinet d'Agnès Pannier Runacher, la secrétaire d'État auprès du ministre de l'Économie et des Finances. Bénédicte Taurine, la députée LFI de l'Ariège et co-rapportrice de la mission d'information sur les menstruations, demande, elle, "davantage de transparence et de moyens".

FRANCE: LE GOUVERNEMENT S'ATTAQUE À LA PRÉCARITÉ MENSTRUUELLE, par Marie Casadebaig, RFI, le 13/02/2020

<http://www.rfi.fr/fr/france/20200213-france-gouvernement-attaque-precarite-menstruelle>



France: Le gouvernement s'attaque à la précarité menstruelle

Publié le : 13/02/2020 - 14:36

En France, le gouvernement s'attaque cette année à un sujet tabou, celui des règles. Au lendemain de la publication d'un rapport parlementaire, il propose une expérimentation; la distribution de protections périodiques gratuites. Parce que même en France, certaines femmes n'ont pas accès à ces produits, pourtant nécessaires quelques jours par mois. Selon l'association [Règles élémentaires](#), 1,7 millions de femmes françaises se retrouvent en situation de précarité menstruelle. C'est-à-dire que le coût des protections hygiéniques représente un frein pour elle.

Pour bien comprendre, il faut savoir qu'une femme a en moyenne ses règles durant 39 ans, soit 500 fois dans sa vie. Les fabricants recommandent de changer les protections toutes les trois à six heures, pour éviter le syndrome de choc toxique, affection rare mais pouvant être mortelle.

Il y a quelques mois, nos confrères du quotidien *Le Monde* avaient recoupé des données françaises et britanniques pour estimer le coût des tampons et serviettes hygiéniques, auquel ils ont ajouté celui des médicaments antidouleurs. De nombreuses devant y avoir recours. Le budget moyen avoisine ainsi les 7 euros 50 par mois.

Un budget trop lourd pour de nombreuses femmes

Les sans-domicile sont les premières concernées. Il y a quelques années, l'Insee, l'Institut français de statistiques estimait à au moins 40 000, le nombre de femmes sans abri, en âge d'avoir leurs règles. Il faut y ajouter les étudiantes. Le phénomène de leur précarité a été mis en lumière en fin d'année dernière avec la multiplication des manifestations dans les universités du pays. Et puis évidemment, les femmes vivant sous le seuil de pauvreté. Sachant que les femmes sont plus touchées par la précarité professionnelle que les hommes.

⚠ N'oubliez pas

📦 Toute la semaine, nous collectons des produits hygiéniques destinés aux femmes sans abri, en partenariat avec [@RElementaires](#)

😊 Passez par chez nous déposer vos dons.

👉 Infos & adresse [#ChangerLesRegles](http://bit.ly/2RUiMLJ)



Pour une grande partie du million 700 000 femmes évoquées par l'association Règles élémentaires, les dépenses en protections menstruelles peuvent représenter jusqu'à 5% de leur budget.

Une première étape a été franchie, non sans mal le 1^e janvier 2016. Avec la suppression de la « taxe tampon ». Les protections étaient taxées comme des produits de luxe, à hauteur de 20%. La TVA a été réduite à 5,5%. Le gouvernement français veut expérimenter la gratuité des protections hygiéniques

Les secrétaires d'Etat à l'égalité homme-femme et à la santé ont annoncé ce mercredi une expérimentation dotée d'un million d'euros, pour permettre la distribution de protections gratuites.

C'est l'une des 47 recommandations livrées il y a deux jours par les députés, Laëtitia Romeiro Dias de LREM et Bénédicte Taurine de la France insoumise. Elles proposent que des distributeurs soient installés dans des lieux où les femmes SDF ont accès et que ces dernières soient dotées de carte prépayée. Le rapport recommande d'ailleurs que ces distributions gratuites se fassent aussi dans les établissements scolaires et universitaires. Des filles et des femmes mieux informées sur les règles

L'une des députées souligne qu'il n'est pas rare qu'une élève de CM2, la dernière classe de l'école primaire, ait ses premières règles, mais que le sujet ne soit abordé qu'en classe de 4e. Elle souhaiterait donc que la question intervienne dès la 6e, c'est-à-dire dès l'entrée au collège, qu'elle soit décorisée de l'éducation à la sexualité et qu'elle soit soumise aussi aux garçons. Développer les moyens d'information sur les règles, c'est aussi permettre aux femmes de connaître la diversité des moyens de protection. Il n'y a pas que les tampons et les serviettes jetables. Il en existe des lavables ou encore des coupes menstruelles qui limitent les coûts.

Le rapport conseille aussi une meilleure information sur les risques sanitaires. Les députées estiment que les fabricants devraient être tenus de mieux informer les utilisatrices de leurs produits des risques de chocs toxiques, notamment lorsqu'un tampon ou une coupe est utilisé trop longtemps, comme la nuit.

Les règles restent un tabou en France

Il aura fallu attendre 2018 pour les publicitaires arrêter d'utiliser du bleu ou du rose, pour illustrer le flux de sang. Et tout récemment, un fabricant de protections a fait polémique en utilisant des fruits ou encore des coquillages pour représenter la vulve.

A l'automne, le CSA, le gendarme des médias, avait reçu un millier de plaintes contre cette vidéo. Une pétition a recueilli 18 000 signatures.

JOURNAL DE 18H, par Aurélie Kieffer et Mathieu Laurent, France culture, le 13/02/2020

<https://www.franceculture.fr/emissions/journal-de-18h>



Journal de 18h

Par [Aurélie Kieffer](#), [Mathieu Laurent](#) et [Rédaction](#)

TOUS LES JOURS À 18H

[S'ABONNER](#)

[CONTACTER L'ÉMISSION](#)

Journal présenté par Aurélie Kieffer en semaine. Et Mathieu Laurent le week end.

EXPÉRIMENTATION DE PROTECTIONS PÉRIODES GRATUITES POUR LES FEMMES PRÉCAIRE, par auteur·e inconnu·e, L'Express, le 13/02/2020

https://www.lexpress.fr/actualite/societe/experimentation-de-protections-periodiques-gratuites-pour-les-femmes-precaires_2118127.html

PRÉCARITÉ MENSTRUELLE

Expérimentation de protections périodiques gratuites pour les femmes précaires

Par LEXPRESS.fr avec AFP ,
publié le 13/02/2020 à 08:31



Le gouvernement a annoncé l'expérimentation dès 2020 de la gratuité des protections hygiéniques dans plusieurs lieux collectifs. Le gouvernement lancera cette année à titre expérimental la distribution de protections périodiques gratuites à des femmes en situation de précarité, ont annoncé mercredi soir les cabinets de Marlène Schiappa et Christelle Dubos, s'appuyant sur deux rapports parlementaires. Les secrétaires d'État chargées respectivement de l'Égalité femmes/hommes et de la Solidarité et la Santé "saluent" dans un communiqué le rapport sur le tabou des règles publié mardi par les députées Laëtitia Romeiro Dias (LREM) et Bénédicte Taurine (LFI). Comme celui remis en novembre par la sénatrice Patricia Schillinger (LREM), ce rapport "fait notamment de la lutte contre la précarité menstruelle et l'accès de toutes les femmes aux protections hygiéniques une priorité", notent-elles. 1,7 million de femmes victimes de précarité menstruelle en France. Soulignant par ailleurs que l'association Règles élémentaires estime à 1,7 million le nombre de femmes victimes de précarité menstruelle en France, les deux secrétaires d'État "annoncent l'expérimentation dès 2020 de la gratuité des protections hygiéniques dans plusieurs lieux collectifs", une expérimentation "dotée de 1 million d'euros". Dans leur rapport, les députées préconisent l'installation de distributeurs de protections menstruelles dans certains lieux publics, auxquels les femmes sans domicile pourraient avoir accès grâce à des cartes prépayées.

PRÉCARITÉ MENSTRUELLE : DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES GRATUITES DÈS 2020, par auteur·e inconnu·e, Réponseconso, le 13/02/2020

<https://www.reponse-conso.fr/precarite-menstruelle-des-protections-hygiéniques-gratuites-des-2020/>



A woman with long dark hair, wearing a white sleeveless top, sits at a table with her hand resting on her forehead in a gesture of distress or worry. In the background, there's a blurred sign that appears to say 'IGA'.

PRÉCARITÉ MENSTRUELLE : DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES GRATUITES DÈS 2020

La précarité menstruelle désigne ces femmes qui n'ont pas les moyens financiers de se protéger correctement pendant leur période de règles. Pour en finir avec ce problème de société, les cabinets de Marlène Schiappa et Christelle Dubos ont annoncé la gratuité des protections hygiéniques dans plusieurs lieux collectifs dès 2020, pour un budget de 1 million d'euros.

Les cabinets de Marlène Schiappa (Secrétaire d'Etat chargée de l'Egalité entre les femmes et les hommes) et Christelle Dubos (Secrétaire d'Etat auprès de la ministre des Solidarités et de la Santé) ont annoncé qu'il sera mis en place dès 2020 une expérimentation pour rendre gratuites les protections hygiéniques dans plusieurs lieux collectifs.

En effet, 1.7 million de femmes selon une étude de l'IFOP de février 2019 pour l'association Dons Solidaires et relayée par l'association Règles Elémentaires seraient concernées par la précarité menstruelle, c'est-à-dire le fait d'être trop pauvre pour pouvoir acheter des protections hygiéniques chaque mois.

Un budget d'1 million d'euros pour la phase d'expérimentation

De nombreux rapports font état du désarroi de ces femmes chaque mois, devant gérer le sujet encore tabou des règles et de l'inconfort que cela peut représenter quand on est mal protégé.

En novembre 2019, la Sénatrice Patricia Schillinger dénonçait cette situation dans un premier rapport. Ce mardi 11 février, c'est le rapport de Laëtitia Romera Dias et Bénédicte Taurine qui enfonce le clou.

C'est pourquoi dès cette année, des protections hygiéniques seront proposées gratuitement dans plusieurs lieux collectifs pour un budget de 1 million d'euros. Il reste à savoir quand et dans quels collectifs exactement, mais l'annonce est déjà une énorme avancée concernant la prise en compte du problème.

La revue de presse par Carenews : semaine du 10 février

La tribune du collectif Alerte pour la revalorisation du RSA et des APL, le « name and shame » du gouvernement sur les discriminations à l'embauche, le Festival OFF d'Avignon qui veut se mettre au vert... Voici les sujets à la une de notre revue de presse cette semaine.



<https://www.carennews.com/fr/news/la-revue-de-presse-par-carenews-semaine-du-10-fevrier>

« Le gouvernement va expérimenter des protections périodiques gratuites pour les femmes précaires»

Le 11 février, les cabinets de Marlène Schiappa et de Christelle Dubos ont annoncé la mise en place en 2020 d'une expérimentation pour la distribution de protections hygiéniques gratuites pour les femmes en situation de précarité, rapporte Le Monde. Elles seront mises à disposition dans des lieux collectifs et pourront être récupérées grâce à des cartes prépayées. Pour rappel, selon l'association Règles élémentaires, 1,7 million de femmes sont victimes de précarité menstruelle.

LE GOUVERNEMENT TESTE LA DISTRIBUTION GRATUITE DE PROTECTION PÉRIODIQUES POUR LES FEMMES PRÉCAIRES, par auteur·e inconnu·e, L'OBS, le 13/02/2020

<https://www.nouvelobs.com/societe/20200213.OBS24822/le-gouvernement-teste-la-distribution-gratuite-de-protection-periodiques-pour-les-femmes-precaires.html>

≡ L'OBS



Connexion

Je m'abonne

L'OBS > SOCIÉTÉ

Le gouvernement teste la distribution gratuite de protection périodiques pour les femmes précaires

Cette mesure expérimentale a pour objectif de lutter contre la précarité menstruelle.

Par L'Obs

Publié le 13 février 2020 à 17h20

⌚ Temps de lecture 1 min



Le gouvernement lancera cette année à titre expérimental la distribution de protections périodiques gratuites à des femmes en situation de précarité, ont annoncé mercredi 12 février les cabinets de Marlène Schiappa, secrétaire d'État chargée de l'Égalité entre les femmes et les hommes, et Christelle Dubos, secrétaire d'État auprès de la ministre des Solidarités et de la Santé. Cette nouvelle vient à la suite d'un rapport publié le mardi 11 février par les députées Laëtitia Romeiro Dias (LREM) et Bénédicte Taurine (LFI) sur le tabou des règles. Ce rapport « fait notamment de la lutte contre la précarité menstruelle et l'accès de toutes les femmes aux protections hygiéniques une priorité », notent les cabinets de Marlène Schiappa et Christelle Dubos. Selon un proche de la secrétaire d'État, trois types de publics pourraient être visés par cette mesure : « Les femmes précaires qui n'ont pas les moyens de s'acheter des protections, celles qui n'y ont pas accès - comme les femmes qui sont en prison - et enfin celles qui font face au manque d'informations sur le sujet comme les jeunes élèves des collèges et lycées ».



Christelle Dubos

@duboschristelle



La parole des femmes se libère et la précarité menstruelle doit devenir une préoccupation de la solidarité nationale.

Avec [@MarleneSchiappa](#), fières de lancer l'expérimentation dès 2020 des protections hygiéniques gratuites pour celles qui en ont besoin. [@RElementaires](#)



192 12:27 - 13 févr. 2020 · Paris, France



Les protections hygiéniques pourraient être distribuées, par exemple, dans des épiceries solidaires, lors des maraudes ou dans les collèges et lycées » explique, par ailleurs, un proche de Christelle Dubos.

Un million d'euros

Soulignant que l'association Règles élémentaires estime à 1,7 million le nombre de femmes victimes de précarité menstruelle en France, le gouvernement annonce une dotation « de 1 million d'euros » pour cette expérimentation. Parmi leurs 47 recommandations du rapport figurent aussi des mesures pour lutter contre le manque d'information sur le sujet, notamment dans les collèges, ou par des informations claires de la part des industriels sur l'utilisation de certaines protections et le risque de choc toxique.

"LES RÈGLES, C'EST SALE" : DEUX PARLEMENTAIRES PARTENT EN GUERRE CONTRE LE TABOU DES MENSTRUATIONS,
par Benjamin Dodman et Stéphanie Trouillard, France 24, le 14/02/2020

<https://www.france24.com/fr/20200214-regles-menstruations-rapport-parlementaire-tampons-serviettes>

"Les règles, c'est sale" : deux parlementaires partent en guerre contre le tabou des menstruations

675 partages

Publié le : 14/02/2020 - 08:54 Modifié le : 14/02/2020 - 08:54

Un rapport parlementaire a été publié le 11 février sur un sujet peu abordé politiquement : les menstruations. Une quarantaine de recommandations sont proposées par deux députées pour que les règles deviennent moins "génératrices d'angoisses et de souffrances" pour les femmes. "Les règles n'ont rien d'anecdotique : elles concernent la moitié de l'humanité et les femmes sont concernées par cette problématique pendant la moitié de leur vie, de la puberté à la ménopause". C'est par cette affirmation que débute [le rapport parlementaire sur les menstruations rendu public mardi 11 février](#). Un sujet encore trop peu abordé dans l'espace public. "Cela reste encore très tabou aujourd'hui", résume ainsi à France 24 Laëtitia Romeiro Dias (LREM), l'une des deux autrices de ce rapport avec Bénédicte Taurine (LFI). "Il y a des croyances populaires qui ont traversé les temps et qui se sont transmises au fil des générations. Les règles, c'est sale. C'est quelque chose dont il ne faut pas parler car c'est impur". Comme l'illustre ce rapport de 107 pages, Pline l'Ancien affirmait déjà dans l'Antiquité qu'"aux approches d'une femme dans cet état, les liqueurs s'aigrissent, les grains qu'elle touche perdent leur fécondité, les essaims d'abeilles meurent, le cuivre et le fer rouillent sur le champ et prennent une odeur repoussante [...]".

Ces clichés ont encore aujourd'hui la vie dure. Ils conduisent à une vraie méconnaissance du sujet et se traduisent "par une prise en compte insuffisante des problématiques relatives aux menstruations". Pour déconstruire ces tabous et améliorer la situation actuelle "encore trop souvent génératrice d'angoisses et de souffrances, aussi bien psychologiques que physiques, pour un certain nombre de femmes", les deux députées formulent 47 recommandations.

L'un des premiers axes visent notamment à développer de meilleures campagnes d'informations sur les menstruations, notamment dans le cadre scolaire. "On étudie les règles à l'école plutôt en 4e. Nous pensons que c'est un peu tard car aujourd'hui, les filles sont réglées de plus en plus tôt. Il n'est pas rare que ce soit en CM2 ou en 6e. Si personne ne nous en a parlé avant, cela fait peur", décrit Laëtitia

Romeiro Dias. "Je regrette aussi que cela soit corrélé à la sexualité. Quand on a ses premières règles, on ne devrait pas nous donner comme premier message qu'on peut tomber enceinte".

En raison de cette approche tardive, les jeunes filles ont souvent une méconnaissance concernant la "diversité des produits de protection", les "précautions d'usage et d'hygiène" ou les "risques sanitaires". "Elles ne sont pas informées notamment sur le temps de port. Elles les gardent trop longtemps et peuvent avoir des infections à répétition", explique l'autrice du rapport.

De manière plus grave, un risque de "choc toxique" est aussi induit par l'usage de certaines protections périodiques. Selon ce rapport, les fabricants devraient être tenus de mentionner sur les emballages la présence éventuelle de traces de substances toxiques. Un "pictogramme clair" devrait également informer les utilisatrices que les protections internes, tampons et coupes menstruelles, ne doivent pas être utilisées trop longtemps, et notamment pas la nuit.

Lutter contre la "précarité menstruelle"

Les deux députées souhaitent également remédier au problème de la "précarité menstruelle". Elles proposent ainsi l'installation de distributeurs de protections menstruelles dans certains lieux publics, auxquels les femmes sans domicile fixe pourraient avoir accès grâce à des cartes prépayées. "On a reconnu il y a quelques années que c'était un produit de première nécessité, mais malgré tout on le cache encore. On a bien mis des préservatifs à côté des pharmacies et on cache encore les serviettes hygiéniques", insiste Laëtitia Romeiro Dias.

Cette mesure est aujourd'hui saluée par de nombreuses associations. "Nous avons appris avec grand bonheur la décision de mettre à disposition gratuitement des produits périodiques pour les femmes en situation de précarité et d'isolement. Il s'agit de produits de premières nécessités pour toutes les femmes, mais qui reste du luxe pour certaines populations", justifie Nadège Passereau, la déléguée générale d'Agir pour la Santé des Femmes. "Cela fait très peu de temps qu'on parle de serviettes hygiéniques de manière banale. Les femmes se taisent, utilisent des papiers journaux, ce qui participe à l'indignité de la personne et favorise les maladies. Elles peuvent développer des mycoses et des fibromes, ce qui peut entraîner d'autres infections et la stérilité".

Pour d'autres, cela va effectivement dans le bon sens, mais il faut encore aller plus loin. "Nous voulons que des bons d'achat ou des cartes prépayées soient également mises à disposition des femmes qui en ont besoin, comme les étudiantes boursières", insiste Tara Heuzé-Sarmini, la présidente et fondatrice de Règles Élémentaires qui collecte des produits hygiéniques. "Il faut aussi que les mutuelles proposent un forfait pour rembourser les produits d'hygiène intime, comme le fait déjà la LMDE, la mutuelle des étudiants. Enfin, nous demandons des distributeurs dans tous les lieux publics et privés, les écoles comme les entreprises, pour que le sujet soit réellement normalisé et placé au centre de la société". Les rapporteuses recommandent aussi de renforcer la formation des médecins généralistes et des gynécologues concernant l'endométriose, une pathologie entraînant des règles très douloureuses, et dont le diagnostic est souvent tardif. "Les gynécologues ne donnent pas forcément l'information quand ils soupçonnent une endométriose. On a le droit de le savoir même quand on a 18 ans. Ce n'est plus possible que ce soit le médecin seul qui se dise, 'bon on verra plus tard, elle est encore jeune'", explique Laëtitia Romeiro Dias. Enfin, le rapport préconise de financer des programmes de recherche sur cette pathologie. "D'une manière générale, la recherche qui concerne des problèmes féminins est moins développée en France que le reste des domaines de recherche".

"THE ENGLISH HAVE LANDED" : FRANCE FINALLY STARTS LIFTING MENSTRUAL TABOO, par Stéphanie Trouillard et Benjamin Dodman, France24, 14/02/2020

<https://www.france24.com/en/20200214-the-english-have-landed-france-finally-starts-lifting-menstrual-taboo>

'The English have landed': France finally starts lifting menstrual taboo



Issued on: 14/02/2020 - 11:46 Modified: 14/02/2020 - 12:08



The French are world leaders when it comes to coining euphemisms for women's periods, including one derived from the Battle of Waterloo. Spurred on by a new generation of female activists, they are finally coming to terms with a natural and inevitable aspect of women's lives – and looking for ways to improve their wellbeing.

If you think bees are dying by the millions because of pesticides and climate change, think again – women's menstrual blood is to blame. At least that's what Pliny the Elder wrote in his "Natural History" some 2,000 years ago, one in a long list of wild myths that have linked women's periods to just about every calamity, from blighted crops to mayonnaise turning sour. Pliny's infamous assertion resurfaced this week in a 107-page report on how to lift "menstrual taboos", co-authored by two members of France's National Assembly. Informed by the work of feminist campaigners and advocacy groups, the report details 47 recommendations to ensure menstruation is better understood and is no longer "a cause of anguish and suffering" for women.

"Periods have long been a taboo subject because they were seen as dirty and impure," said Laëtitia Romeiro Dias, a lawmaker from the ruling LREM party who co-authored the report with her colleague Bénédicte Taurine, of the opposition La France insoumise, a left-wing party. "A refusal to talk openly about the subject has enabled all sorts of misconceptions to be passed on from one generation to another," she added. "This ignorance has to stop." Call it menstrual blood, period According to a 2016 survey carried out in 190 different

countries, the French make greater use of slang terms and euphemisms when referring to periods than any other people. They also have some of the most colourful expressions, such as "Les Anglais ont débarqué" ("The English have landed"), a reference to the British redcoats who fought off Napoleon's army at the Battle of Waterloo. Though often quaint and humorous, such euphemisms also reflect a historic failure to speak openly about an inevitable aspect of life. In France and elsewhere, this failure continues to affect the wellbeing of schoolgirls and women, breeding shame, illness and injustice. In their report, Romeiro Dias and Taurine stressed that "deconstructing the taboo" of periods necessarily involves changing the way it is approached at school, both when and how.

French pupils are first taught about periods in secondary school, aged 13 or thereabouts. That's too late, said Romeiro Dias. "Girls are going through puberty earlier than ever before. It's not uncommon for them to get their first period at 10, while still at primary school," she explained. "If it happens to you and no one has talked about it before, it's scary. There's blood, you don't know why, and you think you're sick." The lawmaker also regreted the fact that menstruation is taught "in correlation with sexuality". "When you first get your period, you shouldn't be hearing that you might get pregnant," she argued. "The questions asked should be, 'Does it hurt, is it serious, what hygienic and protective habits must we adopt?'"

A failure to get the right message across can lead to serious risks for women's health, the report noted, pointing to the threat of Toxic Shock Syndrome (TSS), a rare infection with life-threatening consequences. In an interview with French daily *Le Parisien* last month, a 36-year old mother-of-three explained how an infection caused by her menstrual cup spread to her internal organs and ultimately resulted in her losing both her feet and parts of her fingers.

The woman, a nurse, blamed the packaging of the menstrual cup, saying it did not make it clear when the cup should be removed before it could trigger TSS. French health authorities have announced further research on the toxicity of certain substances found in tampons, pads and cups. Existing studies have determined that menstrual cups are safe and effective, though warning that they should not be used for extensive periods, just like tampons. "The packaging for such products is often very detailed and scientific, and therefore unreadable," Romeiro Dias said. "Instructions need to be a lot clearer given how important a public health issue this is."

"Women keep quiet and use old newspapers' Several of the lawmakers' proposals focus on improving access to menstrual protection for women who live in poverty and are in a vulnerable situation, and who are reluctant to seek the help of charities. Picking up on the report, two junior ministers announced on Wednesday that menstrual protection would be distributed freely, during a one-year trial, to women in need. Gender Equality Minister Marlène Schiappa and her colleague Christelle Dubos, who holds the health and solidarity portfolio, said the scheme would start with a budget of one million euros. It is expected to focus on schools, hospitals, shelters and prisons.

The ministers' announcement was hailed as a victory by charities. "We're talking about basic necessities here, which are still luxury items for many women," said Nadège Passereau of ADSF, a women's health charity and advocacy group that distributes sanitary kits to women in need.

"Such products are currently only available in homeless shelters, where women are often reluctant to ask for them," Passereau added. "One mustn't forget all of this was taboo for a long time. It's only recently that we've started to talk about sanitary pads. Women keep quiet and use old newspapers, which further undermines their dignity and threatens their health, exposing them to yeast infections, fibroids and, ultimately, sterility." Passereau, whose charity distributes 12,000 packets of sanitary pads each year, said growing awareness of the issue has helped better address women's specific needs. "We now know that sanitary pads must be included in the kits distributed at shelters – and not just razors, as used to be the case when people associated homelessness with males only," she explained. The private sector has also come on board, she noted, pointing to brands that help collect tampons and pads for donation. One local start-up, Marguerite et Cie, has placed solidarity at the very heart of its business model: for every item sold another is donated to ADSF – and its products are organic too. "You don't seriously think we'll pay to stick chlorine in our pussies?" Passereau credited a new generation of social-media-savvy campaigners with helping to bring about a radical change in attitudes to menstruation in recent years, a phenomenon sometimes referred to as period activism.

Tara Heuzé-Sarmini, the founder of Règles élémentaires, the leading French charity in the fight against period poverty, said she first developed an awareness of the issue a few years ago while studying at a British university and witnessing collections of tampons, pads and other sanitary products – a practice she helped introduce back home in France with her charity, founded in 2015.

France was behind the curve at the time, but it soon caught up, spurred on by a high-profile row over the so-called "Tampon Tax", which forced the government to lower the tax on tampons and bring it in line with other essential products. "Ever since then, there has been a huge mobilisation on social media," said Heuzé-Sarmini, describing the topic as "highly Instagrammable". In one popular Instagram post that caused a stir last year, 20-year-old Paris student Irene posted a picture of herself without menstrual protection, bleeding on her leggings. Demanding free sanitary protection for all women, the post read: "We pay the price of oppression, the price of misogyny, the price of inequality; you don't seriously think we'll also pay to stick chlorine in our pussies while you continue to stigmatise and demonise our blood [?]" Weeks later, a YouGov/HuffPost survey found that young adults in France were overwhelmingly in favour of free sanitation as well as paid leave from work for women who experience painful periods, something only a handful of countries currently allow. Règles élémentaires, which helps women in need to access sanitary protection, said women spend on average between €8,000 and 23,000 on menstrual products in their lifetime – a financial burden that leaves an estimated 1.7 million women in France living in "menstrual poverty", many of them cash-strapped students. In this respect, the government's promise to experiment with free distributions marks an important first step, says Heuzé-Sarmini, though more needs to be done. "It was our first priority, now we want three more measures," she explained. "We want vouchers or pre-paid cards for women in need, so that they can make their own, intimate choices."

We want private health insurance firms to reimburse sanitary products, following the example set by the LMDE, the leading provider for students. And we want dispensers in all public and private spaces, from schools to office buildings, to make sanitary products as readily available as condoms." Only then, she added, when dispensers are available and visible to all, in broad daylight, will menstruation finally cease to be a taboo subject.

LE GOUVERNEMENT EXPÉRIMENTE LA DISTRIBUTION DE PROTECTIONS PÉRIODIQUES GRATUITES POUR LES FEMMES PRÉCAIRES, par Julia Pacaud, France Bleu, le 13/02/2020

<https://www.francebleu.fr/infos/economie-social/le-gouvernement-experimente-la-distribution-de-protections-periodiques-gratuites-pour-les-femmes-1581573685>



The logo for France Bleu, featuring the word "france" in small white letters above the word "bleu" in a large, bold, white sans-serif font. To the left of "bleu" is a stylized "≡" symbol. On the right side of the logo, there is a blue button-like shape containing the word "Paris" and a smaller "Changer" button.

Le gouvernement expérimente la distribution de protections périodiques gratuites pour les femmes précaires

Jeudi 13 février 2020 à 7:14 - Par Julie Pacaud, France Bleu

📍 Paris, France



Des protections hygiéniques gratuites seront disponibles dans plusieurs lieux collectifs, avec des distributeurs à destination des femmes sans domicile. La distribution gratuite dans les collèges et lycées est également envisagée.



Elles concernent 15,5 millions de personnes en France et restent encore un sujet tabou : les règles. Un tabou et un coût, car à dix euros par mois en moyenne, les protections hygiéniques représentent jusqu'à 5% du budget des femmes les plus précaires. C'est contre cette précarité menstruelle que le gouvernement entend lutter en lançant l'expérimentation de distribution de protections périodiques gratuites. Des distributeurs de tampons et serviettes vont ainsi être mis en place dans les lieux publics, les femmes pourront y avoir accès via des cartes prépayées. Une expérimentation qui atteint 1 million d'euros affirme le gouvernement. La mise à disposition de protections hygiéniques gratuites est également envisagée dans les collèges et lycées.

1,7 million de femmes victimes de précarité menstruelle

Le gouvernement s'appuie sur le rapport parlementaire remis mardi 11 février, adopté par la délégation aux droits des femmes de l'Assemblée nationale et coécrit par les députés Laëtitia Romeiro Dias (LREM) et Bénédicte Taurine (LFI). 47 recommandations y figurent pour lutter pour la précarité menstruelle qui concerne 1,7 millions de femmes (d'après le décompte réalisé par l'association Règles élémentaires) mais également lutter contre le manque d'informations sur les règles notamment au collège. "Il n'est pas rare que les filles aient leurs premières règles en CM2, alors que souvent on ne leur en parle qu'en classe de 4e", explique Laëtitia Romeiro Dias.

"Informer au plus tôt c'est le mieux," ajoute la députée, pour qui "il faut en parler aussi aux garçons, qui deviendront des pères et devront pouvoir répondre aux questions de leurs filles". Les députées plaident donc pour que le cycle menstruel soit systématiquement abordé dès la classe de 6e, et qu'un site internet public soit créé pour délivrer des "informations ludiques et accessibles".

Une méconnaissance et des risques sanitaires

Car il y a bien une "prise en charge insuffisante de la question des menstruations" insistent les autrices qui "contribue à perpétuer les inégalités entre les femmes et les hommes". Une méconnaissance qui peut engendrer également des risques sanitaires. Il faut donc informer sur la diversité des produits de protection mais également sur les précautions d'usage et d'hygiène et sur les risques engendrés par certaines protections (tampons et coupes ne doivent pas être utilisées trop longtemps, et notamment pas la nuit). Le rapport évoque ainsi le syndrome du choc toxique, une infection sanguine induit par une mauvaise utilisation des protections. Une vingtaine de cas sont ainsi recensés chaque année en France. Le rapport invite donc les fabricants à mentionner sur les emballages la présence éventuelle de traces de substances toxiques et faire apparaître un "pictogramme clair" sur les conditions d'utilisation à respecter.

TABOU DES RÈGLES ET PRÉCARITÉ MENSTRUELLE : DE NOUVELLES AVANCÉES, par Faustine.M, madmoizelle, le 14/02/2020

<https://www.madmoizelle.com/regles-tabou-rapport-1041605>



Tabou des règles et précarité menstruelle : de nouvelles avancées

Par Faustine M | 14 février 2020 | 10 Commentaires

Mis à jour le 14 février 2020

Un nouveau rapport déplore le manque de connaissances sur les règles et émet des recommandations. Un pas de plus vers la fin des tabous autour des règles et de la précarité menstruelle !



En 2020, certains tabous existent toujours à propos des règles.

Tu as peut-être déjà pensé que tes règles étaient honteuses, qu'il fallait les cacher, qu'il fallait en parler sans les nommer avec des termes comme les « ragnagnas ».

Tu as peut-être déjà inventé des excuses pour aller aux toilettes pour changer ta protection...

Scoop : tu n'as pas besoin de faire ça ! Tes règles ne sont pas sales, ou tabou.

Un nouveau rapport parlementaire vient déconstruire le tabou des règles

Bonne nouvelle, un nouveau rapport parlementaire vient « déconstruire les tabous » des règles ! Il a été adopté par la délégation aux droits des femmes mardi 11 février 2020.

Ce rapport émet 47 recommandations pour que les règles soient moins « génératrices d'angoisses et de souffrances » pour les femmes, selon Le Monde.

Pour ses deux auteures, les députées Laëtitia Romeiro Dias et Bénédicte Taurine, la prise en charge insuffisante de la question des règles participe à la perpétuation des inégalités entre les femmes et les hommes.

Le rapport sur le tabou des règles déplore un manque de connaissances

Le rapport déplore le manque de connaissances sur la diversité des produits de protection, sur les précautions d'usage et d'hygiène et sur les risques sanitaires. Si ce rapport est si important, c'est parce que, comme le soulignent les deux auteures, il n'est pas rare que certaines personnes aient leurs règles en CM2...

Alors que le sujet des menstruations n'est, bien souvent, évoqué qu'à partir de la 4ème. Selon le rapport, les filles ne sont pas les seules à devoir être mieux informées. Les garçons aussi ! Des garçons qui « deviendront des pères et devront pouvoir répondre aux questions de leurs filles », selon Laëtitia Romeiro Dias et Bénédicte Taurine. J'ajouterais qu'il est également important que les hommes soient mieux informés sur les règles et les cycles menstruels pour que cessent les moqueries et les discriminations qui y sont liées.

Ces dernières sont en effet souvent dues à une méconnaissance du corps féminin. Enfin, avoir une meilleure connaissance du fonctionnement des cycles menstruels permettrait aux hommes de mieux comprendre la contraception féminine et de s'y impliquer davantage .

La charge mentale et la responsabilité liées à la contraception sont en effet, bien souvent, laissées à la femme. Les recommandations du rapport sur le tabou des règles et la précarité menstruelle Le rapport émet plusieurs recommandations. Tout d'abord, éducatives, en préconisant que le cycle menstruel soit abordé plus tôt, dès la 6ème.

Il appelle également à ce qu'un site Internet public soit créé pour délivrer des infos ludiques et accessibles sur les règles.

Ensuite, le rapport émet des recommandations en direction des fabricants de protections périodiques. Il les enjoint à tous mentionner sur leurs emballages la présence éventuelle de substances toxiques.

Le rapport demande également à ce qu'un pictogramme clair indique que les protections internes, comme les tampons ou la cup, ne doivent pas être portées trop longtemps. Cela augmente en effet les risques de déclencher un syndrome du choc toxique (SCT). Le rapport parlementaire dévoile enfin des recommandations pour une meilleure accessibilité des protections périodiques. Il propose de donner des protections gratuites dans les établissements d'enseignement et dans les lieux publics.

**Marlène SCHIAPPA**

Secrétaire d'Etat chargée de l'Egalité entre les femmes et les hommes et de la Lutte contre les discriminations

Christelle DUBOS

Secrétaire d'Etat auprès de la ministre des Solidarités et de la Santé

**Marlène Schiappa et Christelle Dubos annoncent
l'expérimentation en 2020 de la gratuité des protections
hygiéniques dans plusieurs lieux collectifs pour un budget
d'1 million d'euros**

Marlène Schiappa et Christelle Dubos ont annoncé mardi 11 février

Yayyy ! à la précarité menstruelle des femmes aux protections hygiéniques gratuites. L'inégalité des femmes dans l'accès à ces produits d'hygiène est un phénomène que la sénatrice Patricia Schillinger dénonçait dans son rapport remis aux ministres en novembre 2019.

D'après l'association Règles élémentaires*, ce sont aujourd'hui 1,7 million de femmes qui sont victimes de cette précarité menstruelle en France.

C'est pourquoi Marlène Schiappa et Christelle Dubos annoncent l'expérimentation dès 2020 de la gratuité des protections hygiéniques dans plusieurs lieux collectifs.

Cette expérimentation sera dotée de 1 million d'euros et fait partie des recommandations faites par Mmes Schillinger, Romeiro Dias et Taurine dans leurs rapports respectifs.

Le gouvernement lance une mesure contre la précarité menstruelle Les Secrétaires d'Etat Marlène Schiappa et Christelle Dubos ont annoncé mercredi 12 janvier la distribution, à titre expérimental, de protections périodiques gratuites pour les femmes en situation de grande précarité. Une nouvelle réjouissante quand on sait que 1,7 millions de femmes sont victimes de précarité menstruelle en France, selon l'association Règles élémentaires.

MÉRIGNAC : UNE BOÎTE À DONS POUR PROTECTIONS HYGIÉNIQUES INSTALLÉE À LA MAIRIE, par Florence Jaillet, Wit, le 17/02/2020

<https://www.witfm.fr/news/merignac-une-boite-a-dons-pour-protections-hygieniques-installee-a-la-mairie-19630>

INFO LOCALE

Mérignac : une boîte à dons pour protections hygiéniques installée à la mairie

© 17 FÉVRIER 2020 À 14H02 PAR **FLORENCE JAILLET**



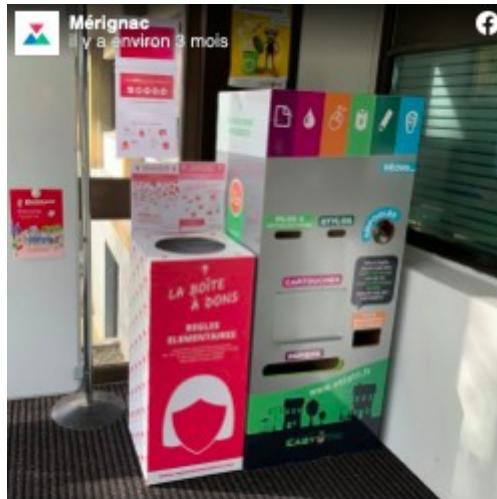
Une grande collecte qui va s'étaler sur un mois, organisée par l'association Règles élémentaires, qui oeuvre en faveur des femmes en situation de précarité.

L'association Règles élémentaires, notamment présente à Bordeaux et en Nouvelle-Aquitaine, profite d'un nouveau lieu de collecte dans l'agglomération bordelaise. Après le Buro des possibles, ou encore l'Agence régionale de santé, elle investit un nouveau lieu pour lutter contre la précarité menstruelle.

Une boîte à dons est désormais disponible dans le hall de l'Hôtel de ville de Mérignac, depuis ce mois de février, et jusqu'au 15 mars inclus.

Nous pouvons donner des protège-slips, serviettes jetables ou lavables, tampons, coupes et culottes menstruelles, gels anti-bactériens, lingettes... Les paquets entamés et produits en vrac sont aussi acceptés à condition qu'ils soient emballés individuellement. Il est également possible de créer sa propre collecte, près de chez soi ou dans son entreprise. Il suffit de se faire connaître auprès de l'association pour découvrir la marche à suivre. Par ailleurs, le gouvernement a annoncé, la semaine dernière, le lancement prochain d'une expérimentation sur la gratuité des protections hygiéniques dans des lieux collectifs.

LES FEMMES VICTIMES DE PRÉCARITÉ AURONT BIENTÔT ACCÈS À DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES GRATUITES, par



👉 L'association Règles Élémentaires organise une grande collecte de protections périodiques à Mérignac en faveur des femmes en situation de précarité. ✨ Vous avez jusqu'au 15 mars pour apporter vos dons dans la boîte située à l'accueil de l'Hôtel de Ville.

👉 Que déposer dans la boîte à dons ? Vous pouvez donner des protège-slips, serviettes jetables ou lavables, tampons, coupes et culottes menstruelles, gels anti-bactériens, lingettes. Les paquets entamés et produits en

Cécile Breton, daily geek show, le 17/02/2020

<https://dailygeekshow.com/femmes-victimes-precarite-acces-protections-hygieniques-gratuites/>

Les femmes victimes de précarité auront bientôt accès à des protections hygiéniques gratuites

1,7 million de femmes en France n'ont pas accès à ces produits de première nécessité



Le gouvernement vient d'annoncer "l'expérimentation dès 2020 de la gratuité des protections hygiéniques dans plusieurs lieux collectifs". En effet, Marlène Schiappa et Christelle Dubos souhaitent lancer la distribution de protections périodiques gratuites à des femmes victimes de précarité menstruelle.

UNE EXPÉRIMENTATION DÈS 2020

Les protections périodiques représentent un coût estimé à environ dix euros par mois. Un budget qui pèse lourd pour les femmes qui sont victimes de précarité menstruelle. Après la publication d'un rapport sur le tabou des règles le mardi 11 février par les députées Laëtitia Romeiro Dias (LREM) et Bénédicte Taurine (LFI), les cabinets de Marlène Schiappa et Christelle Dubos ont annoncé à leur tour le mercredi 12 février qu'elles allaient lancer à titre expérimental la distribution de protections hygiéniques gratuites pour les femmes en situation de précarité, une "expérimentation dotée de 1 million d'euros". L'association Règles élémentaires estime d'ailleurs que 1,7 million de femmes sont aujourd'hui touchées par la précarité menstruelle en France. Ces deux secrétaires d'État "saluent (notamment) le rapport sur le tabou des règles". Elles rapportent également que celui-ci "fait notamment de la lutte contre la précarité menstruelle et l'accès de toutes les femmes aux protections hygiéniques une priorité", tout comme le rapport publié en novembre 2019 par la sénatrice Patricia Schillinger (LREM). UN MANQUE D'INFORMATIONS FLAGRANT DANS LES ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES

Dans leur rapport, les deux secrétaires d'État ont établi 47 recommandations. Parmi celles-ci, elles présentent des mesures afin de lutter contre le manque d'informations flagrant en matière de précarité menstruelle, notamment dans les collèges. Elles proposent également des informations claires et précises fournies par des industriels au sujet de l'utilisation de certaines de ces protections et des risques de choc toxique qu'elles peuvent provoquer. Par ailleurs, "la prise en charge insuffisante de la question des menstruations participe à la perpétuation des inégalités hommes-femmes".

Les filles et les femmes ont "une connaissance insuffisante sur ce sujet, notamment concernant la diversité des produits de protection, les précautions d'usage et d'hygiène ou les risques sanitaires". Les députés exigent en ce sens que des cours concernant le cycle menstrual soient abordés dès la classe de sixième. Marlène Schiappa et Christelle Dubos appellent aussi à "la création d'un site internet public pour délivrer des informations ludiques et accessibles". "Il n'est pas rare que les filles aient leurs premières règles en CM2, alors que souvent on ne leur en parle qu'en classe de 4e. Il faut en parler aussi aux garçons, qui deviendront des pères et devront pouvoir répondre aux questions de leurs filles", ajoute Marlène Schiappa.

Dans ce nouveau rapport, Marlène Schiappa et Christelle Dubos entendent également installer des distributeurs de protections périodiques dans plusieurs lieux publics à travers la France, auxquels les femmes sans domicile fixe pourront facilement avoir accès à l'aide de cartes prépayées.

LA FRANCE BOUGE : TARA HEUZÉ, PRÉSIDENTE ET FONDATRICE DE RÈGLES ÉLÉMENTAIRES, PREMIÈRE ASSOCIATION FRANÇAISE DE LUTTE CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE, Europe 1, 17/02/2020

<https://video-streaming.orange.fr/actu-politique/la-france-bouge-tara-heuze-president-et-fondatrice-de-regles-elementaires-premiere-association-francaise-de-lutte-contre-la-precarite-menstruelle-CNT000001o0Rfw.html>

La France bouge : Tara Heuzé, président et fondatrice de Règles Élémentaires, première association française de lutte contre la précarité menstruelle

info

signaler

par Europe1fr 



VIDEO. AVEC SON ASSOCIATION RÈGLES ÉLÉMENTAIRES, TARA, 26 ANS, LUTTE CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE,
par Charlotte Murat, 20 minutes, le 04/03/2020

<https://www.20minutes.fr/societe/2727183-20200304-video-association-regles-elementaires-tara-26-ans-lutte-contre-precarite-menstruelle>

ILS FONT LE MONDE DE DEMAIN Tara Heuzé-Sarmini, 26 ans, a fondé la première association française de lutte contre la précarité menstruelle, qui collecte des produits d'hygiène intime à destination des femmes dans le besoin



Charlotte Murat |

Publié le 04/03/20 à 11h05 — Mis à jour le 04/03/20 à 11h17

60 COMMENTAIRES 449 PARTAGES



Ils ont moins de 30 ans et ont des initiatives positives pour le monde de demain.

Ce mercredi, Tara Heuzé-Sarmini, fondatrice et présidente de Règles Élémentaires, la première association française de lutte contre la précarité menstruelle.

Elle a lancé sa première collecte fin 2015, alors qu'elle était encore étudiante. Le succès fut tel que l'association est née. Après 1,5 million de produits collectés en quatre ans, l'association a des promesses de dons de 3,5 millions de produits pour la seule année 2020.

Ils sont encore étudiants ou déjà dans la vie active, bénévoles, chercheurs, salariés, à leur compte, ont monté une entreprise ou une association. Grâce à eux, le futur sera meilleur. 20 Minutes a décidé de donner la parole à des jeunes de moins de 30 ans dont les actions ont un effet bénéfique sur le monde de demain. Premier volet de cette série avec Tara Heuzé-Sarmini, 26 ans, présidente et fondatrice de Règles Élémentaires, la première association française de lutte contre la précarité menstruelle.

A voir son cursus universitaire, c'est une tronche. Tara Heuzé-Sarmini est diplômée d'un double master en Économie à Sciences Po et Affaires internationales à Columbia (New York) et d'un master en Finance à l'université de Cambridge (Angleterre). Mais c'est au service des autres qu'elle met ses talents. A 26 ans, elle est la présidente et fondatrice de Règles Élémentaires, la première association française de lutte contre la précarité menstruelle.

Avec 28 autres bénévoles et un salarié de l'association, elle organise des collectes de produits d'hygiène intime. Une idée qui est née alors qu'elle était étudiante à Cambridge, en 2015 : « Une collecte était organisée sur le campus. Ça a été pour moi un choc de me rendre compte que je ne m'étais jamais posé la question de comment font les femmes qui sont à la rue quand elles ont leurs règles. » Le succès de la première collecte

De retour en France, elle interroge ses proches et des professionnels de santé. Comme elle, personne ne s'était jamais posé la question. Pourtant, on estime à 1,7 million le nombre de femmes en situation de précarité menstruelle. « Je me suis alors dit qu'il y avait deux explications possibles. Soit il n'y a pas de besoin et c'est parfaitement pris en charge par les pouvoirs publics et donc c'est un non-sujet. Soit il y a un énorme tabou. J'ai fait

mes petites études de terrain, j'ai contacté divers foyers d'hébergement en Ile-de-France, le Samu social de Paris... Tous me disaient : "Les stocks sont à zéro, c'est impossible pour nous de collecter ce type de produits. Donc si vous souhaitez organiser une collecte, on est preneur." »

Le message est passé et la première collecte organisée au sein de Sciences Po, où Tara est étudiante, fin novembre 2015 : « Hasard du calendrier, c'est tombé en même temps que le deuxième examen de ce qu'on a appelé à l'époque la "taxe tampon". Des journalistes ont eu vent de la collecte et on a reçu des colis de la France entière et même de Français vivant à l'étranger. On a collecté au total environ 30.000 produits. »

1,5 million de produits collectés en quatre ans

Forte de ce succès et de plus en plus sollicitée par des gens désireux d'organiser eux-mêmes des collectes, Tara décide de créer une association. Les statuts de Règles Élémentaires sont déposés en avril 2016 : « Nous avons créé une plateforme de mobilisation citoyenne qui permet à tout un chacun d'organiser sa propre collecte en quelques clics. Nous avons fait le choix éthique et moral de ne pas assurer la redistribution pour ne pas démultiplier les points de contact pour les femmes dans le besoin et parce que les produits d'hygiène intime ont attrait à l'intimité et ça emmène sur tout un terrain de santé sexuelle et reproductive et aux questions médicales qui en résultent. Donc c'était important pour nous que ça soit vraiment du personnel médico-social qui puisse répondre aux demandes des bénéficiaires. »

Plus de 1,5 million de produits ont ainsi été collectés entre fin 2015 et fin 2019. Les prévisions sont deux fois plus importantes pour la seule année 2020 : « Nous avons passé des partenariats avec des géants du secteur et avons des promesses de dons de 3,5 millions de produits », se réjouit-elle.

« Il y a une réelle prise de conscience politique »

La jeune femme gérait l'association en parallèle de ses études puis de son début de carrière professionnelle. « J'ai travaillé pour Règles Élémentaires depuis New York où je faisais un master. J'ai travaillé le soir et le week-end, je n'ai pas beaucoup dormi ces dernières années », explique Tara. Mais pour quel succès ! Car si le gouvernement a annoncé mi-février l'expérimentation de distribution gratuite de protections hygiéniques à destination des femmes précaires, c'est en grande partie grâce au travail de Règles Élémentaires. « Il y a une réelle prise de conscience politique depuis deux ans. Nous avons été auditionnés dans le cadre du rapport de la sénatrice Patricia Schillinger (LREM) puis dans celui du rapport parlementaire de Bénédicte Taurine (LFI) et Laëtitia Romeiro Dias (LREM). Mais cela fait surtout plusieurs mois qu'on travaille en collaboration étroite avec le ministère des Solidarités et de la Santé et plus particulièrement la DGCS (Direction générale de la Cohésion sociale) qui nous a octroyé une subvention de 60.000 euros. L'expérimentation lancée par le gouvernement est une vraie victoire. On a prêché dans le désert pendant très longtemps et maintenant on a des résultats très concrets. Maintenant on va voir ce que ça donne et si l'expérimentation est reconduite. »

D'une simple initiative étudiante, Règles Élémentaires est devenu en quatre ans un partenaire politique de la lutte contre la précarité menstruelle. Tara, qui entre-temps a terminé ses études et a commencé à travailler pour un géant de VTC, a démissionné pour se consacrer à 100 % à son association, « au moins pour les douze ou dix-huit prochains mois ». « Comme le dit mon trésorier, nous avons l'opportunité de transformer un oisillon en aigle. Il ne faut pas laisser passer cette chance », dit-elle. Et ensuite ? « Ensuite, on verra. Je dis souvent que mon plus grand rêve est que Règles Élémentaires n'existe plus, parce que cela signifiera que l'on aura réglé le problème et que la précarité menstruelle n'existera plus. »

<https://www.vie-publique.fr/en-bref/273656-rapport-parlementaire-sur-les-menstruations-des-femmes>



Ressources ▾ Bibliothèque média Publications Tapez votre recherche

Actualités Institutions Economie Société International Les Fiches



Accueil / Actualités / En Bref / Femmes : faire tomber le tabou des règles

En bref

Femmes : faire tomber le tabou des règles

SOCIÉTÉ

Alors que la journée internationale pour les droits des femmes est prévue le 8 mars, le sujet des règles (menstruations) est resté longtemps tabou. Il entre néanmoins progressivement dans le débat public, abordé sous tous ses aspects, hygiéniques, médicaux, sociaux, éducatifs.

Publié le 4 mars 2020 à 16h06

3 minutes

Par [La Rédaction](#)

Alors que la journée internationale pour les droits des femmes est prévue le 8 mars, le sujet des règles (menstruations) est resté longtemps tabou. Il entre néanmoins progressivement dans le débat public, abordé sous tous ses aspects, hygiéniques, médicaux, sociaux, éducatifs. De la puberté à la ménopause, les femmes sont concernées par les menstruations. La Délégation aux droits des femmes et à l'égalité des chances entre les hommes et les femmes de l'Assemblée nationale a décidé de traiter ce sujet de manière globale et a remis le 13 février 2020 un rapport d'information sur les menstruations qui en aborde les différents aspects médicaux, sociaux, économiques, afin que les pouvoirs publics apportent des réponses aux questions soulevées.

Dans la vie d'une femme, 38 années de menstruations

En France, on estime que les menstruations touchent environ 15,5 millions de femmes âgées entre 13 et 50 ans. Ces cycles naturels touchent différents aspects de la vie des femmes qui, pourtant, peuvent être confrontées à de multiples difficultés, tant médicales que sociales, par manque de prise en compte de cette spécificité. Pourtant la prise en compte des problématiques liées aux menstruations participe à l'égalité entre les hommes et les femmes.

Loin d'être anecdotiques, les cycles de menstruations touchent les femmes pendant une longue période de leur vie. En plus de la gêne, de la difficulté d'en parler, les femmes se trouvent souvent confrontées à différentes difficultés qui touchent à la qualité de la composition des produits de protection menstruelle, à leur utilisation et aux possibilités de s'en procurer.

Les produits de protection mis sur le marché doivent faire l'objet de contrôle sur la qualité de leur composition. Et afin d'éviter les chocs toxiques, les conseils et temps d'utilisation doivent être clairement affichés.

Les sommes consacrées à l'achat des protections, internes, externes, évaluées entre 10 et 50 euros par mois, montrent que pour une frange de la population féminine, cet achat est trop coûteux (en particulier pour les 4,7 millions de femmes qui ont un niveau de vie inférieur au seuil de pauvreté, les 1,7 million de femmes, estimées par l'association Règles élémentaires qui sont touchées par la précarité menstruelle, les 56 600 femmes sans-domicile). La dignité humaine des femmes passe par un accès aux protections menstruelles plus aisés et, pour certaines populations féminines, par un accès gratuit dans l'espace public (distributeurs de protections menstruelles, dans les gares, les hôpitaux, dans les universités, les lycées...).

Des problématiques liées aux règles mieux prises en compte dans la santé des femmes

En matière de problématiques liées aux règles, le manque d'éducation et d'information concerne autant les femmes que les professionnels de santé. La santé des femmes doit mieux englober les problèmes hygiéniques et médicaux liés aux règles.

Pour ce faire, il est nécessaire de développer une meilleure information vers les femmes. Ainsi les visites médicales obligatoires entre 11 et 13 ans et 15 et 16 ans doivent être l'occasion de mieux informer les jeunes filles sur les règles, l'utilisation des protections, l'hygiène, etc.

Quant à l'information vers les professionnels de santé, elle permettrait de diagnostiquer plus rapidement le syndrome de choc toxique (SCT) et l'endométriose, maladie gynécologique qui touche 1 femme sur 10. Le 8 mars 2019, cette maladie avait d'ailleurs été l'objet de la mise en place d'un plan d'action lancé par la ministre de la Santé autour de quatre axes :

- la détection précoce de l'endométriose chez les jeunes filles ;
- l'accompagnement des femmes atteintes d'endométriose dans chaque région ;
- l'information du grand public, des femmes et du personnel de santé ;
- le renforcement et le soutien de la recherche sur cette maladie.

ON A VISITÉ LA CITÉ AUDACIEUSE DÉDIÉE AUX DROITS DES FEMMES, par Pauline Machado, Terrafemina, le 04/03/2030

https://www.terrafemina.com/article/cite-audacieuse-on-a-visite-le-nouveau-lieu-dedie-aux-droits-des-femmes_a352762/1

TERRAFEMINA

Rejoignez-nous sur les réseaux sociaux



NEWS • CULTURE • WORK • KIDS • LOVE • LIFESTYLE • FEEL GOOD • DIY

Recherche sur Terrafemina

On a visité la Cité audacieuse dédiée aux droits des femmes

10 Partages

[Partager sur Facebook](#)



L'essentiel DU JOUR



Société

La "coiffure coronavirus" aide à sensibiliser la population en Afrique de l'est



Lifestyle

Quand le confinement libère les cheveux blancs



Kids & co

Comment expliquer le monde d'après aux enfants (sans les angoisser) ?



Société

Cette université a décidé de n'engager que des femmes (et ça

Ce jeudi 5 mars, la Cité audacieuse ouvrira ses portes au public en face du Jardin du Luxembourg à Paris. On a fait le tour de cette ancienne école pour garçons transformée en lieu dédié au rayonnement des droits des femmes et de l'égalité femmes-hommes. Un joli pied de nez qui marque aussi l'inscription du combat féministe dans la pierre. C'est dans le VIe arrondissement de Paris, entre le Sénat et le Panthéon, que se niche la toute fraîche Cité audacieuse, dans un bâtiment solide datant de la fin du 19e siècle, et qui fut autrefois une école pour jeunes garçons. Aujourd'hui, il devient le premier lieu français dédié aux droits des femmes et à l'égalité femmes-hommes. Un projet qui "traînait dans les cartons depuis 2001 et qu'on a dépoussiéré", explique fièrement Anne-Cécile Mailfert.

La présidente de la Fondation des femmes, qui soutient financièrement les associations féministes engagées depuis 2016, décortique toute la symbolique derrière cette adresse fixe lorsqu'elle s'adresse aux journalistes venu·e·s la découvrir : "Être dans la pierre, et pas seulement dans la rue, nous permet d'asseoir nos combats. D'avoir, en quelque sorte, une chambre à soi, comme l'écrivait Virginia Woolf. Nos combats ont l'air souvent si précaires, nos victoires ont l'air souvent si fragiles. Avoir cet établissement physique fait du bien."

Elle nous confie que loger à quelques centaines de mètres de ces institutions de pouvoir est aussi une façon de "rappeler très régulièrement au gouvernement, mais aussi aux pouvoirs publics en général qu'on est là physiquement, qu'on ne bougera pas". Qu'il faut plus de moyens et d'actions concrètes, aussi ? On le devine lorsqu'elle évoque les "beaux discours" qui étouffent la cause des femmes.

1000 m² pour se rassembler

Esthétiquement, l'intérieur a tout d'une start-up. On repère des postes de co-working en mezzanine, des couleurs pop, une inspiration industrielle et des meubles recyclés. On s'attend presque à trouver un babyfoot dans la cafétéria. Seulement au lieu de jeunes entrepreneur·se·s qui ont soif de succès commercial, la Cité audacieuse se destine à accueillir le grand public, les "porteur·se·s de projets" et quinze associations féministes qui se battent pour améliorer le quotidien des citoyennes. Parmi elles : Règles élémentaires, qui lutte contre la précarité menstruelle, le collectif 50/50, qui oeuvre pour l'égalité au cinéma ou encore En avant toutes !, qui a notamment mis en place un tchat pour les jeunes femmes victimes de violences conjugales.

"Il s'agit de travailler ensemble pour faire progresser les droits des femmes ensemble", assure Anne-Cécile Mailfert. "Il va y avoir une énorme mixité en termes de thématiques abordées."

A ses côtés sur l'estrade, Sylvie Pierre-Brossolette, présidente du Comité d'orientation de la Cité Audacieuse, énumère le programme à venir : une conversation autour des discriminations dans l'industrie musicale pour la Fête de la musique, de la situation des femmes en prison, "honteuse comparée à celle des hommes qui n'est déjà pas idéale", commente-t-elle, ou des mutilations sexuelles féminines. Elle garantit que toutes et tous sont les bienvenu·e·s sous la devise "Liberté, égalité, sororité". Pour s'informer, mais aussi se retrouver.

En bas, on trouvera ainsi un café associatif ouvert à tous·te·s six jours sur sept, un jardin "au carrefour de l'écologie et du féminisme" dans les mois à venir, mais surtout des conférences, des permanences d'assos spécialisées (juridiques, par exemple), des débats et parfois même des cours de danse ou de yoga. Tout ça sous l'oeil protecteur et républicain d'une Marianne repeinte en violet - couleur du féminisme oblige - qui trône en hauteur. L'étage est lui réservé aux bureaux des collectifs, aux salles de réunion et au studio d'enregistrement créé par La Poudre. Le podcast féministe de Nouvelles Écoutes mené par Lauren Bastide a souhaité mettre sa main à la pâte "pour permettre aux victimes de raconter leur histoire, afin qu'elles la partagent ou non". Reste à voir si elles désirent se livrer. "Un mélange d'insolence et d'ambition généreuse"

A deux pas de la marelle qui décore l'ancienne cour de récré, Julie Gayet, marraine de la Cité audacieuse et ambassadrice de la Fondation des femmes, nous confie sa propre définition du terme, et pourquoi il colle si bien à l'initiative : "L'audace, c'est d'oser quelque chose au-delà de ses peurs et des préjugés." Anne-Cécile Mailfert ajoute quant à elle qu'il s'agit "d'un mélange d'insolence, d'ambition généreuse. Le fait de croire qu'on peut réaliser des grandes choses. Le terme est suffisamment large pour que chacune puisse s'y retrouver. Adèle Haenel qui décide de se lever de son siège et de partir de la cérémonie des César, ça aussi c'est de l'audace".

Quand on leur demande si tous les publics se retrouveront réellement dans cet endroit au coeur des quartiers aisés de Paris, Julie Gayet rétorque que le combat pour les droits des femmes mérite aussi un endroit qui soit beau, et pas uniquement de se mener à l'aide de bouts de ficelle dans une cuisine. "On espère que les choses qui vont se passer ici vont faire changer la société", conclut à son tour la présidente, pour qui il est nécessaire de "varier les usages [des lieux] afin de correspondre à la diversité du féminisme". Un discours qui pourra se concrétiser dès demain.

La Cité audacieuse ouvre ses portes le 5 mars 2020, au 9 rue Vaugirard, Paris VIIe.

LE GROUPE SOS S'ASSOCIE À RÈGLES ÉLÉMENTAIRES CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE, Groupe SOS, le 05/03/2020

<https://www.groupe-sos.org/actus/3162/le-groupe-sos-s-associe-a-regles-elementaires-contre-la-precarite-menstruelle>



Accueil > Le GROUPE SOS s'associe à Règles Élémentaires contre la précarité menstruelle

LE GROUPE SOS S'ASSOCIE À RÈGLES ÉLÉMENTAIRES CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE

Aujourd’hui, 1 700 000 femmes manquent de produits de protections périodiques en France. Face à ce constat, le GROUPE SOS organise du 5 au 31 mars une collecte auprès de ses salariés en collaboration avec Règles Élémentaires, association qui lutte contre la précarité menstruelle.

QU'EST-CE QUE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE ?

La précarité menstruelle désigne les difficultés économiques des femmes à se procurer des produits de première nécessité. Aujourd’hui, plus de 100 millions de filles des pays en voie de développement ratent une semaine d’école par mois à cause de leurs règles et du manque d'accès aux produits de protections périodiques. En France, ce sont 1 700 000 femmes qui souffrent de précarité menstruelle. Il est donc primordial d'apporter des solutions à ce problème mondial.

RÈGLES ÉLÉMENTAIRES : COLLECTER ET SENSIBILISER
Fondée par Tara Heuzé-Sarmini en novembre 2015, Règles Élémentaires est la première association française de lutte contre la précarité menstruelle. Leur mission est double : collecter des produits de protections périodiques à destination des femmes dans le besoin et briser le tabou des règles.

L'association organise deux types de collecte différents :

- Des campagnes de collectes ponctuelles, ouvertes à tous.
- Des collectes permanentes pour lesquelles des boîtes à don sont mises à disposition en libre-service sur le long-terme dans des lieux de passage.

L'association a également mis en place des ateliers en partenariat avec des fabricants de cups, serviettes lavables et culottes menstruelles afin d'informer les femmes dans le besoin de l'existence de ces solutions plus économiques et écologiques. Depuis la création de l'association, plus de 1 000 collectes ont été organisées, plus de 1 500 000 produits de protections périodiques ont été collectés et plus de 50 000 femmes ont pu bénéficier des dons.

LE GROUPE SOS SE MOBILISE

Du 5 au 31 mars, le GROUPE SOS organise des collectes en Île-de-France, à Marseille et Metz, auprès de ses salariés. Les produits collectés seront ensuite redistribués par Règles Élémentaires à ses associations partenaires, qui elles-mêmes les font parvenir aux femmes touchées par la précarité menstruelle. Des boîtes à dons seront disponibles dans 7 lieux différents.

- Au siège du GROUPE SOS, Paris
- A FAR, résidence pour entrepreneurs culturels, Paris
- Aux bureaux du GROUPE SOS Boulevard Voltaire, Paris
- A la Manufacture durable, bureaux du GROUPE SOS rue du Chemin vert, Paris
- Aux bureaux de la délégation régionale Grand Est, siège de GROUPE SOS Santé et GROUPE SOS Seniors, Metz (Moselle)
- Aux bureaux de la délégation régionale Sud à Marseille (Bouches-du-Rhône)
- Au siège de l'association Ysos, Evreux (Eure)

ANDES LANCE UNE COLLABORATION AVEC RÈGLES ÉLÉMENTAIRES

Depuis mars, Règles Élémentaires collabore avec le réseau des épiceries solidaires ANDES (GROUPE SOS Transition écologique), pour approvisionner des épiceries du réseau en protections périodiques. ANDES mettra en place en 2020 des ateliers de sensibilisation pour les clients de son réseau, afin de briser les tabous et favoriser l'utilisation d'alternatives de protections plus économiques et écologiques, telles que les cups.

TROIS INITIATIVES POUR LUTTER CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE ET LE TABOU DES RÈGLES, par Céline Brégand, Europe 1, le 08/03/2020

<https://www.europe1.fr/societe/trois-initiatives-pour-lutter-contre-la-precarite-menstruelle-et-le-tabou-des-regles-3953538>

Trois initiatives pour lutter contre la précarité menstruelle et le tabou des règles

⌚ 21h00, le 08 mars 2020 , modifié à 06h29, le 09 mars 2020

AA



En 2020, le gouvernement français a décidé de lancer à titre expérimental la distribution de protections périodiques gratuites pour les femmes en situation de précarité. Dans "La France bouge" mercredi 26 février, trois femmes présentent leurs initiatives pour lutter contre ce problème et lever le tabou des règles.

En France, 1,7 million de femmes sont concernés par la précarité menstruelle. En 2020, le gouvernement lance à titre expérimental la distribution de protections périodiques pour des femmes en situation de précarité. Tara Heuzé, président et fondatrice de Règles Élémentaires, Gaëlle Le Noane, créatrice de la start-up Marguerite & Cie, et Ondine Beccaria, chef de projet chez Gina, nous présentent leurs initiatives pour lutter contre ce phénomène et permettre de lever le tabou des règles.

Règles Élémentaires : collecte et distribution gratuite de protections hygiéniques pour les femmes en situation de précarité

Tara Heuzé a eu l'idée de fonder Règles Élémentaires après un voyage en Angleterre où elle a participé à des collectes de produits hygiéniques. "Ça m'a vachement choquée et interpellée parce que je n'avais jamais pensé à ces femmes dans la rue qui devaient gérer leurs règles", se souvient-elle. En revenant en France, elle importe l'initiative et lance Règles Élémentaires en 2015 car elle constate que personne, pas même les professionnels de santé ne se sont posés la question. L'étudiante de l'époque lance alors ses premières collectes au moment du second examen de la loi sur l'abaissement de la TVA sur les produits d'hygiène intime et le fameux débat sur la "taxe tampon" qui a "vraiment mis en lumière le coût de ces protections", note-t-elle.

Tara Heuzé crée l'association en 2016 et reçoit désormais des colis de la France entière et de l'étranger. En France, en moyenne, les protections périodiques coûtent 18 euros par mois à chaque femme. En moyenne, une femme utilisera 10.000 protections périodiques au cours de sa vie. Un coût qui conduit parfois les plus précaires à s'en passer.

Règles Élémentaires a créé une plateforme citoyenne. "En quelques clics, n'importe qui peut aller sur notre site Internet et organiser sa propre collecte, qui va ensuite être référencée sur notre site Internet, et sur les réseaux sociaux", explique sa fondatrice. "Chacun va recevoir des visuels de communication personnalisés, des boîtes à dons. Vous mettez ce que vous pouvez donner", détaille-t-elle.

L'association accepte tout produit d'hygiène intime "y compris des protections réutilisables parce qu'au-delà de l'aspect environnemental et écologique, c'est un moyen de mettre fin à la dépendance aux dons pour les futures bénéficiaires de ces produits", estime Tara Heuzé. "On prend également tout ce qui est lingette et gel hydroalcoolique car c'est important d'avoir une bonne hygiène menstruelle et de se laver les mains avant d'utiliser ces produits."

L'association gère tout et dispose d'un réseau d'organisatrices et d'organisateurs de collectes partout en France, en Belgique aussi, et bientôt la Suisse, au Luxembourg et au Canada. "On a noué des partenariats redistributeurs. Le premier historiquement était le Samu social de Paris. Aujourd'hui ce sont la Croix Rouge et les Restos du Cœur. Et on va redispacher selon leurs besoins parce qu'on ne voulait pas démultiplier les points de contacts pour les femmes dans le besoin", ajoute Tara Heuzé. Marguerite & Cie : des distributeurs de protections hygiéniques bio et gratuites dans les établissements scolaires, les universités et les entreprises

Gaëlle Le Noane, la créatrice de la start-up Marguerite & Cie, a breveté un distributeur de protections hygiéniques gratuites et bio installé dans les établissements scolaires, les universités et les entreprises. Cette ancienne orthophoniste a eu l'idée en 2017 après les révélations des études sur la composition des tampons et des serviettes. "Ça m'a clairement révoltée. Je me suis dit qu'il fallait faire quelque chose car il existe des tampons 100% bio. Donc j'ai d'abord lancé une box, qui était déjà solidaire", explique-t-elle.

Inquiète de voir cette précarité menstruelle, elle décide, pour toute box achetée, de donner une box à une association à Paris : l'ADSF (Agir pour le Développement de la Santé des Femmes), qui distribue des kits d'hygiène aux femmes SDF. "Cette box marchait bien mais je voulais aller plus loin", souligne-t-elle. Elle décide de créer des distributeurs de tampons 100% bio, zéro chlore, zéro parfum, zéro plastique car les tampons les plus utilisées sont faits à base de coton et de bois mais subissent des traitements chimiques au cours de la fabrication. Elle signe un contrat d'exclusivité avec l'Anglais Natracare, le leader des tampons bio, fabriqués à partir de coton et cellulose uniquement.

Pour créer ce distributeur, Gaëlle Le Noane explique être "passée par beaucoup de dessins, d'essais avec des prototypes en bois, en carton pour que ce soit le plus simple possible" et avoir "breveté le système de recharges qui se glissent dedans". "On ne manipule pas les produits. Le côté hygiénique est préservé", assure-t-elle. "Quand la recharge est vide, on l'enlève. C'est aussi du carton PEFC biodégradable. On en glisse une autre. C'est aussi simple pour le personnel que de recharger le rouleau de papier toilette dans les universités, les collèges et les lycées." "C'est le Nespresso des tampons et des serviettes", résume-t-elle. Gaëlle Le Noane a commencé à installer ses distributeurs en septembre dernier et équipe actuellement "une trentaine d'établissements scolaires". "150.000 jeunes filles ou femmes y ont accès", précise-t-elle. Des structures qui louent ou achètent le distributeur équipé de 300 produits pour 55 euros. "On a aussi des entreprises comme la SNCF", ajoute-t-elle. Sa start-up reçoit "entre cinq et dix demandes par jour d'établissements scolaires ou d'établissements".

Gina : des kits pour lever le tabou des règles

Les co-fondatrices du groupe média My Little Paris ont eu envie de lever les tabous sur les règles après avoir constaté les réactions sur les réseaux sociaux de bon nombre de leurs cinq millions d'abonnés à leurs articles concernant les règles. Elles ont alors lancé un grand sondage afin de "mieux comprendre le rapport des femmes à leurs règles et à leurs corps. Parmi les réponses, plus d'une femme sur deux considérait encore que les règles étaient sales et que moins on en parlait, mieux c'était", relate Ondine Beccaria, chef de projet chez Gina, l'entreprise fondée par la suite dans le but de décomplexer les règles.

"Ça nous a fait prendre conscience du tabou qui existait autour des règles et autour du corps des femmes, des problèmes avec les protections classiques présentes sur le marché", souligne Ondine Beccaria. "Avec Gina, on a voulu prendre le contre-pied de ce tabou et apporter une réponse à la fois produits avec des protections hygiéniques en coton bio 100% certifié et une réponse pédagogique avec différents leviers", précise-t-elle.

Gina s'est dirigée vers des protections périodiques fabriquées en Espagne, et non blanchies au chlore. Et a également noué un partenariat avec Sephora chez qui Gina distribue des mini-packs d'urgence depuis septembre. "L'idée d'être chez Sephora, c'était vraiment de mettre les règles sur la table et de désinvisibiliser le sujet des règles et de dire que la composition de nos crèmes pour la peau est aussi importante que celle de nos tampons et de nos serviettes qui vont être au contact de notre vagin tous les mois", appuie Ondine Beccaria. Gina a également lancé un "kit premières règles" en septembre dernier. "On s'est rendu compte que le moment des premières règles est crucial et détermine la manière dont on va vivre nos règles ensuite, que ce soient les mots qu'on utilise pour définir nos règles ou les protections qu'on utilise." Dans ce kit, les jeunes filles peuvent trouver des protections et un livret de 40 pages "co-écrit avec une gynécologue dans lequel on explique anatomiquement ce qui se passe dans notre corps à ce moment-là" et "30 pages anti-tabou à déchirer pour les parents et les copains garçons pour aider les jeunes filles à vivre des règles sans tabou", détaille la chef de projet. Une idée similaire avait été lancé par Ma Louloute dans les infirmeries de certains établissements scolaires. Gina a aussi organisé un mois de conférences dédiées aux premières règles. "On accueillait des jeunes filles et des papas. On avait un cours pour les jeunes filles donné par une gynécologue et un cours pour les papas pour les informer sur leur rôle à jouer pour que leurs filles vivent leurs règles sans tabou toute leur vie."

Gina et Règles Élémentaires se sont également associées : Gina a participé à plusieurs collectes en physique avec l'association et "reverse 1% de son chiffre d'affaires sous forme de dons à Règles Élémentaires".

PARIS : LA «CITÉ AUDACIEUSE», DÉDIÉE AUX DROITS DES FEMMES, VA OUVRIR DANS LE 6E, par Pauline Landais-Barrau, CNEWS, le 04/03/2020

<https://www.cnews.fr/france/2020-03-04/paris-la-cite-audacieuse-dediee-aux-droits-des-femmes-va-ouvrir-dans-le-6e-933110>

C NEWS

L'Actu Le Direct Le Top Le Replay

EGALITE DES SEXES

PARIS : LA «CITE AUDACIEUSE», DEDIEE AUX DROITS DES FEMMES, VA OUVRIR DANS LE 6E

Par Pauline Landais-Barrau - Mis à jour le 04/03/2020 à 19:23
Publié le 04/03/2020 à 19:23

f t



La «Cité audacieuse» – qui porte l'ambition d'être le tout premier lieu dédié au rayonnement des droits des femmes et de l'égalité entre les femmes et les hommes en France – a été inaugurée, dans le 6e arrondissement. Elle ouvre ses portes ce jeudi 5 mars.

Portée par la Fondation des femmes engagée en faveur des droits des femmes depuis plusieurs années, cette «Cité audacieuse» – situé dans une ancienne école élémentaire de 1.000 m² à deux pas du jardin du Luxembourg (6e) – a été imaginée pour être «un lieu innovant, multidisciplinaire et ouvert au public».

Concrètement, ce lieu abritera les locaux d'une quinzaine d'associations dédiées aux droits des femmes, ainsi qu'un espace de coworking d'une trentaine de places à destination de porteurs de projets autour des questions d'innovations sociales. Par ailleurs, un espace d'accueil

sera réservé aux associations qui tiendront des permanences. Parmi elles, En avant toute(s), le collectif 50/50, Règles élémentaires, Femix'Sports, ou encore le Laboratoire de l'Égalité. Au rez-de-chaussée, un espace d'animation public doté d'un espace enfant et d'un café associatif sera aménagé pour l'organisation d'ateliers, cours collectifs, conférences, et autres expositions. Enfin, un studio radio, mis à disposition par «La Poudre», podcast féministe créé par la journaliste Lauren Bastide, a d'ores et déjà été installé pour «recueillir et diffuser la voix des femmes».

L'objectif est «de rassembler le plus grand nombre pour sensibiliser à la cause des femmes» et «d'offrir un tremplin à toutes les structures qui veulent porter des initiatives», explique Anne-Cécile Mailfert, la présidente de la Fondation des femmes, qui souligne que la mission de cette institution est que «les initiatives les plus impactantes disposent de moyens financiers et matériels pour fleurir et se développer».

«Nos combats sont si précaires, nos victoires si fragiles, que le fait d'être désormais dans la pierre, et pas uniquement dans la rue pour le 8 mars ou le 25 novembre, c'est une étape dans le combat féministe.

PARIS INAUGURE SA «CITÉ AUDACIEUSE», DÉDIÉE AUX DROITS DES FEMMES, par auteur·e inconnue, Libération, le 05/03/2020

https://www.liberation.fr/france/2020/03/05/paris-inaugure-sa-cite-audacieuse-dediee-aux-droits-des-femmes_1780735



Paris inaugure sa «Cité audacieuse», dédiée aux droits des femmes

— 5 mars 2020 à 20:06

Paris inaugure sa «Cité audacieuse», dédiée aux droits des femmes Ouvert depuis jeudi, rue de Vaugirard à Paris, ce lieu unique en France accueille une quinzaine d'associations, dont le Collectif 50/50, engagé pour l'égalité dans le cinéma, ou Règles élémentaires, qui lutte contre la précarité menstruelle. Ses 1 000 m² colorés ont vocation à devenir «le cœur battant du féminisme», sous la devise «liberté, égalité, sororité». Des événements y seront organisés, et il y a aussi un café ouvert au public.

DROITS DES FEMMES. LA « CITÉ AUDACIEUSE » OUVRE JEUDI À PARIS, POUR FAIRE RAYONNER L'ÉGALITÉ, par auteur·e inconnu·e, Ouest France, le 03/03/2020

<https://www.ouest-france.fr/societe/droits/droits-des-femmes/droits-des-femmes-la-cite-audacieuse-ouvre-jeudi-paris-pour-faire-rayonner-l-equalite-6762820>

Droits des femmes. La « Cité audacieuse » ouvre jeudi à Paris, pour faire rayonner l'égalité

À quelques jours de la journée internationale des droits des femmes, la capitale inaugure, jeudi 5 mars, un lieu dédié à l'égalité, qui accueillera une quinzaine d'associations.



Café, expositions, espace de travail, permanence d'associations : la ville de Paris se dote à partir de jeudi d'une Cité audacieuse, un lieu ouvert à tous, consacré aux droits des femmes, porté par la Fondation des femmes.

Implanté au cœur de Paris, dans une ancienne école située à deux pas du Jardin du Luxembourg mise à disposition par la mairie, cet espace de 1 000 m², dont les travaux sont à peine achevés, a pour ambition de devenir d'ici quelques mois le premier lieu dédié au rayonnement de l'égalité entre les femmes et les hommes dans toute la France.

« Une étape dans le combat féministe »

L'objectif est de rassembler le plus grand nombre pour sensibiliser à la cause des femmes et d'offrir un tremplin à toutes les structures qui veulent porter des initiatives, a expliqué mardi, lors d'une visite à la presse, la présidente de la Fondation des femmes, Anne-Cécile Mailfert, qui porte le projet depuis plusieurs années.

Nos combats sont si précaires, nos victoires si fragiles, que le fait d'être désormais dans la pierre, et pas uniquement dans la rue pour le 8 mars ou le 25 novembre, c'est une étape dans le combat féministe. On a un lieu pour pousser mais aussi pour se poser, a-t-elle poursuivi, accompagnée de la marraine de l'association, Julie Gayet.

Quinze associations résidentes

Dans l'ancien préau, aux couleurs vives et où trône une Marianne repeinte en violet, la couleur du féminisme, est prévu un espace pour des animations (expositions, conférences, cours collectifs), un café associatif qui verra le jour prochainement, et un coin pour les enfants.

Le lieu dispose également d'un espace de travail partagé d'une trentaine de places, offrant une vue plongeante sur l'ancienne cour de récréation, bientôt végétalisée, ainsi qu'un studio radio, mis à disposition par La Poudre, podcast féministe créé par Lauren Bastide, pour recueillir et diffuser la voix des femmes.

Depuis plusieurs mois déjà, les quinze associations résidentes, dont la Fondation des femmes, En avant toute(s), le collectif 50/50, Règles élémentaires, Femix'Sports, ou le Laboratoire de l'Égalité, avaient progressivement pris possession des étages pour y installer leurs bureaux.

Si le lieu ne se veut pas un guichet d'accueil pour les femmes victimes de violences, un espace situé au rez-de-chaussée permettra néanmoins aux associations spécialisées de tenir des permanences et d'accueillir du public, a précisé Anne-Cécile Mailfert.

LA LUTTE POUR LES DROITS DES FEMMES, C'EST TOUTE L'ANNÉE, Brut, le 03/03/2020

<https://www.brut.media/fr/international/la-lutte-pour-les-droits-des-femmes-c'est-toute-l-annee-e6030ece-2781-404a-849d-41e38c9cbe2d>

Brut.

L'actu Autour du monde Économie Science et Technologie Culture Sport Santé & Bien-être Nature

< retour



La lutte pour les droits des femmes, c'est toute l'année

Excision, précarité menstruelle, droits des femmes trans... Partout dans le monde, des militantes se battent pour les droits des femmes.

La journée des droits des femmes, c'est tous les jours, partout dans le monde

Brut a rencontré des militantes féministes du monde entier. Droits des femmes trans, précarité menstruelle, liberté sexuelle, sécurité... Leurs revendications sont nombreuses.

Hoda M. Ali, militante anti-excision britannique

Pour moi, chaque jour est la Journée Internationale des droits des femmes. Tous les jours, on se bat pour que nos voix soient entendues. Tous les jours, on se bat pour exister. J'ai subi une excision parce que je suis née fille. Je suis née femme. Mon corps n'était plus mon choix. Je ne +

08/03/2020 11:05 • mise à jour : 09/03/2020 09:34

412.8K 6.5K 517 Partager

Tara Heuzé, fondatrice de l'association Règles élémentaires

Je me bats pour une société plus digne où toutes les femmes peuvent vivre leurs règles sans se poser questions. J'ai créé, en 2015, l'association Règles élémentaires, qui lutte contre la précarité menstruelle et le tabou des règles.

SISTERULES FESTIVAL: 40 DJS FEMMES PRENNENT LES ONDES CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUUELLE, par auteur·e inconnu·e, ChEEk magazine, le 15/04/2020

https://docs.google.com/document/d/1mmGGGTNBzwDicPn91_pW9-PrmAExsOYat2rH1erqYxA/edit#heading=h.vylbyngrts9k

ChEEk MAGAZINE



CULTURE
FESTIVAL

SISTERULES FESTIVAL: 40 DJS FEMMES PRENNENT LES ONDES CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUUELLE

Publié le 15 avril 2020 à 11:22



Réunissant 40 Djs femmes sur les ondes de Scandle Radio jusqu'au 19 avril, ce festival de musiques électroniques vise à lutter contre la précarité menstruelle en cette période de confinement.

“Alors que le temps semble s’être dilaté depuis le début de cette période de confinement, que les journées se succèdent et les heures s’étirent, le seul rythme qui persiste émane de l’avalanche des lives de Dj set sur toutes les plateformes connues et inconnues. Ce tsunami était à prévoir, et c’est sans surprise que la surreprésentation des hommes se fait sentir”, peut-on lire dans le communiqué de presse du Sisterules festival. C’est pour que les femmes puissent aussi se faire entendre pendant cette période de confinement que la jeune Dj Olympe 4000 a eu l’idée de cet événement qui réunit, du 13 au 19 avril sur les ondes de Scandle Radio, 40 Djs femmes et productrices de musique électronique.

Basées en France, au Liban ou au Canada, les participantes du Sisterules festival ont reçu “pour seule consigne de s’emparer des deux heures de diffusion pour s’exprimer”, soit l’occasion de découvrir les femmes qui font les musiques électroniques d’aujourd’hui, dans toute leur diversité. Lancée en soutien à l’association Règles élémentaires, l’opération vise également à lutter contre la précarité menstruelle et des appels aux dons sont lancés tout au long de la journée en faveur de l’association.

ON A PARLÉ RÈGLES ÉLÉMENTAIRES ET PRÉCARITÉ MENSTRUUELLE, par auteur·e inconnu·e, Gina, le 10/03/2020

<https://www.heygina.fr/blog/on-a-parle-regles-elementaires-et-precarite-menstruelle-avec-tara-heuze/>

- Salut Tara, raconte-nous, Règles Élémentaires c'est quoi, c'est qui ?

gina

ON A PARLÉ RÈGLES ÉLÉMENTAIRES ET PRÉCARITÉ MENSTRUUELLE



- La mission de Règles Élémentaires c'est quoi ? Vous aidez qui et comment ?
- Qu'est-ce que c'est la précarité menstruelle ? Ça touche quelles femmes ? Ça coûte combien les menstruations ?
- Comment ça marche, votre association ? Où peut-on se procurer des tampons et des serviettes ?
- Comment vous attaquez-vous au tabou des règles et des menstruations aujourd'hui ?
- Comment aider Règles Élémentaires et la santé des femmes ?

Grande avancée dans le monde des règles, le mardi 26 février 2020, le Parlement autonome d'Ecosse a voté en première lecture la gratuité des protections périodiques pour toutes les femmes. En avance sur cette question, L'Ecosse avait déjà lancé une campagne de distribution de protection hygiénique gratuite pour les femmes, les jeunes filles et les jeunes étudiantes dans les écoles, collèges, lycées et universités.

Qu'en est-il de la France ? Le sujet de la précarité menstruelle commence peu à peu à faire son apparition dans la société et le monde politique. Pourtant, des milliers de femmes n'arrivent pas à subvenir à leur besoin en protections menstruelles d'autant plus que le coût des tampons et des serviettes hygiéniques correspondent à des milliers d'euros chaque année.

C'est pourquoi, nous avons rencontré Tara Heuzé, la fondatrice de Règles Élémentaires : en 2015, elle a créé la première association à organiser des collectes de protections périodiques en France. Elle nous a tout expliqué : ce qu'est son association, ce à quoi elle sert, le concept de précarité menstruelle et tout un tas de trucs dont on n'a pas toujours conscience, le tabou des règles n'étant jamais très loin.

SALUT TARA, RACONTE-NOUS, RÈGLES ÉLÉMENTAIRES C'EST QUOI, C'EST QUI ?



Règles Élémentaires, c'est la première association française de collecte de produits d'hygiène intime à destination des femmes SDF, mal logées ou en situation de précarité.

Aujourd'hui, l'équipe compte une trentaine de personnes essentiellement bénévoles, réparti-e-s sur toute le territoire avec des bureaux à Paris, Bordeaux, Lyon, Marseille, Strasbourg (et en Belgique depuis peu !). En un peu plus de 4 ans, nous avons collecté plus de 2 millions de produits, organisé plus de 1000 collectes gratuites partout en France, qui ont permis de venir en aide à plus de 50 000 femmes dans le besoin.

LA MISSION DE RÈGLES ÉLÉMENTAIRES C'EST QUOI ? VOUS AIDEZ QUI ET COMMENT ?

« Notre projet est d'aider toutes les femmes à vivre leurs règles dignement et de sensibiliser tous les publics sur le tabou des règles et la précarité menstruelle »

Tara Heuzé

La mission de Règles Élémentaires est double : nous luttons à la fois contre la précarité menstruelle et contre le tabou des règles. Ce sont deux choses qui vont souvent de pair et qu'il faut attaquer de front.

Avant de lancer l'association, j'ai mené ma petite enquête de terrain, et je me suis rendu compte que le tabou des menstruations était tel qu'il était extrêmement compliqué pour les femmes dans le besoin de se procurer des tampons et serviettes hygiéniques (et ce d'autant plus qu'elles coûtent très cher !).

Le but de notre association et de notre projet est donc d'aider toutes les femmes à vivre leurs règles dignement et de sensibiliser tous les publics : sur les menstruations de manière générale, et la précarité menstruelle en particulier.

QU'EST-CE QUE C'EST LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE ? ÇA TOUCHE QUELLES FEMMES ? ÇA COÛTE COMBIEN LES MENSTRUATIONS ?

On pourrait la définir comme le fait que des milliers de femmes en France aujourd'hui ne puissent pas subvenir à leurs besoins en produits d'hygiène intime, et que cela ait de sérieuses répercussions aussi bien physiques que psychologiques.

Au cours de sa vie, une femme utilise plusieurs milliers de protections périodiques pour un budget de plusieurs milliers d'euros : c'est donc un véritable problème de santé pour les personnes en situation de précarité. C'est une situation qui peut toucher n'importe qui : les personnes sans-abri (les femmes représentent 40% des SDF en France !), mal-logées, mais aussi les étudiantes, les mères célibataires...

Des millions de femmes vivent sous le seuil de pauvreté dans notre société : leurs règles représentent alors un calvaire mensuel et peuvent même constituer un obstacle supplémentaire sur la voie de la réinsertion.. Il est important que tou-te-s ensemble, nous permettions à ces personnes de vivre leurs règles avec dignité et en bonne santé.

COMMENT ÇA MARCHE, VOTRE ASSOCIATION ? OÙ PEUT-ON SE PROCURER DES TAMPONS ET DES SERVIETTES ?

« À ce jour nous travaillons avec plus de 50 partenaires redistributeurs tels que le Samu social de Paris, la Croix Rouge ou encore Emmaüs »

Tara Heuzé

Règles Élémentaires est la première association française de collecte de tampons et serviettes hygiéniques. Nous organisons et supervisons l'installation de points de collectes ponctuels ou permanents partout en France comme à Paris (et depuis peu en Belgique !), et les produits collectés sont reversés gratuitement aux femmes suivies par notre réseau de partenaires redistributeurs.

À ce jour nous travaillons avec plus de 200 partenaires redistributeurs : aussi bien des organismes spécialisés dans le sans-abrisme et le mal-logement tels le Samu social de Paris, la Croix Rouge ou Emmaüs, que des PMI, et plus récemment des hôpitaux, incapables de faire face à la demande. Notre démarche est par essence collaborative, et n'importe qui peut participer à son échelle en organisant une collecte à son domicile, sur son lieu d'études ou de travail... Pour cela, il suffit de s'inscrire sur le site et d'enregistrer les informations relatives à votre projet de collecte !

COMMENT VOUS ATTAQUEZ-VOUS AU TABOU DES RÈGLES ET DES MENSTRUATIONS AUJOURD'HUI ?

En incitant le plus grand nombre à faire des dons gratuits de produits d'hygiène intime, tampons et serviettes hygiéniques, à organiser des collectes, à parler du sujet avec leurs proches... Les gouttes d'eau forment les océans, et ce sont des actions concrètes très simples qui permettent de créer le débat, de sensibiliser, de faire prendre conscience de ce problème de santé.

Depuis peu, nous avons lancé la production de boîtes à dons "brandées" Règles Élémentaires, dont l'objectif est double : accueillir les dons et interpeller les gens autour. En effet, les couleurs flashy et les dessins très explicites de tampons, serviettes hygiéniques et autres cups sont idéales pour que les gens qui les voient se posent les bonnes questions ! Ces boîtes faciliteront encore plus la mise en place de points de collectes.

Nous faisons tout notre possible pour faire en sorte que tout le monde soit en mesure d'organiser une collecte, et ainsi que chacun puisse s'emparer du sujet. C'est d'ailleurs le cas... ! Nous observons des profils extrêmement divers parmi nos organisatrices et organisateurs de collecte : jeune étudiante, étudiants, salarié-e-s de petites et grandes entreprises, retraité-e-s, scouts de France, bikers (oui oui !)... mais aussi des mairies, des ambassades ou encore des écoles, collèges et lycées !

Développer du matériel pédagogique est d'ailleurs une de nos priorités pour cette année, dans la mesure où l'association est de plus en plus sollicitée pour intervenir en milieu scolaire aussi bien sur le tabou des règles et du sang que sur le sujet plus global de l'égalité femme-homme.

COMMENT AIDER RÈGLES ÉLÉMENTAIRES ET LA SANTÉ DES FEMMES ?

Il y a différentes manières de le faire, mais la plus rapide et efficace reste d'organiser une collecte, ponctuelle ou permanente. L'avantage, c'est que c'est une manière de prendre le tabou des règles à bras le corps : le projet permet non seulement de récolter des protections périodiques, tampons et serviettes hygiéniques, mais aussi de sensibiliser à cette problématique les personnes qui la découvriront. Une belle façon de créer le débat !

Vous pouvez aussi bien entendu faire des dons en nature sur les différents lieux de collecte, des dons financiers à l'association ou encore vous engager à nos côtés en tant que bénévole en enregistrant vos informations relatives à votre engagement... on cherche toujours des personnes motivées, femme et homme, pour faire changer les règles !

RÈGLES : DÉCOUVREZ GINA LA BOX DE PROTECTIONS BIO, par auteur·e inconnue, Doctissimo, le 27/03/2020

<https://www.doctissimo.fr/beaute/news/gina-protections-periodiques>

Règles : découvrez Gina la box de protections bio



Lecture 1 min.

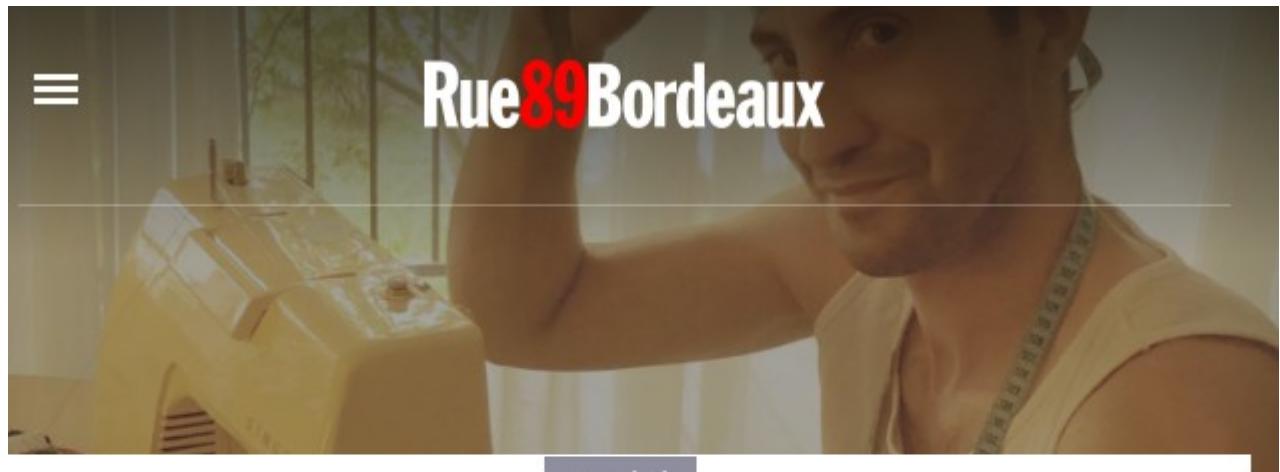
Envie de passer à des protections hygiéniques éthiques et bio ? C'est le moment de tester Gina ! Zoom sur cette nouvelle marque certifiée GOTS par Ecocert.



La marque de protections périodiques s'occupe de vous pendant vos règles avec des tampons, serviettes et autres protège-slips en coton 100% bio. Comment ça fonctionne ? Gina propose des assortiments de tampons, de serviettes pour le jour et pour la nuit ou un mix des deux. Vous passez commande et recevez tous les deux mois votre box Gina. Vous êtes donc tranquille pour deux cycles. Au-delà des produits, Gina s'engage ! Pour chaque achat, la marque fait un don de produits d'hygiène féminine aux femmes sans abris ou mal logés à l'association Règles Élémentaires. Mais ce n'est pas tout, parce que la parole autour des règles est encore parfois difficile, l'équipe de Gina a créé un blog. A travers sa "Vagipedia", un blog disponible sur son site internet, et les extraits glissés dans les box, Gina délivre aussi des informations précieuses : règles douloureuses, comment bien mettre un tampon... Un espace sans tabou !

CES MODESTES HÉROS BORDELAIS QUI SE MESURENT À LA CRISE SANITAIRE, par Anne-Flore Gaspar, Rue89Bordeaux, le 29/04/2020

https://rue89bordeaux.com/2020/04/ces-modestes-heros-bordelais-qui-se-mesurent-a-la-crise-sanitaire/?utm_medium=push&utm_source=onesignal&utm_campaign=push-notification



Ces modestes héros bordelais qui se mesurent à la crise sanitaire

Ils ne sont ni soignants applaudis chaque soir à 20h, ni caissière ou policier en « première ligne ». Mais en fabriquant du gel hydroalcoolique, en cousant des masques ou en aidant aux champs, Sophie, Julie, Jérôme et Vincent contribuent à alléger un peu le quotidien morose des habitants de la métropole bordelaise.
Portraits de ceux qui donnent une dimension solidaire et joyeuse à la lutte contre le coronavirus.

Vous voulez organiser ou participer à une collecte de protections périodiques ? C'est simple et rapide avec Règles Élémentaires.

PRÉCARITÉ HYGIÉNIQUE, PARLONS-EN, par 28 jours, Youtube, le 05/04/2020

<https://www.youtube.com/watch?v=ON93AhZkMv4&feature=youtu.be&app=desktop>



Précarité hygiénique, parlons-en

184 vues • 5 mai 2020

4 0

PARTAGER

ENREGISTRER

...

Plus d'un tiers des français a déjà renoncé à l'achat d'un produit hygiénique.

C'est dans le cadre du programme Rêve et Réalise Bordeaux Unis-Cité qu'avec Kenza Tall (porteuse du projet déchus), nous souhaitons dénoncer à travers cette vidéo la situation de millions de français, qui n'ont pas accès aux produits de première nécessité (savon, brosse à dents, shampoing, protections périodiques...), aux douches, aux toilettes, ou encore aux laveries.

ENSEMBLE, BRISONS LE TABOU DES RÈGLES !, par “femmes du gouvernement engagées”, Huffington Post, le 28/05/2020

https://www.huffingtonpost.fr/entry/ensemble-brisons-le-tabou-des-regles_fr_5ece052c5b6fed608507547

The image shows the header of the HuffPost website. It features a dark header bar with a search icon (magnifying glass) on the left. In the center is the "HUFFPOST" logo in white and blue. Below the header is a horizontal menu bar with categories: POLITIQUE, INTERNATIONAL, CORONAVIRUS, LIFE, CULTURE, LE BON LIEN, and LE HUFFPLAY.

Par Marlène Schiappa

Secrétaire d'État auprès du Premier ministre, chargée de l'Égalité entre les femmes et les hommes et de la Lutte contre les discriminations

Brune Poirson
Secrétaire d'État auprès du ministre de la Transition écologique et solidaire

Agnès Pannier-Runacher
Secrétaire d'État auprès du ministre de l'Économie

Christelle Dubos
Secrétaire d'État auprès du ministre des Solidarités et de la Santé

LES BLOGS

Ensemble, brisons le tabou des règles!

À l'occasion de la journée mondiale de l'hygiène menstruelle, nous, Femmes du gouvernement engagées, luttons contre la précarité menstruelle et pour l'accès de toutes aux protections hygiéniques.

28/05/2020 04:02 CEST | Actualisé 28/05/2020 04:02 CEST



À l'occasion de la journée mondiale de l'hygiène menstruelle, nous, Femmes du gouvernement engagées, luttons contre la précarité menstruelle et pour l'accès de toutes aux protections hygiéniques.

“Ce mois-ci j’achète des pâtes pour manger ou un paquet de serviettes hygiéniques?”: voilà une question que se posent beaucoup trop de jeunes femmes ou femmes en situation de précarité forcées de choisir tous les mois dans leur budget, faute de moyens.

À l'occasion de la journée mondiale de l'hygiène menstruelle, dont nous saluons la tenue, nous, Femmes du gouvernement engagées, prenons la plume pour briser le tabou qui entoure les règles et qui nous touche toutes: oui, les règles des femmes sont un sujet de politiques publiques!

L'an dernier, nous avons réuni ministres, parlementaires, associations, entrepreneuses et industriels au Secrétariat d'État chargé de l'Égalité pour mettre en commun nos initiatives et actions pour améliorer concrètement la vie de toutes les femmes. Il a fallu attendre 2019 pour que les règles deviennent un sujet politique à l'Assemblée nationale et au Gouvernement.

Le gouvernement veut permettre à toutes les femmes d'avoir accès à des protections hygiéniques alors qu'1,7 million de Françaises en manquent aujourd'hui.

Nous avons avancé sur la transparence dans la composition des produits: les fabricants se sont ainsi engagés à publier la composition sur leurs paquets et non plus sur leurs sites internet. Les efforts se poursuivent avec les industriels pour informer au mieux les consommatrices et sensibiliser au Syndrome du Choc Toxique (SCT). Parallèlement, nous avons élargi le champ des contrôles DGCCRF aux coupes menstruelles.

Les produits d'hygiène menstruelle relèvent désormais du taux réduit de TVA à 5,5% et des contrôles sur les prix ont confirmé que la baisse de la TVA avait bien été répercutée sur les prix.

Avec la loi anti-gaspillage, la destruction des stocks de produits neufs et produits d'hygiène est désormais interdite, les protections hygiéniques invendues devront donc désormais bénéficier à des associations et organismes de distribution gratuite.

Mais nous devons aller plus loin. Les règles ne sont en effet pas un sujet dérisoire ou cosmétique: c'est aussi une des causes d'analphabétisation des filles dans le monde. Un sondage Ifop a également révélé en février 2019 l'impact de la précarité menstruelle sur l'absentéisme scolaire.

Un sondage Ifop a révélé l'impact de la précarité menstruelle sur l'absentéisme scolaire. La précarité menstruelle est en effet aux confins de deux tabous: les règles des femmes et la pauvreté. On sait à quel point il est difficile de trouver des palliatifs, de demander à une copine de nous dépanner ou de ruser dans des conditions hygiéniques parfois dangereuses. Nous devons faire en sorte que chacune puisse trouver une protection hygiénique sans difficulté.

Il n'est pas acceptable que des femmes en situation de précarité arbitrent entre un paquet de pâtes et des protections, il n'est pas acceptable que des jeunes filles fassent mine d'avoir oublié des serviettes chez elles pour s'en procurer ailleurs.

Ça n'est pas parce que la société a décidé que les règles devaient être un sujet tabou que les femmes doivent se sentir honteuses et subir une double peine avec la précarité.

Malgré la crise que le monde connaît avec la pandémie de Covid-19, le Gouvernement français ne relâche pas ses efforts pour lutter contre la précarité menstruelle et permettre à toutes les femmes d'avoir accès à des protections hygiéniques alors qu'1,7 million de Françaises en manquent aujourd'hui.

Patricia Schillinger, Sénatrice du Haut-Rhin, s'est ainsi vu confier une mission sur l'expérimentation de la gratuité des protections hygiéniques / menstruelles dans des lieux collectifs afin de voir comment la mettre en œuvre concrètement.

Sous l'impulsion du Gouvernement, dès le mois de septembre 2020, la mise à disposition de protections hygiéniques gratuites sera expérimentée auprès d'élèves du second degré et d'étudiantes, de femmes détenues, de femmes précaires et sans abri. Nous avons décidé de dégager un million d'euros pour ce combat cette année. Cette avancée très forte permettra aux femmes d'avoir accès aux protections hygiéniques dans les meilleures conditions d'hygiène et de santé et, ainsi, de lever le tabou de la précarité menstruelle.

Dès le mois de septembre 2020, la mise à disposition de protections hygiéniques gratuites sera expérimentée auprès d'élèves du second degré et d'étudiantes, de femmes détenues, de femmes précaires et sans abri.

Dès la rentrée, des maraudes permettront de distribuer des protections aux femmes en difficulté; elles seront également mises à disposition dans les épiceries sociales, accueils de jour, les foyers et les centres d'hébergement, les établissements d'incarcération, mais aussi les établissements du second degré et les universités.

Le Gouvernement s'est engagé à améliorer l'accès aux protections hygiéniques pour les femmes qui ont le plus de difficultés à y avoir accès aux côtés des associations qui réalisent un travail formidable: Règles Élémentaires bénéficie d'une dotation de 60.000 euros pour soutenir les collectes et la distribution de produits d'hygiène, sensibiliser, informer et former les intervenants sociaux et bénévoles et intervenir auprès des femmes en situation de précarité.

Les règles, c'est naturel. Ne pas pouvoir se procurer des protections, non.

SIX FILMS, BD ET PODCASTS À DÉCOUVRIR POUR (VRAIMENT) TOUT SAVOIR SUR LES RÈGLES, par Stéphe O'Brien, *Le Figaro*, le 27/05/2020

<https://madame.lefigaro.fr/societe/films-sites-livres-podcasts-pour-tout-savoir-sur-les-regles-270520-181143>



Six films, BD et podcasts à découvrir pour (vraiment) tout savoir sur les règles



Stéphanie O'Brien | Le 27 mai 2020



Santé, précarité, inégalités, sexualité, féminité... Aujourd'hui parler des règles n'est plus tabou. Sélection non-exhaustive de films, sites, podcasts, livres à (re)découvrir à l'occasion de la sixième Journée internationale de l'hygiène menstruelle, ce jeudi 28 mai.

Santé, précarité, inégalités, sexualité, féminité... Aujourd'hui parler des règles n'est plus tabou. Sélection non-exhaustive de films, sites, podcasts, livres à (re)découvrir à l'occasion de la sixième Journée internationale de l'hygiène menstruelle, ce jeudi 28 mai.

Pucelle, de Florence Dupré Latour
Sorti le 15 mai 2020, *Pucelle* est le récit autobiographique de Florence Dupré Latour. Dans cette bande-dessinée, l'auteur et illustratrice revient sur son enfance et son adolescence dans une famille catholique pratiquante où le sexe et les règles sont tabou. Ignorante des choses de la vie et ne recevant aucune éducation sexuelle, elle décrit comment la honte, la peur, la culpabilité et la colère ont modelé son apprentissage de la féminité. Touchant et sensible, cette BD en noir et blanc ponctuée de rose, dénonce l'emprise du patriarcat et des dogmes religieux sur le corps des femmes.

Ceci est mon sang. Petite histoire des règles, de celles qui les ont et de ceux qui les font, d'Elise Thiébaut. Documenté, pédagogique et plein d'humour ! Dans *Ceci est mon sang* la journaliste Élise Thiébaut explore l'histoire, les coutumes et croyances liés aux menstruations, tout en évoquant son propre vécu. «Je ne suis ni historienne, ni anthropologue, ni médecin. Mais entre 13 et 52 ans, tous les mois ou presque, j'ai saigné. J'ai eu mal parfois, j'ai eu peur, j'ai eu des questions sans réponse ou des réponses qui ne me plaisaient pas, j'ai été heureuse aussi par moments», écrit l'auteur dans l'introduction de son ouvrage, dont elle espère qu'il permettra aux femmes de se réconcilier avec leur corps et ses mystères.

Period. End of sentence, de Rayka Zehtabchi

Il a été primé meilleur court-métrage documentaire aux Oscars 2019, et pour cause. Period. End of Sentence (titre français : Les règles de notre liberté) raconte en 26 minutes comment les femmes d'un village proche de New Delhi se sont lancées dans la fabrication de leurs propres serviettes hygiéniques. En Inde, où ces protections sont hors de prix, la majorité des femmes pauvres mettent leur santé en danger en utilisant des vieux tissus ou des feuilles. Au-delà du tabou, le film de la réalisatrice Rayka Zehtabchi démontre comment les règles constituent le premier frein à l'émancipation des jeunes femmes. Un documentaire essentiel à voir sur Netflix.

28 Jours, d'Angèle Marais
De la pression sociale à la politique en passant par le sexe et la religion, le film 28 Jours d'Angèle Marais se libère du carcan médical pour aborder le sujet des menstruations sous un angle plus personnel et engagé. À travers des portraits, des témoignages mais aussi des dessins explicatifs, ce documentaire à visée pédagogique s'adresse à toutes les personnes ayant leurs règles... et sert de support à toutes les personnes qui ne les ont pas.

28 Jours, à voir sur YouTube.

La Menstruelle Santé, sexualité, conseils pratiques, art et histoire, rien n'échappe aux radars des six animatrices de "La Menstruelle", un podcast exclusivement dédié aux règles. Chaque thème est traité sans langue de bois mais avec sérieux par Audrey, Fanny, Julie, Karen, Lisa et Pomme et leurs invités. Animé par des femmes, le programme se veut non genré et le plus inclusif possible.

"La Menstruelle", à suivre sur ausha.co

Let's chatte

Premières règles, douleurs, contraception, infections, ménopause, accouchement... Partant du postulat que ce sont les femmes qui en parlent le mieux, le podcast "Let's Chatte" leur donne la parole. Au fil des témoignages, l'émission interroge notre rapport à la sexualité et questionne la construction des savoirs médicaux sur le corps féminin.

L'association Règles élémentaires

C'est pour lutter contre la précarité mensuelle qui touche aujourd'hui 1,7 million de femmes en France, que Tara Heuzé-Sarmini a créé Règles élémentaires. Fondée en 2016, l'association a pour mission de collecter des produits d'hygiène intime à destination des femmes dans le besoin et briser le tabou des règles.

Sur son site, l'association invite les internautes à organiser des collectes, ou plus simplement à faire un don d'argent ou sous forme de produits d'hygiène qui seront distribués par l'association. À l'occasion de la Journée internationale de l'hygiène menstruelle, l'association s'est associée à six personnalités engagées qui vont partager leur prise de conscience de la précarité menstruelle.

EN SEPTEMBRE, DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES GRATUITES POUR LES FEMMES PRÉCAIRES, par Marlène Thomas, Libération, le 28/05/2020

https://www.liberation.fr/france/2020/05/28/en-septembre-des-protections-hygiéniques-gratuites-pour-les-femmes-précaires_1789632



PRÉCARITÉ MENSTRUELLE

En septembre, des protections hygiéniques gratuites pour les femmes précaires

Par Marlène Thomas — 28 mai 2020 à 10:47



L'expérimentation concernera les élèves du second degré et les étudiantes, les femmes détenues, les femmes précaires et sans abri.

Une bonne nouvelle en cette journée internationale de l'hygiène menstruelle, dans le HuffPost, les «femmes du gouvernement engagées» annoncent : «Dès le mois de septembre, la mise à disposition de protections hygiéniques gratuites sera expérimentée auprès d'élèves du second degré et d'étudiantes, de femmes détenues, de femmes précaires et sans abri.» Un million d'euros sera engagé pour cette cause pour cette année.

Dans cette tribune, les secrétaires d'Etat à l'Egalité femmes-hommes Marlène Schiappa, à la Transition écologique Brune Poirson, auprès du ministre de la Santé Christelle Dubos et auprès du ministre de l'Economie Agnès Pannier-Runacher, soulignent : «Le gouvernement veut permettre à toutes les femmes d'avoir accès à des protections hygiéniques alors qu'1,7 million de Françaises [selon un sondage Ifop de mars 2019, ndlr] en manquent aujourd'hui.» Elles ajoutent : «Il n'est pas acceptable que des femmes en situation de précarité arbitrent entre un paquet de pâtes et des protections, il n'est pas acceptable que des jeunes filles fassent mine d'avoir oublié des serviettes chez elle pour s'en procurer ailleurs.»

Réclamée depuis des années par des militantes féministes, cette gratuité des protections hygiéniques avait fait l'objet du lancement d'une mission par le gouvernement sur une possible expérimentation dans des lieux collectifs, confiée à Patricia Schillinger, sénatrice LREM du Haut-Rhin. Cette expérimentation avait été promise en février après la remise d'un rapport inédit à l'Assemblée nationale. Concrètement, des maraudes permettront dès septembre de distribuer des protections aux femmes en difficulté. Elles seront également «mises à disposition dans les épiceries sociales, accueils de jour, les foyers et les centres d'hébergement, les établissements d'incarcération, mais aussi les établissements du second degré [collège et lycée, ndlr] et les universités». 60 000 euros pour l'association Règles élémentaires

En appui à cette expérimentation, le gouvernement veut soutenir les associations déjà engagées dans la lutte contre la précarité menstruelle. L'association Règles élémentaires bénéficie ainsi d'une dotation de 60 000 euros «pour soutenir les collectes et la distribution de produits d'hygiène, sensibiliser, informer et former les intervenants sociaux et bénévoles et intervenir auprès des femmes en situation de précarité».

L'Ecosse avait été en 2018 la première nation à distribuer gratuitement des protections périodiques à l'école comme à l'université. En février, la région avait franchi une nouvelle étape dans la lutte contre la précarité menstruelle en votant en première lecture une proposition de loi prévoyant la distribution gratuite de tampons et serviettes hygiéniques dans différents lieux publics : pharmacies, clubs de jeunesse ou centres locaux.

L'année 2019 avait aussi été marquée par des avancées majeures sur le sujet de la distribution gratuite de protection périodiques dans les établissements scolaires et universités : l'Angleterre, le pays de Galles, la Colombie-Britannique (Canada) ou encore Séoul (Corée du Sud) se sont engagés dans cette voie.

PRÉCARITÉ MENSTRUELLE : “ÊTRE FEMME EST DIFFICILE QUAND ON EST DANS LA PRÉCARITÉ”, par Sophie Courageot, France 3 Bourgogne Franche-Comté, le 28/05/2020

<https://france3-regions.francetvinfo.fr/bourgogne-franche-comte/doubs/besancon/precarite-menstruelle-etre-femme-est-difficile-quand-on-est-precarite-1834258.html>

The screenshot shows the header of the France 3 Bourgogne Franche-Comté website. It features the station's logo (a stylized '3' with a blue dot) and the text 'bourgogne franche-comté'. There are navigation links for '#coronavirus', '#déconfinement', '#météo', '#faits divers', and '#studio3'. A search icon is also present. Below the header, the article title is displayed: 'Précarité menstruelle : “Etre femme est difficile quand on est dans la précarité”'. The main image accompanying the article shows several packages of feminine hygiene products (tampons and pads) stacked on a shelf.

Ce jeudi 28 mai est la journée mondiale de la précarité menstruelle. S'acheter des tampons, des serviettes hygiéniques, certains femmes n'en ont pas les moyens. Des associations leurs viennent heureusement en aide. Exemple dans le Doubs à Besançon. Des tampons, des serviettes hygiéniques, des protège-slips... depuis juin 2019, Mélanie Dulize s'investit dans le Haut-Doubs pour l'association féminité sans abri. L'unique antenne en Franche-Comté repose sur ses épaules. Dans cette région frontalière, la jeune femme s'est créée un incroyable réseau solidaire. Dons de particuliers, d'entreprises, elle collecte tout ce qui peut venir en aide au plus démunis.

«Des femmes qui doivent renoncer à des protections hygiéniques, pour moi c'est intolérable. Cela peut être vecteur de maladies... » nous explique Mélanie Dulize.

Très investie, la jeune femme répartit les produits dans des trousse qu'elle confectionne elle-même : « entre deux robes pour ma fille je couds une trousse pour Féminité Sans Abri. J'ai de la chance d'avoir des amis pour m'aider ! » Une fois constituées, Mélanie Dulize livre les trousse à une vingtaine d'associations d'aide aux personnes démunies, qui les mettent à disposition dans leurs locaux ou les distribuent pendant des maraudes. Pontarlier, Besançon, Dole, des centaines de kits d'hygiène sont ainsi distribués. Migrantes, femmes SDF ou en difficulté, les besoins sont là

A Besançon, les produits collectés par Féminité sans abri sont descendus notamment aux Bains Doubs, la maison de quartier de Battant en plein centre ville sert de point de relais. Certaines associations sont livrées directement, comme la Cimade qui vient en aide aux demandeurs d'asile.

Pour Annette Garcia, ces produits d'hygiène féminine ont une grande importance. Ces dons sont utiles. « Dans nos missions, nous avons des personnes qui sont en attente de titre de séjour et n'ont pas les moyens d'acheter tout cela. Nous avons compris la demande de ces

femmes et de ces jeunes filles » explique la permanencière de l'association à Besançon. « Etre femme, c'est difficile quand on est dans une situation de précarité », ou à la rue. « Ces femmes avant, elles n'avaient rien. On les voyait parfois avec de longues jupes, ou elles lavaient leurs textiles » explique Annette Garcia bien consciente que l'hygiène féminine est difficile à maintenir pour ces femmes prises en charge dans les hébergements d'urgence. « On donne tout ce qu'on peut pour que ces dames soient propres....Parfois, elles nous disent qu'avec juste un parfum, elles ont l'impression d'exister. Se laver, prendre une douche, être propre quand on a ses règles, on se sent femme et plus respectable ». « C'est dur d'être demandeur d'asile. C'est un moment psychologiquement difficile. On sait qu'être femme dans certains pays est déjà difficile. Alors ces dons qui arrivent en France réconfortent les femmes migrantes ». Certaines découvrent des produits dont elles ne soupçonnaient même pas l'existence.

Les kits d'hygiène livrés par l'antenne du Doubs Féminité sans abri sont essentiels pour la Cimade. « L'hygiène c'est parfois un luxe pour certains migrants que nous accompagnons. Pour nous cela paraît normal. On a vraiment de gros besoins pour ces personnes, les gens n'ont parfois rien pour se laver » déplore la bénévole de la Cimade.

L'association accompagne en ce moment 50 à 60 femmes sur Besançon. Des demandeurs d'asile pour la plupart. Avec l'épidémie de Covid-19, la distribution se fait désormais sur rendez-vous pour éviter d'avoir trop de monde à la permanence. « Nous aidons aussi certains femmes qui sont dans la rue » ajoute Annette Garcia inquiète pour l'avenir. « On a des femmes françaises qui vont être dans la précarité avec cette crise sanitaire, on craint que la demande n'augmente en produits d'hygiène, on a peur que ça s'aggrave » explique-t-elle.

Réduire encore le prix d'achats des protections féminines

Selon l'association Règles élémentaires, 1,7 million de femmes sont victimes de précarité menstruelle en France.

Une femme a 500 fois dans sa vie ses règles. Le Monde a publié une calculette pour estimer le coût des protections féminines pour une femme. Un cout qui est estimé à 1.730 euros dans une vie par la BBC. Des associations estiment ce coût bien supérieur en réalité.

Au 1er janvier 2016, en France, la TVA a été baissée à 5,5 % sur les protections périodiques. Ces protections féminines étaient jusqu'à présent taxées à 20 %, autant que les produits de luxe. Le gouvernement a annoncé l'expérimentation de la gratuité des protections hygiéniques dans plusieurs lieux collectifs.

Cette sensation sur la peau, cette humiliation, je ne la souhaite à aucune femme. Cela m'a marqué à tout jamais

Elina Dumont ancienne SDF, comédienne et candidate du PCF aux élections européennes de 2019 réclame une taxe à 0% sur ces protections. « J'ai passé quinze ans à la rue, il m'est arrivé d'avoir froid et pourtant le plus dur a été ailleurs : devoir prendre du vieux papier journal comme protection hygiénique certains mois parce que je n'avais pas assez d'argent pour m'acheter des serviettes. Cette sensation sur la peau, cette humiliation, je ne la souhaite à aucune femme. Cela m'a marqué à tout jamais » confiait elle dans une tribune publiée dans les colonnes de Libération.

En 2018, l'Ecosse est allée plus loin sur cette question en distribuant gratuitement ces produits d'hygiène aux écolières et étudiantes.

JOURNÉE MONDIALE DE L'HYGIÈNE MENSTRUELLE : UNE VIDÉO DE RÈGLES ÉLÉMENTAIRES POUR BRISER LES TABOUS, par auteur-e inconnu-e, ChEEk Magazine, le 28/05/2020

<https://m.cheekmagazine.fr/societe/journee-internationale-hygiene-menstruelle-regles-elementaires-video/>

The screenshot shows a news article from ChEEk Magazine. At the top, the magazine's logo 'ChEEk MAGAZINE' is displayed. Below the logo, there is a large blue graphic featuring the text 'PLAISIR FÉMININ, LE NOUVEAU HORS-SÉRIE Inrockuptibles2 ChEEk MAGAZINE'. To the right of this text are two small images of women in lingerie. The left image shows a woman from the waist up, and the right image shows a woman from behind. Both images have the 'Inrockuptibles2' and 'ChEEk MAGAZINE' logos in the corners. Below the graphic, there is a category tag 'SOCIÉTÉ' with a small blue dot next to it, followed by 'LA VIDÉO DU JOUR'. The main title of the article is 'JOURNÉE MONDIALE DE L'HYGIÈNE MENSTRUELLE: UNE VIDÉO DE RÈGLES ÉLÉMENTAIRES POUR BRISER LES TABOUS'. At the bottom right of the article area, it says 'Publié le 28 mai 2020 à 11:34'.

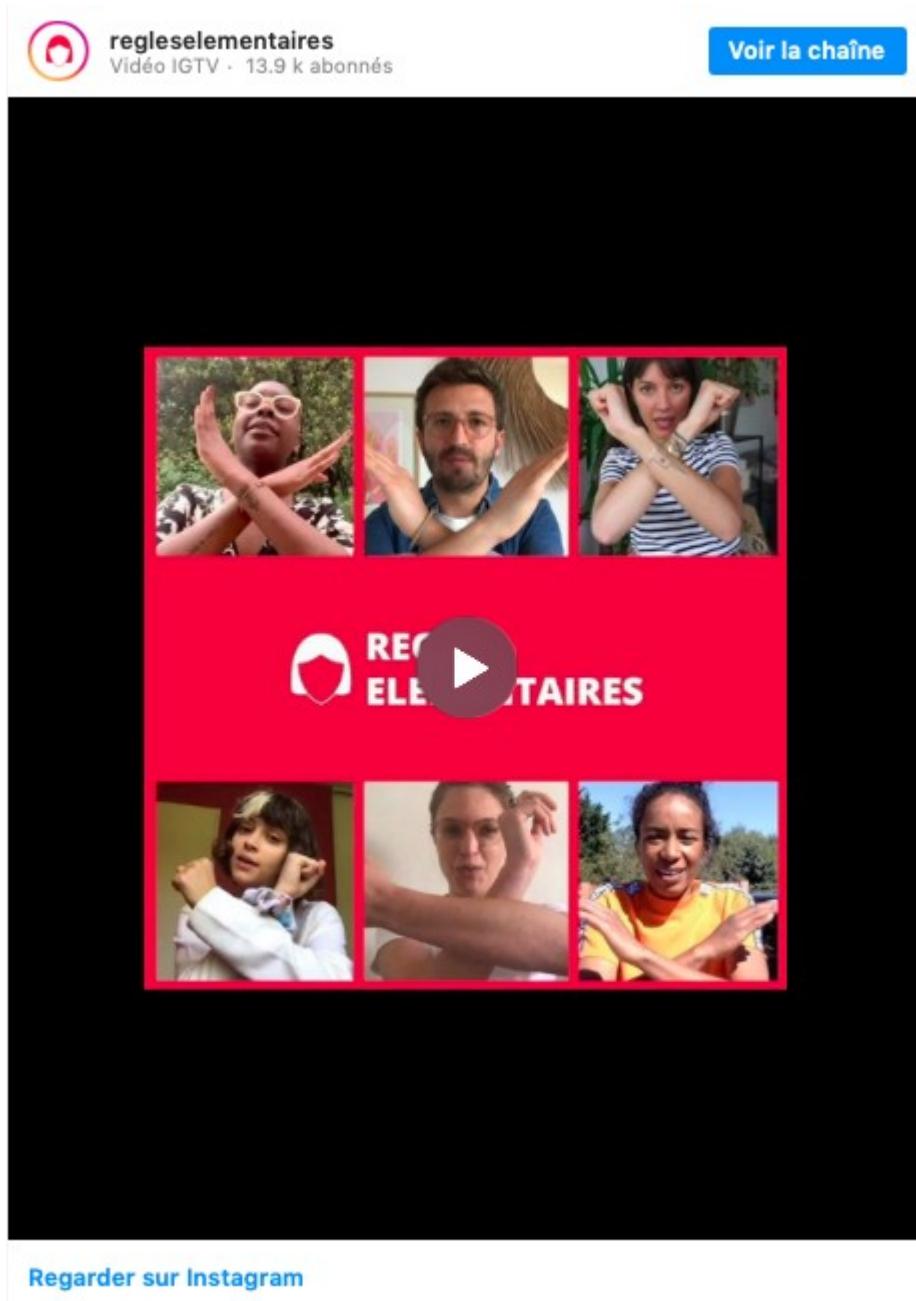
Si vous ne deviez voir qu'une seule vidéo aujourd'hui, ce serait celle de l'association Règles élémentaires à l'occasion de la Journée internationale de l'hygiène menstruelle.

“J'ai tourné un clip pendant deux jours avec Safia Nolin et on était 15 femmes à être totalement nues pendant toute la durée du tournage. Et moi évidemment j'avais mes règles ce jour-là. Et du coup, je me suis retrouvée à poil dans une rivière à être filmée en ayant mes règles et aucune protection”:

C'est par cette histoire racontée par la chanteuse Pomme que débute cette vidéo réalisée par l'association Règles élémentaires à l'occasion de la Journée internationale de l'hygiène menstruelle.

Cinq autres personnalités -Camille Aumont Carnel de Je m'en bats le clito, Rebecca Amsellem de la newsletter Les Glorieuses ou encore la handballeuse pro Estelle Nze Minko- ont accepté de parler règles face caméra afin de briser les tabous autour des menstruations.

On vous laisse regarder la vidéo ci-dessous:



"L'ACCÈS AUX PROTECTIONS HYGIÉNIQUES EST UN LUXE : EN FINIR AVEC LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE", par Louis-Valentin Lopez, France Inter, le 28/05/2020

https://www.franceinter.fr/societe/l-acces-aux-protections-hygiéniques-est-un-luxe-en-finir-avec-la-précarité-menstruelle?utm_medium=Social&utm_source=Twitter#Echobox=1590670112

The screenshot shows the France Inter website's header with navigation links for Info, Culture, Humour, Musique, Plus, Programmes, Replay, and a search bar. A Victoria's Secret advertisement for delivery in France is visible above the main content. The article title is "L'accès aux protections hygiéniques est un luxe" : en finir avec la précarité menstruelle". It includes a photo of a woman in a traditional setting and a grid of six video frames showing different people making X手势 with their hands. A sidebar for the newsletter d'Inter provides a form to enter an email address.

Accueil > Société > "L'accès aux protections hygiéniques est un luxe" : en finir avec la précarité menstruelle

"L'accès aux protections hygiéniques est un luxe" : en finir avec la précarité menstruelle

par Louis-Valentin Lopez publié le 28 mai 2020 à 14h32

À l'occasion de la Journée internationale de l'hygiène menstruelle ce jeudi, le collectif "Règles élémentaires" fait témoigner six personnalités pour dénoncer la précarité menstruelle et briser le tabou des règles. Le gouvernement, lui, annonce des mesures.

Six personnalités témoignent de leur rapport à la précarité menstruelle et au tabou de règles. (Capture d'écran tirée de la vidéo "Le 28 mai de Règles Élémentaires")

La newsletter d'Inter

Recevez du lundi au vendredi à 12h une sélection toute fraîche à lire ou à écouter.

Votre adresse email

JE M'ABONNE

En cliquant sur « je m'abonne », j'accepte que les données recueillies par Radio France soient destinées à l'envoi par courriel électronique de contenus et d'informations relatifs aux programmes.

À l'occasion de la Journée internationale de l'hygiène menstruelle ce jeudi, le collectif "Règles élémentaires" fait témoigner six personnalités pour dénoncer la précarité menstruelle et briser le tabou des règles. Le gouvernement, lui, annonce des mesures. Selon l'association Règles élémentaires, 1,7 million de femmes sont victimes de précarité menstruelle en France, comme le rapporte aussi le ministère de la Santé. Quatre femmes du gouvernement, dont Marlène Schiappa et Brune Poirson, annoncent ce jeudi, Journée internationale de l'hygiène menstruelle, une série de mesures pour leur venir en aide dans le Huffington Post : "Dès le mois de septembre 2020, la mise à disposition de protections hygiéniques gratuites sera expérimentée auprès d'élèves du second degré et d'étudiantes, de femmes détenues, de femmes précaires et sans abri." Un million d'euros seront aussi débloqués pour lutter contre la précarité menstruelle.

Témoignages

En parallèle, [six personnalités](#) ont accepté de prendre part à une opération de sensibilisation sur le web face caméra, organisée par l'association Règles élémentaires : la chanteuse Pomme, la créatrice du compte Instagram "Je m'en bats le clito" Camille Aumont-Carnel, la handballeuse professionnelle Estelle Nze Minko, la blogueuse Emanouela, l'activiste Rebecca Amsellem et l'illustrateur Thomas Gravereau.

face

caméra

"On voulait faire une grande opération en physique, un apéro menstruel, une levée de fond. Malheureusement, le Covid est passé par là", indique à France Inter Tara Heuzé-Sarmini, fondatrice et directrice générale de Règles élémentaires : "Mais avec les moyens du bord, on a pu faire ces vidéos, et on est très fiers de notre opération."

La chanteuse Pomme, notamment, témoigne : "J'ai participé il y a deux ans à un événement pour collecter des protections menstruelles pour les femmes qui vivent dans la rue. Je crois que c'est la première fois où je me suis rendue compte que c'était un vrai problème, et où je me suis dit que beaucoup de gens n'avaient pas forcément accès aux protections."

"L'accès aux protections hygiéniques aujourd'hui est un luxe, et ça ne devrait pas l'être", déplore de son côté l'illustrateur Thomas Gravereau. "J'ai halluciné quand j'ai vu la liste de tous les produits qu'une personne qui a ses règles peut acheter. Elle est super longue : des personnes doivent aussi acheter des médicaments contre la douleur qui ne sont pas ou peu remboursés par la sécurité sociale, racheter



des sous-vêtements, du linge de maison, des vêtements parce que certains ont été tâchés..." En France, le coût des protections et antidiouleur est ainsi de 7,50 euros par cycle pour une femme ayant des règles d'une durée et d'un flux "moyens", soit près de 3 800 euros pour une vie, calcule Le Monde. Sans compter les dépenses annexes, comme la visite annuelle de contrôle chez le gynécologue ou le rachat de sous-vêtements et de linge de lit.

Thomas Gravereau l'illustrateur, qui a des tampons chez lui, relaie aussi les réactions étonnées de ses proches : "Ça m'a toujours amusé de voir la réaction de mes amis qui me posaient la question : 'Thomas, pourquoi t'as des tampons dans tes toilettes ?', comme si ce n'était pas quelque chose de normal. Je leur ai toujours répondu : 'Pourquoi je n'en aurais pas ?' Je reçois des amies qui ont leurs règles chez moi, pourquoi ne pourrais-je pas avoir à disposition des tampons pour les dépanner ?"

Une gêne contre laquelle souhaite lutter l'association Règles élémentaires: "Si les règles sont naturelles, un tabou les entoure encore. La peur et la gêne d'en parler entraînent un manque d'informations chez les femmes, et plus particulièrement chez les adolescentes."

Quatre mesures pour en finir avec la précarité menstruelle



"Le chemin à parcourir est encore long. À Règles élémentaires, on prône quatre mesures pour mettre fin à la précarité menstruelle", rapporte Tara Heuzé-Sarmini. "Premièrement, la mise à disposition gratuite des produits de qualité dans des lieux clé, comme les foyers d'hébergement et les établissements scolaires." "Puis, la mise en place de bons d'achat pour les personnes en situation de précarité. Un élargissement, aussi, de la prise en charge par les mutuelles. Enfin, l'installation massive des distributeurs payants de produits d'hygiène intime dans les lieux publics."

"La parole autour des règles est passée de l'indécible au dicible"

"Je crois que pour le coup, les féministes ont beaucoup combattu pour qu'on arrête de le cacher. La parole autour des règles est passée de l'indicible au dicible", estime Mélanie Jaoul, maîtresse de conférence en droit à l'université de Montpellier. La militante féministe a mis en place dans deux toilettes de l'université des boîtes, qu'elle achalade régulièrement, où celles qui le veulent peuvent mettre à disposition des serviettes hygiéniques : "Si dans n'importe quel établissement il y a des serviettes à disposition, ça ne devient plus un problème, il faudrait permettre un accès gratuit. C'est quand même fou que, pour quelque chose qui impacte 52% de la population, il y ait 30 à 40% de précarité menstruelle."

Dans un rapport publié en février, les députées Laëtitia Romeiro Dias (LREM) et Bénédicte Taurine (LFI) préconisaient l'installation de distributeurs de protections menstruelles dans certains lieux publics, auxquels les femmes sans domicile pourraient avoir accès grâce à des cartes prépayées.

LE GOUVERNEMENT VA METTRE À DISPOSITION DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES GRATUITES À LA RENTRÉE, par auteur·e inconnu·e, La Voix Du Nord, le 28/05/2020

<https://www.lavoixdunord.fr/758640/article/2020-05-28/le-gouvernement-va-mettre-disposition-des-protections-hygiéniques-gratuites-la>

Le gouvernement va mettre à disposition des protections hygiéniques gratuites à la rentrée

À l'occasion de la journée de l'Hygiène menstruelle, quatre secrétaires d'Etat ont signé ce jeudi 28 mai une tribune, sur le site du HuffPost, et ont annoncé la gratuité pour certains publics.



La Voix du Nord | 28/05/2020



Selon l'association Règles élémentaires, 1,7 million de femmes sont victimes de précarité menstruelle en France, comme le rapporte aussi le ministère de la Santé.

Dans les écoles, prisons et pour les sans abri

Pour en finir avec la précarité menstruelle, plusieurs membres du gouvernement, dont Marlène Schiappa et Brune Poirson, ont annoncé la mise à disposition de protections hygiéniques gratuites à la rentrée, dans une tribune publiée sur le site du HuffPost, en cette journée de l'Hygiène menstruelle : « Sous l'impulsion du Gouvernement, dès le mois de septembre 2020, la mise à disposition de protections hygiéniques gratuites sera expérimentée auprès d'élèves du second degré et d'étudiantes, de femmes détenues, de femmes précaires et sans abri. Nous avons décidé de dégager un million d'euros pour ce combat cette année. »

Toujours en septembre, des maraudes permettront également de distribuer des protections aux femmes en difficulté. « Elles seront également mises à disposition dans les épiceries sociales, accueils de jour, les foyers et les centres d'hébergement, les établissements d'incarcération, mais aussi les établissements du second degré et les universités. » « Les règles, c'est naturel. Ne pas pouvoir se procurer des protections, non », résument les quatre secrétaires d'Etat. « Nous avons avancé sur la transparence dans la composition des produits : les fabricants se sont ainsi engagés à publier la composition sur leurs paquets et non plus sur leurs sites internet. Les efforts se poursuivent avec les industriels pour informer au mieux les consommatrices et sensibiliser au Syndrome du Choc Toxique (SCT). Parallèlement, nous avons élargi le champ des contrôles DGCCRF aux coupes menstruelles », ont également annoncé les secrétaires d'Etat.

Par ailleurs, France Inter rapporte que six personnalités ont accepté de prendre part à une opération de sensibilisation sur le web face caméra, organisée par l'association Règles élémentaires : la chanteuse Pomme, Camille Aumont-Carnel la créatrice du compte Instagram

« Je m'en bats le clito », la blogueuse Emanouela, l'activiste Rebecca Amsellem, la handballeuse professionnelle Estelle Nze Minko et l'illustrateur Thomas Gravereau.

En février le gouvernement avait déjà annoncé l'expérimentation des protections hygiéniques gratuites pour les personnes précaires. Avec cette expérimentation, la France suit l'exemple de l'Écosse, premier pays à avoir mis en place la distribution de tampons et serviettes gratuites dans ses collèges, lycées et universités.

POUR DES PROTECTIONS MENSTRUELLES GRATUITES ET SAINES, par auteur·e inconnu·e, AuFeminin, le 28/05/2020

<https://www.aufeminin.com/actualites/pour-des-protections-menstruelles-gratuites-et-saines-s4013015.html>



En cette journée mondiale de l'hygiène menstruelle, Aufeminin prend la parole parce qu'il y a urgence. Urgence, alors que la crise sanitaire que nous connaissons depuis ces huit semaines n'a fait qu'aggraver les inégalités des plus vulnérables et notamment des femmes, en les plongeant encore un peu plus dans la violence et la précarité, nous prenons la parole aujourd'hui au nom de toutes celles qui n'ont pas accès aux protections hygiéniques. La précarité menstruelle empêche 1,7 million de femmes de se procurer des protections hygiéniques quand elles en ont besoin. C'est une problématique de santé publique et elle doit être une priorité en 2020.

En février dernier, le rapport d'information sur les menstruations déposé par la délégation de l'Assemblée Nationale aux droits des femmes et à l'égalité des chances entre les hommes et les femmes a formulé des recommandations claires sur le libre accès et la gratuité sous certaines conditions des protections hygiéniques, ainsi que le contrôle de leurs composants. Des recommandations réclamées depuis longtemps par des activistes et militantes associatives.

Nous réclamons aujourd'hui ces trois mesures :

- Le libre accès aux protections hygiéniques dans les lieux publics,
- La gratuité de ces protections pour les personnes précaires,
- La transparence sur les composants utilisés dans la fabrication des protections intimes.

1/ Le libre accès aux protections hygiéniques dans les lieux publics.

Certains bars et restaurants le font déjà gracieusement : des bars féministes proposent par exemple des "coins menstrues", approvisionnés à la fois par les gérant.e.s et les utilisatrices et utilisateurs des toilettes. À l'université de Rennes 2, le projet a pu être financé en allouant une partie du budget participatif, la contribution à la vie étudiante et le fond de solidarité et développement. Des marques se sont également investies dans le projet. Le budget total s'élève à presque 50 000 €. À Lille, l'Université a distribué en janvier 2019 gratuitement des protections périodiques aux étudiantes. Serviettes, tampons, coupes menstruelles... environ 30 000 kits ont été offerts. En Écosse, une proposition de loi votée par les députés prévoit que des tampons et des serviettes hygiéniques soient distribués gratuitement dans des lieux spécifiques (pharmacies, clubs de jeunesse, centres locaux). Les bénéfices de telles mesures ? Pour reprendre les mots de la députée écossaise Monica Lennon : cela « marquerait un tournant en normalisant la menstruation [en Écosse] et en envoyant le signal tangible du sérieux avec lequel notre Parlement prend en compte les questions de genre. Il s'agit de produits de base, et pas une seule femme en Écosse ne devrait avoir à vivre sans protections périodiques. » Cette mesure pourrait s'appliquer facilement en France, en créant des points de distribution dans des lieux publics identifiés, comme les gares, les hôpitaux, les abords des pharmacies ou encore les toilettes publiques, comme le préconise le rapport. Mais aussi dans les collèges, lycées et universités, mairies... Cette mesure peut être mise en place en faisant appel à des partenariats avec des prestataires de qualité, des entreprises françaises qui travaillent avec des produits sains et une démarche éthique.

2/ La gratuité des protections pour les personnes précaires

Les protections hygiéniques, pourtant indispensables, coûtent cher et ont même été taxées comme des produits de luxe jusqu'en 2015. Cela conduit de nombreuses personnes (SDF, prisonnier.e.s, étudiant.e.s boursier.e.s, personnes au RSA, mères célibataires) à devoir choisir entre manger ou se fournir en protections hygiéniques. Il s'agit pourtant selon nous d'un produit de première nécessité qui devrait en réalité être gratuit pour toute personne en ayant besoin. Ne pas pouvoir se fournir en protections hygiéniques peut conduire à un décrochement préoccupant de la vie sociale plusieurs jours par mois, et même à des complications de santé, lorsque des protections de fortune sont utilisées à la place ou qu'elles sont portées trop longtemps.

Les protections doivent être accessibles dans des lieux tels que les centres d'accueil pour les sans domicile fixe ou les personnes réfugiées, les hôtels sociaux et les prisons. Étant donné l'état d'urgence sanitaire dans lequel se retrouvent les personnes précaires, cette revendication de gratuité les concerne en premier lieu.

Comment faire ? C'est possible en remboursant, sur demande, ces protections (comme cela se fait déjà avec certaines mutuelles comme la LMDE). Le rapport propose aussi de déployer des distributeurs permettant d'acquérir facilement ces protections par le biais d'une carte bancaire ou d'une carte prépayée distribuée au public le plus précaire. En France, l'ensemble des personnes concernées par la question des règles correspond à 15,5 millions de personnes, soit un quart de la population française en 2018. Les dépenses pour les règles, hors médicaments et sous-vêtements, varient entre 1700 euros et 5400 euros tout au long d'une vie.

3/ La transparence sur les composants utilisés dans la fabrication des protections intimes.

Les [scandales sur la composition](#) des tampons, serviettes, cup et culottes menstruelles ne manquent pas. On peut retrouver dans certains tampons des dérivés du chlore, du glyphosate, du dioxyne. Bien qu'en faibles quantités, ceci est problématique car des produits d'hygiène menstruelle sont utilisés en moyenne cinq jours par mois, pendant environ quarante ans. Seules quelques marques s'engagent aujourd'hui sur le sujet, en fabriquant des protections bio et à la composition vérifiée et certifiée, mais elles sont minoritaires. Pour pouvoir faire le



libre choix de ce qui touche à notre corps, nous avons besoin de savoir avec quoi et comment les produits sont fabriqués. Nous

demandons que la composition de ces produits soient inscrites de manière automatique sur les boîtes de façon claire et lisible, comme cela est déjà le cas pour les cosmétiques et la nourriture. Parce que nous sommes nos choix, nous choisissons par l'intermédiaire de cette tribune d'offrir un monde plus juste, plus égalitaire et dans lequel le coût en matière de santé n'est plus un obstacle insurmontable. Et comme l'activiste Dolores Huerta le disait, « Chaque moment est une occasion de nous organiser. Chaque individu est un activiste potentiel et chaque minute une chance de changer le monde », alors n'attendons plus et agissons, parce que la santé n'est pas un choix, c'est un devoir et ce devoir sera notre combat.

LES CÉLÉBRITÉS S'ENGAGENT POUR LA JOURNÉE MONDIALE DE L'HYGIÈNE MENSTRUELLE, par Louise Col, TerraFemina, le 28/05/2020

https://www.terrafemina.com/article/precarite-menstruelle-les-celebrites-s-engagent-autour-de-regles-elementaires_a353884/1

The screenshot shows the TerraFemina website. At the top, there's a navigation bar with categories: NEWS • CULTURE • WORK • KIDS • LOVE • LIFESTYLE • FEEL GOOD • DIY. To the right of the navigation is a search bar labeled "Recherche sur Terrafemina" with a magnifying glass icon. Below the navigation is a promotional banner for "Creative Cloud" from Adobe, which includes the text "Make it with Creative Cloud. Des applications pour la photographie, le design, la vidéo et le web à partir de 11,99 € TTC par mois." and a "Essayer" button. The main headline of the article is "Les célébrités s'engagent pour la Journée mondiale de l'hygiène menstruelle". Below the headline are social sharing buttons for Facebook, Twitter, LinkedIn, Pinterest, and Email.

Aujourd'hui, c'est la Journée mondiale de l'hygiène menstruelle. Un jour capital pour évoquer un sujet encore trop tabou, mais aussi pour sensibiliser l'opinion à la grande problématique de la précarité menstruelle. L'association "Règles élémentaires" résume tout dans une super vidéo. Camille, l'instigatrice du jubilatoire compte Je m'en bats le clito, mais aussi la handballeuse professionnelle Estelle Nze Minko, sans oublier la phénoménale chanteuse Pomme...

Elles sont nombreuses et iconiques, les personnalités à apparaître dans la dernière vidéo de l'association Règles élémentaires. A l'occasion de la Journée mondiale de l'hygiène menstruelle, le collectif féministe décoche de salvatrices piqûres de rappel au sujet d'un enjeu encore trop peu énoncé et pourtant si universel. L'idée de ce spot ? "Briser les tabous et faire en sorte que chaque femme puisse gérer au mieux ses règles", nous explique-t-on. Visionnée plus d'une dizaine de milliers fois en quelques heures, cette vidéo fait la part belle aux témoignages et à l'engagement des paroles militantes - car l'on y entend également la voix de la journaliste Rebecca Amsellem, créatrice de l'essentielle newsletter Les Glorieuses. En ce jour rouge sang, chaque intervenante est bien décidée à "rompre le silence" quant aux menstruations et à ce qu'elles impliquent. Ce mot d'ordre fédérateur est d'ailleurs décoché avec un emoji "Rosie la riveteuse" à l'appui : "C'est tou·te·s ensemble que nous pouvons changer les règles". A bon entendeur.

Aujourd'hui, c'est la Journée mondiale de l'hygiène menstruelle. Un jour capital pour évoquer un sujet encore trop tabou, mais aussi pour sensibiliser l'opinion à la grande problématique de la précarité menstruelle. L'association "Règles élémentaires" résume tout dans une super vidéo.

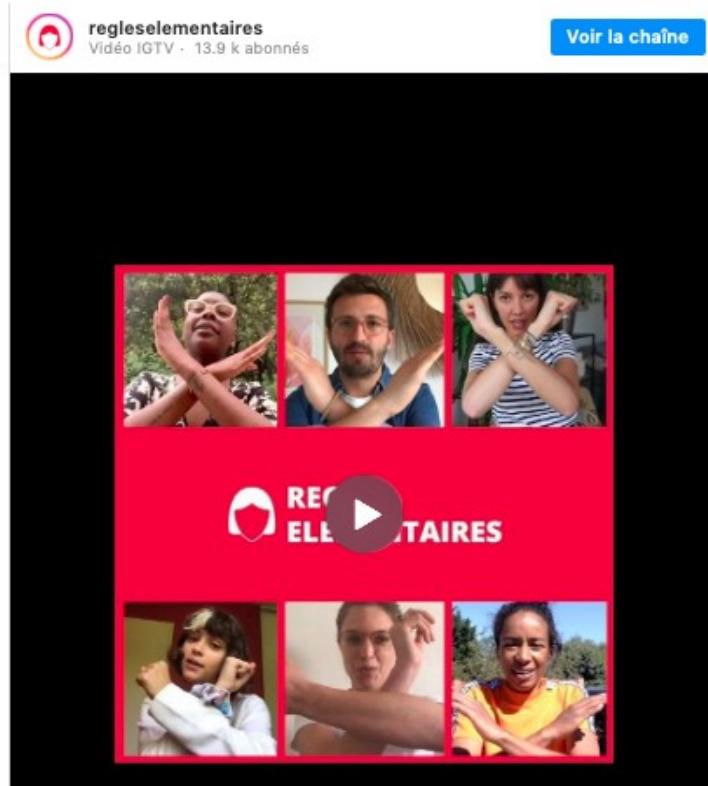
Camille, l'instigatrice du jubilatoire compte Je m'en bats le clito, mais aussi la handballeuse professionnelle Estelle Nze Minko, sans oublier la phénoménale chanteuse Pomme... Elles sont nombreuses et iconiques, les personnalités à apparaître dans la dernière vidéo de l'association Règles élémentaires. A l'occasion de la Journée mondiale de l'hygiène menstruelle, le collectif féministe décoche de salvatrices piqûres de rappel au sujet d'un enjeu encore trop peu énoncé et pourtant si universel.

L'idée de ce spot ? "Briser les tabous et faire en sorte que chaque femme puisse gérer au mieux ses règles", nous explique-t-on. Visionnée plus d'une dizaine de milliers fois en quelques heures, cette vidéo fait la part belle aux témoignages et à l'engagement des paroles militantes - car l'on y entend également la voix de la journaliste Rebecca Amsellem, créatrice de l'essentielle newsletter Les Glorieuses. En ce jour rouge sang, chaque intervenante est bien décidée à "rompre le silence" quant aux menstruations et à ce qu'elles impliquent.

Ce mot d'ordre fédérateur est d'ailleurs décoché avec un emoji "Rosie la riveteuse" à l'appui : "C'est tou·te·s ensemble que nous pouvons changer les règles". A bon entendeur.

Des règles (vraiment) élémentaires

Des règles (vraiment) élémentaires



"Je me suis rendu compte de la précarité menstruelle assez jeune. Je suis partie de chez moi assez tôt donc j'ai dû aller acheter mes propres produits toute seule. Et en regardant les gammes de prix je me suis vite rendue compte qu'on était pas toutes égales face aux règles !", déplore face-caméra Estelle Nze Minko. Il est bon de le rappeler. Car malgré la médiatisation plus évidente du sujet, la précarité menstruelle fait encore des ravages à travers le monde.

La preuve ? Un sondage Ifop nous apprenait l'an dernier que pas moins de 1,7 million de Françaises manquent encore de protections hygiéniques. Des inégalités qui s'expliquent entre autres par le prix des serviettes et autres tampons. Selon une étude britannique, le coût des règles dans la vie d'une femme dépasserait effectivement le cap des 21 000 euros. C'est colossal.

Et aux quatre coins du globe, l'on ne compte plus les actualités tragiques indissociables de cette précarité indigne : l'on pense notamment à ce que subissent un grand nombre de jeunes filles au Kenya, humiliées et exploitées, jusqu'à la mort parfois, pour des histoires de protections hygiéniques.

Il faut dire qu'en 2020 encore, les règles suscitent les pires complexes. La honte et la culpabilité s'enlacent volontiers lorsqu'une telle thématique pointe le bout de son nez. C'est ce que déplorent d'ailleurs les passionnantes Elise Thiébaut et Jack Parker dans leurs opus respectifs (*Les règles, quelle aventure !* et *Le grand mystère des règles*: Pour en finir avec un tabou vieux comme le monde), cités par Rebecca Amsellem dans cette courte vidéo. De belles lectures pour approfondir ces réflexions, et pas simplement un jour par an.

"Il serait temps de rendre les protections hygiéniques gratuites. Personne n'achète un tampon ou une serviette par plaisir, par bonheur. Ce serait quelque chose de normal que ces protections soient déposées dans des cités universitaires, dans des endroits où l'on trouve une vraie précarité", déclare encore la blogueuse Emanouela du côté de Règles Élémentaires. Des déclarations fortes. Qui n'attendent qu'un peu de bon sens en retour.

PRÉCARITÉ MENSTRUELLE : 1,7 MILLION DE FEMMES MANQUENT DE PROTECTIONS PÉRIODIQUES, par Morgane Russeil-Salvan, We Demain, le 27/05/2020

https://www.wedemain.fr/Precarite-menstruelle%20-17-million-de-femmes-manquent-de-protections-periodiques_a4719.html



WE LIFE

Précarité menstruelle : 1,7 million de femmes manquent de protections périodiques

Par Morgane Russeil-Salvan | Publié le 27 Mai 2020

Le prix des serviettes et tampons, conjugué aux conditions de vie, prive de nombreuses femmes en France d'un accès à des protections périodiques dignes de ce nom. Les choses se compliquent encore lorsqu'il s'agit de trouver des alternatives écologiques...

Depuis le 1er janvier 2016, les protections périodiques sont ne sont plus considérées comme des produits de luxe : un amendement a ramené de 20 % à 5,5 % leur taux de TVA. Pourtant, si les serviettes et tampons font à présent partie de la catégorie des produits de première nécessité – comme l'eau, le pain ou les préservatifs –, s'en procurer demeure un luxe pour de trop nombreuses femmes. La journée mondiale de l'hygiène menstruelle, organisée tous les 28 mai depuis 2014, est l'occasion de revenir sur cette précarité encore taboue.

ÉTAT DES LIEUX

Que représente la part des protections périodiques dans le budget des femmes ? Le Monde estime un coût moyen de dix euros par cycle : un chiffre qui comprend l'achat d'anti-douleurs, dont la plupart pris en automédication et donc non remboursés.

Dix euros par mois, cela représente près de 5 000 euros sur une vie si l'on considère qu'une femme aura en moyenne 500 fois ses règles avant d'atteindre la ménopause. Une somme trop élevée pour les plus vulnérables.

À lire aussi : L'étandard sanglant est levé ! Comment les règles cessent d'être taboues

Il est important de souligner que les femmes sont davantage exposées à la pauvreté que les hommes. Selon l'Insee, le pouvoir d'achat des femmes les plus précaires ne serait que de 180 euros par mois (hors loyer, crédits et alimentation). Les règles représentent 5 % de ce budget restreint... contre 0,5 % pour les femmes les plus riches.

En 2019, l'Ifop consacrait une étude à la précarité hygiénique. L'institut estimait alors à 1,7 million le nombre de femmes concernées par le manque de protections hygiéniques. Un chiffre qui englobe les travailleuses précaires aussi bien que les étudiantes – 270 000 d'entre elles vivent sous le seuil de pauvreté – ou les sans abris.

Il faudrait également y ajouter les détenues : en octobre 2019, l'association féministe Georgette Sand manifestait contre la précarité menstruelle en prison. Les militantes réclamaient l'accès à des protections hygiéniques gratuites ou à prix coûtant pour toutes les détenues, estimant abusifs les tarifs pratiqués par l'administration pénitentiaire.

L'ÉCOLOGIE, INACCESSIBLE ?

Le Monde n'avait pas pris en compte les protections réutilisables pour réaliser ses calculs. Pourtant, les alternatives durables se multiplient. Seulement voilà, le prix de ces protections demeure rédhibitoire pour de nombreuses femmes.

Une cup est vendue entre 15 et 35 euros pièce et une serviette lavable entre 15 et 20 euros. Quant aux culottes menstruelles, leur prix oscille entre une trentaine et une cinquantaine d'euros l'unité.

L'investissement de départ est souvent trop conséquent pour celles qui ont du mal à boucler leurs fins de mois, même si le prix de ces protections durables peut être rapidement amorti : la marque Dans ma culotte estime à 20 euros par an l'économie réalisée par les acheteuses de serviettes lavables. Un chiffre qu'il faut prendre avec des pincettes puisqu'il provient d'un vendeur de protections durables.

Pour les femmes sans domicile fixe, ces produits relèvent même de l'absurde : impossible de les utiliser sans avoir accès à une ressource en eau et en savon.

Les femmes sans abri – qui représentent, en France, 40 % de la population sans domicile – ont déjà bien du mal, selon les associations, à protéger leurs stocks de protections jetables de la pluie et de la poussière. Beaucoup d'entre elles se contentent de papier toilette récupéré dans des WC publics, quand ceux-ci ne sont pas payants.

Les associations multiplient leurs efforts pour apporter à ces femmes les produits d'hygiène dont elles ont besoin. Outre les collectes de serviettes hygiéniques, distribuées lors de maraudes, elles réclament des protections gratuites pour les plus précaires.

En février 2020, ces associations ont obtenu une première victoire : les secrétaires d'État Marlène Schiappa et Christelle Dubos annonçaient vouloir expérimenter la gratuité des protections périodiques dans plusieurs lieux collectifs.

 **Règles Élémentaires**
@RElementaires 

💡 Une victoire ! **@duboschristelle** et **@MarleneSchiappa** ont annoncé que le gouvernement débloquait 1 million d'euros pour expérimenter la mise à disposition de protections d'hygiène intime gratuitement dans plusieurs lieux clefs.

Ensemble, nous changeons les règles !

 **MINISTÈRE DE L'ÉGALITÉ
ENTRE LES FEMMES
ET LES HOMMES**
 **MINISTÈRE
DES SOLIDARITÉS
ET DE LA SANITÉ**

Marlène SCHIAPPA
Secrétaire d'Etat chargée de l'Egalité entre les femmes et les hommes et de la Lutte contre les discriminations

Christelle DUBOS
Secrétaire d'Etat auprès de la ministre des Solidarités et de la Santé

Marlène Schiappa et Christelle Dubos annoncent l'expérimentation en 2020 de la gratuité des protections hygiéniques dans plusieurs lieux collectifs pour un budget d'1 million d'euros

Marlène Schiappa et Christelle Dubos annoncent l'expérimentation en 2020 de la gratuité des protections hygiéniques dans plusieurs lieux collectifs pour un budget d'1 million d'euros. L'inégalité des femmes dans l'accès aux produits d'hygiène est un phénomène que la sénatrice Patricia Schillinger dénonçait dans son rapport remis aux ministres en novembre 2019. D'après l'association Règles élémentaires*, ce sont aujourd'hui 1,7 million de femmes qui sont victimes de cette précarité menstruelle en France.

Yayyy! ❤️

8:41 PM · 13 févr. 2020 

DÈS SEPTEMBRE, LES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES SERONT GRATUITES POUR LES FEMMES PRÉCAIRES, par Mégane Bouron, +PositivR, le 28/05/2020

<https://positivr.fr/en-septembre-les-protections-hygiéniques-seront-distribuées-gratuitement-aux-femmes-en-difficulte/>

Accueil > Thématique > Solidarités

SOLIDARITÉS INITIATIVES

Dès septembre, les protections hygiéniques seront gratuites pour les femmes précaires

Pour lutter contre la précarité menstruelle, le gouvernement va distribuer des protections hygiéniques gratuites aux jeunes filles et femmes précaires.

Par **Mégane Bouron** - 28 mai 2020



C'est une annonce très attendue par les militantes féministes. À la rentrée, la mise à disposition de protections hygiéniques gratuites sera expérimentée auprès des femmes en situation difficile. Une mesure pleine de promesses. En 2020, environ 1,7 million de femmes continuent d'être privées de protections hygiéniques. Face à ce constat alarmant, une tribune a été publiée par Marlène Schiappa, Brune Poirson, Christelle Dubos et Agnès Pannier-Runacher. Son objectif ? Lutter efficacement contre la précarité menstruelle. « Il n'est pas acceptable que des femmes en situation de précarité arbitrent entre un paquet de pâtes et des protections, il n'est pas acceptable que des jeunes filles fassent mine d'avoir oublié des serviettes chez elles pour s'en procurer ailleurs. » Dans ce texte intitulé Ensemble, brisons le tabou des règles ! les quatre femmes annoncent que « dès le mois de septembre, la mise à disposition de protections hygiéniques gratuites sera expérimentée auprès d'élèves du second degré et d'étudiantes, de femmes détenues, de femmes précaires et sans abri. » Afin de rendre possible cette initiative, un million d'euros va être débloqué par l'État.

Les serviettes et tampons seront directement distribués aux personnes dans le besoin ou bien « mis à disposition dans les épiceries sociales, accueils de jour, les foyers et les centres d'hébergement, les établissements d'incarcération, mais aussi les établissements du second degré et les universités ».

Mais cette expérimentation n'est pas la seule mesure annoncée. En effet, le gouvernement souhaite également soutenir divers organismes engagés dans cette lutte, comme L'association Règles élémentaires. Cette dernière pourra ainsi bénéficier d'une aide de 60 000 euros pour continuer à exercer sa mission auprès des femmes précaires.

EN SEPTEMBRE, DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES GRATUITES DANS LES ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES, par Marie Zafimehy, RTL, le 28/05/2020

<https://www rtl fr/actu/debats-societe/en-septembre-des-protections-hygiéniques-gratuites-dans-les-etablissements-scolaires-7800557995>



INFO RADIO VIDÉO



En Direct

Ça peut vous arriver

En septembre, des protections hygiéniques gratuites dans les établissements scolaires

En ce jeudi 28 mai, journée mondiale de l'hygiène menstruelle, quatre femmes membres du gouvernement annoncent la gratuité des protections hygiéniques à partir de septembre 2020 dans les établissements scolaires, et pour "les femmes détenues, précaires et sans abri".



"Les règles, c'est naturel. Ne pas pouvoir se procurer des protections, non." Ce jeudi 28 mai marque la Journée mondiale de l'hygiène menstruelle. À cette occasion quatre "Femmes engagées" membres du gouvernement, annoncent que "dès le mois de septembre 2020, la mise à disposition de protections hygiéniques gratuites sera expérimentée auprès d'élèves du second degré et d'étudiantes, de femmes détenues, de femmes précaires et sans abri". Une initiative dont le budget s'élève à un million d'euros. "Il n'est pas acceptable que des femmes en situation de précarité arbitrent entre un paquet de pâtes et des protections, il n'est pas acceptable que des jeunes filles fassent mine d'avoir oublié des serviettes chez elle pour s'en procurer ailleurs", écrivent Agnès Pannier-Runacher, Christelle Dubos, Brune Poirson et Marlène Schiappa dans une tribune publiée dans le Huffington Post. Selon l'association Règles Élémentaires qui se bat contre la précarité menstruelle, "1,7 million de femmes" manqueraient de protections hygiéniques en France.

En février dernier, le gouvernement avait déjà annoncé l'expérimentation des protections hygiéniques gratuites pour les personnes précaires. En élargissant cette mesure aux établissements scolaires, la France s'inscrit dans la lignée de l'Écosse, première nation à avoir mis en place la distribution de tampons et serviettes gratuites dans ses collèges, lycées et universités.

LES ACTUS DU JOUR, par Hugo Decrypte, Youtube, le 28/05/2020

<https://www.youtube.com/watch?v=c5V2ketXmVE&feature=youtu.be>

The screenshot shows a YouTube video player. At the top right, the channel name 'HUGO DÉCRYPTE' is displayed with a small info icon. On the left side of the video frame, there are two white line-art icons: a euro symbol inside a circle and a keyhole. The video itself shows a young man in a yellow t-shirt sitting at a desk, looking down at a tablet he is holding. The video player has a red progress bar indicating it's at 8:22 / 9:23. Below the video are several interactive buttons: play/pause, volume, settings, and others. To the left of the video frame, the text 'COVID-19' is visible, along with a link to 'Gouvernement.fr: dernières informations sur le Coronavirus.' and a 'EN SAVOIR PLUS' button. Below this section, there is a link to 'Plus d'infos sur Google'. At the bottom of the video frame, there is a summary of the video's content: 'Réouverture des lycées, des bars, des cinémas, fin des 100km, déconfinement... Les actus du jour'. Below the video frame, the channel information is shown: '130176 vues', '11 K', '128', 'PARTAGER', 'ENREGISTRER', and '...', along with a profile picture of the channel owner, 'HugoDécrypte', and '790 k abonnés'. A red 'S'ABONNER' button is also present.

LOVIN'FUN DU 28 MAI 2020, Karel & Alice & Doc Pavageau, Fun Radio, le 28/05/2020

<https://www.funradio.fr/news/lovin-fun-du-28-mai-2020-7800559481>



REPLAY ARTISTES EMISSIONS

Lovin'Fun du 28 mai 2020

Écoutez ou réécoutez Lovin'Fun de Karel, Alice, Doc Pavageau du 28 mai 2020.



Lovin'Fun Karel & Alice & Doc Pavageau

ITUNES RSS



LES MENSTRUATIONS, ON EN PARLE? par Aude Derbos, uestfrance, le 28/05/2020

ON RESPIRE !

Les menstruations, on en parle ?

Tiens, aujourd'hui jeudi 28 mai, c'est la Journée mondiale de l'hygiène menstruelle. Vous en avez entendu parler ? Non. Pas même un mail dans la boîte de réception, pourtant farcie d'événements dédiés à la Fête des mères (le 7 juin), des pères (le 21 juin), du vélo (du 30 mai au 7 juin), ou encore à la Journée mondiale de l'océan (8 juin), ou sans tabac (31 mai). Pas un mot donc sur les menstruations, la réalité des femmes 9 % du temps, soit 2 730 jours de leur vie et pour lesquelles elles utilisent quelques 10 à 20 000 protections hygiéniques jetables. Au passage, en plus des douleurs et autres contraintes, l'affaire représente un budget coquet : de 8 000 à 23 000 euros, d'après l'association solidaire Règles élémentaires. Le sujet ne concerne pas plus de 15,5 millions de femmes françaises après tout. Pas de quoi en faire un communiqué de presse...

Dommage, car cette journée mondiale est née en 2014 pour « rompre le silence ». Raté. Il aurait pu être utile par exemple, d'expliquer aux jeunes filles qu'il existe des protections alternatives bio, comme les serviettes en tissu lavables ou les culottes menstruelles fabriquées en nouvelle Aquitaine par Plim. Et si nous changions les règles ?

Aude Ferbos

www.reglelementaires.com

www.plim.fr/fr

<https://menstrualhygieday.org>



BONNE NOUVELLE : LES PROTECTIONS PÉRIODIQUES SERONT GRATUITES POUR LES FEMMES EN SITUATION DE PRÉCARITÉ, par Nathalie Kleczinski, Neozone, le 31/05/2020

<https://www.neozone.org/societe/bonne-nouvelle-les-protections-periodiques-seront-gratuites-des-septembre-pour-les-femmes-en-situation-de-precarite/>

Bonne nouvelle : les protections périodiques seront gratuites pour les femmes en situation de précarité

La précarité menstruelle concerne 1.7 millions de femmes en France ! Dès septembre et après une réflexion gouvernementale d'un an, des protections seront distribuées gratuitement aux femmes dans le besoin ! Enfin !

Nathalie Kiczinski  31 mai 2020 Temps de lecture 1 minute

814 PARTAGES

Partagez



Annonce fermée par Google



La précarité menstruelle concerne 1.7 millions de femmes en France ! Dès septembre et après une réflexion gouvernementale d'un an, des protections seront distribuées gratuitement aux femmes dans le besoin ! Enfin !

oilà près d'un an que nous vous avions parlé de la réflexion de Marlène Schiappa (Secrétaire d'Etat chargée de l'égalité femmes/hommes) au sujet de la gratuité des protections périodiques pour les femmes en situation de précarité ! C'est à l'occasion de la journée mondiale de l'hygiène menstruelle le 28 mai dernier que cette réflexion a pris fin.

Quatre femmes du gouvernement annonçaient que, dès le mois de septembre commencerait la distribution de protections hygiéniques gratuites pour certaines femmes. Nous n'y pensons pas toujours mais le budget protections menstruelles peut s'avérer important et toutes les femmes n'ont pas les moyens de se protéger correctement. Explications.

Les secrétaires d'Etat Marlène Schiappa, Brune Poirson, Agnès Pannier-Runacher et Christelle Dubos annoncent donc à l'unisson la création de cette expérimentation. Concrètement, les protections bénéficieront aux élèves du second degré et aux étudiantes. Mais également, aux femmes en détention, en situation de précarité financière ou sans-abri. La précarité menstruelle concerne 1.7 millions de femmes en France manquent de protections hygiéniques. Certaines doivent même choisir entre se nourrir et se protéger durant ces périodes obligatoires de la vie d'une femme. Les quatre membres du gouvernement concluent leur annonce par « Les règles, c'est naturel. Ne pas pouvoir se procurer des protections, non » .

Comment se dérouleront les distributions ?

Sur le terrain, ces protections seront distribuées via les universités, les centres pénitentiaires et les épiceries sociales. Pour les sans-abris, elles seront proposées aux femmes sans-abris sur système des maraudes sociales. L'association « Règles Élémentaires » bénéficiera d'une dotation de 60 000€ pour soutenir collectes et distributions. Mais également pour informer et sensibiliser sur les nouvelles mesures prises par le gouvernement.

Nous ne jugerons pas ici du degré écologique des protections périodiques dites classiques comme les serviettes ou tampons. Nous jugerons plutôt l'initiative qui permettra ENFIN à toutes les femmes de pouvoir se protéger dignement lors de leurs cycles menstruels. La réflexion fût longue mais elle aboutira enfin dès septembre et c'est une excellente nouvelle !

DÈS SEPTEMBRE, DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES GRATUITES POUR LES PLUS PRÉCAIRES, par Alonso Alvarez, le Pokaa, le 02/06/2020

<https://pokaa.fr/2020/06/02/des-septembre-des-protections-hygiéniques-gratuites-pour-les-plus-precaires/>



Dès septembre, des protections hygiéniques gratuites pour les plus précaires

Par Caroline Alonso Alvarez - 2 juin 2020 1065 0

Le 28 mai dernier, à l'occasion de la journée mondiale de l'hygiène menstruelle, Marlène Schiappa, Brune Poirson, Agnès Pannier-Runacher et Christelle Dubos ont signé une tribune dans le HuffPost sous le collectif Femmes du gouvernement engagées. Elles y annoncent la mise à disposition de protections hygiéniques gratuites auprès des populations les plus touchées par la précarité menstruelle, dès le mois de septembre prochain.

Voilà maintenant près d'un an que le gouvernement a entamé une réflexion réunissant secrétaires d'État, parlementaires, associations entrepreneuses et industriels, au sujet des règles. L'objectif ? En faire un sujet de politique publique. Ouvrir la discussion concernant les règles, jusque-là restée taboue, va en effet permettre de mettre en place des actions concrètes, afin de soulager et améliorer le quotidien des femmes. C'est en tout cas ce qu'espère la secrétaire d'État chargée de l'Égalité entre les femmes et les hommes et de la Lutte contre les discriminations Marlène Schiappa, qui a signé une tribune à ce sujet publiée dans le HuffPost le 28 mai dernier, aux côtés de Brune Poirson, secrétaire d'État auprès du ministre de la Transition écologique et solidaire, Agnès Pannier-Runacher, secrétaire d'État auprès du ministre de l'Économie et Christelle Dubos, secrétaire d'État auprès du ministre des Solidarités et de la Santé.

Qu'est-ce que la précarité menstruelle ?

Les Femmes du gouvernement engagées abordent notamment la notion de précarité menstruelle, soit le fait de ne pas avoir accès, faute de moyens, à des protections hygiéniques pour des personnes ayant leurs règles. En France et selon l'association Règles élémentaires, près d'1.7 millions de femmes sont touchées par la précarité menstruelle. "Nous devons faire en sorte que chacune puisse trouver une protection hygiénique sans difficulté. Il n'est pas acceptable que des femmes en situation de précarité arbitrent entre un paquet de pâtes et des protections, il n'est pas acceptable que des jeunes filles fassent mine d'avoir oublié des serviettes chez elle pour s'en procurer ailleurs." précisent les co-signataires. Ainsi, dès le mois de septembre, les protections hygiéniques seront distribuées gratuitement, aux femmes en situation de précarité.

Comment et à qui les distributions seront faites ?



C'est Patricia Schllinger, sénatrice du Haut-Rhin, qui est à la tête de la mise en œuvre de cette expérimentation à laquelle le gouvernement a décidé de consacrer 1 million d'euros. Dès le mois de septembre 2020, des protections hygiéniques seront disponibles gratuitement dans des lieux collectifs à destination de différentes catégories de la population, qui sont le plus durement touchées par cette précarité menstruelle, comme les élèves de collèges et lycées, les étudiantes, ou encore les femmes détenues ou sans-abris.

Concrètement, les protections hygiéniques seront distribuées par l'intermédiaire de maraudes auprès des femmes en difficulté, et mises à disposition "dans les épiceries sociales, accueils de jour, les foyers et les centres d'hébergement, les établissements d'incarcération, mais aussi les établissements du second degré et les universités." L'association Règles élémentaires va aussi bénéficier de 60 000 euros afin de soutenir les collectes et les distributions et pour sensibiliser à cette action.

Sac "Fey", de Mehry Mu.

Haut en tulle, Gucci.

Applique murale, Cyrillus.

{ PRÉCARITÉ }

CHANGER LES RÈGLES

L'expression « Changer les règles » est désormais connue : pour 1,7 million de femmes en France, le coût financier des protections hygiéniques constitue un véritable obstacle. Le problème étant parfaitement identifié, restait à lui trouver une solution. L'Ecosse a été la première à donner l'exemple, en permettant la distribution gratuite de tampons et serviettes dans les établissements scolaires. En France, la révolution est programmée pour septembre, date à laquelle le gouvernement expérimente la gratuité « auprès d'élèves du second degré et d'étudiantes, de femmes détenues, de femmes précaires et sans abri. » Un million d'euros sera également mis sur la table. La démarche, qui répond à la demande d'associations comme Règles élémentaires, s'accompagne d'une campagne de sensibilisation. Pour briser le tabou, une fois pour toutes. **H.G.**

RÈGLES ÉLÉMENTAIRES ARRÊTE LE TEMPS, par Marie-Caroline Royet, Stratégies Magazine, le 11/06/2020

<https://www.strategies.fr/creations/dernieres-creations/4045896W/regles-elementaires-arrete-le-temps.html>

≡ MENU

STRATÉGIÉS



-40%

STRATÉGIÉS
LE MÉDIA DES
NOUVEAUX MODÈLES

ABONNEZ-VOUS
Offre print + web
à 249€

G R A T U I T
LE 13H
INSCRIPTION ICI

Accueil > Créations > Inspirations > Règles élémentaires arrête le temps



HYGIÈNE

RÈGLES ÉLÉMENTAIRES ARRÊTE LE TEMPS

11/06/2020 - par Marie-Caroline Royet

Agence : Serviceplan

Dans cette campagne de prévention signée par Serviceplan et l'association de lutte contre la précarité menstruelle Règles élémentaires, la présentatrice télé qui doit annoncer la météo à l'écran est aux abonnés absents. Aucun lien avec une recommandation de distanciation sociale, elle a tout bonnement ses règles, explique une voix-off de la...

LES ARTICLES LES + LUS

- 1 Communicants, arrêtez de vous plaindre !
- 2 «Le marketing aussi fait sa révolution responsable», Caroline Renoux (Birdeo)
- 3 Denis Olivennes devient directeur général de Libération
- 4 De l'ancien et du neuf dans l'Après
- 5 Antifragile and chill



Dans cette campagne de prévention signée par Serviceplan et l'association de lutte contre la précarité menstruelle Règles élémentaires, la présentatrice télé qui doit annoncer la météo à l'écran est aux abonnés absents. Aucun lien avec une recommandation de distanciation sociale, elle a tout bonnement ses règles, explique une voix-off de la chaîne. Cette situation met en exergue une réalité qui touche 1,7 millions de Françaises victimes de la précarité menstruelle, c'est à dire qui n'ont pas les moyens de s'acheter des protections ou des produits d'hygiène. Certaines n'ont d'autres choix que de s'absenter pendant leurs règles. Une réalité qui n'est pas nouvelle mais importante à rappeler.

HYGIÈNE FÉMININE : CHANGEMENT DE RÈGLES, par Chambre de Consommation d'Alsace et du Grand Est, Dernières Nouvelles d'Alsace, le 11/06/2020

<https://www.dna.fr/societe/2020/06/10/changement-de-regles>

Hygiène féminine : changement de règles

Des « nouvelles » pratiques intimes refont surface. Historiquement inspirées, mais adaptées à la fois à la vie active et éthique modernes, elles s'inscrivent en protection du corps, et du porte-monnaie des femmes sans oublier Mère Nature.

Par **Chambre de Consommation d'Alsace et du Grand Est** · Hier à 05:00 | mis à jour à 12:54 - Temps de lecture : 4 min

□ | □ | Vu 456 fois



Des « nouvelles » pratiques intimes refont surface. Historiquement inspirées, mais adaptées à la fois à la vie active et éthique modernes, elles s'inscrivent en protection du corps, et du porte-monnaie des femmes sans oublier Mère Nature. Menstruation, évolution, révolution ?

Dans l'Egypte ancienne, nous retrouvons les traces – pour n'en laisser aucune – de bâtonnets entourés de papyrus ramolli (ceci expliquerait-il que ces produits aient été soumis à la réglementation du papier et non des dispositifs médicaux jusque dans les années 1970 en Europe ?), puis plus tard, de lin ou de laine. Vinrent ensuite les linges et jupons, qui laissaient s'écouler librement le flux sans le recueillir. Suivirent les ceintures sanitaires et « chauffoirs » utilisés dans les milieux bourgeois et aristocratiques, ainsi que par Marie-Antoinette elle-même.

C'est durant la Première Guerre mondiale qu'apparaissent les serviettes jetables confectionnées par les infirmières à partir de ouate et de compresses de gaz, fixées à l'aide d'épingles. Leur commercialisation massive se lancera dans les années 1920 aux États-Unis. Celle des tampons viendra dans la décennie suivante inspirée des éponges à usage interne. Leur démocratisation s'étendra à l'Europe après la Deuxième Guerre mondiale. Les ultimes innovations se sont portées sur la capacité d'absorption ainsi que sur l'ergonomie. Comprenez : ajouts de rabats latéraux, création d'une gamme nocturne tenant enfin compte de la position ventrale ou dorsale... ou comment appliquer la loi de la gravitation dans l'univers « elles » avec ou sans applicateur ! Près de trois siècles après la révélation de Newton, mesdames, encore une histoire de pommes à en dormir debout !

Plus de confort ! Mais à quel prix ?

Sanitaire d'abord, puisque leur composition est longtemps restée un tabou encore plus indisposant que les règles elles-mêmes. C'est à la suite d'une étude publiée en mars 2016 par 60 Millions de Consommateurs , révélant la présence de résidus potentiellement toxiques – dioxines, glyphosate et autres pesticides, que les fabricants sont incités à indiquer la composition sur leurs emballages. L'année suivante, la DGCCRF confirmera avoir trouvé sur l'ensemble de la filière : dioxines, furanes et composés organiques halogénés extractibles (EOX), ainsi que des résidus d'hydrocarbures aromatiques polycycliques (HAP). Même si cette institution juge qu'il n'y a « aucun risque grave immédiat pour la santé », rappelons qu'il s'agit de produits directement au contact des muqueuses, pour une exposition répétitive et à long terme.

Environnemental ensuite, puisqu'une femme ayant en moyenne ses règles 400 à 500 fois au cours de sa vie, cela représenterait entre 5000 et 15 000 déchets jetés.

L'aspect socioéconomique enfin, car ces produits de première nécessité représentent un coût conséquent dont l'estimation varie d'une étude à l'autre, mais dont le montant avoisine les 200 € par an au minimum. Des initiatives se développent pour lutter contre la précarité menstruelle. Notamment la baisse de la TVA le 1er janvier 2016 (passant de 20 % – celle appliquée aux produits de luxe ! – à 5,5 %) ou encore le remboursement par certaines mutuelles étudiantes. Le collectif Règles élémentaires, association nationale, vient placer, à l'occasion d'événements locaux, des urnes de collecte au profit des femmes SDF ou incarcérées : vous les retrouvez par exemple en décembre dernier sur le MARCHE OFF du marché de Noël de Strasbourg. Enfin, leur distribution gratuite est lancée à titre expérimental à l'initiative de Marlène Schiappa et Christelle Dubos (secrétaires d'Etat chargées respectivement de l'Égalité hommes femmes et de la Solidarité et la Santé).

UNE PRÉSENTATRICE MÉTÉO ABSENTE À CAUSE DE SES RÈGLES : LA CAMPAGNE CHOC QUI ALERTE, par Pauline Machado, Terrafemina, le 09/06/2020

https://www.terrafemina.com/article/precarite-menstruelle-la-campagne-choc-qui-bouleverse-la-meteo_a354025/1

Une présentatrice météo absente à cause de ses règles : la campagne choc qui alerte

129 Partages

[Partager sur Facebook](#)



Par Pauline Machado
Publié le Mardi 09 Juin 2020

L'association Règles Elementaires signe un spot percutant qui transpose, à la télé, la réalité d'1,7 million de femmes. Faute de moyens pour acheter des protections hygiéniques, elles ne peuvent parfois pas se rendre au travail ou à l'école quand elles ont leurs règles.

Mettre en place une solution d'enlèvement en bordure de trottoir en quelques jours

Mettre rapidement en place l'enlèvement en bordure de trottoir avec Dynamics 365

[En savoir plus >](#)



L'association Règles Elementaires signe un spot percutant qui transpose, à la télé, la réalité d'1,7 million de femmes. Faute de moyens pour acheter des protections hygiéniques, elles ne peuvent parfois pas se rendre au travail ou à l'école quand elles ont leurs règles. La vidéo démarre comme n'importe quel programme météo. Seule différence une fois la caméra sur le plateau : personne pour nous l'annoncer. A la place, quelques mots diffusés par la chaîne : "Notre présentatrice n'assurera pas la météo. Non pas pour cause de distanciation sociale mais parce qu'elle a ses règles."

Quelques secondes plus tard, un texte s'affiche sur l'écran, décrivant le quotidien de celles qui ne possèdent pas les moyens pour s'acheter des protections hygiéniques. Pendant leur cycle, il leur est parfois impossible d'aller à l'école ou de travailler. Un fléau que Règles Élémentaires, l'association derrière le spot soutenu par le groupe Canal + et France Ô, veut éradiquer.

"Cette absence met en évidence la réalité qui touche 1,7 million de femmes victimes de précarité menstruelle en France", écrit l'organisation qui organise aussi des collectes nationales de protections périodiques, dans un communiqué. "Des femmes qui n'ont pas les moyens de s'acheter des produits d'hygiène intime et qui ne peuvent pas vivre leurs règles dignement. Des femmes pour qui la solution se trouve alors dans l'absence, dans le fait de ne pas se rendre sur leur lieu de travail ou d'études."

Par ces images percutantes, ses fondatrices veulent sensibiliser, alerter l'opinion, pour mieux leur venir en aide. Et aussi, briser les tabous nocifs qui empêchent de vivre ses menstruations le plus confortablement - et naturellement - possible.

En France, des protections gratuites dès septembre

Après des années de mobilisation militante (Règles Élémentaires s'est créée en 2015), le gouvernement français a annoncé, le 28 mai, Journée mondiale de l'hygiène menstruelle, lancer l'expérimentation de mise à disposition de serviettes et de tampons gratuits pour les personnes les plus précaires.

Des produits qui seront distribués "dans les épiceries sociales, accueils de jour, les foyers et les centres d'hébergement, les établissements d'incarcération, mais aussi les établissements du second degré et les universités", y précisent quatre membres du gouvernement, dont Marlène Schiappa, secrétaire d'Etat chargée de l'Egalité femmes-hommes, dans une tribune publiée sur le HuffPost et intitulée "Ensemble, brisons le tabou des règles !".

“NOTRE PRÉSENTATRICE N’ASSURERA PAS LA MÉTÉO PARCE QU’ELLE A SES RÈGLES” : LE SPOT QUI DÉNONCE LA PRÉCARITÉ MENSTRUUELLE, par Katia Rimbert, Yahoo Actualités, le 11/06/2020

https://fr.news.yahoo.com/precariete-menstruelle-campagne-regles-elementaires-menstruations-presentatrice-meteo-124814952.html?guccounter=1&guce_referrer=aHR0cHM6Ly93d3cuZ29vZ2xJmNvbS8&guce_referrer_sig=AQAAADNQERFCC_qpsyRE0kplRedOQc9VkdHl3eeva0duoz_p1CP6r8_4-Wlm3WbFhmnn27kZ27qyfSPTt0TvasIQth64qXhY7Uo0ADw-pdKPTIi5xpkFLEnD_IWb-dp0-dgYzXBBlPSbABof06sBCsP_NLzecAtC66h9_Am9Wu8URPcET



Rechercher

Rechercher

"Notre présentatrice n'assurera pas la météo parce qu'elle a ses règles" : le spot qui dénonce la précarité menstruelle



Katia Rimbert

Yahoo Style France 11 juin 2020



L’association Règles Élémentaires signe une campagne vidéo afin de sensibiliser le public sur un sujet tabou mais bien réel : la précarité menstruelle en France. Un spot court et efficace, qui rappelle que ce phénomène concerne de nombreuses femmes, et empiète sur leur vie scolaire et professionnelle.

1,7 million. C'est le nombre de femmes françaises qui n'ont pas les moyens de s'acheter des protections périodiques lorsqu'elles ont leurs règles, selon un sondage Ifop datant de 2019. Pour que les choses changent, l'association Règles Élémentaires se bat depuis 2015 contre la précarité menstruelle, notamment en collectant des produits d'hygiène intime, qui ne sont pas considérées comme un produit de première nécessité donc qui ne sont pas remboursées par la sécurité sociale. Mais elle se bat aussi pour mettre en lumière une vérité : ce phénomène entraîne de l'absentéisme dans le milieu scolaire et dans le monde professionnel.

Oui, en 2020, les jeunes filles qui ont leurs menstruations ne se rendent parfois pas à l'école ou sur leur lieu d'études à cause de leur cycle menstruel. Tout comme bon nombre de femmes ne peuvent pas aller travailler plusieurs jours dans le mois parce que du sang qui coule entre leurs jambes.

Une campagne vidéo pour lutter contre la précarité menstruelle

C'est pourquoi, l'organisme a décidé de frapper un grand coup en signant une campagne de sensibilisation, soutenue par les chaînes Canal+ et France Ô. Au début, on croit à un petit jingle comme on peut en voir juste avant la météo à la télé. Un champ de blé, les

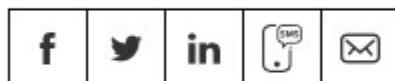
oiseaux qui chantent, le coucher du soleil... Et puis on comprend vite qu'on va nous parler d'autre chose que de la pluie et du beau temps. "Notre présentatrice n'assurera pas la météo. Non pas pour cause de distanciation sociale mais parce qu'elle a ses règles", entend-on en voix off avant de découvrir le message de sensibilisation. Ça a le mérite d'être clair et d'éveiller les consciences. Les règles sont toujours aussi taboues et il est encore très délicat pour les personnes réglées d'évoquer ce sujet avec leurs professeurs ou leur employeur. Une étude menée aux Pays-Bas et publiée dans la revue anglaise British Medical Journal révélait que 14% des interrogées ont déjà déserté leur lieu de travail parce qu'elles étaient indisposées et 3,5% le font presque tous les mois. L'enquête affirmait aussi que les jeunes filles de moins de 21 ans sont trois fois plus susceptibles d'être absentes de leur poste que les collègues plus âgées.

Des protections mensuelles gratuites pour les femmes précaires

Pourtant, il semblerait que la précarité menstruelle soit enfin prise en considération par les pouvoirs publics. Lors de la journée mondiale de l'hygiène menstruelle le 28 mai dernier, le gouvernement français a annoncé la distribution gratuite de protections hygiéniques aux femmes précaires. Cette "expérimentation", dévoilée dans une tribune publiée sur le site du Huffington Post, aura lieu dans le Haut-Rhin en septembre 2020. Les tampons et serviettes hygiéniques seront disponibles "dans les épiceries sociales, accueils de jour, les foyers et les centres d'hébergement, les établissements d'incarcération, mais aussi les établissements du second degré et les universités" tandis que "des maraudes permettront de distribuer des protections aux femmes en difficulté".

Le communiqué annonçait aussi que Règles Élémentaires allait recevoir une dotation de 60 000 euros "pour soutenir les collectes et la distribution de produits d'hygiène, sensibiliser, informer et former les intervenants sociaux et bénévoles et intervenir auprès des femmes en situation de précarité".

Réjeanne, la lingerie menstruelle écoresponsable



Chaque semaine, nous vous donnons la possibilité de gagner des cadeaux durables. Aujourd’hui, nous donnons la possibilité à deux personnes de remporter un bon cadeau d’une valeur de soixante-dix-huit euros à valoir sur la boutique en ligne de Réjeanne. Avec une durée moyenne de 2 280 jours dans la vie d'une femme, les règles et les protections hygiéniques associées pèsent lourd sur la planète et sur le porte-monnaie : entre 5 et 15 euros par mois et jusqu'à 150 kg de déchets par femme. Face à ce constat, deux amies d'enfance, Alexandra et Wye, rêvent d'un monde plus sain, plus écolo et où chaque femme pourrait s'épanouir et se sentir belle et bien, même au moment de ses règles.

Pour que ce rêve devienne réalité, les deux entrepreneuses mettent en place en octobre 2018 une campagne de crowdfunding pour lancer un produit qui répondra à leurs attentes : une lingerie protectrice innovante et zéro déchet qui allie le confort à l'esthétique.

Dès son lancement, le succès est immédiat : 800 culottes vendues en 24h, 7 500 en 45 jours. Le projet bat tous les records de la plateforme en entreprenariat féminin ! Désormais convaincues de tenir le concept qui facilitera la vie de milliers de femmes, les deux entrepreneuses lancent leur e-shop début 2019 sous le nom de [Réjeanne](#).

Pensée, travaillée, conçue pendant des mois avec les meilleurs experts français en tissus, la culotte menstruelle Réjeanne présente toutes les qualités : jolie, écologique, lavable en machine, saine et absorbante, elle est également anti-odeur, anti-fuite et anti-angoisse grâce à ses trois couches drainante, absorbante et imperméable. Fabriquées en France dans des ateliers de lingerie renommés à partir de bambou, de coton et de tissus certifiés OEKOTEX 100, elles ne contiennent aucune nanoparticule d'argent.

Efficace toute la journée grâce à quelques millimètres d'épaisseur seulement, la culotte Réjeanne s'enfile pour aussitôt se faire oublier. Son secret ? Cette lingerie presque comme les autres est dotée d'une protection hygiénique invisible de l'extérieur. Facile d'entretien, elle se rince simplement à l'eau froide avant d'être mise en machine pour un lavage à froid, sur cycle délicat et sans adoucissant, avant de sécher à l'air libre.

Pour parfaire son engagement écologique et social, la marque reverse une partie de ses bénéfices à des associations de soutien aux femmes. Jusqu'à présent, elle a ainsi soutenu l'Institut Gustave Roussy (centre de soins, de recherche et d'enseignement) dans la lutte contre le cancer du sein, l'association Règles Élémentaires (association française de lutte contre la précarité menstruelle), l'association Le

Filon (association qui propose aux femmes sans domicile fixe un lieu d'accueil) ainsi qu'Actions Santé Femmes (ONG qui a pour objectif de favoriser aux femmes un accès à des soins médicaux adaptés et de qualités).

LA VILLE DE MARSEILLE FAIT DON DE PRODUITS D'HYGIÈNE INTIME AUX FEMMES PRÉCAIRE, par N.Grizard, Maritima Medias, le 11/06/2020

<https://www.maritima.info/depeches/social/marseille/68391/la-ville-de-marseille-fait-don-de-produits-d-hygiene-intime-aux-femmes-precaires.html>



La ville de Marseille fait don de produits d'hygiène intime aux femmes précaires

SOCIAL

11/06/2020 À 13H25

01:04



1/1

La ville de Marseille fait dons de produits d'hygiène intime aux femmes précaires

Les équipes du Samu social de la Ville de Marseille ont récupéré de nombreux dons de produits d'hygiène intime pour les Marseillaises les plus démunies. 20 000 serviettes hygiéniques ont ainsi été offertes par l'association "Règles élémentaires". Ces produits indispensables seront ensuite distribués dans le « kit hygiène » et mis à disposition des femmes au sein du dispositif des gymnases solidaires, Ruffi et Vallier

"Les actions de solidarité de la Ville de Marseille

- Appel aux dons de vêtements, chaussures, couvertures et duvets dans des sacs fermés tous les jours de 7h30 à 12h00 au siège du Samu social - 10 boulevard Ferdinand de Lesseps ;

- Dispositif de douches et toilettes au sein des gymnases Ruffi (46 rue de Ruffi et Melchior Guinot, 3ème arrondissement) et Vallier (2 boulevard Françoise Duparc, 4ème arrondissement), les lundis, mercredis et vendredis de 8 heures à 14 heures jusqu'au 3 juillet ;

- Distribution de 1 000 repas par jour par le Samu social aux personnes en grande difficulté depuis le 20 mars 2020 ;

- Plus de 245 repas livrés chaque jour par le CCAS au domicile des seniors et 120 heures d'aide à domicile réalisées en moyenne par semaine pour les seniors".

QUEL SPORT DEMAIN ? ET SI ON CHANGEAIT LES RÈGLES DANS LE SPORT FÉMININ ? par Jean-Baptiste Maître, Ouest France, le 30/05/2020

<https://www.ouest-france.fr/sport/crise-du-coronavirus-quel-sport-demain/quel-sport-demain-et-si-changeait-les-regles-dans-le-sport-feminin-6852899>

Quel sport demain ? Et si on changeait les règles dans le sport féminin ?

Spécificité encore trop souvent oubliée, les cycles menstruels peuvent avoir de réelles incidences sur la performance des sportives. Demain les choses changeront ?



Spécificité encore trop souvent oubliée, les cycles menstruels peuvent avoir de réelles incidences sur la performance des sportives. Demain les choses changeront ?

L'arrêt du sport aura permis de faire résonner des thématiques jusque-là silencieuses. Au début du mois, la championne du monde et d'Europe de handball Estelle Nze Minkoprenait la plume pour l'association « Règles Élémentaires » sur le tabou des menstruations. Je ne suis pas une experte dans ce sujet, mais c'est un thème qui me tient à cœur, détaille la joueuse de Györ, en Hongrie. C'est justement aux expertes d'en parler, car même les joueuses n'ont pas forcément l'information que les règles peuvent avoir un impact sur leur performance.

Dans certains pays, comme aux États-Unis, la question du cycle menstruel est prise en compte pour adapter les plannings d'entraînement. En France, cette spécificité du sport féminin n'a pas encore trouvé sa place. Au PSG, on nous demandait de renseigner la date de nos règles. Mais il n'y a jamais eu d'allégement d'entraînement. Alors que certaines ont des cycles douloureux et toutes connaissent une fatigue plus présente, avec un risque de blessures accrue, appuie l'ancienne internationale française de football Jessica Houara-d'Hommeaux.

« *Ça doit venir de tout le monde* »

La plus fréquente des blessures reste la rupture des ligaments croisés. De base, les femmes ont plus de chances d'en être victime. Les risques sont quatre à huit fois plus élevés. Et bien souvent, quand la sportive en est victime, c'est au moment de ses règles. Le cycle menstruel décuple la laxité des ligaments. Quand je me suis fait mes premiers croisés, j'étais très fatiguée et j'avais mes règles, confirme l'ancienne latérale gauche de l'équipe de France.

La question des règles est pourtant au cœur de la progression des sportives. Demain, cela pourrait être une donnée importante pour faire évoluer le sport féminin. On est de plus en plus dans l'analyse des données. Je ne suis pas la plus qualifiée pour répondre, mais ça

pourrait permettre d'être encore plus dans la recherche de la performance, analyse Estelle Nze Minko, qui poursuit : Peut-être qu'à un moment donné durant le cycle, il y a des avantages. On secrète peut-être des hormones dans ce sens. Durant la grossesse, c'est déjà le cas, lors des premiers mois. Mais on ne sait pas puisqu'il n'y a pas d'étude sur les règles.Pour la Nantaise, des recherches sur le sujet pourraient convaincre les clubs de passer à l'action. En attendant, Jessica Houara-D'Hommeaux prône une sensibilisation. Ça prend deux heures pour sensibiliser un entraîneur et son staff. Il faut le faire. Ce n'est pas dur à mettre en place, d'adapter les séances pendant trois jours.

Un avis que partage la handballeuse. Déjà rendre moins tabou ce sujet permettrait de créer un lien de confiance avec le staff. Car ça peut être une information importante les jours de match, si la joueuse n'a pas bien dormi à cause de ses règles depuis deux jours... Ce changement doit venir de tout le monde. Le changement c'est maintenant ?

PRÉCARITÉ MENSTRUUELLE : L'ÉTAT VA DISTRIBUER GRATUITEMENT AUX FEMMES PRÉCAIRES DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES, par auteur·e inconnu·e, Grazia, le 29/05/2020

<https://www.grazia.fr/news-et-societe/news/precarite-menstruelle-l-ete-va-distribuer-gratuitement-aux-femmes-precaires-de-protections-hygiéniques-959684>

Précarité menstruelle : l'état va distribuer gratuitement aux femmes précaires de protections hygiéniques



© GETTY IMAGES/ISTOCKPHOTO

A l'occasion de la journée de la précarité menstruelle, le gouvernement a annoncé qu'il allait distribuer des protections hygiéniques aux femmes précaire.

Voilà enfin une bonne nouvelle pour les femmes ! Le gouvernement a annoncé qu'il allait distribuer gratuitement des protections hygiéniques aux femmes précaire. Mais attention, fin de la bonne nouvelle, cela se fera à partir du mois de septembre, de manière expérimentale, et sur une petite partie seulement de la France.

A quand la fin de la précarité menstruelle ?

Dans une tribune parue dans Le Huffington Post, les "femmes du gouvernement engagées" ont annoncé la distribution de protections hygiéniques gratuites pour les femmes qui n'ont pas les moyens de s'en procurer afin de "permettre à toutes les femmes d'avoir accès à des protections hygiéniques".

Dès le mois de septembre 2020, une expérimentation va avoir lieu dans la région du Haut-Rhin. Des protections menstruelles seront mises à disposition des élèves du second degré et des étudiantes mais aussi des détenues, des femmes précaires et sans abri. Le tout, gratuitement donc. Les serviettes hygiéniques et tamponneront disponibles "dans les épiceries sociales, accueils de jour, les foyers et les centres d'hébergement, les établissements d'incarcération, mais aussi les établissements du second degré et les universités" et "des maraudes permettront de distribuer des protections aux femmes en difficulté".

Une aide financière contre la précarité menstruelle

L'association Règles élémentaires, qui lutte contre la précarité menstruelle, va recevoir de son côté une dotation de 60 000 euros "pour soutenir les collectes et la distribution de produits d'hygiène, sensibiliser, informer et former les intervenants sociaux et bénévoles et intervenir auprès des femmes en situation de précarité".

Les protections hygiéniques, toujours pas considérées comme produits de première nécessité

Selon une enquête de 60 Millions de consommateurs datant de mars 2019, les femmes dépenserait en moyenne 24,6 euros par an pour leurs protections hygiéniques, qui ne sont pas considérées comme un produit de première nécessité. Elles ne sont pas remboursées par la sécurité sociale. Ce chiffre n'est évidemment qu'une estimation puisque chaque femme est différente et n'a pas le même cycle menstruel ni la même abondance de flux.

"BRISONS LE TABOU DES RÈGLES" : LE GOUVERNEMENT ANNONCE SES MESURES SUR LES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES, par Marie Piat, Purebreak, le 29/05/2020

<https://www.purebreak.com/news/-brisons-le-tabou-des-regles-le-gouvernement-annonce-ses-mesures-sur-les-protections-hygiéniques/196276>



Alors que la Journée internationale de l'hygiène menstruelle était ce jeudi 28 mai 2020, voilà ce que l'Etat français a prévu concernant les protections périodiques. En effet, 4 femmes du gouvernement, dont Marlène Schiappa, ont posté une tribune baptisée "Ensemble, brisons les règles". Elles y ont raconté les différentes mesures qui devraient lutter contre la précarité menstruelle et aider à plus de transparence sur les produits qui composent les tampons et les serviettes hygiéniques.

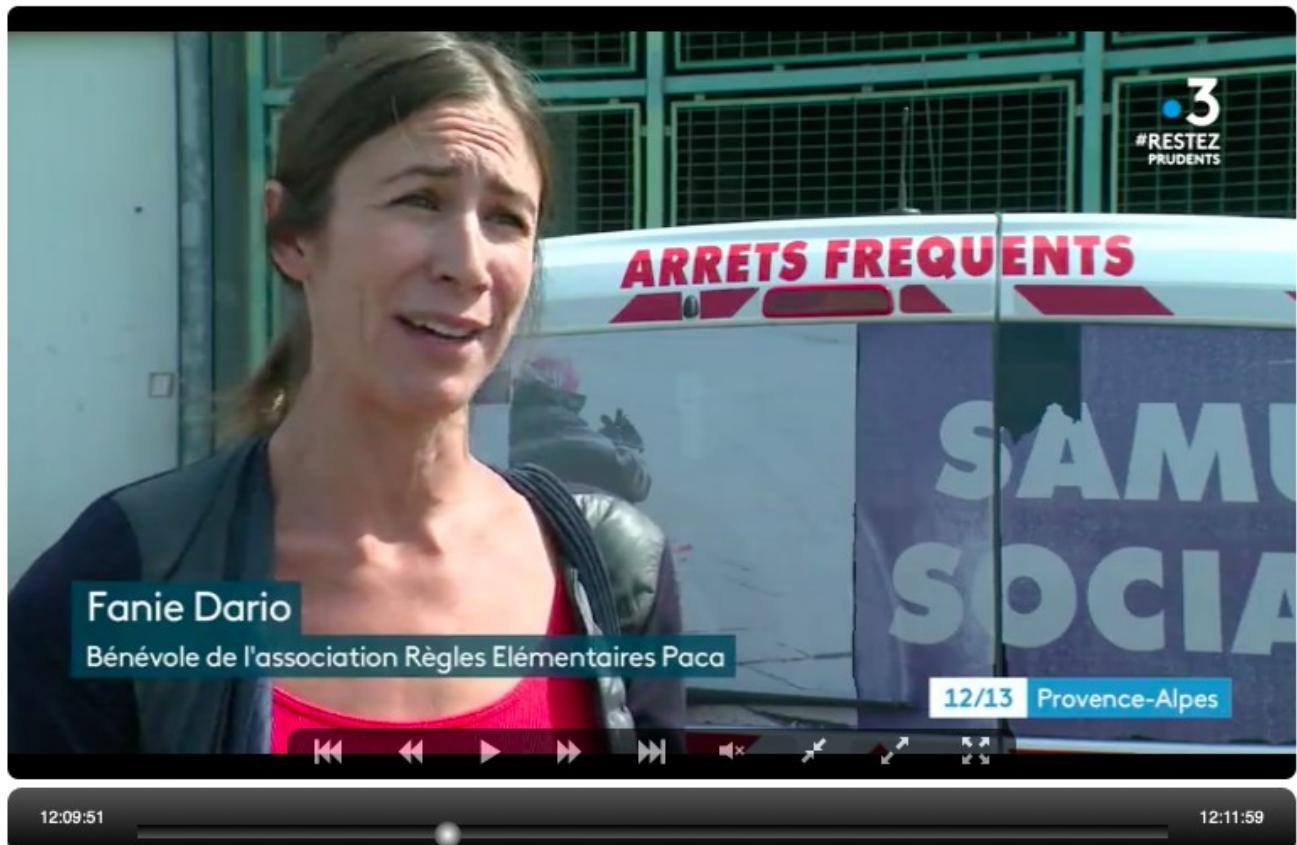
Alors que la Journée internationale de l'hygiène menstruelle était ce jeudi 28 mai 2020, voilà ce que l'Etat français a prévu concernant les protections périodiques. En effet, 4 femmes du gouvernement, dont Marlène Schiappa, ont posté une tribune baptisée "Ensemble, brisons les règles". Elles y ont raconté les différentes mesures qui devraient lutter contre la précarité menstruelle et aider à plus de transparence sur les produits qui composent les tampons et les serviettes hygiéniques.

"Les règles, c'est naturel"

Ce jeudi 28 mai 2020, c'était la Journée internationale de l'hygiène menstruelle. Le collectif "Règles élémentaires" avait alors invité 6 personnalités pour une campagne sur les réseaux. La créatrice du compte Instagram Je m'en bats le clito Camille Aumont-Carnel, que PRBK avait interviewé, la chanteuse Pomme, la blogueuse Emanouela, la handballeuse professionnelle Estelle Nze Minko, l'activiste Rebecca Amsellem et l'illustrateur Thomas Gravereau ont répondu présents. Leur message ? Dénoncer la précarité menstruelle qui toucherait 1,7 million de femmes en France (chiffre relayé sur le site du gouvernement).

LE 12-13 PROVENCE-ALPES, par Michel Aliaga, France 3 Provence Alpes, le 12/06/2020

<https://www.tagaday.fr/media/watch/account/-/v/10/client/3662/docid/171541511/pass/bc0d6662a6ec01f73affc4a80a968dcee9c651df/contact/0/from/veilles/sha/e3846c5907d70f8c9fe0708414534cb3679c4a18>



Les bloody news

#StopPrécaritéMenstruelle

En Nouvelle-Zélande, près de 95.000 filles âgées de 9 à 18 ans ne vont pas en cours lorsqu'elles ont leurs règles, faute de moyens pour acheter des protections hygiéniques. Afin de lutter contre la précarité menstruelle, le gouvernement néo-zélandais a décidé de distribuer gratuitement des serviettes et des tampons dans toutes les écoles du pays d'ici à 2021. "En rendant les protections disponibles gratuitement, nous soutenons ces jeunes pour qu'elles continuent d'apprendre à l'école », a déclaré Jacinda Ardern, la Première ministre de Nouvelle-Zélande. Pour rappel, cette mesure primordiale a déjà été prise en Écosse, en Angleterre et au Pays de Galles. En France, une expérimentation de la gratuité des protections hygiéniques dans de nombreux lieux publics doit être lancée dès le mois de septembre 2020. On suivra ça de près !

Pssst ! Avant de nous quitter, je voulais aussi vous inviter à regarder ce dot de l'association Règles Élémentaires. Il met en scène un programme météo comme on a l'habitude d'en voir à la télé, sauf qu'il n'y a personne à l'antenne et que ce message apparaît : « Notre présentatrice n'assurera pas la météo. Non pas pour cause de distanciation sociale mais parce qu'elle a ses règles. » Une façon vraiment percutante de sensibiliser le grand public à la précarité menstruelle dont souffrent 1,7 million de femmes.

Des news à nous faire passer concernant la lutte contre la précarité menstruelle dans le monde ? Faites-vous entendre avec le hashtag #StopPrécaritéMenstruelle

Comme elles ne peuvent pas utiliser la magie, ces femmes combattent uniquement avec leur force physique. Elles entraînent leurs filles dès leur plus jeune âge pour la guerre. Elles ont peu de goût pour le commerce, la politique, l'histoire ou les arts, et vivent de la chasse et du pillage.

- Barbares ! s'écria Stérix, scandalisé à l'idée qu'on puisse vivre sans art.
- Qu'est-ce qu'elles font des garçons ? demanda Ponèria.
- Elles habitent dans une forêt ?
- Est-ce que c'est vrai que...

Dans son premier roman, *La Ville sans vent*, Éléonore Devillepoix réinvente le mythe antique des Amazones. Vous savez, ce peuple de femmes guerrières, excellentes cavalières, qui se coupaient un sein afin de mieux tirer à l'arc (pour l'anecdote, c'est d'ailleurs de là qu'elles tiennent leur nom : en grec, mazos signifie "le sein", donc a-mazos "sans sein"). Son héroïne, Arka, 13 ans, est la fille d'une amazone et d'un mage dont elle ignore l'identité. Alors, avec son petit cheval blanc surnommé Le Nabot, elle se rend dans la cité magique Hyperborée pour tenter de le retrouver. Problème : les Hyperboréens détestent les Amazones au plus haut point.

Les Petites Glo, avant de continuer, je vais être honnête avec vous : je ne suis pas une grande fan de fantasy (vous pourrez m'engueuler après m'avoir lue, #HonteàChloéThibaud). Mais justement, si je vous parle de ce livre, c'est parce qu'il a réussi à casser les barrières que je me suis construites autour de ce genre littéraire. Derrière les noms tordus, les histoires de magie, de maîtres et de disciples, il est question d'inégalités sociales, de sexismes, de féminisme... et ça, ça me parle. Pour l'autrice, inclure cette dimension politique à son œuvre était une évidence :

Dans la fantasy, les héroïnes manquent souvent d'indépendance d'esprit et ne mènent pas vraiment leur destin. J'ai voulu représenter différentes facettes du féminisme à travers mes personnages féminins : il y a Arka, qui choisit d'ignorer les conventions associées à son genre et fonce quoi qu'il arrive ; Pyrrha, qui est la seule femme mage d'Hyperborée et se bat pour faire évoluer les choses dans cette société très patriarcale ; et aussi les Amazones, qui sont dans l'extrême car elles veulent avoir le pouvoir sur les hommes. Je pense qu'il y a beaucoup de pédagogie à faire, par le biais de la littérature, notamment en rappelant qu'être féministe ce n'est pas vouloir la supériorité des femmes sur les hommes mais l'égalité entre les femmes et les hommes.

L'autre aspect intéressant de *La Ville sans vent*, c'est qu'en près de 500 pages, il n'y a pas d'histoire d'amour. D'une manière générale, là où la fantasy pourrait, plus que tout autre genre, détruire les stéréotypes d'un coup de baguette magique, elle reste souvent engluée dans les clichés. Dans un épisode du podcast Sorociné, les intervenantes Laura, Chloé et Pauline se demandaient d'ailleurs :

Pourquoi, obligatoirement, il y a cette espèce de triangle amoureux dans les sagas pour jeunes adultes où quand tu as un groupe de trois et qu'il y a une nana, elle est obligée de pécho l'un des deux mecs ?

Nous sommes d'accord. C'est pourquoi j'apprécie particulièrement le fait que l'héroïne d'Éléonore Devillepoix rencontre – en effet – un ou deux jeunes hommes intéressants mais qu'elle n'en tombe pas amoureuse. "C'était important pour moi de montrer qu'on peut avoir une relation fille-garçon qui n'est pas une romance, m'a-t-elle expliqué. Actuellement, ce qui est un peu chiant avec les livres de fantasy, c'est que même si on a une héroïne forte, ça finit systématiquement par tourner autour d'un beau garçon, mystérieux, qui débarque dans sa vie. J'ai préféré me concentrer sur l'amitié et la solidarité."

Dans son article intitulé *Pourquoi je ne lirai plus la fantasy comme avant*, Nadège, du blog Planète Diversité, écrivait aussi :

La représentation des femmes (et des minorités) en fantasy est bien souvent entourée de tous les biais sexistes et patriarcaux de nos sociétés et de notre temps. Dragons, géants, magie, tout est accepté mais accorder une représentation à de la diversité ? Hors de question, on garde notre bon vieux sexe, notre homophobie et notre racisme...

Selon Éléonore, "c'est très compliqué d'avoir une représentation la plus idéale possible de la société dans un livre". Très compliqué, peut-être. Mais pas impossible. L'autrice de 28 ans a commencé à écrire quand elle en avait 13. Vous qui me lisez avez peut-être cet âge. Et si vous l'écriviez, ce prochain best-seller de fantaisie féministe, inclusive, qui ne laisserait personne dans un coin (de page) ?

La Ville sans vent – Livre 1 d'Éléonore Devillepoix, publié chez notre partenaire Hachette Romans

À dix-neuf ans, Lastyanax termine sa formation de mage et s'attend à devoir gravir un à un les échelons du pouvoir, quand le mystérieux meurtre de son mentor le propulse au plus haut niveau d'Hyperborée. Son chemin, semé d'embûches politiques, va croiser celui d'Arka, une jeune guerrière à peine arrivée en ville et dotée d'un certain talent pour se sortir de situations périlleuses. Ça tombe bien, elle a tendance à les déclencher... Lui recherche l'assassin de son maître, elle le père qu'elle n'a jamais connu. Lui a un avenir. Elle un passé. Pour déjouer les complots qui menacent la ville sans vent, ils vont devoir s'apprivoiser.

EN SEPTEMBRE, DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES SERONT DISTRIBUÉES GRATUITEMENT : "IL ÉTAIT TEMPS" CONFIE PATRICIA SCHILLINGER, par Cécile Poure, France 3 grand est, le 06/06/2020

<https://france3-regions.francetvinfo.fr/grand-est/bas-rhin/strasbourg-0/septembre-protections-hygiéniques-seront-distribuées-gratuitement-il-était-temps-confie-patricia-schillinger-1838684.html>

En septembre, des protections hygiéniques seront distribuées gratuitement : "Il était temps" confie Patricia Schillinger

Patricia Schillinger, sénatrice du Haut-Rhin, a été le fer de lance de la lutte contre la précarité menstruelle. Avec l'expérimentation de la gratuité des protections hygiéniques en septembre, elle vient de gagner une première manche. Prometteuse. Témoignage.

Publié le 08/06/2020 à 16h09 • Mis à jour le 12/06/2020 à 10h26



Patricia Schillinger, sénatrice du Haut-Rhin, a été le fer de lance de la lutte contre la précarité menstruelle. Avec l'expérimentation de la gratuité des protections hygiéniques en septembre, elle vient de gagner une première manche. Prometteuse. Témoignage. Cela peut vous paraître anecdotique. Des protections féminines gratuites. Pourtant, c'est une révolution qui est en marche. Celle de la reconnaissance de la précarité menstruelle. Et, au-delà, de la place des femmes, des femmes précaires en particulier, dans notre société. En France, selon l'association Règles élémentaires 1,7 millions de femmes doivent choisir, à la fin du mois, entre un paquet de pâtes et un paquet de tampons. Faute de moyens.

Une révolution sous la ceinture
Et, bien évidemment, il aura fallu que ce soit des femmes qui s'emparent du problème. Des femmes puissantes. Le 28 mai dernier, quatre secrétaires d'Etat écrivent une tribune dans [le HuffPost](#). Une tribune sanglante. Salutaire.



Agnès Pannier-Runacher

@AgnesRunacher



Aux côtés de Marlène Schiappa, Christelle Dubos et Brune Poirson : le Gouvernement mobilise pour la première fois toutes les parties prenantes pour travailler sur le sujet de l'hygiène menstruelle, lever le tabou des #règles et améliorer la vie de toutes les femmes.
#MHDay2019



69 11:56 - 28 mai 2019



31 personnes parlent à ce sujet



Marlène Schiappa, secrétaire d'État chargée de l'Égalité entre les femmes et les hommes et de la Lutte contre les discriminations, Brune Poirson, secrétaire d'État auprès du ministre de la Transition écologique et solidaire, Agnès Pannier-Runacher, secrétaire d'État auprès du ministre de l'Économie et Christelle Dubos, secrétaire d'État auprès du ministre des Solidarités et de la Santé, brisent, dans la foulée, devant un parterre de journalistes, le tabou des règles. Et annoncent la gratuité des protections féminines pour les plus précaires. Du jamais vu. Une révolution française. Celle des avec-culotte. Ce dispositif sera mis en place dès septembre au niveau national. A titre expérimental. "Nous devons faire en sorte que chacune puisse trouver une protection hygiénique sans difficulté. Il n'est pas acceptable que des femmes en situation de précarité arbitrent entre un paquet de pâtes et des protections, il n'est pas acceptable que des jeunes filles fassent mine d'avoir oublié des serviettes chez elle pour s'en procurer ailleurs." Cette expérimentation sera dotée d'un million d'euros et sera donc destinée dans un premier temps aux plus vulnérables. "Les protections seront mises à disposition dans les épiceries sociales, accueils de jour, foyers et centres d'hébergement, les établissements d'incarcération, mais aussi les établissements du second degré et les universités." Des maraudes seront également organisées pour distribuer des protections aux femmes en difficulté.

Changeons les règles
Pour en arriver là, il aura fallu batailler. Et attendre. Patricia Schillinger, sénatrice LREM du Haut-Rhin, en sait quelque chose. "Je n'aurais jamais cru que ce serait si long dans notre pays." Sur les bancs virils du Sénat, Patricia Schillinger avec ses problèmes de bonne femme a longtemps fait tâche. Elle qui porte la voix des "incommodées" depuis deux ans. Qui a mis, la première, le sujet des règles sur le tapis vermillon de l'hémicycle.

Je n'aurais jamais cru que ce serait si long dans notre pays
- Patricia Schillinger, sénatrice LREM du Haut-Rhin

"Pour le projet de la loi de Finances en 2018, j'avais déjà proposé un amendement sur la gratuité des protections périodiques pour les femmes en situation de précarité et leur libre distribution. Rejeté. Certains de mes collègues ne comprenaient pas, ils me disaient oh tu sais je ne m'y connais pas trop. Ou d'autres, ça s'achète ça, c'est intime." Patricia Schillinger elle s'y connaît. Parce que c'est une femme. Et qu'une femme a ses règles.

"C'est un sujet qui me tenais à cœur . Je suis femme, j'ai rencontré souvent des difficultés face à mes règles. Quand elles viennent en avance, qu'on est à l'hôtel et qu'il n'y a pas de distributeur. J'ai vu également la pudeur, la honte parfois de certaines femmes d'en parler. Il

faut améliorer tout ça. C'est la nature. Point." Aux sénateurs qui ne comprennent pas l'utilité de sa démarche, elle rétorque :"Tu te vois toi te promener avec un rouleau de papier toilette dans la poche de ton costume ?" La réplique fait mouche, à n'en pas douter.

Tu te vois toi te promener avec un rouleau de papier toilette dans la poche de ton costume ?

- Patricia Schillinger

Si son amendement n'a pas été voté en 2018, il a semé une petite graine dans les consciences. "Buzyn et Schiappa sont venues me voir quelques jours après pour me proposer de travailler sur le sujet. J'ai été missionnée pour une expérimentation concernant la gratuité des protections hygiéniques. Le fruit de mon travail c'est ce rapport que j'ai rendu en octobre dernier." Précarité menstruelle, changeons les règles ! Décidément Patricia Schillinger a le sens de la formule.

Rapport Precarite Menstruelle2019 by France3Alsace on Scribd

Ce rapport de 55 pages, très bien documenté, fait un état des lieux assez consternant de notre pays civilisé, moderne. Au cours de sa vie, une femme qui a ses règles utilise 10.000 protections périodiques. Selon une étude Ifop commandée en 2019 par Dons solidaires, citée dans le rapport, une sur dix renonce à changer de protection périodique aussi souvent que nécessaire par manque d'argent. "J'ai appris par exemple qu'en moyenne les étudiantes changent de protection toutes les 12 heures. C'est affolant." Affolant et surtout dangereux pour la santé des femmes.

Ce constat fait, la sénatrice avance quelques pistes de réflexion : faciliter l'accès aux protections périodiques par le libre-service dans les lieux recevant des femmes précaires comme dans les centres d'accueil de jour, les centres d'hébergement d'urgence, les hôtels sociaux, ou encore les banques alimentaires. Installer des distributeurs dans les lieux publics et les établissements scolaires. Mettre l'accent sur l'éducation et l'information des femmes ET des hommes. En prison, créer un bloc dédié à l'hygiène féminine et permettre la commande de "protections basiques" (serviettes et tampons) à bas prix.

Toutes ces recommandations figurent dans les mesures annoncées par Marlène Schiappa. Une grande satisfaction pour la sénatrice. "Quand j'ai su qu'un million d'euros avait été voté dans la loi de finances 2020 pour cette expérimentation, je me suis dit, cette fois, ça y est."

La serviette qui cache la forêt

Il a fallu attendre longtemps mais la serviette tient sa revanche. Elle a envahi les portefeuilles. Les portefeuilles ministériels. Car ce sujet, si intime soit-il, a eu des répercussions globales. Pour ne pas dire universelles. Qui l'eut cru ? Patricia Schillinger s'en amuse.

"C'est fou ce qu'une simple serviette peut engendrer comme problématiques. Ministère de la Santé, de l'Economie, des Solidarités, de l'Education... tous ont eu un rôle à jouer. Comme par exemple la loi anti-gaspillage qui oblige les marques comme Nana et compagnie à donner prioritairement leurs invendus aux associations. La baisse de la TVA à 5.5% sur ces produits d'hygiène. Le ministère de la Santé, lui, est compétent sur les composants utilisés par les industriels dans leurs produits de protections périodiques et le risque de choc toxique. Et que dire du ministère de l'Education nationale qui doit réfléchir à une meilleure information des jeunes..."

Patricia Schillinger ne compte pas s'arrêter en si bon chemin. Il reste tant à faire pour les femmes de ce pays. "Moi je ne suis pas particulièrement féministe. Mais je suis femme et j'aime l'égalité. C'est pas gagné alors il faut continuer."

Continuer jusqu'à ce que dans toutes les toilettes de France, il y ait des distributeurs de protections hygiéniques en libre-service. Continuer, oui, jusqu'à leur gratuité. L'Ecosse a été le premier pays au monde à franchir le cap en février. Le pays où les hommes portent des jupes est à ce titre exemplaire. Mieux : culotté.

LOIRE-ATLANTIQUE : DES DISTRIBUTEURS DE PROTECTIONS HYGIÉNIQUES GRATUITES POUR LES LOCATAIRES PRÉCAIRES, par auteur·e inconnue·e, actu.fr, le 24/06/2020

https://actu.fr/pays-de-la-loire/saint-nazaire_44184/loire-atlantique-des-distributeurs-de-protections-hygiéniques-gratuites-pour-les-locataires-des-bailleurs-sociaux_34484463.html

Loire-Atlantique : des distributeurs de protections hygiéniques gratuites pour les locataires précaires

Douze distributeurs de protections hygiéniques gratuites 100 % bios ont été installés dans les points d'accueils des bailleurs sociaux de six villes de Loire-Atlantique.

Publié le 24 Juin 20 à 7:16 | Modifié le 24 Juin 20 à 9:10



Douze distributeurs de protections hygiéniques ont été installés dans les points d'accueil d'Uniter dans six communes de Loire-Atlantique (©L'Echo de la Presqu'île)

Douze distributeurs de protections hygiéniques gratuites 100 % bios ont été installés dans les points d'accueils des bailleurs sociaux de six villes de Loire-Atlantique.

Pour ce projet, Uniter s'est associé à Marguerite & Cie, entreprise bretonne créée par Gaële Le Noane qui confectionne des distributeurs de produits hygiéniques bio et respectueux de l'environnement.

Tout le monde peut se servir gratuitement.

Nous avons choisi des lieux visibles avec du passage pour toucher un maximum de femmes mais aussi lever le tabou des règles.

Très simple, le distributeur permet de délivrer des serviettes et des tampons.

Nous estimons qu'environ 18 000 logements du département pourront bénéficier de ce dispositif.

L'opération « Changeons les règles » est prise en charge à 100 % par les trois bailleurs sociaux. Pour lancer cette opération, Uniter a investi 10 000 €.

Un distributeur et ses recharges coûtent moins de 500 € par an.

Des distributeurs dans les collèges

Avec cette expérimentation, Uniter espère faire des émules chez ses partenaires comme les CCAS mais aussi les collectivités, comme le remarque Michel Ménard, le président d'Uniter :

Le département va installer des distributeurs dans six collèges de Loire-Atlantique à partir de septembre. C'est un début mais ce serait bien qu'il y en ait dans tous les établissements scolaires, les entreprises. On espère aussi donner envie aux villes de s'emparer du sujet.

LOIRE-ATLANTIQUE. NOUVEAUTÉ : DES SERVIETTES HYGIÉNIQUES GRATUITES POUR LES LOCATAIRES PRÉCAIRES, par Léa Gorius, OuestFrance, le 23/06/2020

<https://www.ouest-france.fr/pays-de-la-loire/loire-atlantique/loire-atlantique-nouveauté-des-serviettes-hygiéniques-gratuites-pour-les-locataires-précaires-209f99da-b548-11ea-8f59-e8cc1855ff36>

Loire-Atlantique. Nouveauté : des serviettes hygiéniques gratuites pour les locataires précaires

Des bailleurs sociaux mettent gratuitement à disposition des tampons et serviettes hygiéniques 100 % bios dans six communes de Loire-Atlantique. À disposition depuis ce mardi 23 juin.



Les douze distributeurs de l'initiative « Changeons les Règles » ont été installés au cœur des quartiers d'habitat social par un trio de bailleurs sociaux dans six communes de Loire-Atlantique (Saint-Herblain, Orvault, Rezé, Ancenis, Châteaubriant et Saint-Nazaire). Ils sont opérationnels depuis le mardi 23 juin.

Les bailleurs sociaux : Silène, Atlantique Habitations et Habitat 44, réunis en une société de coordination « Uniter » collaborent avec l'entreprise bretonne Marguerite & Cie, qui propose des distributeurs de protections hygiéniques 100 % bios, éthiques et écoresponsables. Elles sont fabriquées par Natracare, pionnier des protections bios devenu leader mondial.

L'initiative des bailleurs est une première en France.

Lorsqu'elle lance Marguerite & Cie fin 2018, Gaëlle Le Noane met au cœur de son action la protection de l'environnement, la lutte contre la précarité menstruelle et la santé des femmes. Et c'est un pari réussi ! Depuis septembre 2019, 150 000 personnes ont accès, à travers ses distributeurs, à des produits hygiéniques qui offrent une alternative aux serviettes classiques composées à 90 % de plastique et imprégnées de parfums et autres perturbateurs endocriniens.

Comment ça marche ?

Les distributeurs sont installés dans des lieux fréquentés par les locataires des bailleurs sociaux comme des salles d'attente, des points d'accueil ou une micro-ressourcerie. Tout le monde peut se servir gratuitement. La location des distributeurs et les recharges de produits hygiéniques sont prises en charge à 100 % par Uniter. « Ça nous coûte 400 € par an et par distributeur » explique Maïgwenn Guégan, directrice proximité chez Silen et coordinatrice du projet pour Uniter.

Les bailleurs estiment toucher 18 066 logements sur le département et la coordinatrice du projet est enthousiaste : « On part à l'inconnu mais on a très envie de le faire ». Les bailleurs n'ont pas installé de dispositifs à Nantes où ils ne sont pas implantés.

« Donner envie aux villes de s'emparer du sujet »

Selon l'association Règles élémentaires, 1,7 million de femmes sont touchées par la précarité menstruelle en France. « Le but de l'opération, explique Maïgwenn Guégan, c'est aussi de donner envie aux villes de s'emparer du sujet ». En septembre, Marlène Schiappa, Secrétaire d'État chargée de l'Égalité entre les femmes et les hommes, débutera une distribution expérimentale de produits hygiéniques pour les femmes précaires. « C'est devenu un sujet politique, c'est très réjouissant », commente Gaëlle Le Noane.

« Changeons les Règles » a été proposée au Trophée de l'innovation HLM 2020.

Menstruations et haut niveau: un tabou à briser

C'est un sujet qui concerne toutes les sportives mais qui reste trop peu abordé auprès d'elles: les règles. Pourtant, leurs effets sont loin d'être négligeables.

J e fais du sport de haut niveau depuis plus de 10 ans et l'on m'a posé des questions sur mes menstruations pour la première fois l'année dernière. C'est ainsi qu'Estelle Nze Minko, handballeuse internationale française, a entamé une tribune parue début mai sur le site de Règles élémentaires, une association qui lutte contre la précarité menstruelle en France. Une tribune coup de poing qui pointe du doigt deux problèmes majeurs: le tabou existant autour des menstruations, dont découle un manque d'information des sportives sur le sujet.

Car en parler n'est pas la norme. Pourtant, avoir ses règles au moment d'une échéance, ce n'est pas seulement gênant physiquement pour certaines sportives. C'est aussi perturbant psychologiquement.



L'internationale française Estelle Nze Minko a publié une tribune dénonçant le tabou autour des règles chez les sportives de haut niveau.

(Photo FFHandball/S. Pillaud)

J e fais du sport de haut niveau depuis plus de 10 ans et l'on m'a posé des questions sur mes menstruations pour la première fois l'année dernière. C'est ainsi qu'Estelle Nze Minko, handballeuse internationale française, a entamé une tribune parue début mai sur le site de Règles élémentaires, une association qui lutte contre la précarité menstruelle en France. Une tribune coup de poing qui pointe du doigt deux problèmes majeurs: le tabou existant autour des menstruations, dont découle un manque d'information des sportives sur le sujet. Car en parler n'est pas la norme. Pourtant, avoir ses règles au moment d'une échéance, ce n'est pas seulement gênant physiquement pour certaines sportives. C'est aussi perturbant psychologiquement. « Physiquement, mon cycle ne me gêne pas plus que ça, c'était surtout dans la tête que ça jouait avant, explique Maëlle Grossetête, cycliste au sein de la formation FDJ Nouvelle-Aquitaine Futuroscope. Je me disais que, si j'avais mes règles en course, ça n'allait pas aller. J'ai dû apprendre à me détacher de cette idée. C'est vrai que j'ai un peu mal aux jambes, que je suis un peu fatiguée, mais je ne suis pas persuadée que ça joue sur mes performances. Finalement, ce n'est pas pendant les règles que les séances sont le plus compliquées, mais quelques jours avant. J'ai moins de peps, j'ai mal au dos, les jambes lourdes. »

« Aussi important

que le sommeil »

Il y a, aussi, une autre forme d'angoisse: celle que « ça se voit ». « Je panique à l'idée qu'il y ait une goutte de sang qui dépasse, avoue Sophia Fehri, handballeuse au Chambray Touraine Handball. Mon attention est divisée entre le hand et mes règles. » Alors, que faire? En parler, tout simplement. « Au moins pour lever le tabou, qu'on ne soit plus obligées de se passer des tampons comme si c'était de la drogue », lâche Sophia Fehri.

Mais, surtout, il faut que le sujet soit pris en compte par les entraîneurs, et le staff de manière générale. Comme au sein de la FDJ Nouvelle-Aquitaine Futuroscope. « Notre ostéopathe nous en a notamment parlé lors du stage de présaison, explique Maëlle Grossetête, qui est également étudiante kinésithérapeute. C'est un facteur aussi important que le sommeil, qui joue sur le quotidien des sportives. Mon entraîneur est aussi au courant, il peut donc adapter les entraînements, car selon la période du cycle, il faut travailler des qualités différentes pour optimiser la performance. »

Mais si cette dernière peut être impactée par le cycle, le corps peut aussi connaître des changements liés à la pratique sportive. L'aménorrhée secondaire, c'est-à-dire l'absence de règles pendant trois mois ou plus, est plus souvent observée chez les sportives de haut niveau (20 à 70% selon les études) que dans le reste de la population (2 à 5%).

« Ne plus avoir

à se passer

des tampons

comme si c'était

de la drogue »

C'est là qu'on observe l'une des particularités du sport, où le corps d'un athlète est aussi son outil de travail, et encore plus du sport féminin: « La limite entre ce qui est intime et ce qui doit être partagé est floue, explique Sophia Fehri. Certaines filles sont sceptiques à l'idée de parler de leurs règles. De par la diversité des opinions, mais aussi de par la manière dont ça a un impact sur les sportives, il faudrait faire du cas par cas. Mais ça demande plus de travail, plus de temps, et donc de l'argent. Et dans le sport féminin, ce n'est pas ce qui coule à flot. »

Malgré tout, les signes d'une évolution positive sont bel et bien là. Même si elle est lente. « Quand je faisais du sport à haut niveau, je n'en ai jamais parlé, et personne ne m'en a parlé non plus », explique Christelle Daunay, championne d'Europe du marathon en 2014. Aujourd'hui âgée de 45 ans, elle s'est reconvertie en entraîneuse. Et ce thème a été abordé pendant sa formation. « Il faut en parler, prendre en compte ces spécificités. C'est un sujet qui concerne aussi les entraîneurs, afin d'éviter certaines contre-performances. Chaque femme est différente, il faut donc bien étudier le cycle pour savoir comment réagit l'athlète à cette période. » Dépasser le tabou, pour permettre aux sportives de se dépasser.

ENQUÊTE. MENSTRUATIONS ET SPORT DE HAUT NIVEAU : UN TABOU À BRISER, par Elodie Troadec, La Nouvelle République, le 29/06/2020

<https://www.lanouvellerepublique.fr/deux-sevres/enquete-menstruations-et-sport-de-haut-niveau-un-tabou-a-briser>

The screenshot shows the header of the La Nouvelle République website. At the top left is the logo with three horizontal lines and a checkmark. Next to it is the text "la Nouvelle République.fr". On the right side is a yellow button with the text "JE M'ABONNE" and a magnifying glass icon. Below the header, there is a red navigation bar with white text: "ACTU LOCALE", "DEUX-SÈVRES" (which is highlighted in red), "ÉCO", "SPORTS", "LOISIRS", "FRANCE MONDE", and "CARNET - ANNONCES".

ENQUÊTE. Menstruations et sport de haut niveau : un tabou à briser

Publié le 29/06/2020 à 07:30 | Mis à jour le 29/06/2020 à 17:07



C'est un sujet qui concerne toutes les sportives mais qui reste trop peu abordé auprès d'elles : les règles. Pourtant, leur effet est loin d'être négligeable.

"Je fais du sport de haut niveau depuis plus de 10 ans et l'on m'a posé des questions sur mes menstruations pour la première fois l'année dernière." C'est ainsi qu'Estelle Nze Minko, handballeuse membre de l'équipe de France, a entamé une tribune parue début mai sur le site de l'association Règles élémentaires, qui lutte contre la précarité menstruelle en France.

Une tribune coup-de-poing qui pointe du doigt deux problèmes majeurs : le tabou existant autour des menstruations, dont découle un manque d'information des sportives sur le sujet.



AJPH

@AJPHandball



🗣️@NzeMinkoEstelle "Si des études prouvent que les menstruations ont un impact sur la condition physique, pourquoi personne n'en parle ?"

✖ Sujet tabou ? et si ça ne l'était plus ?!

➡ À lire : regleselementaires.com/actualites/202...



9:52 AM · 6 mai 2020



Heart 65 Comment 41 personnes tweetent à ce sujet.

Oser en parler

Quand j'ai lu cette tribune, je me suis dit deux choses, un peu contradictoires. D'abord qu'elle avait un sacré courage d'écrire sur ce sujet ; ensuite qu'il était vraiment temps que l'on cesse de le considérer comme tabou, qu'il fallait apprendre à en parler. Les femmes ont leurs règles. C'est un fait. Et ce n'est pas nouveau. Et ce n'est pas sale, ce n'est pas dégoûtant. C'est un phénomène physiologique, et puis c'est tout. Et pourtant.

Pourtant on n'ose pas l'évoquer. On n'ose même pas l'appeler par son nom, préférant parler des ragnagnas, des Anglais, ou simplement se dire "indisposée"... On se croirait dans Harry Potter, où tout le monde a si peur du grand méchant que personne n'ose le nommer.

Pourtant, c'est un phénomène mal pris en compte dans le sport féminin. On vous parle de ces moindres détails qui font la différence à haut niveau, de ces "gains marginaux". Mais on laisse de côté le cycle menstrual, alors qu'il est déterminant dans le suivi quotidien des sportives.

Bref, je me suis dit qu'il était temps d'en parler. Sauf que, quand est arrivé le temps de proposer le sujet en conférence de rédaction, j'ai attendu. Deux jours. Avant d'enfin oser. Et puis, quand il a fallu téléphoner à des sportives, j'ai encore freiné. De quel droit allais-je demander à ces femmes de me parler de leurs règles ? Finalement, j'étais bloquée par le même tabou.

Et puis, j'ai enfin osé passer un coup de fil. Un deuxième. Et puis un autre, et puis un autre. Et les sportives, loin de me recadrer promptement comme je le craignais, m'ont au contraire remercié de leur donner l'opportunité d'en parler. Ça m'a étonnée. Ça m'a

boostée. Et ensemble, nous avons osé vous proposer un dossier sur les menstruations chez les sportives. Parce qu'il est plus que temps d'en parler.

Pour Carole Maître, "il ne faut pas considérer que c'est une fatalité"

Si le cycle menstrual ne nuit pas forcément à la performance, sa prise en compte dans la gestion de l'entraînement permet de maximiser le travail effectué. Le point avec la docteure Carole Maître, gynécologue à l'Institut national du sport, de l'expertise et de la performance (Insep).

Quel est l'impact du cycle menstrual sur la performance d'une sportive de haut-niveau ?

"Un cycle très bien équilibré, sans déséquilibre hormonal, où il n'y a pas de syndrome prémenstruel, n'est pas du tout incompatible avec la performance. Par contre, le syndrome prémenstruel, c'est une prise de poids qui peut aller de 500 g à 2 kg dans la semaine précédant les règles, des troubles de l'humeur, une hypersensibilité, de la fatigue, une certaine lourdeur. A ce moment-là, dans tous les sports où il faut être léger ou dans ceux à catégorie de poids, la fin du cycle est plus incompatible avec la performance. Le cycle peut aussi être impacté quand la dépense énergétique est plus grande que les apports alimentaires. Il y aura alors plus de rétention d'eau avant les règles, et cela peut également avoir des conséquences sur la performance."

Ce ne sont donc pas forcément les règles en elles-mêmes qui sont les plus handicapantes, mais le syndrome prémenstruel ?

"Oui, sauf règles abondantes, c'est la semaine précédant les règles qui peut être la plus impactante. Même si ça ne disparaît pas pile au premier jour des règles, car il faut mettre un ou deux jours à retrouver son poids et sa forme. On peut aussi avoir des douleurs au début des règles et, si elles sont abondantes, il y aura une perte de fer, et donc une fatigue plus importante. Mais souvent, plus les sportives pratiquent, moins les règles sont abondantes car le taux hormonal de base est plus faible."

Certaines périodes du cycle sont-elles plus propices aux blessures ?

"On a plus de ruptures du ligament croisé antérieur en période pré-ovulatoire, car il y a une certaine laxité, qui peut aller jusqu'à une instabilité articulaire, des ligaments liée aux oestrogènes. À ce moment-là, il faut peut-être adapter les exercices, faire plus de résistance, travailler sur le renforcement des ischios-jambiers."

Quelles sont les solutions pour les sportives gênées par leur cycle ?

"Il faut une prise en charge. Quand il y a un souci, on peut s'aider par un rééquilibrage soit nutritionnel, soit hormonal, ou réévaluer le choix de la contraception s'il y en a une. En cas de syndrome prémenstruel, il faut rééquilibrer toute insuffisance en progestérone, l'hormone qui est la première impactée par un trouble du cycle, parfois lié à une faible masse grasse ou à un entraînement plus intensif que l'équilibre alimentaire ne peut pas suivre, par exemple. Et ça, c'est notre rôle, à nous médecins. Il ne faut pas considérer que c'est une fatalité, mais consulter car en discutant, on peut trouver une solution."

Est-ce encore, selon vous, un sujet tabou ?

"On a plus de consultations sur le sujet. Depuis environ cinq ans, on en parle plus, il y a une certaine médiatisation mais aussi une formation des staffs et une sensibilisation de la nouvelle génération des entraîneurs à la performance au féminin. Il y a une évolution, même si on ne parle jamais trop des spécificités du corps féminin. On pourrait aussi parler des problèmes de périnée, par exemple."

Les athlètes témoignent : "Tu serres les dents et tu attends"

Cette demi-finale du 800 m aux championnats du monde à Doha, en 2019, Noélie Yarigo l'a encore en travers de la gorge. Juste avant sa course, alors que l'athlète du Running 41 était dans la chambre d'appel, elle a soudain ressenti de vives douleurs. Ses règles avaient 48 heures d'avance. Et ça a tout changé pour celle qui représente le Bénin.

"Je ne m'y attendais pas et ça m'a vraiment perturbée. J'avais de fortes douleurs au niveau du bas-ventre, ce qui ne m'a pas permis de mener correctement ma course, explique la Loir-et-Chérienne, qui a finalement terminé 5e de sa demi-finale. Aujourd'hui, je n'ai toujours pas digéré de ne pas être allée en finale."

Une précocité potentiellement due au stress : "Parfois, la sportive va tellement stresser que ses règles vont arriver", expliquait ainsi la Dr Carole Maître à nos confrères de L'Equipe Magazine en 2017.

Une difficile adaptation pour les sports collectifs

Même constat chez Sophia Fehri, pivot au Chambray Touraine Handball, club qui évolue en LBE, plus haut niveau national : "Les premiers jours sont intenses, douloureux. Mais le plus difficile, c'est une semaine avant : je me sens gonflée, j'ai envie de sucré, je suis plus irritable. J'ai plus de mal à me déplacer, les déplacements sont moins fluides."

Toutefois, si elles sont toutes les deux freinées dans leur pratique sportive, il y a une différence majeure entre ces deux femmes : l'une s'illustre dans un sport individuel, l'autre dans un sport collectif. Claude Guillaume, l'entraîneur de Noélie Yarigo, peut donc établir ses séances d'entraînement en fonction du cycle de son athlète. Mais comment faire dans un sport collectif ? "C'est plus difficile de s'adapter", admet la Dr Carole Maître, gynécologue à l'Insep.

"Dans l'équipe, ça se gère chacune de son côté, même s'il y a une certaine solidarité. On ne va pas en vouloir à une fille parce qu'elle n'a pas couru sur telle montée de balle alors qu'on sait qu'elle a ses règles, explique Sophia Fehri. Parfois, j'ai tellement mal que je ne vois pas comment je vais réussir à aller à l'entraînement. Mais je me force à y aller, car je n'ai pas envie de desservir l'équipe juste parce que j'ai mes règles et aussi parce que j'ai un peu peur de ce que vont penser les autres si je ne viens pas. On se dit : 'Ça va, on a toutes nos

règles, donc si on peut s'entraîner, elle aussi." On a tendance à diminuer l'importance de ce qu'on ressent. On se dit qu'on va s'en remettre, qu'on est fortes. Donc tu serres les dents en attendant que ça passe."

Même au niveau des compétitions, il est plus facile de s'adapter dans un sport individuel : "Après les Mondiaux, je suis allée voir une médecin de la Fédération d'athlétisme qui m'a expliqué qu'il faudrait décaler mes périodes en prenant continuellement la pilule, sans coupure, pour ne pas les avoir au moment des compétitions, explique Noélie Yarigo. Elle m'a dit que c'était sans risque."

Mais pour un sport collectif, avec souvent un match par semaine, difficile d'adapter le cycle au calendrier. "On ne va pas dire : "Il faut décaler le match de demain parce que 95% des filles ont leurs règles et qu'on ne va pas être performantes." C'est impossible", regrette Sophia Fehri.

Un aspect psychologique important

En outre, avoir ses règles au moment d'une échéance, ce n'est pas seulement gênant physiquement pour certaines sportives. C'est aussi perturbant psychologiquement. "Physiquement, mon cycle ne me gêne pas plus que ça, c'était surtout dans la tête que ça jouait avant, explique Maëlle Grossetête, cycliste au sein de la formation FDJ Nouvelle-Aquitaine Futuroscope. Je me disais que, si j'avais mes règles en course, ça n'allait pas aller. J'ai dû apprendre à me détacher de cette idée. C'est vrai que j'ai un peu mal aux jambes, que je suis un peu fatiguée, mais je ne suis pas persuadée que ça joue sur mes performances. Surtout que, finalement, ce n'est pas pendant les règles que les séances sont le plus compliquées, mais quelques jours avant. Je suis fatiguée, j'ai moins de peps, j'ai mal au dos, les jambes lourdes."

Qu'on ne soit plus obligées de se passer des tampons comme si c'était de la drogue...

Sophia Fehri, pivot au Chambray Touraine Handball

Il y a, aussi, une autre forme d'angoisse : celle que "ça se voie". "Je panique à l'idée qu'il y ait une goutte de sang qui dépasse, avoue Sophia Fehri. Mon attention est divisée entre le hand et mes règles."

Alors, que faire ? En parler, tout simplement. "Au moins pour lever le tabou, qu'on ne soit plus obligées de se cacher et de se passer des tampons comme si c'était de la drogue", lâche Sophia Fehri.

"Un facteur aussi important que le sommeil"

Mais, surtout, il faut que le sujet soit pris en compte par les entraîneurs et le staff de manière générale. Comme au sein de la FDJ Nouvelle-Aquitaine Futuroscope. "Notre ostéopathe nous en a notamment parlé lors du stage de présaison, explique Maëlle Grossetête, qui est également étudiante kinésithérapeute. C'est un facteur aussi important que le sommeil, qui joue sur le quotidien des sportives et qu'il faut prendre en compte. Mon entraîneur est aussi au courant, il peut donc adapter les entraînements au besoin, car selon la période du cycle, il faut travailler des qualités différentes pour optimiser la performance."

Mais si la performance peut être impactée par le cycle, le corps peut aussi connaître des changements liés à la pratique sportive. L'aménorrhée secondaire, c'est-à-dire l'absence de règles pendant trois mois ou plus, est plus souvent observée chez les sportives de haut niveau (20 à 70% selon les études) que dans le reste de la population (2 à 5%).

Et cela en particulier dans les sports à catégories de poids (comme le judo), les sports dits "esthétiques" (patinage, gymnastique) ou encore les sports d'endurance (athlétisme, course à pied, cyclisme). Or, si l'absence de règles est plutôt bien vécue par les sportives, elle peut avoir des conséquences à long terme, notamment sur la solidité osseuse.

Outil de travail

C'est là qu'on observe l'une des particularités du sport, où le corps d'un athlète est aussi son outil de travail, et encore plus du sport féminin : "La limite entre ce qui est intime et ce qui doit être partagé est floue, explique Sophia Fehri. Certaines filles sont sceptiques à l'idée de parler de leurs règles. De par la diversité des opinions, mais aussi de par la manière dont ça a un impact sur les sportives, il faudrait faire du cas par cas. Mais ça demande plus de travail, plus de temps, et donc de l'argent. Et dans le sport féminin, ce n'est pas ce qui coule à flot."

Chaque femme est différente, il faut donc bien étudier le cycle pour savoir comment réagit l'athlète à cette période.

Christelle Daunay, championne d'Europe du marathon en 2014

Malgré tout, les signes d'une évolution positive sont bel et bien là. Même si elle est lente. "Quand je faisais du sport à haut niveau, je n'en ai jamais parlé, et personne ne m'en a parlé non plus, explique Christelle Daunay, championne d'Europe du marathon en 2014. Mon cycle n'avait pas trop de conséquences sur mes performances, contrairement à d'autres sportives."

Aujourd’hui âgée de 45 ans, elle s'est reconvertis en entraîneuse. Et ce thème a été abordé pendant sa formation. "Il faut en parler, prendre en compte ces spécificités, c'est un sujet qui concerne aussi les entraîneurs, afin d'éviter certaines contre-performances. Chaque femme est différente, il faut donc bien étudier le cycle pour savoir comment réagit l'athlète à cette période." Dépasser le tabou, pour permettre aux sportives de se dépasser.

Les entraîneurs,

entre vouloir et pouvoir

Penser au moindre détail. Faire en sorte que chaque effort fourni paye. Le sport, et sa professionnalisation croissante, exige la prise en compte d'une multitude de facteurs pour maximiser la performance. Nutrition, sommeil, préparation mentale... Autant d'éléments surveillés par les sportives, mais aussi par leurs coachs.

Mais le cycle menstruel, tout aussi déterminant, est très inégalement considéré par ces derniers. Pourquoi ? Peut-être, en partie, parce que dans le sport de haut niveau, les coachs sont bien souvent des hommes. À titre d'exemple, en LBE, plus haut niveau du handball féminin en France, onze des douze équipes qui disputaient le championnat lors de la saison qui vient de s'achever étaient entraînées par des hommes.

"Je n'ai pas de réponses"

C'était le cas de l'équipe première du Chambray Touraine Handball (Indre-et-Loire), coachée depuis décembre 2019 par Jérôme Delarue. Lequel n'avait jamais dirigé d'équipe féminine auparavant. Et n'avait donc jamais dû penser à l'impact du cycle menstruel sur les performances des sportives.

"C'est un sujet sur lequel je n'avais pas forcément réfléchi quand je suis arrivé à Chambray, mais qui s'est imposé rapidement et qui mène à beaucoup de réflexion, explique l'entraîneur. Je ne me suis pas arrêté dessus quand le championnat était en cours, mais je suis actuellement en train de m'y intéresser. J'ai discuté avec des membres du corps médical, j'ai lu des articles sur ce sujet, car ça joue sur la capacité des joueuses à s'entraîner, ça amène même des blessures."

Reste à savoir comment prendre en compte ce facteur et y adapter l'entraînement, surtout dans un sport collectif. Autre raison, donc, du manque d'intérêt autour du sujet : le défaut d'information. Car concrètement, on fait comment ?

"La difficulté, c'est qu'on a un groupe à gérer. Est-ce qu'on doit enlever des charges d'entraînement à certaines filles ? Faire des séquences plus courtes, plus ou moins intenses ? Pour l'instant, je n'ai pas de réponses. La seule chose qui est sûre, c'est qu'on ne peut pas demander moins d'intensité à une fille lors d'un match, même si elle a ses règles."

Pour les entraîneurs comme pour les joueuses, le manque d'information est donc préjudiciable. "C'est un peu tabou, toutes les filles n'abordent pas le sujet. Personnellement, une seule joueuse m'en a parlé. Ce n'est pas ancré dans la culture française, regrette Jérôme Delarue. On arrive à un moment où les questions se posent et on aimerait bien avoir des éléments de réponse."

"Pas forcément bien vu"

"Le milieu médical ne fait pas assez de prévention auprès des sportives, abonde Claude Guillaume. Moi-même, malgré mon âge, j'en apprends tous les jours. Il y a une manque d'information, on n'ose pas en parler alors que c'est de l'éducation, tout simplement."

L'entraîneur de Noélie Yarigo (Running 41) est informé du cycle de son athlète et en tient compte dans ses plans d'entraînement. "On n'a pas de voile là-dessus, on en a parlé rapidement car je sais que ça peut avoir des conséquences, surtout chez Noélie qui a des règles abondantes. Si je ne suis pas informé et que je mets des séances très violentes à ce moment-là, ça peut créer une fatigue excessive. Généralement, j'allège un peu les entraînements avant et après ses menstruations."

Pourtant, son comportement n'est pas encore la norme. Au contraire, il peut même choquer. Et c'est là le troisième élément qui invisibilise le facteur "cycle menstruel" : le tabou. "Pour tout vous dire, j'ai trouvé ça violent, voire pervers!", raconte ainsi Estelle Nze Minko dans sa tribune, après que le préparateur physique de son club lui a demandé de le tenir au courant de son cycle. Avant de changer d'avis après s'être renseignée.

"Ce n'est pas forcément bien vu que les entraîneurs abordent ce sujet, renchérit Claude Guillaume. C'est dommage car il faut vraiment l'intégrer dans l'entraînement."

Le tabou ne sera brisé, et la performance maximisée, qu'à une condition : qu'on parle des règles, librement et sans gêne. Et pour cela, comme le conclut Estelle Nze Minko dans sa tribune: "Les hommes ont aussi leur rôle à jouer".

LA VILLE DE GRENOBLE RÉAFFIRME SA LUTTE CONTRE LA “PRÉCARITÉ MENSTRUELLE”, par auteur·e inconnu·e, Place Grenet, le 02/07/2020

<https://www.placegrenet.fr/2020/07/02/la-ville-de-grenoble-reaffirme-sa-lutte-contre-la-precarite-menstruelle/302904>



LA VILLE DE GRENOBLE RÉAFFIRME SA LUTTE CONTRE LA « PRÉCARITÉ MENSTRUELLE »

FLASH INFO – Après une première opération de collecte de protections périodiques au mois de mai 2019, la Ville de Grenoble réaffirme sa volonté de lutter contre la « précarité menstruelle ». « En France, 1,7 millions de personnes manquent régulièrement de protections hygiénique », écrit-elle ainsi. En se référant à un sondage « Hygiène et précarité en France », réalisée par l'institut Ifop pour l'association Dons Solidaires. Organisée dans différents lieux de la ville, la collecte de 2019 avait permis de redistribuer 17 000 dons à des personnes en difficultés. « La collecte a aussi permis de sensibiliser à la précarité menstruelle, de déconstruire le tabou qui entoure les règles et d'évoquer les protections hygiéniques alternatives, plus écologiques », note la Ville. Toutefois, pour cause de crise sanitaire, l'opération n'a pu être renouvelée comme prévu en juin 2020. « La précarité menstruelle s'étant cependant accentuée pendant cette période, la Ville de Grenoble a cherché des solutions pour y répondre rapidement », soulignent les services municipaux. En collaboration avec les communes voisines, et en partenariat avec les associations Dons Solidaires et Règles élémentaires, 100 000 protections périodiques ont pu être réceptionnées. Dont 50 000 pour la commune de Grenoble.

Grenoble (F): 110'000 serviettes hygiéniques distribuées

02 juillet 2020 - 13:42

Quelque 110'000 serviettes hygiéniques ont été distribuées jeudi à Grenoble à des associations de solidarité. Objectif: aider des femmes en situation précaire, premières touchées par la crise économique post-Covid.

"Le Secours populaire nous a alertés pendant le confinement qu'il manquait des protections périodiques dans les colis de première nécessité", a déclaré à l'AFP Emmanuel Carroz, adjoint à l'Egalité des droits et à la Vie associative de la mairie de Grenoble, réélu aux côtés d'Eric Piolle dimanche.

Quelque 110'000 serviettes hygiéniques ont été distribuées jeudi à Grenoble à des associations de solidarité. Objectif: aider des femmes en situation précaire, premières touchées par la crise économique post-Covid.

"Le Secours populaire nous a alertés pendant le confinement qu'il manquait des protections périodiques dans les colis de première nécessité", a déclaré à l'AFP Emmanuel Carroz, adjoint à l'Egalité des droits et à la Vie associative de la mairie de Grenoble, réélu aux côtés d'Eric Piolle dimanche.

La municipalité avait prévu d'effectuer en supermarchés une collecte de protections périodiques en juin. Celle-ci a été décalée à l'automne pour cause de coronavirus et de proximité avec le second tour des élections. Elle s'est alors tournée vers l'association Dons Solidaires.

Cette dernière lui a livré gratuitement 50'000 serviettes pour Grenoble, 20'000 pour Echirolles, 10'000 pour Saint-Martin d'Hères, 10'000 pour la Métropole, 5'000 pour Fontaine, 5'000 pour Pont-de-Claix et 10'000 pour les autres villes de la métropole.

Forme de violence

"Ne pas pouvoir se payer des serviettes, c'est une forme de violence faite aux femmes. Elles sont nombreuses à la subir. On essaie d'avoir des actions car cela fait partie de la dignité", a souligné M. Carroz. Et d'ajouter: "Si les hommes étaient menstrués, ça fait longtemps que ça serait pris en charge par la Sécu ! c'est vraiment un problème de genre".

Selon les chiffres avancés par les associations Dons Solidaires et Règles élémentaires, "1,7 million de personnes manquent régulièrement de protections hygiéniques". Le gouvernement a annoncé en février le lancement dans l'année à titre expérimental d'une distribution gratuite à des femmes précaires, notamment sans domicile.

A Grenoble, la première collecte ciblée sur ces produits d'hygiène a eu lieu en 2019 dans les supermarchés. Elle faisait suite aux recommandations d'associations (Planning familial, Aides, etc.) dans un livre blanc remis à la ville en 2018.

GRENOBLE : 110 000 PROTECTIONS PÉRIODIQUES DISTRIBUÉES POUR LES FEMMES PRÉCAIRES, par auteur·e inconnu·e, France 3 Auvergne Rhône-Alpes, le 02/07/2020

<https://france3-regions.francetvinfo.fr/auvergne-rhone-alpes/isere/grenoble/grenoble-110000-protections-periodiques-distribuees-femmes-precaires-1849374.html>

Grenoble : 110.000 protections périodiques distribuées pour les femmes précaires

Quelque 110.000 serviettes hygiéniques ont été distribuées, ce jeudi 2 juillet, à Grenoble à des associations de solidarité afin d'aider des femmes en situation précaire, premières touchées par la crise économique post-Covid.

Publié le 02/07/2020 à 14h41



Quelque 110.000 serviettes hygiéniques ont été distribuées, ce jeudi 2 juillet, à Grenoble à des associations de solidarité afin d'aider des femmes en situation précaire, premières touchées par la crise économique post-Covid. Selon les chiffres avancés par les associations Dons Solidaires et Règles élémentaires, "1,7 million de personnes manquent régulièrement de protections hygiéniques". Avec la crise sanitaire du coronavirus, la situation a empiré pour les femmes les plus démunies. Pour les aider, quelques 110.000 serviettes hygiéniques ont été distribuées à des associations de solidarité, ce jeudi, à Grenoble.

"Le Secours populaire nous a alertés pendant le confinement qu'il manquait des protections périodiques dans les colis de première nécessité", a déclaré Emmanuel Carroz, adjoint à l'Egalité des droits et à la Vie associative de la mairie de Grenoble, réélu aux côtés d'Eric Piolle dimanche.

La municipalité avait prévu d'effectuer en supermarchés une collecte de protections périodique en juin, mais celle-ci a été décalée à l'automne pour cause de coronavirus et de proximité avec le second tour des élections. Elle s'est alors tournée vers l'association Dons Solidaires qui lui a livré gratuitement 50.000 serviettes pour Grenoble, 20.000 pour Echirolles, 10.000 pour Saint-Martin d'Hères, 10.000 pour la Métropole, 5.000 pour Fontaine, 5.000 pour Pont-de-Claix et 10.000 pour les autres villes de la métropole.

"Ne pas pouvoir se payer des serviettes, c'est une forme de violence faite aux femmes. Elles sont nombreuses à la subir. On essaie d'avoir des actions car cela fait partie de la dignité", a souligné M. Carroz. Et d'ajouter: "Si les hommes étaient menstrués, ça fait longtemps que ça serait pris en charge par la Sécu ! c'est vraiment un problème de genre".

Le gouvernement a annoncé en février le lancement dans l'année à titre expérimental d'une distribution gratuite à des femmes précaires, notamment sans domicile. A Grenoble, la première collecte ciblée sur ces produits d'hygiène a eu lieu en 2019 dans les supermarchés, faisant suite aux recommandations d'associations (Planning familial, Aides, etc.) dans un livre blanc remis à la ville en 2018.

<https://www.ledauphine.com/societe/2020/07/04/isere-grenoble-une-distribution-de-protections-periodiques-aux-associations-de-solidarite>

Une distribution de protections périodiques aux associations de solidarité

Le CCAS de Grenoble a organisé, jeudi, dans ses locaux, une distribution de protections périodiques aux associations de solidarité grenobloises, en présence d'Alain Denoyelle, vice-président du CCAS, d'Emmanuel Carroz, adjoint à l'égalité des droits et à la vie associative ainsi que de Chloé Le Bret et de Margot Belair, élues le 28 juin. En tout, ce sont 50 000 protections périodiques distribuées à 42 structures locales.

Par **Mohamed AOUIINE** - 05 juil. 2020 à 14:02 | mis à jour le 06 juil. 2020 à 00:15 - Temps de lecture : 2 min

2 | Vu 472 fois



Le CCAS de Grenoble a organisé, jeudi, dans ses locaux, une distribution de protections périodiques aux associations de solidarité grenobloises, en présence d'Alain Denoyelle, vice-président du CCAS, d'Emmanuel Carroz, adjoint à l'égalité des droits et à la vie associative ainsi que de Chloé Le Bret et de Margot Belair, élues le 28 juin. En tout, ce sont 50 000 protections périodiques distribuées à 42 structures locales. C'est début juin 2019 que la Ville de Grenoble, en partenariat avec l'Appart, Femmes SDF et le Planning familial, a pris l'initiative d'organiser une collecte de serviettes périodiques dans différents lieux de la ville. En l'espace de 6 jours, 17 000 dons ont été récoltés puis remis aux personnes dans le besoin. La collecte était également l'occasion de sensibiliser à la précarité menstruelle mais aussi de permettre de déconstruire le tabou qui entoure les règles et d'évoquer les protections hygiéniques alternatives, plus écologiques.

« La seconde collecte, qui devait avoir lieu début juin 2020, a été reportée à cause de la crise sanitaire, explique Alain Denoyelle. La question s'est alors posée autrement. Très vite, au moment où on était engagés sur l'aide alimentaire, on s'était rendu compte que l'accès aux produits d'hygiène et de protections périodiques était aussi important. On a réussi à en obtenir en nous rapprochant des associations Dons solidaires et Règles élémentaires. »

La Ville de Grenoble a proposé aux communes voisines de participer à une commande groupée. L'association Dons solidaires a alors envoyé gratuitement 100 000 protections hygiéniques, dont 50 000 unités pour Grenoble. « Tout cela s'inscrit dans le cadre de la lutte contre les violences économiques », précise, pour sa part, la nouvelle élue municipale Chloé Le Bret.

QUIPER. LÉNA, S'ENGAGER EN RÉCOLTANT DES SERVIETTES HYGIÉNIQUES, par Daphné Herledan, Ouest-France, le 07/07/2020

<https://www.ouest-france.fr/bretagne/quimper-29000/quimper-lena-s-engager-en-recoltant-des-serviettes-hygiéniques-6898085>

Léna Bazile, 20 ans, est étudiante en troisième année pour valider un diplôme national des métiers d'art et du design au Paraclet à



Réserve
aux abonnés

Quimper. Léna, s'engager en récoltant des serviettes hygiéniques

Jeunes et engagés. Léna Bazile est une jeune femme investie dans son lycée Le Paraclet à Quimper (Finistère). Elle s'engage contre la précarité menstruelle et la violence.



Quimper (Finistère). Elle lutte contre la précarité menstruelle et les violences avec son établissement scolaire. Depuis toujours, la cause féminine et l'égalité femme-homme lui tiennent à cœur. Lorsque sa vie d'étudiante débute, elle réalise que, parfois, à la fin du mois, on doit choisir entre un paquet de pâtes ou un paquet de serviettes hygiéniques.

TESS PETTAVINO REJOINT LE CONSEIL D'ADMINISTRATION DE RÈGLES ÉLÉMENTAIRES, par auteur·e inconnu·e, Societer, le 08/07/2020

<https://www.societer.co/fr/article/tess-pettavino-rejoint-le-CA-de-regles-elementaires>

Tess Pettavino rejoint le Conseil d'Administration de Règles Élémentaires

Nomination

Tess Pettavino, ex-Directrice de la Communication à La République En Marche !, aujourd’hui chez Societer, Maison de Conseil en Sustainable Leadership, rejoint le Conseil d’Administration de Règles Élémentaires. Engagée depuis plusieurs années aux côtés de l’association, elle a été nommée administratrice sur proposition de sa fondatrice, Tara Heuzé-Sarmini, afin d’accompagner notamment sa croissance et son impact.

Tess Pettavino, ex-Directrice de la Communication à La République En Marche !, aujourd’hui chez Societer, Maison de Conseil en Sustainable Leadership, rejoint le Conseil d’Administration de Règles Élémentaires. Engagée depuis plusieurs années aux côtés de l’association, elle a été nommée administratrice sur proposition de sa fondatrice, Tara Heuzé-Sarmini, afin d’accompagner notamment sa croissance et son impact.

Règles Élémentaires est la première association française de lutte contre la précarité menstruelle qui touche plus d’1,7 millions de personnes en France. Sa mission est double : collecter des produits d’hygiène intime à destination des femmes dans le besoin et briser le tabou des règles. Pour ce faire, l’association reçoit le soutien du Gouvernement, de nombreuses associations partenaires, d’entreprises et de citoyens donateurs et bénévoles.

Depuis 2015, grâce aux travaux des 30 collaborateurs présents sur les 6 antennes de l’association, Règles Élémentaires a permis la redistribution de plus de 2 000 000 de produits d’hygiène intime à plus de 50 000 bénéficiaires.

CULOTTE MENSTRUELLE : LAISSE COULER TON SANG, par Dorothée Duchemin, Slate.fr, le 14/07/2020

<http://www.slate.fr/story/192411/regles-menstruations-culotte-menstruelle-bio-ecolo-alternative-tampons-serviettes>

Dorothée Duchemin — 14 juillet 2020 à 9h00 — mis à jour le 15 juillet 2020 à 10h03

Elle est confortable, écologique et inoffensive. Dernière arrivée sur le marché, la culotte menstruelle s'impose comme alternative aux protections périodiques jetables en brisant le tabou des règles.



Adieu phtalates, dioxydes, pesticides des tampons et serviettes hygiéniques. | Patrick Kool via [Unsplash](#)

Elle est confortable, écologique et inoffensive. Dernière arrivée sur le marché, la culotte menstruelle s'impose comme alternative aux protections périodiques jetables en brisant le tabou des règles.

«*C'est pas trop tôt! On manquait singulièrement d'innovation dans le domaine des protections périodiques!*» lance Élise Thiébaut, autrice du livre *Ceci est mon sang*. La culotte menstruelle permet de dédramatiser les règles et apporte enfin une réponse à cette question peu prise en compte mais qui prend la tête: *est-ce que j'ai une tache?* La question de la tâche n'empoisonne pas uniquement le cycle des adolescentes. «*Ce n'est pas normal à 30 ans de se demander encore si on a une tache!*», s'écrit Claudette Lovencin, cofondatrice de Fempo.

Outre cette considération, la composition des serviettes et tampons jetables est dénoncée depuis plusieurs années maintenant. Phtalates, dioxydes, pesticides... En 2019 encore, 60 Millions de consommateurs épinglait de nombreuses marques, y compris certaines estampillées bio, révélant la présence de ces produits potentiellement toxiques pour la santé. Et pour l'environnement. Selon [le site de statistiques Planetoscope](#), une personne menstruée a besoin 520 fois dans sa vie d'une serviette ou d'un tampon. «*À l'échelle mondiale, cela représente une consommation de 1.447 serviettes hygiéniques chaque seconde, soit 45 milliards par an.*»

Après les serviettes lavables et les coupes menstruelles, les culottes menstruelles sont conquises de nombreuses adeptes en un temps record. Pionnière en la matière, la marque new-yorkaise Thinx commercialise ses culottes hyper absorbantes, lavables et réutilisables depuis 2014. En France, c'est la marque Fempo qui a dégagné en premier, en 2017, suivi par Réjeanne en 2018. Depuis, elles se sont multipliées. Moodz, Louloucup, Elia Lingerie, Sisters Republic, Blooming, Aglaé, Plim, So cup...

«*Tant mieux, parce qu'il y a plus de choix pour les femmes*», commente Elsa Mechulan, fondatrice de Loulou Cup, qui, après les coupes menstruelles, s'est lancée sur le marché désormais très concurrentiel des culottes en janvier 2020. «*On passe 25% de notre temps à avoir nos règles. Il ne faut pas voir sa culotte comme un tampon ou une serviette mais comme une culotte de lingerie. Pour la lingerie, on n'achète pas toujours la même marque. Là, c'est pareil. Les culottes présentent par ailleurs plusieurs niveaux d'absorption et peuvent être utilisées durant le cycle mais aussi à la place d'un protège-slip*», poursuit l'entrepreneuse.

Un besoin de transparence

Les promesses de ces marques? Jusqu'à douze heures d'absorption, en fonction de la culotte choisie et de son flux, pas d'odeur et pas de sensation d'humidité. En plus de l'esthétisme. La culotte menstruelle est composée de trois couches. Prenons l'exemple de Fempo, composée d'une doublure 100% coton en contact avec le sexe, une couche absorbante en bambou, une troisième couche imperméable en polyester et PUL, un tissu imperméable. L'extérieur est lui en Lycra. L'ensemble des textiles utilisés par Fempo est certifié OEKO-TEX® | STANDARD 100. «*Cette certification assure la conformité légale des produits textiles contrôlés. Elle certifie en outre qu'un produit distingué avec le STANDARD 100 a été contrôlé de manière fiable quant aux substances nocives*», peut-on lire sur le site du label.

Les marques réputées possèdent toutes ce label ou, mieux, proposent une gamme en coton bio. «*Le made in France et les marques qui détaillent en toute transparence la conception et la composition de leurs culottes sont de bons critères pour choisir sa culotte. Nul besoin de contenir des nanoparticules d'argent. L'eucalyptus ou le bambou sont naturellement antibactériens, donc pas cette oxydation, cette odeur qu'on retrouve avec les protections jetables. Seulement l'odeur du sang*», argumente Anaelle Soriguet, coach et testeuse de nombreuses marques de culottes pour son blog écologiste et féministe, La révolution des tortues. Les nanoparticules d'argent, qu'elle dénonce, sont des substances utilisées pour leurs caractéristiques antibactériennes et antifongiques, mais régulièrement mises en cause pour leurs impacts sanitaires et environnementaux. Elles se trouveraient dans la composition des culottes de Thinx, selon un article de Cheek magazine publié en 2017.

«*La composition des culottes est un bon critère de choix. Nul besoin des nanoparticules d'argent. L'eucalyptus ou le bambou sont naturellement antibactériens.*» Anaelle Soriguet, coach et testeuse de marques

On utilise la culotte menstruelle durant son cycle, bien sûr, mais aussi en cas de spotting, de pertes blanches, de fuites urinaires ou en suites de couches. Désormais, la majorité des marques a développé sa gamme pour adolescentes. Donc, dès 12 ou 13 ans, on peut utiliser ces culottes pour le reste de sa vie.

Sur fond de féminisme, de body positivité, de messages inclusifs, les marques, souvent emmenées par de jeunes entrepreneuses optimistes et volontaristes, veulent proposer aux femmes des produits adaptés à leurs besoins et à leurs exigences sanitaires et environnementales. «*Les seules solutions qu'on avait quand nous étions adolescentes, c'était ces protections hygiéniques jetables, bourrées de produits chimiques à l'origine de nombreuses allergies, de mycoses et même parfois responsable du syndrome du choc toxique*», explique Wye Morter, cofondatrice de Réjeanne. Pas satisfaites des protections hygiéniques disponibles sur le marché, Wye Morter et Alexandra Rychner ont lancé cette marque de culottes. «*La coupe menstruelle a enfoncé les premières portes. On n'était plus obligé d'acheter des protections chimiques et jetables, c'était un bon début pour les femmes et les règles.*» C'est sur Ulule que l'aventure a commencé, un crowdfunding qui a permis d'écouler plus de 7.000 culottes sur un objectif initial de 100.

La coupe menstruelle remise en cause

La marque Fempo, lancée par Claudette Lovencin et Fanny Abes, a été initiée avec un questionnaire sur les réseaux sociaux. «*Plus de 3.000 personnes ont répondu en trois jours. Et dans les réponses, y avait un malaise. En gros, 70% des femmes étaient insatisfaites de leurs protections pour des raisons de confort, d'autres s'inquiétaient pour leur santé, se posaient des questions quant à la composition des produits, souffraient de mycoses, d'irritations. La troisième préoccupation était liée aux questions écologiques*», se souvient Claudette Lovencin. Les fondatrices de Fempo ou Réjeanne se sont très vite rendues compte qu'elles n'étaient pas seules à avoir besoin d'une nouvelle génération de protections hygiéniques. La coupe menstruelle avait déjà bousculé la donne mais n'était pas toujours satisfaisante. Certaines femmes ne sont pas à l'aise avec les protections intravaginales ni la manipulation de la cup. «*La cup est faussement pratique, il faut des toilettes avec un robinet sous la main et ce n'est pas le cas partout*», commente Anaelle Soriguet.

En outre, la coupe a eu mauvaise presse. En mai, la DGCCRF a émis de nouvelles recommandations, basées sur un avis rendu par l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail, sur l'utilisation de la coupe menstruelle. Sa composition n'est toutefois pas remise en cause mais uniquement sa mauvaise utilisation, pouvant être à l'origine du syndrome du choc toxique. L'ANSES s'est prononcée pour que soient inscrits sur les emballages des coupes, «*le temps de port maximal de la coupe (6 à 8 heures) et le fait que la coupe doit être portée uniquement pendant les règles et vidée régulièrement (toutes les 4 à 6 heures), un avertissement sur le fait que les femmes ayant déjà eu un syndrome de choc toxique ne doivent pas utiliser de protection intime interne, une recommandation d'utiliser la nuit une protection externe, afin de diminuer le risque de développer un syndrome de choc toxique*».

«*Ça change la vie*», lit-on souvent sur les pages des comptes Instagram et Facebook de Fempo, Réjeanne, Moodz et les autres.

«*Le gros avantage de la culotte par rapport à la serviette, c'est que ça ne bouge pas. Il n'y a pas de sensation de deuxième couche. Quand on fait du vélo, la serviette gigote. Là, ça ne bouge pas. Culottes menstruelles ou culottes normales, sous mes jeans, et je ne sens pas la différence. Ta culotte, tu la mets, tu l'oublies et tu l'enlèves le soir. Pour moi, c'est une révolution, au moins pour la nuit. Je n'envisage aucune autre protection que ça*», commente Anaelle Soriguet. Et pour les personnes qui ont un flux plus hémorragique, il est possible d'utiliser une protection en complément pour les deuxième et troisième jours, comme une coupe ou une serviette lavable. «*Il n'y a pas de règles pour les règles. Ce qui compte, c'est la diversité des propositions et la possibilité de choisir*», lance Wye Morter.

Un défaut: le prix

Malgré ses vertus, la culotte menstruelle compte encore des réfractaires. Son principal défaut? Elle coûte cher. Comptez entre 28 et 45 euros pour l'achat d'une pièce. Chez Réjeanne, certains modèles flirtent avec la soixantaine d'euros –avec des culottes en plumetis ou dentelle, c'est aussi l'un des parts pris de la marque, proposer de jolies culottes réalisées dans l'usine morbihannaise de l'ancienne marque de lingerie Chantelle.

Sachant qu'il faut en moyenne cinq culottes pour tourner confortablement sur un cycle menstruel, le coût du stock nécessaire peut alors avoisiner 150 euros, voire 200. Une somme élevée pour des personnes en situation de précarité, bien sûr, mais aussi pour des femmes plus aisées qui ne veulent pas débourser autant d'un coup pour leurs menstruations. «*Je constate que le prix de 30 euros la culotte est un énorme frein pour la plupart des femmes. C'est un investissement pour démarrer. Je comprends que ce soit une barrière, moi je me les suis fait offrir à Noël et ça me change la vie!*», plaide Anaelle Soriguet.

En l'absence de chiffres fiables en France, Les Décodeurs du Monde ont réalisé une estimation du coût moyen des règles pour une personne menstruée, tout au long de sa vie. La moyenne s'établit à 7,5 euros par cycle, soit 90 euros par an et 270 euros sur trois ans. Si vous achetez cinq culottes (mais quatre peuvent suffire) à 30 euros, votre budget s'établit alors à 150 euros. La comparaison est vite faite!

Cachez cette culotte

Outre le porte-monnaie, il existe des barrières psychologiques à l'utilisation des culottes menstruelles. La vue du sang qui s'écoule des culottes au rinçage –on peut ensuite les laver à la main ou en machine– peut être un frein. De même que les faire sécher à l'air libre, ce qui est pourtant un impératif.

Le sèche-linge nuit aux capacités d'absorption de la culotte. «*Je ne veux pas laver ça devant mon mari, je ne veux pas que mes enfants les voient dans la salle de bain.*»«*Certaines femmes ne veulent surtout pas que le reste de la famille sache qu'elles ont leurs règles. Ce qu'elles veulent, c'est jeter leurs protections souillées le plus rapidement possible à la poubelle*», analyse Louise Brunet, naturopathe et autrice du blog Sois bio et bats-toi. «*Il y a encore encore un gros tabou autour des règles, c'est la raison principale qui freine les femmes*», analyse celle qui pour son blog a testé de nombreuses marques de culottes.

«*Sentir le sang qui coule, tout le monde n'est pas habitué. Ça prend un peu de temps mais en un ou deux cycles, cette sensation étrange passe.*» Claudette Lovencin, cofondatrice de Fempo

Pour d'autres femmes, de la génération 1960-1970, le fait de devoir laver sa culotte est un véritable retour en arrière. «*Pour elles, ce n'est pas féministe et ça ne correspond pas à l'idée qu'elles se font de la liberté de la femme. Pourquoi s'embêterait-on à laver nos protections hygiéniques? Selon cette génération, le tampon est un progrès et la culotte un recul. Pourquoi s'imposer ce retour en arrière? Ce sont deux mondes qui s'affrontent*», poursuit Louise, s'appuyant sur les réactions qu'elle peut lire sur son blog.

Dernier barrage, pour les adeptes des protections intravaginales, sentir le sang s'écouler dans sa culotte. «*Il faut apprivoiser la culotte. Sentir le sang qui coule, tout le monde n'est pas habitué, ça prend un peu de temps mais en un ou deux cycles, cette sensation étrange passe*», assure Claudette Lovencin de Fempo. «*Je trouve plutôt rassurant le fait de reprendre conscience de ce qui est en train de se produire dans son corps. Avec les tampons, on n'a aucune idée de ce qui se passe. C'est étrange. Quand on se rend compte que la culotte est fiable, la sensation d'écoulement, on s'en fout*», abonde Anaëlle Sorignet. «*Avec les culottes, on sort de l'image du déchet*», analyse Élise Thiébaut. *Elles normalisent enfin ce qui se passe dans les corps des personnes qui ont leurs règles!*»

Une arme contre la précarité menstruelle

Tara Heuzé, fondatrice de l'association Règles élémentaire, engagée contre la précarité menstruelle, voit l'avènement des culottes de règles comme une aubaine: «*Il s'agit le plus souvent de jeunes marques très engagées avec des valeurs fortes. De nombreuses marques souhaitent s'associer avec nous ou avec d'autres associations et engager des actions qui participent à leur business plan. Leur communication repose sur l'idée de briser le tabou des règles et c'est aussi ce que nous voulons.*»

Ces partenariats leur permettent d'organiser des ateliers de sensibilisation auprès de femmes précaires. Objectif: les informer sur les protections hygiéniques réutilisables, la cup, la serviette lavable ou la culotte menstruelle. Les femmes peuvent repartir avec la protection de leur choix. Modibodi, Smoon, Elia Lingerie, Saforelle, Pourprees, Blooming, Réjeanne, Fridas, Dans ma culotte, Lyeva... Règles élémentaires a établi un partenariat avec dix marques de culottes menstruelles.

«*Si la coupe menstruelle a le meilleur ratio durée/coût, elle suscite encore de nombreuses barrières psychologiques, culturelles, religieuses ou sociales... La culotte est un produit phare, la chouchoute de nos ateliers. Notre objectif est de mettre fin à la dépendance au don, en plus d'un réel enjeu écologique et sanitaire. Avec des culottes, qui peuvent durer entre deux et cinq ans, on peut permettre aux femmes de vivre dignement leurs règles et de se soucier d'autre chose.*» Mais quand le stock de culottes aura disparu? «*On en redemandera aux marques et on en aura. Nous soutenir, c'est inscrit dans leur ADN.*»

T.G.I.F. - Thank God I'm Féministe "T.G.I.F. Règles Élémentaires", Par ???, Podcast, le 10/07/2020

<https://open.spotify.com/episode/6csyy6AULWsTzJH3jVjLJ1?nd=1&nd=1>



Règles élémentaires, c'est d'abord une asso qui collecte des protections hygiéniques pour les distribuer partout en France. Mais c'est aussi une asso qui milite pour briser le tabou des règles et les idées reçues sur le sujet ! Nous recevons Tara, Présidente et fondatrice de Règles élémentaires sur T.G.I.F.

4 QUESTIONS POUR DEMAIN AVEC TARA HEUZÉ-SARMINI, par auteur.e inconnu.e, *Ground Control*, le 22/07/2020

<https://www.groundcontrolparis.com/4-questions-pour-demain-tara-heuze-sarmini/>

4 questions pour demain avec Tara HEUZÉ-SARMINI #changerlesrègles

22/07/2020 | 4 questions pour demain S2, société, top vidéos, vidéos, vidéos à la une



Tara HEUZÉ-SARMINI est la Fondatrice et Directrice Générale de Règles Élémentaires, la première association française de lutte contre la précarité menstruelle. L'objectif de l'association est double : collecter des produits d'hygiène intime à destination des femmes dans le besoin et de briser le tabou des règles. @regleselementaires
“Ensemble, nous pouvons faire bouger les lignes et changer les règles !”

1. Qu'avez-vous fait de totalement inédit durant cette période que vous n'auriez pas osé faire autrement ?

Chez Règles Élémentaires, l'association que j'ai fondée et que je dirige, et qui est aujourd'hui la première association de lutte contre la précarité menstruelle en France, on a redistribué un maximum de produits en un minimum de temps. Très concrètement, on a redistribué plus d'1,5 millions de tampons et serviettes à des dizaines de milliers de femmes en à peine huit semaines, ce qui est plus que le double de l'ensemble des produits redistribués sur l'année 2019. Ça c'était absolument inédit.

On ne pensait pas y arriver, et grâce aux bonnes volontés des un·e·s et des autres, un alignement d'étoiles, des partenariats toujours plus forts, on a réussi, et c'était vraiment très chouette de voir cette chaîne de solidarité se mettre en place.

À un niveau très personnel, j'étais confinée en famille. J'ai vécu 24h/24, 7j/7 avec des membres de ma famille, avec lesquels je n'aurais jamais imaginé vivre ça. Ça s'est très bien passé, et cette crise sanitaire m'a aussi permis, je pense, de mettre les pendules à l'heure sur les valeurs essentielles, sur la famille, la santé, les circuits courts, la consommation locale, la déconsommation dans certains cas.

2. Quels changements avez-vous observés et qui pourraient s'installer durablement ?

On a observé pas mal de changements chez Règles Élémentaires. Le plus important, c'est sans doute la réelle prise de conscience, de très nombreuses personnes, de la détresse d'autres.

Je pense que le confinement a beaucoup marqué les esprits, notamment avec cette idée que pour rester chez soi, il faut un chez soi. Et nous, notre public ce sont des femmes et des personnes extrêmement précarisées qui n'avaient pas toujours un chez soi. Parmi le grand public, les donateurs, les donatrices, nos partenaires, ça a été très fort et il y a eu une très forte mobilisation et solidarité qui se sont mises en place. J'espère qu'elle s'installera et que ce n'était pas seulement lié au fait que les gens étaient chez eux. J'espère vraiment que cette solidarité va se pérenniser.

On a également observé des choses simples qui ne sont pas propres à notre secteur, ni même à notre association. Tout ce qui est le télétravail, les circuits-courts, la volonté de consommer local, toutes ces choses qui sont plutôt positives.

3. Quelles solutions concrètes selon vous pour accélérer la transition écologique et sociale ?

Il faut évidemment plein de choses, il n'y a pas de solution miracle.

La première, à mon avis, c'est d'investir et de réinvestir massivement dans l'éducation, dans la santé et dans des énergies renouvelables. C'est très important qu'on prenne conscience collectivement de la valeur des choses que l'on a déjà, de nos acquis, et qu'on les préserve, tout en s'assurant qu'ils ne nuisent pas à la planète et à autrui.

Je pense qu'il est urgent de lutter contre l'évasion fiscale, l'optimisation fiscale, qu'il est urgent d'imposer une taxe carbone qui reflète vraiment le coût de la pollution, et qu'il est vraiment essentiel de repenser nos modes de consommation, de moins consommer mais de consommer mieux, de consommer plus local.

Cette crise, c'était aussi une crise de la mondialisation. Il est important que l'on arrive à vivre en harmonie avec nous mêmes, avec les autres et avec la planète.

Un point essentiel pour accélérer cette transition écologique et sociale à mon avis, c'est vraiment d'avoir une approche très *data-oriented*, parce qu'on ne change pas ce qu'on ne mesure pas. Ça s'applique pour la pollution pour les statistiques ethniques, pour un certain nombre de choses.

Avant de chercher des solutions, il faut comprendre les problèmes, et ça requiert beaucoup d'efforts collectifs, ça requiert le temps de cette pause, de prendre le temps pour changer les choses et ne pas se précipiter en faisant les choses n'importe comment.

4. À votre échelle individuelle, qu'allez-vous faire ?

Depuis le déconfinement, je me suis mise au vélo à Paris, ce qui était une grande première pour moi. J'essaye évidemment de consommer le plus local possible, avec le moins d'emballages plastiques, je ne me déplace jamais sans ma gourde, j'ai même inventé un porte-gourde au cours de ces dernières semaines !

Et à un niveau plus global, je pense que le changement viendra de la mobilisation citoyenne. La mobilisation citoyenne c'est vraiment ce sur quoi on a misé chez Règles Élémentaires, et en très peu de temps on a obtenu des résultats assez spectaculaires.

On a changé les règles, on est en train de changer les lois, et je suis convaincue que pour tous les problèmes et tous les challenges auxquels on pouvait faire face, il faut absolument compter sur les un·e·s et les autres, que tout le monde se responsabilise, que tout le monde se mobilise.

Et pour moi, il y a aussi une urgence de recréer du lien social et de recréer du lien intergénérationnel. À un niveau très personnel, je me pose aussi la question à moyen terme de réfléchir à tout ce qui va être coliving pour les seniors, pour préserver la dignité de nos aîné·e·s, tout simplement.

TARA HEUZÉ-SARMINI, UNE FEMME QUI LUTTE CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE EN FRANCE OÙ LA DISTRIBUTION DE PROTECTIONS PÉRIODIQUES GRATUITE EST MISE À L'EXPÉRIMENTATION, par Mai Oono, Laundrybox, le 23/07/2020

<https://laundrybox.jp/magazine/france-association/>

The image shows a woman with short brown hair and glasses, wearing a green textured jacket over a grey top, standing with her arms crossed. She is positioned in front of a dark green chalkboard wall that features several informational posters. One poster on the left is titled "QUE PUIS-JE METTRE DANS UNE BOÎTE À DONS ?" and "RÈGLES ÉLÉMENTAIRES". Another poster on the right is titled "Choisir Gina, c'est soutenir gina". Above the chalkboard, there is a banner with the year "2020" and various small posters related to women's health. To the right of the chalkboard, the word "code" is written vertically, followed by "6C65C" and "FΦΙΦ5". The Laundrybox logo is visible at the top left of the page.

生理 | 更年期 | セクシャルウェルネス |
婦人科系疾患 | フェムテック | 性教育 |
メンタルヘルス | 妊娠・育児 | 不妊・妊よう性

POST LINKEDIN, par Lucile Tauvel, le 24/07/2020

https://www.linkedin.com/posts/lucile-tauvel-39a801107_pour-mettre-en-lumière-des-initiatives-activity-6692096935223951361-HZzS/

The LinkedIn post features a collage of images: a smiling young girl, a protest sign reading "A WARM ONE FOR BOYS IT IS", and a group of people laughing. Overlaid on the collage is the word "Féminisme". Below the collage is a screenshot of a crowdfunding project on Ulule. The project is titled "Les Couilles sur la table : le livre" and is described as a "documentaire engagés, médias indépendants, festivals, livres d'éducation, BD, jeux. Des projets et initiatives qui œuvrent en faveur de l'égalité entre l'homme et la femme et de l'extension du rôle de la femme dans la société. FEMALE IS FUTURE". The project has raised 4402 / 2000 and has 12 days left. A call-to-action button says "LANCER MON PROJET". To the right, a sidebar shows "Selectionné par" Lucile (Team Ulule) and a brief description of the projects.

La sélection Féminisme

Three projects from the "Féminisme" selection are shown:

- Bad Bitches Only** (with Inès Slim and 16 others): A campaign for a book, raising 12 779 €.
- Art for Women**: An art & photo project, raising 11 304 €.
- Colère : le magazine papier** (Deuxième Page): A magazine project, raising 33 172 €.

119 · 12 commentaires

Pour mettre en lumière des initiatives qui font bouger les choses à leur échelle, je lance sur [Ulule](#) chaîne Féminisme → <https://lnkd.in/dcqyPJJ>

Documentaires engagés, médias indépendants, festivals, livres d'éducation, jeux & associations : une sélection de projets qui œuvrent en faveur de l'égalité, de la justice sociale et de l'extension du rôle de la femme dans la société.

Les Couilles sur la Table, le livre tiré du podcast de [Victoire Tuaillet](#) qui questionne les masculinités.

Les Mâles du siècle, un long métrage documentaire sur ce que le féminisme fait aux hommes par Laurent Metterie et [Camille Froidjeaux-Metterie](#).

[Règles Élémentaires](#), une association qui lutte contre la précarité menstruelle et collecte de protections périodiques à destination des femmes dans le besoin.

Retrouvez la sélection complète par ici → <https://lnkd.in/dcqyPJJ>

« N'oubliez jamais qu'il suffira d'une crise politique, économique ou religieuse pour que les droits des femmes soient remis en question. Ces droits ne sont jamais acquis. Vous devrez rester vigilantes votre vie durant. » Simone de Beauvoir

HELENE GULLY ET SOPHIE AMSILI | Le 25/07 à 14:00 | Mis à jour le 27/07 à 13:31 |



Les culottes menstruelles sont des sous-vêtements à l'apparence classique dotés d'une partie absorbante conçus pour les règles des femmes.

A l'heure où s'accentue la pression environnementale, les entreprises d'hygiène innovent pour proposer aux femmes des protections plus écologiques. Parmi elles, des jeunes pousses françaises se lancent sur le marché comme Fempo, Petites Culottées ou Réjeanne.

Dans les supermarchés, les rayons de l'hygiène féminine se métamorphosent après des décennies d'inertie. Les traditionnels emballages des tampons et serviettes jetables se labellisent « bio » et de nouveaux produits tentent désormais de se faire une place au soleil.

Les « **cups** » - dispositif en silicone réutilisable - et tampons en coton biologique ont été les premières petites innovations du secteur. Suivis par les **serviettes lavables**, depuis quelques mois, les **culottes menstruelles**, ces sous-vêtements à l'apparence classique dotés d'une partie absorbante conçus pour les règles des femmes.

En septembre dernier, le géant de l'hygiène Kimberly-Clark a d'ailleurs investi 25 millions de dollars dans la start-up **Thinx**, pionnière de la lingerie menstruelle. Une opération remarquée et un véritable soutien pour cette jeune pousse qui avait déjà frappé un grand coup en 2015 en lançant une campagne de publicité dans le métro new-yorkais, pour faire connaître ses produits révolutionnant la période délicate des menstruations.

Après des décennies sans innovation, le secteur de l'hygiène féminine est donc en train de se renouveler. Les femmes se voient proposer des alternatives aux habituels serviettes et tampons jetables, et en parallèle, de nouvelles entreprises émergent dans ce milieu monopolisé jusqu'ici par quelques colosses.

« On est parties comme un boulet de canon »

En France aussi, le secteur est désormais en mouvement. Alors que Thinx et son concurrent australien **Modibodi** faisaient tout doucement leur chemin vers l'intimité des Françaises, de nombreuses jeunes pousses hexagonales se sont lancées à partir de 2018, souvent aidées par des [campagnes de crowdfunding](#). Chacune avec son univers et son public cible.

La précurseure dans l'Hexagone, **Fempo**, qui propose des slips « sportswear » en Lycra, a mûri son projet dès 2017. L'année suivante, deux marques ont fait leur apparition : **Réjeanne** avec ses sous-vêtements colorés, confectionnés notamment par les petites mains des anciennes usines Lejaby et Chantelle, ainsi que **Petites Culottées** et ses pièces de lingerie un peu plus chères ornées de broderies Leveaux et de dentelles Noyons-Calais.

Difficile d'estimer précisément le nombre de marques qui évoluent désormais sur ce segment. Mais selon **Shonnead Dégramont**, fondatrice et présidente de Petites Culottées, il y en aurait au moins 34. « *Chaque semaine ou presque, il y en a une nouvelle* », assure-t-elle.

Toutes les dirigeantes - car ce sont toutes des femmes - assurent que la demande pour leurs produits est là. A son lancement, Petites Culottées s'est d'ailleurs laissé déborder par les commandes : 190 en trois semaines de crowdfunding, puis un millier pendant les deux premières semaines d'ouverture de son site. « *C'était le début du galop de notre cheval de course !* » s'enthousiasme Shonnead Dégramont. Elle dit aujourd'hui vendre **entre 1.500 et 3.000 pièces par mois**.

Même surprise chez Réjeanne, qui espérait vendre 200 culottes en 45 jours de crowdfunding. Ce sera finalement 7.500 pièces commandées, et des livraisons étalées sur plusieurs mois. « *On est parties comme un boulet de canon* », sourient les deux fondatrices, **Alexandra Rychner et Wye-Peygn Morter**. En 2019, la marque a encore confectionné 50.000 autres culottes et réalisé **un chiffre d'affaires de 1 million d'euros**.

Thinx évoque pour sa part « *une croissance annuelle continue depuis son lancement* » et une clientèle qui s'est fortement étoffée ces deux dernières années en France. De son côté, **Blooming**, une autre pépite, revendique « *un équilibre à la fois en magasin et en ligne qui [l']inscrit dans une croissance rentable* ».

Méfiance généralisée

Mais quel est donc l'engrais d'une telle croissance ? « *Deux éléments justifient l'essor de ces nouveaux produits. D'une part, la défiance envers les protections dites classiques, soupçonnées de contenir des substances chimiques ou d'être responsables de maladies. Et les préoccupations environnementales, notamment des nouvelles générations* », décrypte le professeur Gérard Lina, microbiologiste français et spécialiste du syndrome du choc toxique, cette maladie infectieuse qui touche certaines femmes au moment des règles. Documentaires chocs, études sanitaires, témoignages... Les protections hygiéniques classiques ont été accusées, ces dernières années, de beaucoup de maux, dont celui, justement, de **provoquer le choc toxique**. « *En réalité, c'est une maladie rare, en France seulement une centaine de femmes sont concernées chaque année* », tempère Gérard Lina. Mais les échos de cette maladie résonnent fort. « *Et puis 80 % des femmes qui en sont atteintes sont hospitalisées en réanimation* », explique le médecin. Sur le banc des accusés notamment, les tampons, puisque « *les dispositifs intravaginaux sont les seuls à risque, une serviette ou une culotte ne peut pas engendrer la maladie* », précise Gérard Lina.

Un scandale a aussi particulièrement abîmé la réputation de ces protections hygiéniques : le tampon Rely, dans les années 1980, conçu en fibre synthétique et qui a été effectivement responsable de la mort de plusieurs dizaines de femmes. « *Depuis, les fabricants sont devenus vigilants sur les matières premières utilisées* », témoigne le professeur Lina. Chez Procter & Gamble, leader du marché international de l'hygiène féminine, on regrette d'ailleurs « *des inquiétudes infondées* ». « *Il est important de bien faire la différence entre les faits et la fiction s'agissant de l'hygiène féminine* », explique-t-on chez le géant. « *En fait, le syndrome du choc toxique est d'abord lié à une mauvaise utilisation de ces protections, gardées trop longtemps* », confirme Gérard Lina.

Exigence de transparence

La liberté donnée aux entreprises d'indiquer ou non la composition exacte de leurs produits ne rassure pas non plus les clientes. Or, comme pour l'alimentation, elles deviennent de plus en plus intransigeantes sur ce qu'elles utilisent pendant leurs règles. Un terreau fertile sur lequel les start-up des culottes ont capitalisé. Sur leurs sites, la **composition des culottes est** détaillée sous toutes les coutures, et la majorité d'entre elles arborent fièrement la **certification Oeko-Tex** qui garantit l'absence de certaines substances chimiques. « *On sait que nos clientes nous choisissent pour ça et pour la beauté de nos modèles* », confirme Shonread Dégremont chez Petites Culottées.

Les grands du secteur se sont d'ailleurs laissé convaincre. La gamme Tampax de Procter & Gamble a elle aussi fini par être certifiée Oeko-Tex, « *l'un des labels les plus exigeants au monde* », précise l'entreprise, « *et notre gamme de produits Always est approuvée par les dermatologues indépendants de la Skin Health Alliance [Alliance pour la santé de la peau], qui certifie que les produits ne présentent aucun risque pour la peau* », revendique-t-on chez eux.

Pour être certain de préserver sa part de marché, le géant a aussi lancé en 2019 sa gamme Cotton Protection, comprenant des serviettes, des protège-slips et des tampons contenant du coton biologique, et qui sont garantis sans colorant, sans parfum et dont le processus de blanchiment est effectué sans chlore. « *Nous avons été parmi les premières grandes marques à publier la composition de nos produits en ligne, dès 2016. Nous affichons la composition de nos produits sur les emballages de Tampax depuis 2017 et sur 85 % des paquets de serviettes Always* », s'enorgueillit-on chez le colosse de l'hygiène.

Miser sur le confort

Quitte à réinventer les protections hygiéniques, au profit de la sécurité sanitaire, pourquoi ne pas penser à l'**écologie**? Car l'environnement est l'autre argument de poids des nouvelles start-up de l'hygiène féminine. Les **culottes et serviettes lavables** réduisent inéluctablement les déchets (selon le site de statistiques en temps réel Planetoscope, 1.447 serviettes hygiéniques seraient jetées chaque seconde dans le monde). « *Nos utilisatrices nous ont dit qu'elles avaient divisé par trois leurs déchets lorsqu'elles ont commencé à utiliser des culottes menstruelles* », confirme **Anne-Laure Courvoisier**, fondatrice de Blooming.

Malgré tout, « *je ne sais pas si des tampons faits en coton et en cellulose, des matières naturelles donc, sont nécessairement plus polluants qu'une 'cup' en silicone ou des culottes réutilisables certes mais qui nécessitent de recourir plus régulièrement à la machine à laver* », s'interroge le professeur Gérard Lina.

Nouveau souffle ?

Assistons-nous au réveil d'un marché atone ? De l'avis général, le secteur est plutôt morose : la croissance annuelle de l'hygiène féminine, en moyenne de 4,6 % ces cinq dernières années, est restée chaque année inférieure à celle du marché de l'hygiène en général (5,1% en moyenne). La croissance vient, de plus, surtout des pays émergents, tandis que le vieillissement des pays développés réduit le nombre d'acheteuses.

« *En général, le marché des produits bio et réutilisables est dynamique. Leur croissance est plus forte que les marques traditionnelles* », souligne Svetlana Uoduslivaia, qui suit le secteur de l'hygiène chez Euromonitor International. D'après le panel consommateurs réalisé par Kantar fin 2019, la marge de progression reste toutefois grande. Parmi les connaisseuses des serviettes hygiéniques lavables (44 % de la population), seules 5 % d'entre elles en utilisent. Pour les culottes menstruelles lavables, ce contingent tombe à 4 %.

Il est pour l'instant très compliqué d'obtenir des chiffres plus globaux puisque le marché de l'hygiène féminine paraît peu étudié. Ni l'IRI ni la Fédération des entreprises de la beauté n'ont par exemple pu fournir de données précises. Tabou résiduel ? Une chose est sûre : le potentiel est là. Euromonitor International estime à 31,6 milliards de dollars le secteur des protections hygiéniques en 2019, dont 24,5 pour les seules serviettes hygiéniques et 2,7 pour les tampons, qui ne sont pas utilisés dans de nombreux pays pour des raisons culturelles et religieuses.

Et les start-up se montrent très optimistes. **Toutes élargissent peu à peu leur gamme** : maillots de bain, collection pour adolescentes, pour la nuit... Thinx s'attend à réaliser sa meilleure année en 2020, notamment grâce à une première campagne de publicité télévisée aux Etats-Unis l'an dernier. « *Il y a une très grande marge de progression dans la connaissance du produit par les Françaises* », rebondit Wye-Peygn Morter, cofondatrice de Réjeanne. Misant à l'origine sur la vente en ligne, certaines start-up ont même réussi à **convaincre les entreprises de commerce physique**. Blooming a ainsi décroché un partenariat avec Auchan en septembre 2019, puis avec Monoprix en décembre. Thinx dispose d'un contrat avec les Galeries Lafayette et avec Mademoiselle bio depuis deux ans. Aux Etats-Unis, l'entreprise est présente dans les rayons de Walmart et de Target, et espère conquérir d'autres magasins dès 2021.

« *Il y a eu peu d'innovation sur ce marché en général à cause du tabou entourant le sujet des règles. Personne ne voulait en parler, personne ne voulait entendre parler. Puis grâce au travail d'associations comme la nôtre et Georgette Sand [un collectif féministe, NDLR], de célébrités et des réseaux sociaux, on a commencé à 'changer les règles' au sens propre* », analyse Tara Heuzé-Sarmini, fondatrice et directrice générale de l'association Règles élémentaires qui lutte contre la précarité menstruelle.

Les protections dites classiques ne devraient toutefois pas être complètement mises de côté. Parce qu'elles correspondent à des habitudes de consommation et parce que les alternatives ont un prix. Comptez entre 20 et 50 euros pour une culotte menstruelle, 20 pour une «cup» quand un paquet de tampons coûte moins de 5 euros. Ces produits s'adressent donc à une partie de la population. Et « *les produits bio sont surtout utilisés par les jeunes femmes, autour de la trentaine, et les citadines. Les prix restent un facteur discriminant* », confirme Svetlana Udujivaia chez Euromonitor.

"JE RESSENTAIS LE BESOIN DE M'ENGAGER POUR UNE CAUSE QUI ME TENAIT À COEUR", ALICE VOIRAND RACONTE SON ENGAGEMENT POUR LA SANTÉ DES FEMMES, par auteur.e inconnu.e, SciencesPo Programme de Recherche et d'Enseignement des Savoirs sur le Genre, DATE ???

<https://www.sciencespo.fr/programme-presage/fr/actualites/je-ressentais-le-besoin-de-mengager-pour-une-cause-qui-me-tenait-coeur.html>

SciencesPo
PROGRAMME DE RECHERCHE ET
D'ENSEIGNEMENT DES SAVOIRS
SUR LE GENRE

Recherche ofce

LE PROGRAMME ▾ ENSEIGNEMENTS ▾ RECHERCHE ▾ PUBLICATIONS ▾ ÉVÈNEMENTS ▾

Accueil > "Je ressentais le besoin de m'engager pour une cause qui me tenait à cœur"

"JE RESSENTAIS LE BESOIN DE M'ENGAGER POUR UNE CAUSE QUI ME TENAIT À CŒUR"

Alice Voirand raconte son engagement pour la santé des femmes



 Alice Voirand ©AV

Nouvellement diplômée du Master Politiques publiques de l'École d'affaires publiques de Sciences Po, Alice Voirand vient d'obtenir la Certification avancée en études de genre qui valide son parcours de formation pluridisciplinaire en études de genre. Elle nous raconte son engagement universitaire, professionnel et associatif pour la santé des femmes.

Comment est né votre intérêt pour les études de genre?

J'ai grandi dans un environnement plutôt masculin, avec deux frères aînés que je prenais pour modèles. J'ai passé mon enfance à vouloir m'affirmer et prendre ma place auprès d'eux, j'étais guidée par des figures de femmes fortes, notamment le personnage d'Hermione Granger dans Harry Potter. En arrivant au lycée, j'ai découvert la sociologie : j'ai compris que les garçons et les filles étaient socialisés différemment, que l'image de la femme reflétée par la société n'était pas la même que celle de l'homme, j'ai compris que dans la société actuelle nous n'avions pas les mêmes opportunités. J'ai donc voulu m'élever contre cela et les biais que j'ai pu intérioriser, qui me poussent encore aujourd'hui à toujours vouloir prouver ma valeur.

Pouvez-vous nous retracer votre parcours à SciencesPo?

J'ai suivi plusieurs cours en études de genre à Sciences Po, enseignés notamment par Camille Froidevaux-Metterie, **Réjane Séナet Marta Domínguez Folgueras**. Ces cours m'ont permis de clarifier mon projet professionnel : c'est au travers de ces enseignements et d'engagements personnels que j'ai compris l'importance du combat pour l'égalité femmes-hommes et la nécessité de défendre ces valeurs dans mon travail.

Pendant mon année de césure, j'ai suivi la Préparation Militaire Supérieure État-Major de la Marine nationale dont je suis diplômée deuxième de promotion, sur 120 : il était important pour moi de m'affirmer et de dépasser mes limites dans un environnement très

masculin. Étant désormais officier, j'ai pour projet de trouver un contrat de réserve en lien avec les questions de genre, l'égalité femmes-hommes et la lutte contre les discriminations au sein des armées.

Aujourd'hui, je nourris mon intérêt pour les études de genre à travers la lecture d'ouvrages féministes et l'écoute de podcasts : cela me permet d'apprendre toujours plus, de mûrir et construire mon discours pour être capable de défendre les droits des femmes sans m'autocensurer.

Vous avez effectué votre stage de fin d'études dans une entreprise de culottes menstruelles française. Quelles étaient vos missions ?
FEMPO est la première marque française de culottes menstruelles. J'ai découvert l'entreprise début 2019 et ai eu un énorme coup de cœur ! D'abord pour les culottes, qui ont révolutionné mes règles en me permettant de vivre cette période de manière beaucoup plus confortable tout en protégeant ma santé et la planète, mais aussi pour le projet global — aider les femmes à se réapproprier leur corps — et pour le site web, qui donne envie de dépasser ses limites, de s'affirmer. C'était pendant mon année de césure, et je remettais beaucoup en question mon orientation : je ressentais de plus en plus le besoin de m'engager pour une cause qui me tienne vraiment à cœur, d'avoir un impact. Et rien n'est plus important pour moi que d'améliorer la condition des femmes dans leur vie, au travail. Je me suis donc immédiatement tournée vers FEMPO pour mon stage de fin d'études !

De janvier à juin 2020, j'ai été stagiaire marketing et responsable des partenariats dans le domaine de la santé et de l'éducation : j'organisais des événements visant à faire connaître la marque, rendre visibles les règles, sensibiliser à la santé féminine, je gérais également les partenariats avec des associations humanitaires, à travers des dons mensuels de culottes. J'ai aussi créé des offres destinées aux professionnels de santé, leur proposant de tester les culottes et d'y sensibiliser leur patientes. Enfin, j'ai co-créé et animé le podcast FEMPO, qui vise à informer et sensibiliser les femmes pour qu'elles comprennent mieux leur corps tout en brisant le tabou des règles.

Pouvez-vous nous en dire plus ?

Avant de créer la culotte menstruelle FEMPO, Claudette et Fanny, les créatrices de la marque, ont fait un sondage auprès de 3000 femmes et se sont rendu compte qu'il y avait une profonde incompréhension sur les règles et la santé féminine, et surtout un énorme désir de connaissance : les femmes connaissent mal les menstruations et obtiennent parfois des informations fausses, qui peuvent être préjudiciables pour leur santé. Il est donc essentiel de parler librement de ce sujet et d'informer les femmes sans tabou ! Elles ont donc décidé de créer un lieu d'échange et d'information en ligne pour aider les femmes à mieux comprendre leur corps. Cela a commencé avec le blog FEMPO : nous recevons énormément de questions sur des sujets liés à la santé féminine, auxquelles nous répondons en rédigeant des articles.

En complément du blog, nous avons décidé de créer pendant le confinement le podcast FEMPO, avec ma collègue Nina. Le podcast est dédié à la santé féminine, avec des épisodes courts informatifs et des épisodes longs d'interviews de professionnels de santé ou d'associations. Nina et moi sommes toutes les deux passionnées par la santé féminine et voulons faire tout notre possible pour aider les femmes à se réapproprier leur corps et leur biologie. Nous avons réalisé une quinzaine d'épisodes, dont huit avec des professionnels de santé et nous bénéficiions d'environ 2 000 écoutes par épisode. C'était une expérience réellement passionnante !

Vous avez choisi d'aborder le tabou des menstruations et de la précarité menstruelle lors de votre grand écrit. Pourquoi ce sujet ?

Dans les croyances populaires et les mythes, les menstruations ont souvent été associées à l'impureté et prétendues nocives. Cela a donné naissance à un tabou profond qui isole les femmes et les exclut de certaines activités économiques et sociales. Aujourd'hui encore, les règles sont souvent associées au dégoût, à la honte ; elles peuvent constituer une étape difficile dans le développement des jeunes filles. Plusieurs problématiques liées aux menstruations ont fait surface récemment dans le débat public, mais le sujet n'a jamais été abordé dans sa globalité. Pourtant, les menstruations renferment des problématiques variées et doivent être abordées de manière globale. Pour mon Grand Écrit, j'ai donc analysé dans quelle mesure l'éducation et la sensibilisation à la santé féminine permettent de briser le tabou des règles tout en luttant contre la précarité menstruelle. J'ai abordé le tabou des menstruations, ses conséquences et les mesures d'information et de suivi sanitaire qui pourraient être mises en place pour y remédier.

Et je me suis aussi penchée sur la précarité menstruelle, problème de santé publique considérable, qui découle en partie du tabou des menstruations : c'est la difficulté ou le manque d'accès à des protections hygiéniques, par pauvreté, manque d'information, ou rareté. Selon l'association Règles élémentaires, 1,7 million de femmes seraient concernées en France, avec trois principales catégories de victimes : les femmes en situation d'extrême précarité, les femmes dans les lieux de privation de liberté, et les étudiantes pauvres. Cette problématique doit être traitée à l'échelle nationale : les politiques commencent à s'emparer du sujet, avec plusieurs rapports parlementaires, et des expérimentations vont être mises en place, avec notamment la gratuité des protections dans certains lieux clés — prisons, établissements scolaires, foyers... —, mais aussi des distributeurs permettant aux femmes d'acquérir des protections à travers une carte bancaire ou une carte prépayée, et le soutien des associations d'aide aux femmes précaires et sans domicile.

Quels sont vos projets pour la suite ?

J'enchaîne mon stage de fin d'études avec un CDD d'un an chez FEMPO ! Je suis chargée de mission marketing et partenariats. Je reste dans la même équipe, sur les mêmes missions que pendant mon stage. Et je m'occupe désormais de la rubrique éditoriale de FEMPO : j'optimise le blog et je rédige de nouveaux articles, pour informer au mieux sur la santé féminine. Le but est de permettre aux femmes de renouer un lien plus positif avec leur corps, leur biologie, leur cycle, pour les aider à s'affirmer ! Je vais aussi pouvoir participer de nouveau à des congrès de professionnels de santé, et des festivals organisés par des associations, pour présenter FEMPO et les bienfaits des culottes menstruelles.

À la rentrée, je vais aussi devenir bénévole pour Règles élémentaires, la première association française de lutte contre la précarité menstruelle. Je veux m'engager personnellement pour aider les femmes qui n'en ont pas les moyens à se procurer suffisamment de protections hygiéniques pour vivre décemment leur période de règles. Le droit à la santé menstruelle est un droit humain qui devrait être garanti pour toutes ! Alors j'ai l'intention de donner de mon temps et de mon énergie, en dehors de FEMPO, pour améliorer la situation. Quant à la suite, je souhaite continuer à m'engager pour les droits des femmes et l'égalité femmes-hommes tout au long de ma carrière ! On verra où ce chemin me mènera, mais j'ai compris que c'était le meilleur moyen pour moi d'avoir un impact et d'être pleinement épanouie dans ma vie professionnelle.

https://www.ensembleprotectionsociale.fr/magazines/93/LaRevue243_Final_comresse.pdf



Précarité menstruelle : bientôt des protections hygiéniques gratuites pour les plus démunies?

Signe des temps : après avoir longtemps été tabou, le sujet des règles est désormais entré dans le débat public. Pour lutter contre « le fléau de la précarité menstruelle », le gouvernement veut tester la distribution gratuite de protections périodiques. Mais la crise sanitaire est venue compliquer les choses, et le nombre de femmes dans la précarité est en nette augmentation.



Signe des temps : après avoir longtemps été tabou, le sujet des règles est désormais entré dans le débat public. Pour lutter contre « le fléau de la précarité menstruelle », le gouvernement veut tester la distribution gratuite de protections périodiques. Mais la crise sanitaire est venue compliquer les choses, et le nombre de femmes dans la précarité est en nette augmentation

“Il est recommandé de changer de protection toutes les trois à six heures, et surtout de ne pas porter un tampon plus de huit heures d'affilée pour éviter le syndrome du choc toxique, une affection rare mais potentiellement mortelle.”

Jusqu’ici passée sous silence, la question de la précarité menstruelle, c’est-à-dire la difficulté pour de nombreuses femmes à se procurer des protections hygiéniques faute d’argent, est inscrite depuis peu à l’agenda politique. La distribution gratuite de ces produits dans des lieux collectifs se fera bientôt à titre expérimental. Marlène Schiappa et Christelle Dubos, respectivement secrétaire d’État à l’Égalité entre les femmes et les hommes et au ministère des Solidarités et de la Santé, ont en effet prévu d’allouer 1 million d’euros à cette expérimentation. Malheureusement, le nouveau coronavirus est passé par là. Résultat : le déploiement du dispositif a été reporté.

Un projet plus que jamais d’actualité

Dans son rapport remis le 17 octobre 2019 à Mme Schiappa, la sénatrice La République en marche (LRM) du Haut-Rhin, Patricia Schillinger, proposait la mise à disposition gratuite de protections menstruelles pour les sans-abris, les détenues et les plus jeunes (adolescentes et étudiantes). « Une expérimentation de distribution de protections hygiéniques gratuites a déjà eu lieu en Écosse en 2018, explique Tara Heuzé-Sarmini, fondatrice et directrice de l’association Règles Élémentaires. Depuis le début de l’année, ce pays a décidé d’étendre cette gratuité à l’ensemble des femmes du pays qui manifestaient le besoin d’obtenir ces produits gratuitement dans différents lieux : établissements scolaires, foyers, pharmacies... Il y a tout un réseau qui s’est mis en place. En France, nous n’en sommes pas encore là, nous espérons y arriver bientôt. L’expérimentation de la gratuité pour les plus démunies dans certains lieux clés est le premier pan du projet. Nous sommes en lien avec les équipes de Mmes Dubos et Schiappa, le projet n’est pas abandonné, il va reprendre mais avec un calendrier décalé. »

Crise sanitaire et précarité

Avec un coût mensuel évalué en moyenne entre 10 et 15 euros, l’achat de protections représente une part non négligeable dans un maigre budget. Une Française sur dix n’a pas les moyens d’en changer aussi souvent que nécessaire, révélait en mars 2019 une enquête menée par l’Ifop pour l’association Dons solidaires. Alors, pour faire face à ce problème, nombreuses sont celles qui « bricolent » des protections de fortune (papier toilette, journaux, etc.). Les conséquences sont sanitaires, car en ne changeant pas assez souvent leurs tampons ou serviettes, ces femmes mettent leur santé en danger. Mais elles sont aussi sociales : 12 % des jeunes filles ont par exemple déjà manqué les cours car elles n’avaient pas de protections périodiques. Toujours d’après l’enquête, 1,7 million de femmes seraient victimes de précarité menstruelle en France. « Ce chiffre est vraisemblablement très en dessous de la réalité, note Tara Heuzé-Sarmini.

Aujourd’hui, la crise du Covid a aggravé la précarité de manière générale, et de nouvelles femmes sont touchées. Les dernières études relevaient 8,1 % de Françaises vivant sous le seuil de pauvreté, soit 2,6 millions de personnes. »

Changer les règles

Pandémie ou non, les règles continuent. Règles Élémentaires, dont la devise est « Ensemble, on peut changer les règles », n'a pas chômé pendant le confinement. Via son vaste réseau de partenaires redistributeurs (Action contre la faim, Croix-Rouge, Médecins du monde, Samu social de Paris, accueils de jour, unités de maraude...) et ses bénévoles, l'association s'est « focalisée sur la distribution massive de produits à toutes les personnes touchées par la crise, explique Tara Heuzé-Sarmini, sa directrice. On a réussi ainsi à distribuer près de 500 000 protections hygiéniques, soit autant que sur toute l'année 2019. »

Pour en savoir plus : Regleselementaires.com

QUAND LES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES SONT UN LUXE, par Marika Julien, France5, le 03/09/2020

<https://www.france.tv/france-5/le-magazine-de-la-sante/1914275-emission-du-jeudi-3-septembre-2020.html>



ÎLE-DE-FRANCE : DES DISTRIBUTEURS DE PROTECTIONS PÉRIODIQUES INSTALLÉS DANS LES LYCÉES DE LA RÉGION,
par Bradley Desouza et Hajera Mohammad, France Bleu Paris, le 05/09/2020

<https://www.francebleu.fr/infos/societe/ile-de-france-des-protections-periodiques-installees-dans-les-lycees-de-la-region-1599313151>

Île-de-France : des distributeurs de protections périodiques installés dans les lycées de la région

Samedi 5 septembre 2020 à 15:54 - Par Bradley Desouza, Hajera Mohammad, France Bleu Paris, France Bleu

📍 Île-de-France, France



Une douzaine de distributeurs de protections périodiques ont été installés par la région dans des lycées franciliens pour permettre aux jeunes filles de se fournir gratuitement et sans limite. Le but est de lutter contre la précarité menstruelle.



Des distributeurs de protections périodiques ont été installés dans les lycées par la région Île-de-France comme le lycée Blaise Pascal de Villemomble en Seine-Saint-Denis. © Radio France - Hajera Mohammad

Une douzaine de distributeurs de protections périodiques ont été installés par la région dans des lycées franciliens pour permettre aux jeunes filles de se fournir gratuitement et sans limite. Le but est de lutter contre la précarité menstruelle.

Une femme sur trois est concernée par la précarité menstruelle, selon une récente étude de l'Ifop. Alors pour y remédier, des serviettes et des tampons hygiéniques sont désormais à portée de main dans les lycées d'Île-de-France. "Je trouve que c'est une bonne idée parce que souvent en classe on se retrouve à avoir nos règles. Plusieurs fois cela m'est arrivé au collège de rentrer chez moi parce que j'avais tâché mon pantalon. Et je n'avais rien, même l'infirmière n'avait rien", témoigne Imane à **France Bleu Paris**, une élève de terminale du lycée Blaise Pascal à Villemomble en Seine-Saint-Denis. Lutter contre la précarité menstruelle

Au total, une douzaine de distributeurs de protections périodiques ont été installés par la région dans des lycées pour permettre aux jeunes filles de se fournir gratuitement et sans limite. C'est une manière de lutter contre la précarité menstruelle. Au cours de sa vie, une femme utilise **10.000 protections en moyenne**. "C'est un produit de première nécessité. Mettre cinq euros dans un paquet de serviettes ou de tampons, quand il y en a dix dedans et bien c'est dur", raconte Lina.

Les règles restent tabou même pour ces jeunes femmes. "C'est gênant. Imaginez que vous êtes en train de marcher, vous appuyez, et le garçon qui passe va savoir que vous avez vos règles. C'est gênant, c'est intime, il n'a pas à savoir", poursuit Cheryl. La gêne, le manque de moyens peuvent avoir des conséquences catastrophiques. "Un tiers des jeunes filles n'ont pas les protections périodiques adaptées. Elles ont donc des protections de fortune avec tous les risques gynécologiques que ça comporte. On a même de l'absentéisme scolaire lié au règles", explique Valérie Péresse, la présidente de la région Île-de-France.

"Un tiers des jeunes filles n'ont pas les protections périodiques adaptées", Valérie Péresse, présidente de la région Île-de-France

"Moi j'ai connu des jeunes filles qui malheureusement mettent du papier et vont dans les toilettes pour dérouler beaucoup de papiers toilettes ou prennent des morceaux de tissu, les lavent et réutilisent les morceaux de tissus. On voit bien que cela n'est pas possible", renchérit Farida Adlani, vice-présidente de la région en charge de la Santé et des Solidarités. Elle est également infirmière de profession. *"Il y a aussi le problème de l'absentéisme, des jeunes filles qui ne veulent pas, pour éviter le regard de l'autre, pour ne pas se retrouver dans des situations inconfortables, aller à l'école et d'avoir parfois des fuites ou des difficultés qu'elles peuvent rencontrer lorsqu'elles sont leurs règles sur plusieurs jours".*

Cette douzaine de distributeurs installés ont coûté **100.000 euros à la région**. Elle prévoit d'en déployer d'autres ces prochains mois. Ce sont des tampons et des serviettes hygiéniques bio. Selon l'association Règles Élémentaires, en France, **au moins 1.7 millions de femmes sont** victimes de précarité menstruelle.

LE JOURNAL DE 7:30 DU WEEK-END, par Laurence Thomas, France Inter, le 05/09/2020

<https://www.franceinter.fr/emissions/le-journal-de-7h30-du-week-end>



Biba buzz boss

Ondine Beccaria

LA REBELLE DES PROTECTIONS MENSTRUELLES

Avec ses box de protections en coton bio et sa communication anti-tabou, Gina, une start-up du groupe My Little Paris, veut changer les règles. Rencontre avec sa fondatrice. Par Marion Perrier

Son déclic business

« Après le scandale sur la composition des tampons, j'ai interrogé la communauté de My Little Paris sur son rapport aux règles. La moitié des 30 000 répondantes considérait encore qu'elles étaient sales et taboues. Avec Gina, j'ai voulu apporter une réponse produit - des tampons et des serviettes "clean" - et pédagogique, tout en créant une marque solidaire de celles qui n'ont pas accès à des protections. »

Ses débuts de boss

Il a fallu huit mois pour trouver une usine, en Espagne, qui partage nos exigences et fabrique des protections avec du coton certifié GOTS par Ecocert, bio et socialement responsable. Je n'y connaissais rien mais j'ai bénéficié des conseils des équipes du groupe sur les aspects logistique, développement ou marketing. Être "intrapreneure" m'a permis d'aller plus vite. »

Ses 3 conseils pour se lancer

« Créer un lien très fort avec ses premières clientes. On appelle nos abonnées toutes les semaines. Ne jamais perdre de vue leurs besoins. Enfin, faire confiance à son intuition profonde. »

Son mantra

« "Knowledge is power". Avec Gina, nos cours et notre "Vagipedia", on veut que les femmes reprennent le pouvoir sur leurs règles grâce à la connaissance. »

Ses trucs pour gérer les difficultés

« Prendre de la hauteur en discutant avec d'autres entrepreneurs. Je fais aussi beaucoup de sport, notamment des compétitions d'équitation tous les mois, cela aide à vivre les obstacles différemment ! »

Son équilibre vie pro/vie perso

« Les moments off sont hyper importants pour moi, même s'il est difficile de décrocher. C'est aussi un choix. La clef de l'équilibre de Gina et du mien, ce sont ces trois dimensions : le côté business, la dimension pédagogique et l'aspect solidaire grâce à notre partenariat avec Règles élémentaires. »

Son actu

Pour satisfaire celles que le modèle d'abonnement ne convainc pas, Gina vient de lancer la vente de ses protections périodiques en achat unique. À partir de 4,90 € sur son site heygina.fr.

2020
Après avoir conquis 6 000 abonnées, Gina prépare son arrivée chez des distributeurs physiques

SON PARCOURS

2019
1^{er} don de produits à Règles élémentaires, association qui lutte contre la précarité menstruelle

2019
Lancement d'un kit Premières règles

2019
Gina est dans des clubs comme Dyme

2019
Lancement de ses box et de son store-boutique

2017
Intègre l'incubateur de My Little Paris

2017
Master Entrepreneur 5 ans de droit

36 BIBA

Avec ses box de protections en coton bio et sa communication anti-tabou, Gina, une start-up du groupe My Little Paris, veut changer les règles. Rencontre avec sa fondatrice.

Son déclic business

« Après le scandale sur la composition des tampons j'ai interrogé la communauté de My Little Paris sur son rapport aux règles. La moitié des 30 000 répondantes considérait encore qu'elles étaient sales et taboues. Avec Gina, j'ai voulu apporter une réponse produit - des tampons et des serviettes "clean" - et pédagogique, tout en créant une marque solidaire de celles qui n'ont pas accès à des protections. »

Ses débuts de boss

« Il a fallu huit mois pour trouver une usine, en Espagne, qui partage nos exigences et fabrique des protections avec du coton certifié GOTS par Ecocert, bio et socialement responsable. Je n'y connaissais rien mais j'ai bénéficié des conseils des équipes du groupe sur les aspects logistiques, développement ou marketing. Être "intrapreneure" m'a permis d'aller plus vite. »

Ses 3 conseils pour se lancer

« Créer un lien très fort avec ses premières clientes. On appelle nos abonnées toutes les semaines. Ne jamais perdre de vue leurs besoins. Enfin, faire confiance à son intuition profonde. »

Son mantra

““Knowledge is power.” Avec Gina, nos cours et notre “Vagipédia”, on veut que les femmes reprennent le pouvoir sur leurs règles grâce à la connaissance.”

Ses trucs pour gérer les difficultés

“Prendre de la hauteur en discutant avec d’autres entrepreneurs. Je fais aussi beaucoup de sport, notamment des compétitions d’équitation tous les mois, cela aide à vivre les obstacles différemment!”

Son équilibre vie pro/vie perso

“Les moments off sont hyper importants pour moi, même s'il est difficile de décrocher. C'est aussi un choix. La clé de l'équilibre de Gina et du mien, ce sont ces trois dimensions : le côté business, la dimension pédagogique et l'aspect solidaire grâce à notre partenariat avec Règles Élémentaires.”

Son actu

Pour satisfaire celles que le modèle d’abonnement ne convainc pas, Gina vient de lancer la vente de ses protections périodiques en achat unique. À partir de 4,90€ sur son site heygina.fr

2019 : Premier don de protections à Règles Élémentaires, association qui lutte contre la précarité menstruelle.

MARSEILLE : LE MCDO DE SAINT-BARTHÉLÉMY, "MACHINE DE GUERRE DE LA SOLIDARITÉ", RÊVE DE PÉRENNITÉ, par Adrien Max, 20 Minutes, le 09/09/2020

<https://www.20minutes.fr/societe/2857763-20200909-marseille-mcdo-saint-barthelemy-machine-guerre-solidarite-reve-perennite>

Marseille : Le McDo de Saint-Barthélémy, « machine de guerre de la solidarité », rêve de pérennité

REPORTAGE Le McDonald's de Saint-Barthélémy distribue désormais des fournitures scolaires aux habitants les plus démunis de Marseille (Bouches-du-Rhône), en plus des colis alimentaires, et voit plus loin pour la fin de l'année



Adrien Max



|



Publié le 09/09/20 à 17h39 — Mis à jour le 09/09/20 à 17h39

25 COMMENTAIRES 411 PARTAGES



À LIRE AUSSI



21/08/20 | ÉCONOMIE

Que comporte le plan de relance de 100 milliards d'euros de la France ?



28/07/20 | SOLIDARITÉ

Il traverse la France à vélo pour aider les enfants gravement malades



21/08/20 | SANTÉ

Le gouvernement ne subventionnera pas les masques des petites entreprises

+ D'ACTU

< 1 SUR 2 >

Le McDonald's de Saint-Barthélémy distribue désormais des fournitures scolaires aux habitants les plus démunis de Marseille (Bouches-du-Rhône), en plus des colis alimentaires, et voit plus loin pour la fin de l'année.

Les bénévoles mobilisés au McDonald's de Saint-Barthélémy, dans les quartiers Nord de Marseille (Bouches-du-Rhône), continuent la distribution d'environ 3.500 colis alimentaires par semaine.

En plus des colis alimentaires, les bénévoles se sont diversifiés dans le soutien scolaire et la distribution de fournitures scolaires, notamment.

Ils veulent voir plus loin et créer un restaurant pour former les habitants du secteur, et se servir des éventuels bénéfices pour soutenir les associations qui continueraient leurs actions.

« On est passé du ventre au cerveau ». Salim Grasbi, du syndicat des quartiers populaires de Marseille, a toujours la formule qui fait mouche pour décrire le travail que lui et des dizaines de bénévoles abattent chaque jour au McDonald's de Saint-Barthélémy, dans les quartiers Nord de Marseille. Depuis le 6 avril dernier, en pleine période de confinement, des anciens salariés de McDo ont réquisitionné le restaurant pour le transformer en épicentre de la solidarité.

Les bénévoles du McDo, accompagnés par une cinquantaine d'associations implantées dans les quartiers, continuent leur distribution de colis alimentaire : « à peu près 3.500 colis par semaine, soit environ 14.000 personnes sont nourries toutes les semaines, avec un roulement sur chaque quartier effectué en huit jours », détaille l'un des bénévoles. Et depuis cet été, des cordes se sont ajoutées à leur arc.

Soutien scolaire et activités sportives

En plus de la distribution de colis alimentaires, les bénévoles ont proposé du soutien scolaire aux enfants, ils leur ont fait faire des activités sportives, et gèrent la distribution de fournitures scolaires depuis la rentrée. « Ce sont les minots qui ont le plus morflé, avec des frigos vides, des appartements surpeuplés, la fracture numérique, l'ennui. Le confinement a été un vrai carnage pour eux. Si les familles n'ont déjà pas de quoi se nourrir, imaginez pour les fournitures scolaires », relate Salim.

Grâce à l'association Le Grand Bleu, et à une enveloppe d'argent débloquée par la préfecture, 300 petits ont pu découvrir les activités nautiques, comme le kayak, le paddle, des initiations à l'éologie, chaque semaine. « On a aussi fait du soutien scolaire dans les lycées Nord, Simone Veil et Antonin Artaud. Plus de 200 petits décrocheurs ont été accueillis, avec des nouvelles formes de pédagogies, pour

leur redonner confiance en eux, avec des profs issus de ces quartiers. Ils ont la tête dans le savoir, et les pieds dans les quartiers, ça crée une dynamique avec ces petits. On a aussi fait intégrer à des lycéens des "écuries" pour préparer médecine », détaille Salim. « Intelligence collective »

Le week-end dernier, une collecte de fournitures scolaires a été organisée par Sandrine, une habitante du centre-ville mobilisée sur différentes causes, dans le 7e arrondissement de Marseille. « L'objectif n'est pas de mettre en avant telle ou telle association, mais d'être main dans la main, sous forme d'alliance, pour dépasser la fracture nord/sud en aidant tous les Marseillais », explique-t-elle. « On a mis en place une intelligence collective qui est devenue une vraie machine de guerre de la solidarité », ajoute Kamel Guemari, l'ancien directeur adjoint du restaurant. Il a même récupéré un photomaton avec la possibilité de faire 10.000 tirages pour les photos des enfants. « On a déjà fait plus de 50 photos, c'est pour les familles démunies, pour les familles de sans papiers, ils peuvent venir faire leurs photos pour leurs démarches », se félicite-t-il.

Si les dons commencent à se raréfier, Salim se félicite de la fourniture de 35.000 serviettes hygiéniques offertes par l'association Règle élémentaire. Mais tous ici souhaitent aller plus loin, malgré la grande fatigue qui les habite depuis le début de la mobilisation. « On ne sait même plus si on a des enfants, une famille, c'est épuisant, nous aussi on aurait parfois besoin d'aide », témoigne Salim.

Besoin de formation

Et pour aller plus loin, l'essentiel est la formation. « Ce McDo c'était un peu la place du quartier, on voyait pas loin de 100 salariés passer chaque année, on les formait, et s'ils ne faisaient pas l'affaire on les orientait vers des formations, c'était un peu le Pôle emploi de ces quartiers », relate Kamel. « Sans emploi et sans formation, c'est l'échec assuré », pose Salim.

Ils veulent donc voir plus loin, et créer une société coopérative d'intérêt commun afin de trouver un avenir pérenne au restaurant. « On a créé une association de préconfiguration qui s'appelle "Après", nous avons écrit à la nouvelle municipalité et un rendez-vous est prévu avec le consultant juridique de McDonald's. On a aussi été contacté par des chefs étoilés pour faire de la formation et la mise en place d'un menu. On aimerait que les éventuels bénéfices dégagés par le restaurant puissent être redistribués vers les associations qui continueront à venir en aide aux populations », détaille Salim. Ils ont bon espoir que le projet voit le jour d'ici la fin de l'année.

DE L'HYGIÈNE ÉLÉMENTAIRE À LA SANTÉ GLOBALE - STOP À LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE, par Global Shapers Montréal et Le Réseau Québécois d'Action Pour La Santé Des Femmes, ZOOM, le 10/09/2020

[https://us02web.zoom.us/rec/play/fCkja-
2YhPnITSnQbCnw62ANPRUg3WNAws4eCbLVdfSGkxW83WhD97nPmRyFu8M6mCOqzkugrZBwx2yo.-Cty_dVrbvAdfc7K?
continueMode=true&x_zm_rtaid=MGzY-
L13SQCLf_V17yY_hg.1599807255098.2d639b3e145ac2c6008204c15f731ece&x_zm_rhtaid=748](https://us02web.zoom.us/rec/play/fCkja-2YhPnITSnQbCnw62ANPRUg3WNAws4eCbLVdfSGkxW83WhD97nPmRyFu8M6mCOqzkugrZBwx2yo.-Cty_dVrbvAdfc7K?continueMode=true&x_zm_rtaid=MGzY-L13SQCLf_V17yY_hg.1599807255098.2d639b3e145ac2c6008204c15f731ece&x_zm_rhtaid=748)

**GLOBAL SHAPERS MONTRÉAL
& LE RÉSEAU QUÉBÉCOIS D'ACTION POUR
LA SANTÉ DES FEMMES PRÉSENTENT**

**DE L'HYGIÈNE
ÉLÉMENTAIRE À LA
SANTÉ GLOBALE
STOP À LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE**

PANEL AVEC DES INTERVENANTES DE LA
SANTÉ ET DE L'HYGIÈNE MENSTRUELLE

avec le soutien du

Secrétariat
à la condition
féminine

Québec MM

JEUDI 10 SEPTEMBRE 2020
11H30 - 13H00 / MONTRÉAL
17H30 - 19H00 / PARIS

SUR ZOOM

00:00:02 / 01:30:36

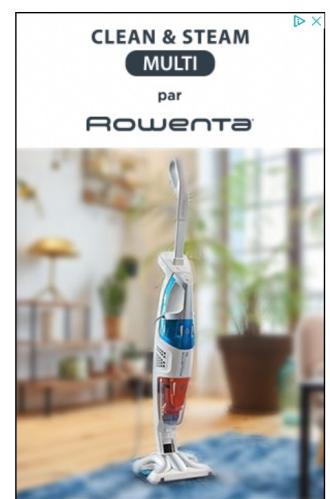
Vitesse

LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE TOUCHE PLUS D'UN MILLION DE FEMMES EN FRANCE, par BRUT France Télévisions, le 05/03/2020

https://www.francetvinfo.fr/sante/environnement-et-sante/video-la-precarite-menstruelle-touche-plus-d-un-million-de-femmes-en-france_3853199.html

VIDEO. La précarité menstruelle touche plus d'un million de femmes en France

Alors que l'Écosse a adopté la gratuité des protections périodiques pour toutes les femmes, en France, la pauvreté empêche 1,7 million de femmes de s'en procurer quand elles en ont besoin.



<https://www.carennews.com/fr/news/journee-internationale-des-droits-des-femmes>

Journée internationale des droits des femmes

le 08.03.2020 par AZADÉE KERMANI-NEJAD Les droits des femmes se défendent tous les jours. Pas seulement le 8 mars.

Partagez :



Depuis 2015, Règles Élémentaires se bat sans relâche contre la précarité menstruelle et le tabou des règles. Depuis 2015, Règles Élémentaires, une plateforme de mobilisation citoyenne unique qui permet à chacun·e de s'engager en quelques clics, a fait changer les règles, les mentalités... et maintenant les lois. En cette journée internationale des droits des femmes, le réseau solidaire Entourage et Lena Simonne organisent une après-midi de sensibilisation, de rencontres et de collecte de produits d'hygiène, de beauté et de sous-vêtements ✨ Des boîtes à dons et des bénévoles de Règles Élémentaires sont présentes et nous avons le plaisir d'échanger avec vous sur la précarité menstruelle et le tabou des règles. Grâce aux nombreux donneur·rices, des milliers de produits d'hygiène intime ont été collectés et redistribués au centre d'hébergement et d'assistance aux personnes sans abri de Nanterre ainsi qu'à nos partenaires sociaux engagés sur le terrain.

Les derniers articles publiés

Acteurs

Carennews



Nos clients témoignent #4 : Christine de Longevialle, Déléguée générale de Accor Solidarity



[Acteurs de l'engagement] Virginie Percevaux, déléguée

<https://www.carenews.com/fr/news/regles-elementaires-se-professionnalise-et-ouvre-son-conseil-d-administration>

Règles Élémentaires se professionnalise et ouvre son Conseil d'Administration

le 04.05.2020 par TARA HEUZÉ SARMINI Depuis plusieurs mois, Règles Élémentaires, la première association de lutte contre la précarité menstruelle en France, s'est engagée sur la voie de la pérennisation, professionnalisation et de l'expansion de ses activités.

Depuis plusieurs mois, Règles Élémentaires, la première association de lutte contre la précarité menstruelle en France, s'est engagée sur la voie de la pérennisation, professionnalisation et de l'expansion de ses activités.

Cette volonté de construire et de grandir sur des bases solides se traduit de plusieurs manières : diversification des ressources, transformation de postes clés jusqu'à présent bénévoles en postes salariés, installation à la Cité Audacieuse aux côtés d'autres associations oeuvrant pour l'Égalité... et une refonte statutaire, qui a permis, entre autres, d'ouvrir le Conseil d'Administration à des personnes extérieures.

Suite à l'Assemblée Générale Extraordinaire du 4 mai 2020 et l'entérinement des nouveaux statuts (100% garantis écriture inclusive !), Alexandre Basdereff et Tess Pettavino ont rejoint les membres du Bureau au Conseil d'Administration de Règles Élémentaires. Alexandre et Tess inaugurent ainsi les sièges d'Administrateur·rices extérieur·es et apportent des compétences et expertises très précieuses pour accompagner le développement de l'Association dans le temps long.

Cette Assemblée Générale a également marqué la passation de Présidence de Tara Heuzé-Sarmini, Fondatrice, à Nadège Moreau, Responsable Grand-Est depuis 2018 ; ainsi que la nomination de Tara au poste de Directrice Générale.

À propos d'Alexandre Basdereff :

Diplômé de l'ESSEC, et après plusieurs séjours aux États-Unis, Alexandre devient l'un des pionniers dans le développement d'un fundraising moderne et professionnel en France dans l'ensemble des secteurs d'intérêt général (santé, culture, recherche, enseignement supérieur, action sociale, environnement...) en s'appuyant sur des techniques et des pratiques anglo-saxonnes.

En 1989, il crée l'agence Optimus qui devient l'acteur de référence du fundraising et de la philanthropie en France et accompagne de nombreuses associations, fondations et, plus récemment, universités et grandes écoles dans leur développement. Le lancement des Pièces Jaunes, l'accompagnement du Téléthon, ou encore le lancement de la fête des Voisins, comptent parmi les succès de l'agence.

De 1995 à 1997, Alexandre dirige le Service d'Information du Gouvernement (SIG) et lance le tout premier site internet du gouvernement français.

Dès le début des années 2000, Optimus prend toute la mesure du rôle d'Internet et s'entoure de partenaires internationaux avant de s'inscrire, en 2006, sur le marché libre d'Euronext Paris. En 2016, Alexandre conduit le rapprochement d'Excel et d'Optimus et lance le groupe Hopening, dont il est le Président afin d'accompagner la transformation numérique du fundraising.

En 2020, Alexandre accepte de rejoindre le Conseil d'Administration de Règles Élémentaires pour accompagner l'Association dans ses ambitions de développement, et notamment sa volonté de toucher et servir un public toujours plus large grâce aux possibilités offertes par la technologie.

À propos de Tess Pettavino :

Diplômée de SciencesPo et d'HEC Paris, Tess fait ses premières armes en communication en agence créative, chez Fred & Farid. Elle rejoint le mouvement En Marche ! à ses débuts en avril 2016 et contribue à la structuration du mouvement et à celle de sa communication, notamment digitale. Après avoir été en charge du Planning Stratégique du mouvement, en 2018, elle en devient la Directrice de la Communication.

Fin 2019, elle transforme son engagement dans le privé et rejoint Societer, Maison de Conseil en "Sustainable Leadership" pour accompagner les dirigeant·es d'entreprises dans leurs actions et incarnations en faveur d'un monde durable tel qu'imaginé par l'Agenda 2030 des Nations Unies.

Tess soutient et conseille bénévolement plusieurs associations et projets vertueux. Elle participe notamment depuis sa genèse à l'organisation d'ONLY WATCH, vente aux enchères caritative biennale de montres pièces uniques au profit de la recherche contre les myopathies.

Elle rejoint le Conseil d'Administration de Règles Élémentaires en 2020 pour soutenir le combat pour #ChangerLesRègles et accompagner l'association dans son passage à l'échelle.

PRÉCARITÉ MENSTRUUELLE : 1,7 MILLIONS DE FEMMES MANQUENT DE PROTECTIONS PÉRIODIQUES, par Morgane Russel-Salvan, We Demain, le 27/05/2020

https://www.wedemain.fr/Precarite-menstruelle%20-17-million-de-femmes-manquent-de-protections-periodiques_a4719.html

WE LIFE

Précarité menstruelle : 1,7 million de femmes manquent de protections périodiques

Par Morgane Russel-Salvan | Publié le 27 Mai 2020

Le prix des serviettes et tampons, conjugué aux conditions de vie, prive de nombreuses femmes en France d'un accès à des protections périodiques dignes de ce nom. Les choses se compliquent encore lorsqu'il s'agit de trouver des alternatives écologiques...



Culottes et coupes menstruelles, serviettes lavables... Les alternatives aux protections jetables se multiplient.
(Crédit : Shutterstock)

Le prix des serviettes et tampons, conjugué aux conditions de vie, prive de nombreuses femmes en France d'un accès à des protections périodiques dignes de ce nom. Les choses se compliquent encore lorsqu'il s'agit de trouver des alternatives écologiques... Depuis le 1er janvier 2016, les protections périodiques sont ne sont plus considérées comme des produits de luxe : un amendement a ramené de 20 % à 5,5 % leur taux de TVA. Pourtant, si les serviettes et tampons font à présent partie de la catégorie des produits de première nécessité – comme l'eau, le pain ou les préservatifs –, s'en procurer demeure un luxe pour de trop nombreuses femmes. La journée mondiale de l'hygiène menstruelle, organisée tous les 28 mai depuis 2014, est l'occasion de revenir sur cette précarité encore taboue.

ÉTAT DES LIEUX

Que représente la part des protections périodiques dans le budget des femmes ? Le Monde estime un coût moyen de dix euros par cycle : un chiffre qui comprend l'achat d'anti-douleurs, dont la plupart pris en automédication et donc non remboursés.

Dix euros par mois, cela représente près de 5 000 euros sur une vie si l'on considère qu'une femme aura en moyenne 500 fois ses règles avant d'atteindre la ménopause. Une somme trop élevée pour les plus vulnérables.

Il est important de souligner que les femmes sont davantage exposées à la pauvreté que les hommes. Selon l'Insee, le pouvoir d'achat des femmes les plus précaires ne serait que de 180 euros par mois (hors loyer, crédits et alimentation). Les règles représentent 5 % de ce budget restreint... contre 0,5 % pour les femmes les plus riches.

En 2019, l'Ifop consacrait une étude à la précarité hygiénique. L'institut estimait alors à 1,7 million le nombre de femmes concernées par le manque de protections hygiéniques. Un chiffre qui englobe les travailleuses précaires aussi bien que les étudiantes – 270 000 d'entre elles vivent sous le seuil de pauvreté – ou les sans abris.

Il faudrait également y ajouter les détenues : en octobre 2019, l'association féministe [Georgette Sand](#) manifestait contre la précarité menstruelle [en prison](#). Les militantes réclamaient l'accès à des protections hygiéniques gratuites ou à prix coûtant pour toutes les détenues, estimant abusifs les tarifs pratiqués par l'administration pénitentiaire.

L'ÉCOLOGIE, INACCESSIBLE ?

Le Monde n'avait pas pris en compte les protections réutilisables pour réaliser ses calculs. Pourtant, les alternatives durables se multiplient. Seulement voilà, le prix de ces protections demeure rédhibitoire pour de nombreuses femmes.

Une cup est vendue entre 15 et 35 euros pièce et une serviette lavable entre 15 et 20 euros. Quant aux culottes menstruelles, leur prix oscille entre une trentaine et une cinquantaine d'euros l'unité.

L'investissement de départ est souvent trop conséquent pour celles qui ont du mal à boucler leurs fins de mois, même si le prix de ces protections durables peut être rapidement amorti : la marque Dans ma culotte estime à 20 euros par an l'économie réalisée par les acheteuses de serviettes lavables. Un chiffre qu'il faut prendre avec des pincettes puisqu'il provient d'un vendeur de protections durables.

Pour les femmes sans domicile fixe, ces produits relèvent même de l'absurde : impossible de les utiliser sans avoir accès à une ressource en eau et en savon.

Les femmes sans abri – qui représentent, en France, 40 % de la population sans domicile – ont déjà bien du mal, selon les associations, à protéger leurs stocks de protections jetables de la pluie et de la poussière. Beaucoup d'entre elles se contentent de papier toilette récupéré dans des WC publics, quand ceux-ci ne sont pas payants.

Les associations multiplient leurs efforts pour apporter à ces femmes les produits d'hygiène dont elles ont besoin. Outre les collectes de serviettes hygiéniques, distribuées lors de maraudes, elles réclament des protections gratuites pour les plus précaires.

En février 2020, ces associations ont obtenu une première victoire : les secrétaires d'État Marlène Schiappa et Christelle Dubos annonçaient vouloir expérimenter la gratuité des protections périodiques dans plusieurs lieux collectifs.

Règles Élémentaires
@RElementaires

Une victoire ! @duboschristelle et @MarleneSchiappa ont annoncé que le gouvernement débloquait 1 million d'euros pour expérimenter la mise à disposition de protections d'hygiène intime gratuitement dans plusieurs lieux clefs.

Ensemble, nous changeons les règles !

MARLÈNE SCHIAPPA Secrétaire d'Etat chargée de l'Égalité entre les Femmes et les hommes et de la Lutte contre les discriminations	CHRISTELLE DUBOS Secrétaire d'Etat auprès de la ministre des Solidarités et de la Santé
CHARGE DE L'ÉGALITÉ ENTRE LES FEMMES ET LES HOMMES ET DE LA LUTTE CONTRE LES DISCRIMINATIONS	MINISTÈRE DES SOLIDARITÉS ET DE LA SANITÉ

Marlène Schiappa et Christelle Dubos annoncent l'expérimentation en 2020 de la gratuité des protections hygiéniques dans plusieurs lieux collectifs pour un budget d'1 million d'euros

Marlène Schiappa et Christelle Dubos, mardi 11 février 2020

Yayyy! la précarité des femmes aux protections hygiéniques. L'inégalité des femmes dans l'accès aux produits d'hygiène est un phénomène que la sénatrice Patricia Schillinger dénonçait dans son rapport remis aux ministres en novembre 2019. D'après l'association Règles élémentaires*, ce sont aujourd'hui 1,7 million de femmes qui sont victimes de cette précarité menstruelle en France.

8:41 PM · 13 févr. 2020

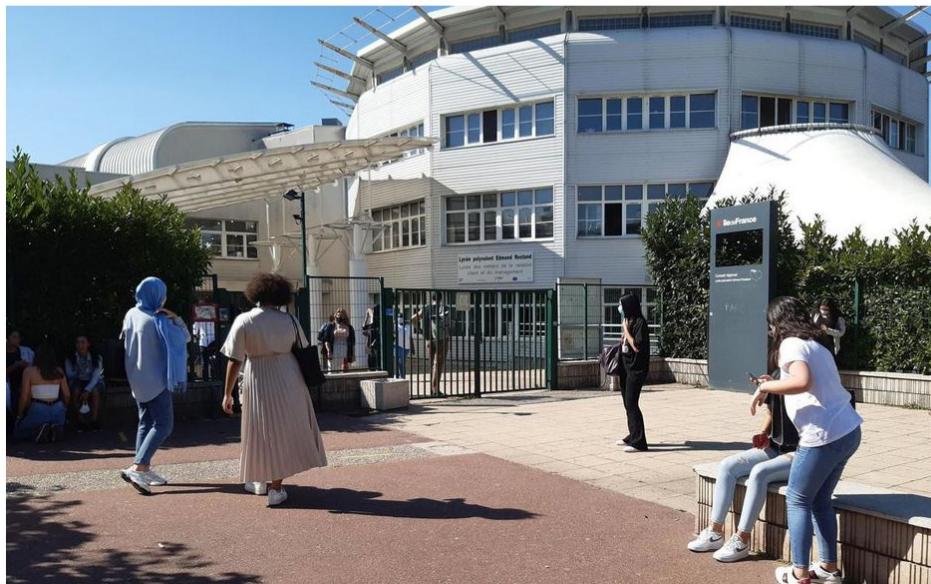
96 personnes aiment · 33 personnes tweetent à ce sujet.

RATER LES COURS PARCE QU'ON A SES RÈGLES, FLÉAU DE LA PRÉCARITÉ DANS LES LYCÉES D'ILE-DE-FRANCE, par Maïram Guissé (avec Charlotte Robinet), Le Parisien, le 17/09/2020

<https://www.leparisien.fr/val-d-oise-95/absenteisme-problemes-de-sante-le-fleau-de-la-precarite-menstruelle-dans-les-lycees-d-ile-de-france-17-09-2020-8386287.php>

Rater les cours parce qu'on a ses règles, fléau de la précarité dans les lycées d'Ile-de-France

Des milliers de jeunes femmes n'ont pas de quoi se payer des tampons ou des serviettes. Pour lutter contre cette inégalité, 31 lycées en Ile-de-France proposeront gratuitement des protections à leurs élèves.



Le lycée Edmond-Rostand, à Saint-Ouen-l'Aumône (Val-d'Oise), fait partie des 31 lycées d'Ile-de-France où un distributeur de protections hygiéniques va être installé à titre expérimental pour lutter contre la précarité menstruelle. LP/Maïram Guissé



Afin de lutter contre l'absentéisme, le manque d'accès aux produits d'hygiène et de briser le tabou des règles, des distributeurs gratuits de protections vont être installés dans 31 lycées franciliens.

« PARFOIS, j'ai peur que ça coule trop et que ça se voit alors je ne vais pas en cours. » Lindsay* a 15 ans. Tous les mois, quand cette élève de seconde, rencontrée devant le lycée Edmond-Rostand de Saint-Ouen-l'Aumône (Val-d'Oise), a ses règles, les mêmes peurs reviennent. Désormais, elle ne se posera plus la question. Son établissement scolaire a été équipé d'un distributeur gratuit de protections hygiéniques bio. « Regardez, sourit-elle tout en ouvrant une poche de son sac noir dans lequel une petite dizaine de tampons sont rangés, je me suis justement servie ce matin [lundi], aux toilettes. Je ne raterai plus les cours à cause de mes règles. » Au total, 31 lycées franciliens, choisis en fonction du pourcentage de filles et de boursiers, sur les 465 dont la région a la charge vont être dotés de ces distributeurs d'ici la fin des vacances de la Toussaint. Objectif de cette mesure à 100 000 € : « lutter contre la précarité menstruelle », explique Valérie Péresse, la présidente (Libres !). « Dans le milieu scolaire, il apparaît que 6 % des jeunes filles (et jusqu'à 12 % dans les milieux les plus précaires) auraient déjà manqué les cours car elles n'avaient pu se procurer de protections », selon un document de la région remis aux élus en septembre.

« Un double sentiment de honte »

Cet absentéisme, couplé à une problématique de santé liée « selon les témoignages que j'ai recueillis, aux protections que certaines lycéennes fabriquent par manque de moyens, m'ont conduite à expérimenter cette mesure, insiste Valérie Péresse.

D'autant que la crise du Covid a entraîné une montée de la pauvreté et de la précarité. » Alors qu'en « 2019, 1,7 million de femmes en France souffraient de précarité menstruelle, aujourd'hui avec la crise sanitaire, on dépasse les 2 millions », détaille Tara Heuzé-Sarmini, la directrice de l'association Règles Élémentaires, qui lutte contre la précarité menstruelle.

A Paris, dès l'année dernière, Alexandra Cordebard, la maire socialiste du Xe, avait lancé l'initiative en installant des distributeurs de protections hygiéniques gratuites dans cinq collèges de son arrondissement. Un dispositif que la Ville a décidé de développer : l'installation « va être étendue en 2021 à d'autres collèges d'autres arrondissements en priorisant ceux présentant les indicateurs socioéconomiques plus défavorables », indique l'adjoint de la maire en charge de l'éducation, Patrick Bloche. Au lycée Blaise-Pascal de Villemomble en Seine-Saint-Denis, le distributeur est installé dans le couloir à la vue de tous, près de l'infirmerie. « C'est délibéré, les règles ce n'est pas sale », insiste la proviseure Evelyne Delfrau, pour tordre le cou aux idées reçues. « La question de la précarité menstruelle est en effet occultée car elle concentre un double sentiment de honte :celui associé aux règles et celui associé à la pauvreté », déplorait Patricia Schillinger, sénatrice (LREM) du Haut-Rhin dans un rapport sur le sujet, publié en octobre 2019. Pourtant, tous les mois, des jeunes filles doivent composer avec cette période. En moyenne, selon ce même rapport, « les règles arrivent 450 fois dans la

vie d'une femme, durant 3 à 5 jours, soit l'équivalent de 7 à 8 années ! Plus de 10 000 protections périodiques à usage unique sont utilisées dans sa vie. » Financièrement, cela représente un coût. « Nous l'avons estimé en moyenne à 4 000 € dans une vie », détaille Tara Heuzé-Sarmini.

Des situations qui mènent parfois à des hospitalisations

Au lycée Blaise-Pascal, composée à « 90 % de filles », précise Evelyne Delfrau, la précarité menstruelle faisait déjà l'objet d'un travail avec les élèves dits éco-délégués. « On a beaucoup de boursières et des élèves en difficulté qui n'ont pas de quoi se protéger et donc ne viennent pas en cours, précise la proviseure. D'autres viennent au lycée avec du papier en guise de protection et là c'est la catastrophe. » Lindsay de Saint-Ouen-l'Aumône concède l'avoir fait. « Ça m'est arrivé, pour dépanner. » La sénatrice Patricia Schillinger relève ainsi qu'il « est fréquent que ces publics déjà en grande difficulté doivent être hospitalisés en raison de complications sanitaires causées par ces pratiques risquées. » Un sondage Ifop réalisé en 2019 pour l'association Dons solides révèle qu'« une femme sur dix renonce ainsi à changer de protections périodiques aussi souvent que nécessaire par manque d'argent. »

Le dispositif pourrait être étendu

Que cette mesure soit étendue, c'est une demande de la conseillère (PRG) Muriel Guénoux. En juillet 2017, elle est la première à la région à évoquer ce sujet et à proposer l'installation de distributeurs dans des lieux publics. Aujourd'hui, elle salue la mise en place de ce dispositif mais déplore « qu'elle ne soit pas généralisée à tous les lycées, dans les transports en commun, pour les femmes SDF mais aussi à la région ! Pour moi, ça reste un coup de communication à quelques mois des élections régionales », qui ont lieu en mars. Au total, 13 500 jeunes filles sont concernées par l'expérimentation. « Si d'ici à la fin de cette année, l'opération est concluante, nous élargirons à l'ensemble des lycées franciliens pour un coût d'1 M€ », assure Valérie Pécresse.

DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES GRATUITES SUR LES CAMPUS DE ROUEN, auteur·ice inconnu·e, par France Bleu, le 29/09/2020

<https://www.francebleu.fr/infos/sante-sciences/des-protections-hygieniques-gratuites-sur-les-campus-de-rouen-1601310833>

Des protections hygiéniques gratuites sur les campus de Rouen

Mardi 29 septembre 2020 à 5:31 - Par **France Bleu Haute-Normandie, France Bleu Normandie (Seine-Maritime - Eure), France Bleu**

📍 Mont-Saint-Aignan, France



Pour lutter contre la précarité menstruelle, la Fédération des étudiants rouennais (Feder) distribue gratuitement 6.500 serviettes hygiéniques sur les campus universitaires Pasteur et Mont Saint-Aignan.



La Fédération des étudiants rouennais a reçu des lots de serviettes hygiéniques de la part de l'association Règles élémentaires. © Radio France - Juliette Chaignon

Pour lutter contre la précarité menstruelle, la Fédération des étudiants rouennais (Feder) distribue gratuitement 6.500 serviettes hygiéniques sur les campus universitaires Pasteur et Mont Saint-Aignan.

Autour des arrêts de bus et dans le hall du restaurant universitaire de Mont Saint-Aignan, des étudiants bénévoles de la Fédération des étudiants rouennais déambulent des sacs en tissu sur l'épaule, remplis de paquets bleus. "Nous distribuons des protections hygiéniques, c'est gratuit", lance Cécile à deux amies qui sortent de cours. La fédération dispose de 6.500 serviettes hygiéniques, offertes par leur partenaire Règles Élémentaires, une association parisienne.

"C'est très chouette, ça permet d'ouvrir la discussion sur le sujet", s'exclame Justine, étudiante en L2 de biologie. "Et puis, c'est quand même un budget", continue-t-elle. En moyenne, les étudiantes déclarent dépenser 5 à 10 euros par mois. "C'est pas tant que ça, mais ajouté au loyer, à la nourriture, moi j'ai pas encore trouvé de boulot donc tout compte", raconte Clara.

Cette distribution vient s'ajouter à celles de nourriture, organisée par la Feder pendant l'été, pour épauler les étudiant.es en difficulté. "La crise actuelle affecte beaucoup d'étudiants, ils sont encore plus précaires qu'avant", avance Quentin Thirot, président de la fédération.

La Feder souhaite sensibiliser les étudiants et les étudiantes au sujet des règles. © Radio France- Juliette Chaignon

Son organisation souhaite toucher tout le monde, les étudiantes sans oublier les étudiants. Après une courte hésitation, Clément glisse un paquet de serviettes hygiéniques dans son sac : "c'est pour ma copine, elle est en galère en ce moment. Elle n'a pas encore de bourse et ne trouve pas de logement. Ça peut lui être utile."

Mais le tabou demeure. Cécile distribue des paquets depuis une heure : "j'ai remarqué que les filles osent plus se servir quand elles sont entre elles. Quand il y a des garçons à côté, certaines sont un peu gênées, ça ne devrait pas être gênant".

En France, l'association Règles Élémentaires estime le nombre de femmes touchées par la précarité menstruelle à 1,7 million, d'après une enquête IFOP de 2019 pour Dons solidaires. L'association précise sur son site internet : "[Cette précarité] peut provoquer de graves troubles physiques - démangeaisons, infections, syndrome du choc toxique pouvant occasionner la mort - et psychologiques - perte de confiance en soi, difficultés de réinsertion."

Pour la première édition de cette action, la Feder a prévu deux événements. L'un sur le campus Mont Saint-Aignan, le lundi 28 septembre 2020. L'autre, le mercredi 30 septembre sur le campus Pasteur.

#GÉNÉRATIONDEMAIN : 24 ÉLUS ET ACTIVISTES DE MOINS DE 30 ANS DONT VOUS ENTENDREZ ENCORE PARLER DANS 10 ANS, par la rédaction numérique de France Inter, France Inter, le 14/10/2020

<https://www.franceinter.fr/societe/generationdemain-24-elus-et-activistes-de-moins-de-30-ans-dont-vous-entendrez-encore-parler-dans-10-ans>

#GénérationDemain : 24 élus et activistes de moins de 30 ans dont vous entendrez encore parler dans 10 ans

par la rédaction numérique de France Inter publié le 14 octobre 2020 à 12h35



#GénérationDemain. Qu'ils soient députés ou élus locaux, fondateurs d'associations, connus ou pas encore, ces jeunes femmes et hommes incarnent l'engagement d'aujourd'hui et de demain. Portraits.



Ils ont 30 ans et sont engagés pour demain

Publicité



La newsletter d'Inter

Recevez du lundi au vendredi à 12h une sélection toute fraîche à lire ou à écouter.

Votre adresse email

#GénérationDemain. Qu'ils soient députés ou élus locaux, fondateurs d'associations, connus ou pas encore, ces jeunes femmes et hommes incarnent l'engagement d'aujourd'hui et de demain. Portraits.

Ils ont moins de 30 ans (ou 30 ans tout juste passés), et ils détonnent par leur engagement politique, associatif ou leur militantisme. Engagés pour un parti qu'il soit de droite ou de gauche, pour l'environnement, pour la condition des femmes, contre les inégalités, ces jeunes femmes et hommes incarnent la France d'aujourd'hui... mais aussi celle de demain. Portraits de ces moins de 30 ans, dont on n'a sûrement pas fini d'entendre parler.

Tara Heuzé-Sarmini, 26 ans, contre la précarité menstruelle
En un hashtag : #ChangerLesRègles

Pourquoi elle fera parler d'elle : À seulement 21 ans, Tara Heuzé-Sarmini fonde en 2015 l'association Règles Élémentaires. Deux missions : collecter des produits d'hygiène intime à destination des femmes dans le besoin, et briser le tabou des règles. Missions réussies : en 5 ans, plus de 2 millions de produits d'hygiène intime ont été redistribués, plus de 1 000 collectes organisées dans toute la France et plus de 50 000 femmes en ont été bénéficiaires. "Le chemin à parcourir est encore long", affirme Tara Heuzé-Sarmini à France Inter. Mais celui parcouru, tout en mettant en lumière un sujet méconnu, est déjà admirable.

À LAVAL, ELLES VONT COLLECTER DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES POUR LES PLUS DÉMUNIES, par Florence Stollesteiner, Ouest France, le 16/10/2020

<https://www.ouest-france.fr/pays-de-la-loire/laval-53000/a-laval-elles-vont-collecter-des-protections-hygieniques-pour-les-plus-demunies-7017363>

Accueil / Pays de la Loire / Laval

À Laval, elles vont collecter des protections hygiéniques pour les plus démunies

Samedi 17 octobre 2020, Orlane Mahouin et Camille Bouteaud seront au Carrefour Grenoux de Laval (Mayenne). Leur objectif : collecter des protections hygiéniques pour les plus démunies, via l'association Règles élémentaires. Une action qu'elles voudraient installer en Mayenne.



En France, près de 2 millions de femmes seraient touchées par la précarité menstruelle (difficulté ou manque d'accès aux protections hygiéniques par pauvreté). serviettes hygiéniques règles | OUEST-FRANCE

Ouest-France
Florence STOLLESTEINER.
Publié le 16/10/2020 à 12h39

Samedi 17 octobre 2020, l'**association Règles élémentaires** collectera des protections hygiéniques au Carrefour Grenoux de Laval (Mayenne). Des produits qui iront ensuite aux plus démunies, via des associations comme les Restos du cœur, Emmaüs, le Secours populaire...

Samedi 17 octobre 2020, Orlane Mahouin et Camille Bouteaud seront au Carrefour Grenoux de Laval (Mayenne). Leur objectif : collecter des protections hygiéniques pour les plus démunies, via l'association Règles élémentaires. Une action qu'elles voudraient installer en Mayenne.

Samedi 17 octobre 2020, l'**association Règles élémentaires** collectera des protections hygiéniques au Carrefour Grenoux de Laval (Mayenne). Des produits qui iront ensuite aux plus démunies, via des associations comme les Restos du cœur, Emmaüs, le Secours populaire...

Cette collecte, ce sont deux amies lavalloises qui l'organisent : Orlane Mahouin, 25 ans, qui suit un parcours pour devenir diététicienne ; et Camille Bouteaud, 24 ans, qui vient de finir ses études en droit.

Un problème qui touche près de 2 millions de femmes

« L'idée de cette journée est venue il y a quelques mois, explique cette dernière. J'étais sur le campus d'Angers (Maine-et-Loire) et, dans les toilettes, des étudiantes avaient mis une boîte pour y collecter des protections hygiéniques. »

Une très bonne idée qui inspire la Lavalloise. « La précarité menstruelle (difficulté ou manque d'accès aux protections hygiéniques par pauvreté), c'est quand même 130 000 jeunes filles, en France, qui ratent l'école à cause de leurs règles ! » Une précarité qui toucherait dans notre pays 1 700 000 femmes.

Camille Bouteaud contacte alors l'association Règles élémentaires, basée à Paris. Qui lui conseille de commencer par des collectes ponctuelles, avant d'installer des boîtes comme à Angers. D'où celle qui se tiendra au Carrefour Grenoux, ce samedi.

« Si ça marche, on aimerait en faire d'autres, peut-être même d'ici la fin du mois », souligne Camille Bouteaud. Qui espère que son initiative donnera l'idée à d'autres Mayennaises d'organiser des collectes. Ou de, pourquoi pas, créer une antenne locale à Règles élémentaires.

Ce samedi 17 octobre 2020, collecte de 10 h à 19 h – 20 h, au Carrefour Grenoux de Laval (près de l'enseigne Julien d'Orcel). Renseignements : regleslementaires.com

PRÉCARITÉ MENSTRUELLE : RENCONTRE AVEC TARA HEUZÉ-SARMINI, DE RÈGLES ÉLÉMENTAIRES, par Adèle Gireau, FémininBio, le 17/10/2020

<https://www.femininbio.com/agir-green/actualites-nouveautes/precarite-menstruelle-rencontre-tara-heuze-sarmini-regles-elementaires-101004>



Association

"CHAQUE FEMME DEVRAIT POUVOIR CHOISIR LA PROTECTION DE SON CHOIX", INTERVIEW DE TARA HEUZÉ-SARMINI DE RÈGLES ÉLÉMENTAIRES

Publié le 17 octobre 2020



Adèle Gireau

Rédactrice chez FemininBio.
Amoureuse de mode, d'art et de design.
Féministe optimiste.

Prévention can...

Qu'est-ce que L...

6 culottes men...

Tous ses articles



"J'ai réalisé qu'en France les différentes structures de lutte contre la précarité ne disposaient d'aucun stock de protections périodiques tant le tabou autour des règles était prégnant."

© Règles élémentaires

"CHAQUE FEMME DEVRAIT POUVOIR CHOISIR LA PROTECTION DE SON CHOIX", INTERVIEW DE TARA HEUZÉ-SARMINI DE RÈGLES ÉLÉMENTAIRES

Active sur les réseaux et présente sur le terrain, l'association Règles Élémentaires a pour objectif de lutter contre la précarité menstruelle, notamment à travers la collecte de protections hygiéniques et la sensibilisation. Entourée et soutenue par plus de 200 partenaires dont la marque Organyc, l'association grandit de jour en jour et rayonne dans la sphère féministe. Rencontre avec sa fondatrice, Tara Heuzé-Sarmini.

Il y a cinq ans, l'association **Règles Élémentaires** voyait le jour, sous l'impulsion d'un sentiment d'injustice ressenti par Tara Heuzé-Sarmini, sa créatrice. Soutenue par des marques partenaires partageant des valeurs communes, l'association travaille également avec **Organyc**, marque de protections bio. Dans cette interview, la jeune femme aux ambitions infinies revient sur sa prise de conscience et vous explique comment intégrer l'association, si vous aussi, vous souhaitez venir en aide aux femmes en situation précaire.

FemininBio : Tara, vous avez fondé l'association Règles Élémentaires en 2015, avec pour objectif de collecter des produits d'hygiène pour les femmes dans le besoin. Comment s'est construite cette prise de conscience dans votre esprit ?

Tara Heuzé-Sarmini : Au cours de mon année d'étude en Angleterre, j'ai été sollicitée pour participer à une collecte de protections d'hygiène intime organisée. C'est à ce moment-là que je me suis rendu compte que je ne m'étais jamais posé la question de savoir comment les femmes à la rue et en situation de précarité se protégeaient durant leurs règles.

En revenant en France, j'ai commencé à me renseigner auprès de différentes associations, afin de savoir si ce genre de d'initiative avait déjà été mise en place. Très vite, j'ai réalisé que les différentes structures de lutte contre la précarité (foyers d'hébergement, Samusocial de Paris, etc.) ne disposaient d'aucun stock de protections périodiques tant le tabou autour des règles était prégnant.

C'est après ce constat que j'ai décidé d'organiser la toute première collecte de produits d'hygiène en France en novembre 2015, plus précisément à SciencesPo où j'étudiais.

Quelles sont vos principales actions ?

Règles Élémentaires est la première association française de lutte contre la précarité menstruelle. Notre mission est double : collecter des produits d'hygiène intime à destination des femmes dans le besoin et briser le tabou des règles.

Très concrètement, nous organisons et supervisons des collectes - plus de 1,000 à date - ponctuelles ou permanentes afin de collecter ces produits de première nécessité, et nous menons de nombreuses actions de sensibilisation. Par exemple, en 2020, nous avons lancé les ateliers d'information à l'hygiène menstruelle auprès du personnel médico-social et des femmes bénéficiaires, ainsi que des ateliers pour briser les tabous en milieu scolaire.

Nos lectrices sont très engagées dans la cause des femmes et contribuent, à leur échelle, à briser ce tabou qui perdure autour des règles. Est-ce possible de rejoindre l'association et si oui, quel rôle est attribué aux bénévoles ?

Il est possible d'aider l'association en faisant des dons de protections hygiéniques dans les différents points de collectes que vous pouvez retrouver sur notre carte interactive (consultable sur notre site internet).

Vous pouvez également organiser vous-même une collecte de protections périodiques. Grâce aux outils développés par Règles Élémentaires, il suffit de quelques clics pour le faire : le processus est très intuitif et nous vous accompagnons tout au long de la collecte pour s'assurer de son bon déroulement.

Si vous souhaitez vous engager encore plus dans la lutte contre la précarité menstruelle, vous pouvez également rejoindre l'équipe Règles Élémentaires : aujourd'hui l'équipe est constituée de bénévoles à 75%, des femmes et des hommes qui jouent des rôles clés dans la structure et grâce à qui nous avons l'impact que nous avons.

Enfin, vous pouvez nous soutenir financièrement ! Nous sommes une petite structure aux ressources humaines et financières (très) limitées et nous ne pouvons malheureusement pas répondre à toutes les sollicitations que nous recevons. Il n'y a pas de petit don : chaque euro versé nous permet de toujours plus changer les règles !

Vous comptez à ce jour plus de 200 partenariats dont Organyc. Pourquoi avoir choisi cette marque en tant que partenaire et sur quoi repose ce partenariat ?

Pour Règles Élémentaires, il est essentiel de pouvoir proposer la plus grande diversité de produits aux femmes dans le besoin. En effet, les protections d'hygiène intime sont par définition un choix intime et nous pensons que chaque femme devrait pouvoir choisir les protections de son choix !

Nous avons décidé de travailler avec **Organyc** dans cet objectif de toujours plus diversifier notre offre pour les femmes que nous aidons et car nous apprécions le positionnement de la marque et ses efforts pour toujours plus de transparence pour la composition des produits. En effet, c'est un combat que nous défendons également chez Règles Élémentaires.

Enfin, Organyc supporte des projets de sensibilisations en Allemagne sur la normalisation des règles et les tabous autour ce sujet, avec un focus sur les plus jeunes. Il semblait tout naturel d'unir nos forces en France !

Avez-vous des projets/actions à venir dont vous souhaiteriez nous parler ?

Oui ! Nous continuons de travailler avec l'ensemble des parties prenantes pour garantir l'accès gratuit à des protections hygiéniques de qualité dans les lieux clé, nous développons nos actions de sensibilisation dématérialisées, et nous intensifions nos efforts de levée de fonds. Suivez-nous sur les réseaux afin de ne rien manquer de nos actualités et changer les règles avec nous !

DES DONS POUR APAISER LA PRÉCARITÉ DES FEMMES, par J.-C. V., Dernières Nouvelles d'Alsace, le 20/10/2020

<https://www.dna.fr/culture-loisirs/2020/10/20/des-dons-pour-apaiser-la-precarite-des-femmes>

Des dons pour apaiser la précarité des femmes

Belle action de solidarité vendredi après-midi dans les locaux de l'association « La Banque de l'Objet » à la Meinau où une association partenaire, « les Règles élémentaires », a remis à deux autres structures (accueillant des femmes en situation de précarité), « Viaduc 67 » et « Home Protestant », plusieurs lots de produits d'hygiène.

Hier à 12:16 | mis à jour à 16:35 - Temps de lecture : 2 min

□ | □ | Vu 374 fois



Don entre l'association « Les Règles élémentaires » et la « Banque de l'Objet ». Photo DNA /Laurent RÉA

Belle action de solidarité vendredi après-midi dans les locaux de l'association « La Banque de l'Objet » à la Meinau où une association partenaire, « les Règles élémentaires », a remis à deux autres structures (accueillant des femmes en situation de précarité), « Viaduc 67 » et « Home Protestant », plusieurs lots de produits d'hygiène.

La journée était placée sous le signe de l'entraide et du soutien pour Agnès Sadowska et Madeleine Schaffner, respectivement déléguée générale et présidente de la Banque de l'Objet. Depuis 2014, cette dernière est spécialisée dans le réemploi d'invendus non alimentaires collectés auprès d'entreprises et redistribués ensuite aux personnes en difficulté.

Quatre-vingts associations et 60 entreprises travaillent en partenariat avec la Banque de l'Objet, qui s'appuie beaucoup sur le travail de ses bénévoles pour fonctionner. Et c'était donc jour de donation pour Les Règles élémentaires qui, le 3 octobre sous l'impulsion de leur jeune présidente en charge de l'antenne du Grand Est Nadège Moreau, et à l'initiative de la fondation Monoprix et de la fondation des Femmes, ont pu rassembler plusieurs packs de produits d'hygiène. Des produits précieux pour des femmes en situation d'exclusion et en précarité menstruelle, le manque d'accès aux protections hygiéniques, qui touche 1,7 million de femmes en France.

Viaduc 67, qui accompagne psychologiquement et juridiquement les femmes victimes tout au long de leur parcours judiciaire, a accueilli cette action de bienveillance. Son directeur adjoint, Pascal Weil, a précisé qu'en juin dernier, sous la protection de son association, des femmes victimes d'agressions sexuelles avaient été mises à l'abri dans des hôtels. C'est avec la même satisfaction que Diabou Biatta, chef de service de lieux d'hébergement pour femmes seules ou avec enfants, représentant l'association Home Protestant, a reçu les produits offerts. Elle a parlé avec force de ces femmes désemparées, parfois à la rue, en quête notamment d'un accueil de jour ou de nuit, et qui apprécient de pouvoir bénéficier du minimum pour se changer ou pour manger.

L'opération de lutte contre la précarité menstruelle couronnée de succès

Un stand inhabituel a été présenté sur le petit marché hebdomadaire de Cousance, samedi 17 octobre, dans le but de sensibiliser le public à une cause peu connue.

Une table, deux boîtes et des affiches pour renseigner le public. Anita Dambrosio, membre de l'association Règles élémentaires, est prête à répondre aux questions. Elle a tenu un stand inhabituel lors du petit marché hebdomadaire, samedi 17 octobre. Destiné à renseigner le public au sujet de la lutte contre la précarité menstruelle et récolter des produits d'hygiène, de nombreuses personnes s'y sont arrêtées pour obtenir des informations ou déposer un don.

En une matinée, 116 boîtes de produits d'hygiène féminine ont été rassemblées dans les cartons. De toutes sortes, puisque l'on a trouvé des protège-slips, tampons, serviettes hygiéniques et serviettes lavables. Première association française à lutter contre la précarité menstruelle, Règles élémentaires accepte aussi les dons de coupes et de culottes menstruelles. Les paquets entamés et produits en vrac sont acceptés à condition d'être emballés individuellement.



Les dons n'ont pas cessé d'affluer sur le stand tenu par Anita Dambrosio.

ment. Depuis 2015, elle vient en aide aux femmes dans le besoin et brise le tabou des règles.

Un coût annuel de 635 €

En France, le coût des produits d'hygiène est estimé à 635 € par an selon l'association. Près de deux millions de jeunes filles manquent des cours ou pour certaines vont jusqu'à rater leur scolarité faute de moyens financiers pour acheter ces produits. Les dons sont redistribués à des associations caritatives comme le Secours populaire, Emmaüs, la Croix-Rouge, le Samu Social, et des CCAS de petites villes à de

grandes métropoles parfois.

Depuis la création de Règles élémentaires, plus d'un million de produits ont été collectés. Des dizaines de milliers de femmes ont été bénéficiaires grâce aux actions de centaines de personnes comme Anita Dambrosio, organisatrice de collectes bénévoles. Une première pour elle ce samedi : « Je suis très satisfaite et pense organiser d'autres collectes, notamment en janvier à Lons-le-Saunier et au printemps à Morez ». Emily, présente devant le stand, a indiqué la présence d'un distributeur de serviettes hygiéniques dans son ancien

collège en Haute-Marne.

D'autres points de collecte ont été organisés par Anita Dambrosio : « Je remercie Isabelle Paquelier-Bartuel, directrice de l'Ephad de Bian, et Philippe Cannard, directeur de l'Ephad Edilys de Lons-le-Saunier, pour leur précieuse collaboration ». L'association, dont le siège social se situe à Paris, invite toutes les personnes désireuses de s'investir pour cette cause. Il suffit de s'inscrire et entrer dans la dynamique des collectes validées par leurs services depuis le site Internet <https://www.regleselementaires.com>

Un stand inhabituel a été présenté sur le petit marché hebdomadaire de Cousance, samedi 17 octobre, dans le but de sensibiliser le public à une cause peu connue.

Une table, deux boîtes et des affiches pour renseigner le public. Anita Dambrosio, membre de l'association Règles Élémentaires, est prête à répondre aux questions. Elle a tenu un stand inhabituel lors du petit marché hebdomadaire, samedi 17 octobre. Destiné à renseigner le public au sujet de la lutte contre la précarité menstruelle et récolter des produits d'hygiène, de nombreuses personnes s'y sont arrêtées pour obtenir des informations ou déposer un don.

En une matinée, 116 boîtes de produits d'hygiène féminine ont été rassemblées dans les cartons. De toutes sortes, puisque l'on a trouvé des protège-slips, tampons, serviettes hygiéniques et serviettes lavables. Première association française à lutter contre la précarité menstruelle, Règles Élémentaires accepte aussi les dons de coupes et de culottes menstruelles. Les paquets entamés et produits en vrac sont acceptés à condition d'être emballés individuellement. Depuis 2015, elle vient en aide aux femmes dans le besoin et brise le tabou des règles.

Un coût annuel de 635€

En France, le coût des produits d'hygiène est estimé à 635€ par an selon l'association. Près de deux millions de jeunes filles manquent des cours ou pour certaines vont jusqu'à rater leur scolarité faute de moyens financiers pour acheter ces produits. Les dons sont redistribués à des associations caritatives comme le Secours Populaire, Emmaüs, la Croix-Rouge, le Samusocial et des CCAS de petites villes à de grandes métropoles parfois.

Depuis la création de Règles Élémentaires, plus d'un million de produits ont été collectés. Des dizaines de milliers de femmes ont été bénéficiaires grâce aux actions de centaines de personnes comme Anita Dambrosio, organisatrice de collectes bénévoles. Une première pour elle ce samedi : « Je suis très satisfaite et pense organiser d'autres collectes, notamment en janvier à Lons-le-Saunier et au printemps à Morez ». Emily, présente devant le stand, a indiqué la présence d'un distributeur de serviettes hygiéniques dans son ancien collège en Haute-Marne.

D'autres points de collecte ont été organisés par Anita Dambrosio : « Je remercie Isabelle Paquelier-Bartuel, directrice de l'Ephad de Bian, et Philippe Cannard, directeur de l'Ephad Edilys de Lons-le-Saunier, pour leur précieuse collaboration ». L'association, dont le siège

social est à Paris, invite toutes les personnes désireuses de s'investir pour cette cause. Il suffit de s'inscrire et entrer dans la dynamique des collectes validées par leurs services depuis le site Internet.

CINQ INITIATIVES QUI NOUS REDONNENT LE SOURIRE CETTE SEMAINE, par Laurent Bainier, 20 Minutes France, le 23/10/2020

<https://www.linkedin.com/pulse/cinq-initiatives-qui-nous-redonnent-le-sourire-cette-semaine-bainier/>



Laure Babin, 23 ans, vient de lancer sa marque de chaussures écolo. — Zéta



Restez positifs avec nous

Chaque vendredi, cinq initiatives enthousiasmantes repérées par la rédaction et les lecteurs de 20 Minutes

Newsletter hebdomadaire

566 abonnés

S'abonner

Cinq initiatives qui nous redonnent le sourire cette semaine

Publié le 23 octobre 2020



Laurent Bainier

Rédacteur en chef at 20 Minutes France

33 articles

Ca ne peut pas faire de mal en ce moment... Comme chaque vendredi nous vous présentons cinq initiatives enthousiasmantes repérées par notre rédaction ou nos lecteurs. Si vous en voulez davantage, abonnez-vous à notre version mail, [Restez Positifs](#).

Freepry convertit les commerçants à la seconde main

On le sait, Vinted cartonne. La plateforme lituanienne marche même tellement bien en France que certains en ont fait [un lieu de spéculation](#) assez éloigné de l'esprit originel de l'économie circulaire et génèrent des envois postaux longue distance très énergivore. C'est pour cette raison que Freepry nous a tapé dans l'oeil. La start-up portée par Paul Karam-Roux a décidé de réimplanter la friperie dans les magasins "de brique et de mortier". Elle ouvre des corners de fringues de seconde main au sein de commerces existants, où les vendeurs peuvent apporter leurs vêtements usagés contre un bon d'achat, et les acheteur chiner comme dans une bonne vieille boutique de fripes. Une solution logiciel optimise le prix pour que les stocks tournent efficacement. Pour tester Freepry dans un écrin sympa, rendez-vous à Citadium rue de Caumartin à Paris jusqu'au 19 novembre.

A lire ailleurs : l'excellente interview de la créatrice de Vinted, Milda Mitkute, et de son CEO, Thomas Plantenga; sur [INfluencia](#).

Zéta, les baskets fabriquées à base de marc de raisin

La basket Zéta est née à Bordeaux, mais le marc de raisin qui lui donne son supplément d'âme vient pour l'instant de Lombardie. La faute à Vegea, le partenaire italien de Zéta, qui a breveté la conception du cuir à base de marc de raisin employé pour faire cette paire de chaussures à faible impact environnemental. "Il faut 2,5 kg de marc de raisin pour faire un m² de cuir de raisin. Et une paire de Zéta, c'est 3 kg de déchets recyclés au total" [nous explique la fondatrice de la marque, Laure Babin](#). La commercialisation de ses sneakers unisex a commencé le 7 septembre avec une campagne de crowdfunding qui a permis de recueillir 2.700 commandes. Le prix de vente est de 129 euros la paire. "Un nouveau modèle, tout noir, sera proposé dans environ un mois en même temps que le lancement du site marchand", assure Laure.

A lire ailleurs : pour tout comprendre au cuir de raisin, la parole à Clémence Pillot, de [Mlle boit du rouge](#), une revue à consommer sans modération.

Ankore, une marque de vêtements qui nettoie les océans

Ils étaient respectivement juriste et gestionnaire RH quand l'idée leur est venue en observant les côtes bretonnes. Romain et Lola, deux trentenaires nantais, ont décidé de tout plaquer pour créer des vêtements à partir de déchets plastiques collectés en Atlantique et en Méditerranée. « On a toqué à deux cents portes, raconte Romain. D'abord en France puis en Espagne et au Portugal. On voulait promouvoir au maximum le circuit court. » Ils sont finalement entrés en relation avec Seaqual, une entreprise espagnole associée à des pêcheurs qui recueillent le plastique à la fois dans l'Océan Atlantique et en Méditerranée. A Nantes, Lola et Romain se sont eux occupés du design et de la logistique... Après deux ans de mise en place, les vêtements qui sont uniquement en préventes sur Ulule et produits à la demande pour éviter la surproduction, sont prêts à voir le jour. « Si tout se passe bien, on peut estimer une sortie pour le début d'année 2021 », [nous assure Lola](#).

A lire ailleurs : à Marseille, ce sont des baskets que la jeune marque Corail confectionne à partir de bouteilles en plastique récoltées en mer par des pêcheurs. Un super projet que nous présentent nos confrères de [La Provence](#).

L'Atelier transforme les invendus en pâtisseries

S'ils cherchent un lieu pour leur conf de lancement, les fondateurs d'Ankore peuvent se tourner vers L'Atelier. Cette pâtisserie éphémère a ouvert ses portes la semaine dernière dans un galerie commerciale de Nantes. Sa particularité? Les produits qu'elle propose sont fabriqués à partir d'invendus alimentaires offerts par l'enseigne Carrefour située juste en face. Niveau circuit-court, on fait difficilement mieux. Le pourcentage d'ingrédients invendus incorporés varie « de 30 % à 100 % » selon les produits, [nous indique Katia Tardy](#), responsable marketing de L'Atelier. Les smoothies sont faits en live dans la boutique pour montrer aux clients que les fruits moches peuvent donner de superbes jus. « On veut que les gens comprennent qu'ils peuvent se faire plaisir alors que les produits sont faits avec des ingrédients qu'ils sont prêts à jeter. »

A écouter ailleurs : Stéphane Augé a fondé Cyfruleg, une entreprise qui recycle fruits et légumes invendus pour en faire des soupes, des jus et des confitures. Il raconte la genèse de son projet [au micro de RCF](#).

Les Nanas distribuent de la lingerie adaptée après un cancer

Samedi à Croix, près de Lille, ce sera distribution de lingerie. Les membres de l'Association des Nanas débarquent dans le Nord avec un stock de soutiens-gorge conçus pour les femmes touchées par un cancer du sein. Car si les prothèses mammaires sont bien prises en charge par la Sécu, le soutien-gorge adapté, avec ses bonnes à poche et ses bretelles plus larges, lui ne l'est pas. Et peut coûter cher. « Certaines femmes bricolent des soutiens-gorge traditionnels, d'autres tournent avec un seul modèle adapté », [nous explique Mélanie Foucault](#), la présidente des Nanas. Les volontaires de l'asso ne se contentent pas de distribuer la lingerie, elles conseillent, discutent, échangent... Et samedi, elles apporteront même des petits gâteaux.

A lire ailleurs : Depuis 5 ans, l'asso Règles élémentaires lutte de son côté contre la précarité menstruelle. Plus de 4 000 000 de produits d'hygiène intime ont été collectés et 100.000 femmes au moins en ont bénéficié. Sa fondatrice, Tara Heuzé-Sarmini explique son action chez [FémininBio](#)

SERVICEPLAN FRANCE ALERTE SUR LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE AVEC RÈGLES ÉLÉMENTAIRES, par Valentine Puaux, CB News, le 2910/2020

<https://www.cbnews.fr/marques/image-serviceplan-france-alerte-precarite-menstruelle-avec-regles-elementaires-55982>

SERVICEPLAN FRANCE ALERTE SUR LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE AVEC RÈGLES ÉLÉMENTAIRES

**PAYER SES FACTURES ?
OU ACHETER
DES PROTECTIONS
HYGIÉNIQUES ?**

8000 euros. C'est ce que dépense une femme en moyenne dans sa vie, pour des produits hygiéniques lorsqu'elle a ses règles. Mais toutes n'en ont pas les moyens, souffrant alors de précarité menstruelle (environ 1,7 million de femmes en France selon l'IFOP). Une cause encore taboue, que soutient aujourd'hui l'association de Tara Heuzé-Sarmini, Règles Élémentaires (6 antennes locales) au travers du lancement du « Crédit Menstruel ». Une campagne conçue aux côtés de Serviceplan France mettant en avant un crédit de financement des protections périodiques qui a tout d'un service bancaire... mais qui n'en est pas un. L'idée étant de libérer la parole à ce sujet avec un brin de cynisme, via une centaine de panneaux d'affichage du réseau national Mediatransports, précise un communiqué. Signe aussi ce projet Trinity Films (production).

L'asso qui crée du lien]

Règles Élémentaires

Lutter contre la précarité menstruelle

#changerlesrègles

Pour 1,7 million de femmes, se protéger pendant son cycle menstruel est problématique voire impossible. L'association Règles Élémentaires a pour objectif de pallier le manque d'accès aux protections périodiques, tout en brisant le tabou des règles.

En France, avoir ses règles coûte en moyenne dix euros par mois – montant qui comprend les protections intimes, les antidouleurs, une visite annuelle chez le gynéco et quelques dépenses supplémentaires (sous-vêtements, linge de lit, etc.). Or, pour les femmes en situation de préca-



Pour 1,7 million de femmes, se protéger pendant son cycle menstruel est problématique voire impossible. L'association Règles Élémentaires a pour objectif de pallier le manque d'accès aux protections périodiques, tout en brisant le tabou des règles.

En France, avoir ses règles coûte en moyenne dix euros par mois – montant qui comprend les protections intimes, les antidouleurs, une visite annuelle chez le gynéco et quelques dépenses supplémentaires (sous-vêtements, linge de lit, etc.). Or, pour les femmes en situation de précarité, dix euros, ce n'est pas négligeable : cette dépense peut représenter jusqu'à 5 % du budget d'une femme. Avec le Covid-19, la précarité a gagné du terrain, touchant de plein fouet des femmes qui ne peuvent plus s'acheter ces produits de première nécessité.

Vivre ses règles dignement

L'un des objectifs de l'association Règles Élémentaires est de faire en sorte que toutes les femmes, quelle que soit leur situation, puissent vivre leurs règles dignement. Or, cela passe obligatoirement par un accès facilité aux produits de protection hygiénique. Pour les femmes sans-abri, certaines étudiantes et les femmes précaires, la dépense est telle qu'elle ne peut rentrer dans un budget serré. Pour lutter contre cette précarité menstruelle, l'association organise et supervise aux quatre coins de la France des collectes ponctuelles ou permanentes de produits d'hygiène intime. Ainsi, depuis 2015, ce sont plus de 2 millions de ces produits qui ont été redistribués à plus de 50 000 femmes.

Des produits fondamentaux pour la santé des femmes

Dans leur rapport présenté à l'Assemblée nationale le 13 février dernier, les députées Laëtitia Romeiro Dias et Bénédicte Taurine affirment que « l'accès aux protections menstruelles n'est pas une question de confort mais, s'agissant d'un produit de première nécessité absolument indispensable, il s'agit en réalité d'une condition nécessaire au respect de la personne humaine ». La précarité menstruelle a des conséquences concrètes sur la vie des femmes, et nombreuses sont celles qui sont réduites au système D : éponges, coton, papier hygiénique, chaussettes et autres morceaux de tissu. Ces protections de fortune détériorent la santé physique et psychique des femmes, leur provoquant démangeaisons, infections urinaires et gynécologiques, mycoses, irritations, syndrome du choc toxique, mais également perte de confiance en soi, isolement et difficultés de réinsertion.

Briser le tabou des règles

Si les règles sont un phénomène naturel, elles font l'objet depuis des siècles d'une très forte stigmatisation. Dans certains pays, elles mènent à l'exclusion des femmes menstruées et beaucoup de jeunes filles arrêtent leurs études dès qu'elles les ont. Ce tabou existe également en France et l'association Règles Élémentaires mène des actions de sensibilisation à la question via des conférences dans les entreprises, les écoles et les universités, les festivals... L'objectif est de changer les règles, et que ces dernières ne soient plus considérées comme taboues.

EN CHIFFRES

11 000 protections hygiéniques jetables sont utilisées par une femme au cours de sa vie

12,5 ans : âge moyen des premières règles

51 ans : âge moyen de la ménopause

5 jours : durée moyenne d'un cycle menstruel

6 ans : durée moyenne de la période

de règle d'une femme si l'on met ses cycles bout à bout

3 800 € : c'est, en moyenne, selon le journal Le Monde, la somme dépensée par une femme au cours de sa vie pour des protections périodiques et des antidouleurs

DES RÈGLES ET DES IDÉES REÇUES

- Les règles sont impures.

Le sang mensuel n'est pas sale : il est constitué d'eau, de lymphé, de globules rouges et de cellules de l'endomètre, la muqueuse de l'utérus qui se desquame à chaque cycle s'il n'y a pas de grossesse.

- C'est normal d'avoir mal pendant ses règles.

Si le cycle menstruel est très douloureux, il faut aller voir d'urgence un gynécologue. Cela peut être le symptôme d'un kyste ou d'une endométriose, qu'il faut traiter le plus tôt possible.

- Prendre la pilule en continu pour ne plus avoir ses règles est dangereux.

La prise de la pilule en continu est recommandée par les médecins en cas de règles abondantes et n'est en aucun cas dangereuse pour la santé et n'altère pas la fertilité.

- D'après les publicités, les femmes ont le sang bleu.

Les marques les plus connues de protections hygiéniques ont longtemps utilisé du liquide bleu pour matérialiser le sang menstruel des femmes. Or, ce sang est bel et bien rouge. Seule la marque Nana, en 2019, a brisé le tabou en montrant du sang rouge sur une serviette périodique.

- On fait forcément tourner une mayonnaise quand on a ses règles.

Avoir ses règles ne fait pas non plus tourner le vin ou le miel et on peut très bien faire monter des blancs en neige à ce moment du cycle.

- Le syndrome prémenstruel, c'est dans la tête !

Les symptômes physiques et psychologiques qui surviennent souvent quelques jours avant les règles sont dus à la baisse des hormones sexuelles dans le sang. Différent d'une femme à l'autre, ce phénomène toucherait une femme sur deux.

05 NOVEMBRE, 2020



La précarité menstruelle c'est quoi ?

La précarité menstruelle est l'une de nos préoccupation depuis le lancement d'Elia. Nous avons déjà offert des culottes à des associations, à des personnes dans le besoin. Cette expression revient de plus en plus dans les discussions et notamment sur les réseaux sociaux. Vous êtes nombreux à nous demander de quoi il s'agit. Voici quelques infos que nous avons collecté pour vous !

Qu'est-ce que la précarité menstruelle ?

La précarité menstruelle est l'une de nos préoccupations depuis le lancement d'Elia. Nous avons déjà offert des culottes à des associations, à des personnes dans le besoin. Cette expression revient de plus en plus dans les discussions et notamment sur les réseaux sociaux. Vous êtes nombreux à nous demander de quoi il s'agit. Voici quelques infos que nous avons collectées pour vous !

Qu'est-ce que la précarité menstruelle ?

La précarité menstruelle c'est la difficulté, pour les femmes, d'avoir accès à des protections hygiéniques par manque de moyens. En France, 1,7 million de femmes seraient dans cette situation. Dans la majorité des cas, ce sont des travailleuses pauvres, des étudiantes, des femmes incarcérées ou sans-abris qui doivent se passer de protections périodiques car elles n'en ont pas les moyens.

Des solutions d'urgence semblent alors les seules envisageables pour pallier cette précarité : papier toilette récupéré dans les lieux publics ou vieux journal en guise de serviette hygiénique. Pour autant, ces solutions présentent un risque réel pour la santé de ces femmes, autant physique : irritation, démangeaison, infections graves ; que psychologiques : perte de confiance en soi, difficulté de réinsertion.

Comment lutter contre la précarité menstruelle ?

Pour lutter contre cette précarité, et aider les femmes dans le besoin, il existe quelques solutions. On pense notamment à l'association *Règles Élémentaires* qui organise des collectes de produits d'hygiène intime qu'elle met ensuite gratuitement à disposition des femmes dans le besoin, grâce à un réseau de partenaires. Cette association vise aussi à sensibiliser au sujet des règles pour briser le tabou qui règne encore autour de ce phénomène naturel.

Dans le même principe, certaines universités et associations étudiantes s'engagent à distribuer des protections périodiques gratuitement à destination des étudiantes, c'est le cas de l'Université de Lille et de l'Université de Rennes 2. Cette dernière souhaite parallèlement installer des distributeurs des protections hygiéniques, qui seront à accès gratuit, dans les toilettes pour femmes, idée mise aussi en place à la Sorbonne. D'autres alternatives existent pour les

étudiantes, la Mutuelle des Etudiants rembourse 20 à 25 euros par an pour l'achat de protections hygiéniques par ses adhérentes.

Du côté du gouvernement, des avancées semblent aussi être en route. Il a été annoncé le 12 février dernier le lancement d'une expérimentation dans plusieurs lieux collectifs afin de lutter contre la précarité menstruelle. Ce projet, doté d'un budget d'un million d'euros, vise à distribuer des protections hygiéniques gratuites aux femmes n'ayant pas les moyens de subvenir à ce besoin. Il a aussi pour but de sensibiliser filles et garçons aux règles et ce, dès la sixième. De plus des députés auraient recommandé la création d'une filière de recyclage des serviettes hygiéniques, alors qu'une seule usine y est dédiée aujourd'hui en Europe.

Si cette expérimentation porte ses fruits, la France pourrait bien suivre l'exemple de l'Ecosse, premier pays à mettre à disposition gratuitement des tampons et serviettes hygiéniques à ses étudiantes. Affaire à suivre...

De notre côté, quand vous achetez vos culottes de règles sur notre site, on vous invite à envoyer toutes vos protections non utilisées à Règles Élémentaires. Par ailleurs, nous soutenons régulièrement leurs campagnes et leur événements !

Nous avons même inventé le premier calculateur d'économie dès lors que vous achetez une culotte Elia !

EXTRÊME PRÉCARITÉ

« HIVER SOLIDAIRE », UN TEMPS DE RÉPIT AU CŒUR DES PAROISSES

Depuis 2007, des dizaines de paroisses françaises offrent le gîte et le couvert à des SDF durant les mois d'hiver, et, surtout, leur donnent la possibilité de se reconstruire.

UN TOIT, un repas, et surtout du lien. Durant les mois d'hiver, des paroisses ouvrent leurs portes à des sans-abri. Né en 2007 à Paris, le dispositif Hiver solidaire a, depuis, évangélisé dans plusieurs villes. La paroisse parisienne Saint-Jacques-du-Haut-Pas a rejoint le mouvement voilà trois ans, à l'initiative de paroissiens. S'il a d'abord fallu lever les craintes de certains fidèles, l'action est depuis soutenue par 130 bénévoles - dont quelques habitants du quartier non pratiquants. « J'ai insisté pour que les sans-abri soient accueillis non pas dans un lieu annexe mais dans la salle paroissiale, à côté du lieu de culte. Une manière de montrer que le Christ est présent dans le service des pauvres », témoigne le père François Delpit.

Pendant trois mois, le rituel est immuable. Entre trois et cinq SDF sont attendus tous les soirs pour le dîner. Ils doivent se présenter à l'heure et sobres. Une dernière

condition souvent difficile à faire respecter. « Nous ne sommes pas des travailleurs sociaux. Nous ne pouvons pas accueillir de personnes ayant trop d'addictions ou de violence en elles. Il y a des souffrances que nous ne savons pas gérer », justifie Léonard Briot de La Crochais, à l'origine du lancement d'Hiver solidaire dans cette paroisse et qui apprécie de pouvoir « vivre sa foi dans l'action ».

Les sans-abri dînent et dorment sur place, puis repartent au matin, après le petit-déjeuner. Des bénévoles restent présents à chaque instant. Leur grand nombre résulte de la volonté de répondre à l'ambition première d'Hiver solidaire, à savoir « créer du lien ». « Pour peu que les SDF vivent dans le secteur, ce lien avec Hiver solidaire rend

Comment s'engager ?

Plus d'une trentaine de paroisses participent à l'initialisation que des paroisses de Nantes, Orléans, Lyon, Nanterre et Rennes participent à Hiver solidaire.

»**Plus d'informations :** Contactez votre paroisse ou votre diocèse pour rejoindre l'équipe.



Depuis 2007, des dizaines de paroisses françaises offrent le gîte et le couvert à des SDF durant les mois d'hiver, et, surtout, leur donnent la possibilité de se reconstruire.

Un toit, un repas, et surtout du lien. Durant les mois d'hiver, des paroisses ouvrent leurs portes à des sans-abri. Né en 2007 à Paris, le dispositif Hiver solidaire a, depuis, évangélisé dans plusieurs villes. La paroisse parisienne Saint-Jacques-du-Haut-Pas a rejoint le mouvement voilà trois ans, à l'initiative de paroissiens. S'il a d'abord fallu lever les craintes de certains fidèles, l'action est depuis soutenue par 130 bénévoles - dont quelques habitants du quartier non pratiquants. « J'ai insisté pour que les sans-abri soient accueillis non pas dans un lieu annexe mais dans la salle paroissiale, à côté du lieu de culte. Une manière de montrer que le Christ est présent dans le service des pauvres », témoigne le père François Delpit.

Pendant trois mois, le rituel est immuable. Entre trois et cinq SDF sont attendus tous les soirs pour le dîner. Ils doivent se présenter à l'heure et sobres. Une dernière condition souvent difficile à faire respecter. « Nous ne sommes pas des travailleurs sociaux. Nous ne pouvons pas accueillir de personnes ayant trop d'addictions ou de violence en elles. Il y a des souffrances que nous ne savons pas gérer », justifie Léonard Briot de La Crochais, à l'origine du lancement d'Hiver solidaire dans cette paroisse et qui apprécie de pouvoir « vivre sa foi dans l'action ».

Les sans-abri dînent et dorment sur place, puis repartent au matin, après le petit-déjeuner. Des bénévoles restent présents à chaque instant. Leur grand nombre résulte de la volonté de répondre à l'ambition première d'Hiver solidaire, à savoir « créer du lien ». « Pour peu que les SDF vivent dans le secteur, ce lien avec Hiver solidaire rend le rapport très différent lorsque bénévoles et SDF se recroisent, illustre Stéphane Cougnon, qui participe en moyenne à cinq soirées par hiver. Hiver solidaire rend humble. Lors d'un dîner avec un SDF, j'ai compris que nous avions étudié dans la même école d'ingénieurs, et débuté dans la même entreprise. Et alors que j'étais devenu cadre supérieur, lui dormait dans la rue. Parfois, on ressent de sacrés coups de blues. »

Les paroisses sont accompagnées par des travailleurs sociaux de l'association Aux captifs, la libération. Même s'il ne s'agit pas du but premier d'Hiver solidaire, ces professionnels aident les sans-abri dans la constitution de dossiers de demande de logement pérenne. Parmi la douzaine de SDF accueillis à Saint-Jacques-du-Haut-Pas, la moitié a pu trouver une solution.

Comment s'engager ?

Plus d'une trentaine de paroisses parisiennes, ainsi que des paroisses de Nantes, Orléans, Lyon, Nanterre et Rennes participent à Hiver solidaire.

»**Plus d'informations :** Contactez votre paroisse ou votre diocèse pour rejoindre l'équipe.

3 552 sans-abri recensés à Paris en janvier 2020 lors de la Nuit de solidarité. Il n'existe aucune statistique au niveau national

Le carillon

Le réseau de commerçants Le carillon offre des services gratuits aux sans-abri : un verre d'eau, l'accès aux toilettes, une connexion wifi... Un autocollant sur la vitrine permet aux SDF de repérer les boutiques solidaires. Les clients peuvent aussi y acheter des produits « en attente » (coupe de cheveux, paire de lunettes, repas...) qui seront ensuite proposés à des sans-domicile par l'association La cloche, à l'origine du projet.

»Comment s'engager ?

En tant que commerçant, rejoignez le réseau. En tant que particulier, offrez des produits solidaires dans les boutiques du réseau.

»**Plus d'informations :**

lacloche.org/le-carillon-reseau-de-commercants-solidaires

Règles élémentaires

Cette association collecte des produits d'hygiène intime, et cherche à briser le tabou des règles. En France, 1,7 million de femmes n'ont pas les moyens de s'acheter des serviettes et des tampons en quantité suffisante. Depuis sa création en 2015, Règles élémentaires a redistribué plus de 3,5 millions de produits à plus de 50 000 femmes démunies, via des structures médico-sociales ou spécialistes du mal-logement partenaires.

↳ Comment s'engager ?

Sur le site internet de l'association, vous trouverez les points de collecte disponibles en France si vous souhaitez faire un don. Vous pouvez également organiser une collecte.

↳ Plus d'informations :

regleselementaires.com

RÈGLES : L'ÉCOSSE REND LES PROTECTIONS PÉRIODIQUES GRATUITES, UNE GRANDE PREMIÈRE, par Céline Peschard, AuFeminin, 25/11/2020

<https://www.aufeminin.com/news-societe/l-ecosse-est-le-premier-pays-a-rendre-les-protections-periodiques-gratuites-s4020104.html>

Règles : l'Écosse rend les protections périodiques gratuites, une grande première

par Céline Peschard – créé le 25 novembre 2020



L'Écosse donne un accès libre et universel aux produits menstruels dans les établissements publics. Une victoire historique pour le mouvement mondial contre la pauvreté périodique.

Victoire ! Le Parlement écossais a voté, ce mardi 24 novembre 2020 et à l'unanimité, la gratuité des [tampons et serviettes hygiéniques](#). Une première mondiale. En clair, les [protections périodiques](#) seront accessibles dans les établissements publics, y compris les écoles et les universités, partout en Écosse. Désormais, il incombera aux autorités locales et aux prestataires de services éducatifs de veiller à ce que les produits soient disponibles gratuitement, rapporte [CNN](#). "La campagne a été soutenue par une large coalition, comprenant des syndicats, des organisations de femmes et des organisations caritatives", a annoncé Monica Lennon, la législatrice qui a introduit le projet de loi l'année dernière. "C'est un message important au milieu d'une pandémie mondiale que nous pouvons encore placer les droits des femmes et des filles en haut de l'agenda politique. (...) Cela fera une énorme différence dans la vie des femmes et des filles et de tous ceux qui ont leurs règles", a-t-elle ajouté au [Guardian](#). Elle n'a toutefois pas évoqué l'accès des produits aux personnes trans, mais le dispositif est annoncé comme universel.

Lutter contre la précarité menstruelle

L'organisme financier qui accompagne le projet de loi estime que cette initiative pourrait coûter environ 8,7 millions de livres (10 millions d'euros) par an d'ici 2022, en fonction du nombre de personnes qui profiteront des produits gratuits. Monica Lennon s'attend à ce que 20 % des Écossaises participent au programme, étant donné les statistiques officielles sur les questions de précarité, montrant que près de 20 % des femmes du pays vivent dans une pauvreté relative.

Au Royaume-Uni, une fille sur dix n'a pas les moyens de se payer de tels produits hygiéniques, selon une étude de [Plan International UK](#) datant de 2017. Et la moitié des filles âgées de 14 à 21 ans sont gênées par leurs règles. En France, la distribution gratuite de protections hygiéniques reste au stade expérimental dans plusieurs collèges et lycées, ainsi qu'àuprès des femmes en situation de précarité. En termes d'initiatives citoyennes, des associations comme [Règles élémentaires](#) offrent des boîtes à dons dans certaines villes de France. Et n'oublions pas l'[enquête publiée au mois de mars 2019 par L'Obs](#), qui révélait que dans certaines prisons, des détenues fabriquent des coupes menstruelles avec des bouteilles en plastique.

LE QUART D'HEURE : LE RACISME DANS LA POLICE, LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE ET LE SUCCÈS DES ÉCHECS, Radio France, 27/11/2020

<https://podcasts.apple.com/podcast/id1532436001?i=1000500504532>



Le racisme dans la police, la précarité menstruelle et le succès des échecs

Le Quart d'Heure

News

[Listen on Apple Podcasts ↗](#)



durée : 00:18:01 - Le Quart d'Heure - -L'indignation monte après le passage à tabac d'un producteur de musique noir à Paris

-L'Ecosse donne aux femmes un accès gratuit aux tampons et serviettes hygiéniques

-La série Netflix qui réveille les échecs

[Episode Website ↗](#)

[More Episodes](#)

Radio France

THE FAKE FINANCE ADS HIGHLIGHT A REAL PROBLEM : PERIOD POVERTY, Sara Spary, Adweek, 26/11/2020

<https://www.adweek.com/creativity/these-fake-finance-ads-highlight-a-real-problem-period-poverty/>

These Fake Finance Ads Highlight a Real Problem: Period Poverty

Campaign for French nonprofit says women struggle to afford sanitary items



Outdoor ads raise the awareness of period poverty.

Règles Élémentaires / Serviceplan

Sanitary products, for those short of money, can cost a fortune. Over a lifetime, sanitary products can set women back €8,000 (\$9,520), according to French nonprofit Règles Élémentaires.

Règles Élémentaires was set up in 2015 distributes free [sanitary items](#) to women in precarious financial situations struggling to afford them.

The charity has launched a new outdoor campaign, by agency [Serviceplan](#), to raise awareness that 1.7 million women in France experience some kind of “menstrual insecurity”—with some having to choose between their personal hygiene expenses and buying food. At the same time, a fifth of women avoid going to school or work during their period, the organization said.

The outdoor campaign, across 100 billboards, was created to look like ads for financial products selling “menstrual credit.” The fake product aims to give women credit to use on period protection in order to highlight the cost.

The topic of menstruation has undergone a significant transformation. In 2018, for example, Libresse [shattered stigmas](#) with #BloodNormal, a high-profile, award-winning campaign from AMV BBDO. Other brands have followed suit, [making the conversation much more direct](#) and honest.

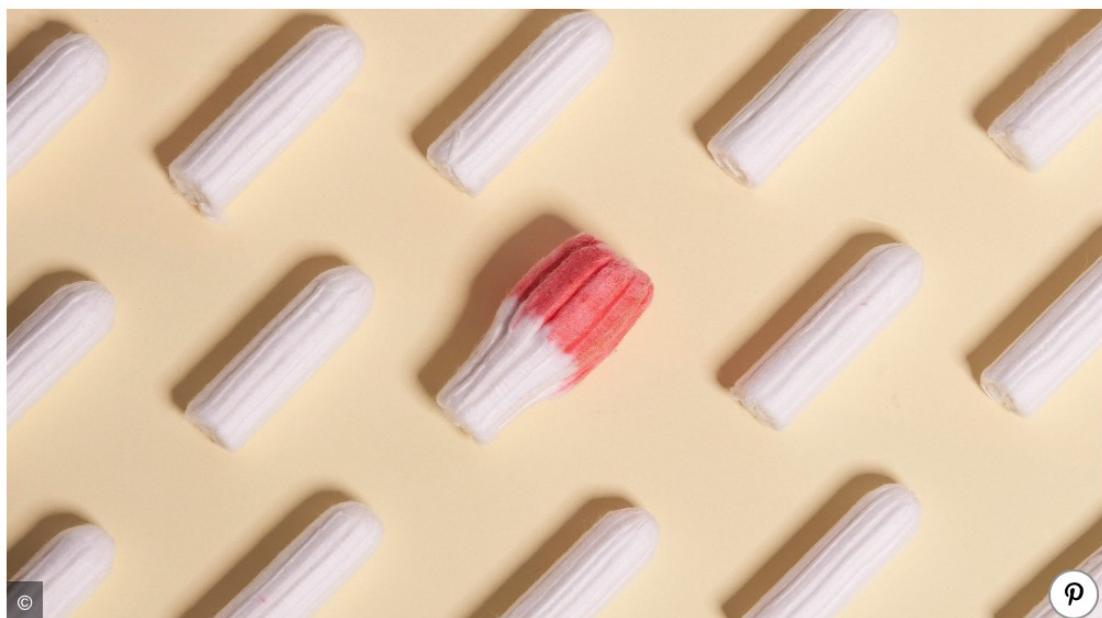
And earlier this week, Scotland became the first nation [to provide free period products for all](#), creating an important precedent while creating critical access.

L'ÉCOSSE REND LES PROTECTIONS PÉRIODIQUES GRATUITES, UNE PREMIÈRE MONDIALE, Mélodie Capronnier,
Magicmaman, 26/11/2020

<https://www.magicmaman.com/l-ecosse-rend-les-protections-periodiques-gratuites-une-premiere-mondiale,3666341.asp>

L'Ecosse rend les protections périodiques gratuites, une première mondiale

Par Mélodie Capronnier | Publié le 26/11/2020 à 10:46



L'Écosse est devenue le premier pays au monde à rendre les serviettes et les tampons hygiéniques gratuits. Un exemple à suivre pour lutter contre la précarité menstruelle.

C'est une première mondiale, et une grande avancée contre la précarité menstruelle et la stigmatisation des règles. Mardi, les députés écossais ont adopté une loi rendant gratuit l'accès aux protections périodiques comme les [serviettes hygiéniques](#) et les tampons. "Nous sommes tous d'accord pour dire que personne ne devrait avoir à s'inquiéter de ses prochains tampons ou protections réutilisables", a déclaré Monica Lennon, députée travailliste à l'origine du texte, devant le Parlement.

Des protections hygiéniques gratuites pour tout le monde

Avec cette loi, le Parlement écossais s'assure que toutes les personnes menstruées pourront avoir accès à des protections hygiéniques. Ainsi, les écoles, lycées et universités devront mettre une gamme de tampons et serviettes gratuites dans leurs toilettes, et le gouvernement pourra obliger les organismes publics à en mettre à disposition gratuitement. On pourra également en trouver dans les centres communautaires, les clubs de jeunes, ou encore les pharmacies.

Une loi inédite pour lutter contre la précarité menstruelle

Que ceux qui n'ont jamais eu à choisir entre manger et acheter des protections périodiques leur jettent le premier tampon. Si cette loi peut sembler incongrue ou inutile aux yeux de certains, elle est néanmoins essentielle pour lutter contre la précarité menstruelle, qui touche des millions de personnes dans le monde. Car la réalité est là : ces produits coûtent cher. Si les protections réutilisables, comme les [coupes menstruelles](#), [culottes de règles](#) et [serviettes hygiéniques lavables](#), semblent être une solution contre ces dépenses qu'il faut faire à chaque cycle, il n'en reste pas moins que le prix de base est élevé, et qu'il en faut plusieurs. Rose Caldwell, directrice générale de l'organisation caritative Plan International UK, a salué l'adoption de cette mesure en rappelant le "trio toxique" qui provoque cette forme de précarité : le "coût des protections hygiéniques", le "manque d'éducation" et la "stigmatisation et la honte liée aux règles". Quant à la Première ministre écossaise, Nicola Sturgeon, elle s'est dit "fière d'avoir voté pour cette loi révolutionnaire, qui fait de l'Écosse le premier pays au monde à fournir des protections périodiques gratuites à tous ceux qui en ont besoin".

L'Écosse avait déjà montré son avance sur les autres pays en mettant à disposition des protections hygiéniques gratuites dans les écoles et universités en 2018. Environ 10% de la population britannique n'a pas les moyens de s'acheter ses produits, indiquait une enquête menée en 2017, et cela entraîne notamment le fait que les jeunes personnes menstruées manquent les cours quand elles ont leurs règles.

En France, 1,7 million de personnes n'auraient pas les moyens d'acheter des protections périodiques, selon l'association Règles Élémentaires. Depuis le mois de septembre, le gouvernement teste la gratuité des protections hygiéniques dans plusieurs collèges et lycées, mais aussi dans des foyers, centres d'hébergement et établissements d'insertion qui soutiennent des femmes en situation de précarité.

LE COMBAT CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE AVANCE, par Camille Studer, Azickia, le 02/12/2020

<https://azickia.org/le-combat-contre-la-precarite-menstruelle-avance>

LE COMBAT CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE AVANCE

Camille Studer



décembre 2, 2020



500 millions de femmes seraient confrontées chaque mois à la précarité menstruelle. En cause ? Les tabous autour des règles, le poids des traditions, le manque d'information, la difficulté d'accès aux protections périodiques ou encore l'extrême pauvreté. Ces femmes qui subissent cette précarité sont souvent contraintes de choisir entre les règles et le reste. Dans certains pays en développement, les jeunes filles qui ont leurs règles restent cloîtrées chez elles au détriment de leur scolarité, d'autres n'ont pas d'accès direct à l'eau et vivent leurs cycles menstruels dans des conditions d'hygiène déplorables.

A travers le monde, les femmes en grande précarité financière doivent choisir entre se nourrir et se procurer des protections hygiéniques. Ce phénomène existe depuis des années, mais la prise de conscience de l'opinion publique est beaucoup plus récente.

Grâce au travail acharné de diverses organisations à travers le monde, la question des règles prend de plus en plus de place dans les débats, allant même jusque dans les sphères gouvernementales. Le combat est loin d'être achevé, certes, mais force est de constater que désormais on ose aborder le sujet de la précarité menstruelle sans tabou, et nombreux sont ceux qui s'activent pour extirper les femmes de cette précarité.

L'Ecosse, le pays précurseur

En 2018, l'Ecosse a pris tout le monde par surprise en devenant la première nation au monde à distribuer gratuitement des protections hygiéniques pour ses quelques 395 000 élèves et étudiantes. Avec cette mesure, l'Ecosse a permis aux jeunes filles de ne plus avoir à choisir entre vivre ses règles décemment et se nourrir ou aller au collège ou à l'université. En effet, jusqu'alors, une jeune fille sur 10 n'était pas en mesure chaque mois de pouvoir se procurer des protections hygiéniques car trop chères, et plus d'une jeune fille sur 10 devait trouver un moyen alternatif pour se protéger pendant ses règles. Par ailleurs, cette mesure phare a permis de mettre fin au tabou des règles et au sentiment de « honte » qui peut y être associé, et qui était ressenti par 71 % des jeunes filles du pays.

L'Ecosse ne s'est pas arrêtée en si bon chemin, et en février 2020, le Parlement écossais a adopté la proposition de loi, portée par la députée Monica Lennon, légitérant la gratuité des protections périodiques pour toutes les femmes du pays.

Une loi définitivement adoptée par le Parlement écossais le 25 novembre dernier. Encore une première mondiale pour l'Ecosse donc qui, avec cette loi, permet non seulement aux femmes d'être assurées de vivre leurs règles dignement, mais aussi de pouvoir accéder simplement aux produits d'hygiène, puisque l'Ecosse prévoit de rendre les protections périodiques accessibles simplement dans les pharmacies, les centres d'accueil, les collèges, les lycées, etc. Une vraie révolution est en marche.

Règles Élémentaires, l'association qui fait bouger les lignes en France

L'association Règles Élémentaires fait aussi figure de précurseur à son niveau, et a été la première structure à organiser une collecte de produits hygiéniques en France, en 2015. « Avant de lancer le projet Règles Élémentaires, j'étais persuadée qu'il n'y avait pas de phénomène de précarité menstruelle en France, car on n'en entendait jamais parler », explique Tara Heuzé-Sarmini, fondatrice de l'association. Or, 1,7 million de femmes en France subissent chaque mois la précarité menstruelle, et selon une étude menée par l'Ifop en

[2019](#), 39 % des femmes les plus précaires disposent d'un accès insuffisant aux protections périodiques, obligeant 17 % d'entre elles à ne pas se rendre au travail durant leurs règles, par manque de protections.

Règles Élémentaires a donc pris le sujet à bras-le-corps et 5 ans plus tard, cette initiative a permis de briser le tabou des règles en France grâce à des actions de sensibilisation en milieu scolaire, des formations à l'hygiène menstruelle, etc.

La structure a également permis la redistribution de plus de 4 millions de protections périodiques, dans le cadre de mille collectes bénévoles organisées dans toute la France, et dont 100 000 femmes ont pu bénéficier.

« Nous avons également obtenu la gratuité de 5 références de produits d'hygiène dans toutes les prisons et maisons d'arrêt ayant des quartiers de femmes », précise Tara, et d'ajouter : « En France, on a commencé par la voie de l'expérimentation et on y a rattaché un budget. Maintenant, le Gouvernement en parle et agit, les choses évoluent dans le bon sens ».

En effet, en 2020, le Gouvernement [a acté](#) la mise en place d'une expérimentation visant à [mettre à disposition des protections périodiques pour les femmes précaires](#). Sont concernées par cette expérimentation les élèves du second degré, les étudiantes, les femmes sans abri, les femmes détenues, ainsi que les femmes dans une situation de grande pauvreté.

La lutte contre la précarité menstruelle est donc bien lancée en France, mais la route est encore longue. Pour Règles Élémentaires, l'objectif est « de ne plus avoir besoin d'exister, d'obtenir la gratuité de protections de qualité dans tous les lieux clés comme les collèges, lycées, universités, hôpitaux et centres d'hébergements d'urgence », et il est aussi primordial que ce sujet « intègre l'espace public et qu'il y ait des distributeurs dans la rue, dans les hôtels, les restaurants ou les bars ». Affaire à suivre donc pour la France, déjà bien engagée sur la bonne voie.

Au Cameroun, l'entreprise qui défie le tabou des règles

Cela fait près de 10 ans qu'Olivia Mvondo, entrepreneuse camerounaise, s'est attaquée à la question de la précarité menstruelle. [En Afrique](#), une femme sur 10 ne se rend pas à l'école lorsqu'elle a ses règles et bon nombre d'entre elles méconnaît ce sujet, très tabou sur le continent, et qui se confronte au poids des croyances et des traditions. « Au Cameroun, il arrive encore qu'on dise à une jeune fille de ne pas cuisiner pendant ses règles, car les plats seraient ratés », alerte la fondatrice. Pour lutter contre ce fléau et pour limiter la déscolarisation des jeunes filles, Olivia Mvondo a créé [KmerPad](#), une entreprise qui produit et fournit des protections périodiques réutilisables.

Pour ce faire, l'entreprise a imaginé des kits de serviettes hygiéniques, qui permettent aux jeunes filles d'être autonomes durant dix-huit mois. Ces kits sont vendus à un prix très économique, et distribués gratuitement auprès des centres de réfugiés ou des populations en grande précarité. Par ailleurs, KmerPad réalise de multiples campagnes de sensibilisation pour lever le tabou des règles et transmettre aux femmes les bons réflexes en matière d'hygiène menstruelle. Un travail d'accompagnement et de prise de conscience est fait au sein des prisons, des centres de réfugiés, des villages isolés, ou encore des établissements scolaires.

L'entreprise, qui a reçu le [grand prix de la finance solidaire](#) en 2019, a déjà permis à 5 175 femmes d'être sensibilisées à la question de la précarité menstruelle, et a distribué plus de 250 000 protections périodiques à travers le pays.

Pour en savoir plus et si vous ne l'avez pas encore vu, nous vous conseillons le documentaire oscarisé en 2019 « [Period. End of Sentence](#) » qui brise le tabou des règles en Inde. Toujours disponible sur Youtube et Netflix.

DES ADOS ÉCOSSAISES REMPORTENT UN COMBAT POUR LES FEMMES, par Julie Guérineau, GeoAdo, le 04/12/2020

<https://www.geoado.com/actus/des-ados-ecossaises-remportent-un-combat-pour-les-femmes/>

GEO Ado > Actus > Des ados écossaises remportent un combat pour les femmes

DES ADOS ÉCOSSAISES REMPORTENT UN COMBAT POUR LES FEMMES



© stock.adobe.com/Studio KIVI



Par Julie Guérineau

04 décembre 2020 à 08h10

En Écosse, le Parlement a voté une loi qui permet à toutes les femmes d'avoir accès gratuitement à des protections hygiéniques. Cette première mondiale a été possible grâce à l'engagement de quatre lycéennes.

En Écosse, le Parlement a voté une loi qui permet à toutes les femmes d'avoir accès gratuitement à des protections hygiéniques. Cette première mondiale a été possible grâce à l'engagement de quatre lycéennes. Pour certaines femmes dont le budget est très serré, il est très compliqué d'acheter des protections périodiques lorsqu'elles ont leurs règles. C'est ce que l'on appelle la précarité menstruelle. Cette situation, qui touche beaucoup de femmes dans le monde, est source de mal-être. Elle empêche même certaines filles d'aller en cours ou certaines femmes de travailler. En Afrique, une adolescente sur dix ne va pas à l'école pendant ses règles. Et ces difficultés ne concernent pas que les pays les plus pauvres. En France, selon l'association Règles élémentaires, 1,7 million de femmes ont du mal à payer leurs protections hygiéniques tous les mois. Protections hygiéniques gratuites en Écosse Inquiètes face à ce phénomène, quatre lycéennes écossaises, Elle-Rose Fotheringham, Meredith Rae, Tilly O'Donnell et Abby Reid, se sont lancées dans un combat contre la précarité menstruelle. Elles sont allées en parler dans des écoles, ont rencontré des élus et ont organisé un rassemblement devant le Parlement écossais pour demander la gratuité des protections hygiéniques. Et elles ont gagné ! Le 24 novembre, le Parlement écossais a finalement adopté une loi qui garantit à toutes les femmes un accès gratuit à des serviettes hygiéniques et à des tampons. Concrètement, des distributeurs de protections périodiques gratuites seront installés dans tous les établissements scolaires et certains lieux publics d'Écosse. Et les femmes qui en ont besoin pourront s'en procurer gratuitement sur demande. Des cours sont aussi prévus dans les établissements scolaires pour briser le tabou des règles. Un tabou qui empêche, par exemple, beaucoup de filles de demander de l'aide aux adultes dans leur collège quand elles ont besoin de serviettes ou de tampons. Le tabou des règles, on en parle justement dans le prochain hors-série de GEO Ado « C'est quoi, être une fille ? ».

PASSER DES CHAUSSONS AUX PROTECTIONS HYGIÉNIQUES POUR SAUVER DES EMPLOIS, par Auberi Maitrot, RCF Radio, le 02/12/2020

<https://rcf.fr/actualite/passer-des-chaussons-aux-protections-hygieniques-pour-sauver-des-emplois>

Passer des chaussons aux protections hygiéniques pour sauver des emplois

Présentée par Auberi Maitrot



S'ABONNER À L'ÉMISSION

L'INVITÉ DE LA RÉDACTION | MERCREDI 2 DÉCEMBRE À 11H30 | DURÉE ÉMISSION : 7 MIN



Quand une usine de chaussons décide de fabriquer des protections hygiéniques durables pour pérenniser des emplois. A partir de ce jeudi Plastigom fabricant de chaussures et de chaussons à Champagné va produire des serviettes en éponge et en tissus. Pour cela Plastigom s'est associé à la start'up mancelle Week cup ce qui assure du travail au minimum à 3 employés.

© Annelise Morin et Corinne Boulay

Cette émission est archivée. Pour l'écouter, [inscrivez-vous gratuitement](#) ou [connectez-vous](#) directement si possédez déjà un compte RCF.

Annelise Morin est responsable du site Plastigom de Champagné. Corinne Boulay est la créatrice de la Week'Up au Mans, la seul cup pliable 100% française. Mais le projet de cup ne s'arrête pas là.

Le lancement d'un nouveau produit, des serviettes hygiéniques lavables, permet à l'usine de fabrication Plastigom, basée à Champagné, de maintenir ses emplois menacés par la crise du Covid-19.

Quand une usine de chaussons décide de fabriquer des protections hygiéniques durables pour pérenniser des emplois. A partir de ce jeudi Plastigom fabricant de chaussures et de chaussons à Champagné va produire des serviettes en éponge et en tissus. Pour cela Plastigom s'est associé à la start'up mancelle Week cup ce qui assure du travail au minimum à 3 employés.

Annelise Morin est responsable du site Plastigom de Champagné. Corinne Boulay est la créatrice de la Week'Up au Mans, la seule cup pliable 100% française. Mais le projet de cup ne s'arrête pas là.

Le lancement d'un nouveau produit, des serviettes hygiéniques lavables, permet à l'usine de fabrication Plastigom, basée à Champagné, de maintenir ses emplois menacés par la crise du Covid-19.

La Week'Up pour sauver des emplois

Quel est le rapport entre des chaussons et des protections hygiéniques ? Vous n'en voyez pas. Et pourtant, il y en a un : le savoir-faire pour les confectionner !

UN SAVOIR-FAIRE SARTHOIS

Corinne Morin développe un nouveau produit, après les cup pliables, ce sont les serviettes hygiéniques lavables et donc réutilisables, toujours dans une démarche écologique et économique.

De son côté, Annelise Morin est la responsable du site Plastigom, qui fabriquait des chaussons à Champagné. Et le savoir-faire des couturiers pour notre confort dans nos pantoufles a été transposé pour la fabrication des protections hygiéniques.

PRÉSERVER DES EMPLOIS SUR LE TERRITOIRE

Alors que survient le premier confinement, Plastigom, voyant ses clients traditionnels fermés, se reconvertis dans la confection de masques pour leur permettre de travailler pendant le premier confinement.

Une nouvelle étape intervient pour Plastigom avec l'entrée en production de ces protections hygiéniques dès le jeudi 3 décembre 2020. Le projet semble viable pour les deux partis puisque Corinne dispose de nombreux points de ventes, quelque 80 revendeurs, des pharmacies, des enseignes bio...

La Week'Up, qu'est-ce que c'est ?

WEEK'UP, UNE PROPOSITION UNIQUE POUR LES FEMMES

La Week'Up est une coupe menstruelle qui se substitue aux serviettes et aux tampons. Une coupe en forme d'entonnoir fabriquée en silicium médical pour être le plus respectueux de la santé des utilisatrices.

Tout a été pensé pour une utilisation la plus pratique possible, et même une coupe pliable qui se range dans sa boîte, un principe unique en France.

LA WEEK'UP, ÉCONOMIQUE ET ÉCOLOGIQUE

En toute logique, avec cette coupe réutilisable, ce sont des économies qui sont à la clé. Fini l'accumulation des protections dans vos placards ; c'est autant d'économie que vous ferez pendant vos courses.

Un autre argument, c'est l'écologie. Tout d'abord, cette Week'Up est réutilisable entre 5 et 8 ans et affiche un respect total de l'intimité des femmes, là où serviettes et tampons sont montrés du doigt pour certains produits chimiques qui entrent dans leur composition.

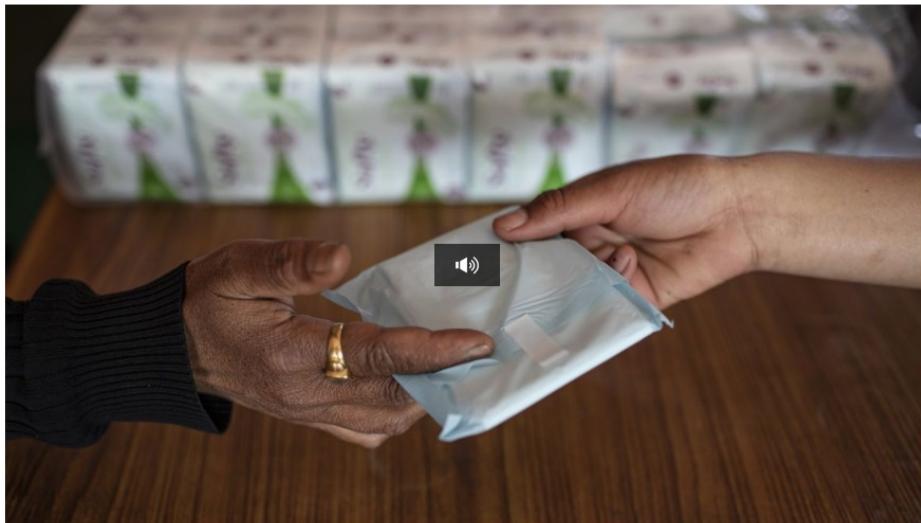
WEEK'UP, CE SONT DES CUP MENSTRUELLES, MAIS AUSSI DES SERVIETTES HYGIÉNIQUES RÉUTILISABLES

C'est une réponse à une demande de femmes qui souhaitaient des protections lavables. La réalisation a donc pu se faire grâce au partenariat des deux femmes, au savoir-faire de notre territoire, mais aussi à la capacité d'adaptation testée et validée pendant le premier confinement et qui permet donc de maintenir des emplois en Sarthe.

AVOIR SES RÈGLES SANS SERVIETTES, UNE PRÉCARITÉ QUI PÉNALISE LES FEMMES, par Mouna Hussain et Blandine Levite, RTS, le 02/12/2020

<https://www.rts.ch/info/monde/11791894-avoir-ses-regles-sans-serviettes-une-precarite-qui-penalise-les-femmes.html>

Avoir ses règles sans serviettes, une précarité qui pénalise les femmes



La politique des produits d'hygiène féminine / Tout un monde / 8 min. / le 2 décembre 2020

Un grand nombre de femmes n'ont pas ou peu accès à des protections menstruelles. Une précarité invisible qui a des conséquences sur leur santé et leurs chances dans la société. Quelques actions militantes et gouvernementales émergent. Tour d'horizon.

Un grand nombre de femmes n'ont pas ou peu accès à des protections menstruelles. Une précarité invisible qui a des conséquences sur leur santé et leurs chances dans la société. Quelques actions militantes et gouvernementales émergent. Tour d'horizon.

Cinq jours chaque mois. De 13 à 51 ans. Soit environ 500 cycles menstruels répartis sur 38 ans. C'est en moyenne le vécu de la moitié de la population mondiale dotée d'un utérus, dont près de 2 milliards sont en âge d'avoir des règles.

Un grand nombre de ces personnes, au moins 500 millions dans le monde selon [une estimation de l'OMS et de l'UNICEF \(2015\)](#), vivent pourtant dans la précarité menstruelle. A savoir qu'elles n'ont pas ou peu accès à des protections périodiques.

Etudiantes, SDF et détenues en première ligne

Dans les pays occidentaux, ce sont notamment les femmes sans abri, les personnes précaires et les étudiantes qui sont touchées par la précarité menstruelle. De même que les prisonnières à qui ne sont pas toujours fournies suffisamment de protections. Certaines détenues iraient jusqu'à se fabriquer des coupes menstruelles avec des bouteilles en plastique, selon [un récent article du NouvelObs](#).

Dans les rues françaises, une association distribue des kits d'hygiène aux femmes sans abri, estimées à plus de 50'000 dans l'hexagone, selon une étude de l'Insee en 2012. Au Royaume-Uni, une jeune femme sur dix ne pourrait pas se payer de protection hygiénique, selon [une étude de "Plan International UK"](#).

Infections, décrochage scolaire et stigmatisation

La précarité menstruelle n'entraîne pas seulement une gêne. Elle pose des problèmes de santé comme des démangeaisons et infections pouvant être graves, ainsi qu'un risque de choc toxique si certaines protections sont portées trop longtemps, pouvant entraîner la mort.

Au-delà des conséquences physiques, la précarité menstruelle a aussi pour conséquence l'exclusion des personnes réglées et le décrochage scolaire chez les jeunes filles.

Au Royaume-Uni, en 2017, plus de 130'000 filles auraient manqué l'école en raison d'un manque de protections hygiéniques. En Macédoine du Nord, 90% des étudiantes qui vivent dans les zones rurales loupent l'école entre 4 et 5 jours pendant leurs règles, selon des recherches de l'OMS.

Dans des pays où existe l'extrême pauvreté, le coût élevé des protections menstruelles rendent les jeunes filles particulièrement vulnérables. Dans l'ouest du Kenya par exemple, 10% des adolescentes de 15 ans obtiendraient des serviettes hygiéniques en échange de faveurs sexuelles, [selon une étude datant de 2015](#).

En Inde, où les règles restent un sujet tabou, les femmes sont exclues de la cuisine et des temples pendant leurs menstruations, et l'achat de protections s'avère difficile.

"En plus du prix qui peut être très élevé pour des femmes pauvres, on estime que plus de la moitié des Indiennes n'ont pas de serviettes hygiéniques", explique Sébastien Farcis, correspondant de la RTS en Inde. "Pour les plus jeunes, c'est un vrai problème d'éducation car près de 20% des filles qui commencent à avoir leurs règles arrêtent d'aller à l'école."

>> Lire aussi: [Eliminer le tabou des règles et lutter contre les inégalités en Birmanie](#)

Baisse des taxes et distributions gratuites

Face à cette précarité menstruelle, des initiatives citoyennes prennent forme. Pour reprendre l'exemple de l'Inde, un habitant dans le Sud du pays a monté une production locale de protections à bas prix. Devenu un symbole, Bollywood a produit un film sur l'action de cet homme, surnommé "Padman" ("l'homme aux serviettes").

La bande-annonce du film "Padman":

En 2019, un documentaire Netflix, "Les règles de notre liberté", traitait également de l'implantation d'une machine à fabriquer des serviettes hygiéniques dans un village indien. Ce dernier a reçu l'oscar du meilleur court métrage documentaire.

Il y a deux ans, le gouvernement indien a retiré toute taxe TVA de ces produits suite à une longue campagne de la société civile. Depuis quelques mois, les serviettes hygiéniques sont entrées dans la liste des biens essentiels, qui doivent être facilement disponibles dans les pharmacies, et à des prix régulés.

En France, la taxe TVA sur les protections périodiques a été abaissée de 20% à 5,5% en 2016. Le gouvernement a lancé cet automne une expérimentation visant à distribuer gratuitement des protections hygiéniques auprès d'étudiantes, de détenues, de femmes précaires et sans abri.

"Nous avons espoir que ce soit étendu à tous les lieux accueillant du public vulnérable et que demain, lorsqu'on ouvre une école, un centre d'hébergement, ou une salle d'urgence en hôpital, on pense à avoir ce type de produits de première nécessité", espère Tara Heuzé-Sarmini, fondatrice de l'association française "Règles élémentaires".

"Aujourd'hui, grâce à notre action et aux pouvoirs publics, il y a la gratuité des protections périodiques en prison", explique-t-elle à Tout un Monde. "Il y a cinq références qui sont gratuites dans toutes les prisons et maisons d'arrêt accueillant des femmes. C'est déjà une grande victoire."

D'autres régions comme l'Angleterre, la Colombie, Séoul en Corée du Sud ou encore la Colombie-Britannique au Canada mettent déjà gratuitement à disposition les protections menstruelles dans les établissements scolaires et les universités.

Mais l'Ecosse est la région qui va actuellement le plus loin dans la lutte contre la précarité menstruelle. Fin novembre, son parlement a adopté à l'unanimité une loi pour rendre les protections hygiéniques gratuites pour toutes les femmes, en les distribuant dans les bâtiments publics.

>> Lire aussi: [Les protections périodiques gratuites en Ecosse, une première mondiale](#)

En Suisse, l'exception qui confirme la règle

En Suisse, seule la commune de Tavannes, dans le canton de Berne, a décidé de mettre à disposition des protections périodiques à ses élèves. Les cantons du Valais et celui de Berne ont récemment refusé des postulats allant dans ce sens. Dans le canton de Vaud, un texte de la gauche devrait être débattu prochainement par le Parlement.

>> Lire aussi : [Pas de serviettes hygiéniques gratuites dans les écoles valaisannes](#)

Au regard de la loi sur la TVA, les protections menstruelles font partie de la catégorie de produits de luxe, et sont donc taxées à hauteur de 7,7%. En juin dernier, le Conseil fédéral a mis en consultation [un projet de révision de cette loi](#) dans laquelle les protections menstruelles passeraient dans la liste des produits essentiels et ne seraient plus taxés qu'à hauteur de 2,5%.

>> Ecouter aussi l'épisode du Point J sur la gratuité des protections menstruelles:

[Podcast: Pourquoi les protections menstruelles ne sont-elles pas encore gratuites?](#)

Plus de 4'000 francs en Suisse

Le coût des protections menstruelles jetables, telles que serviettes hygiéniques et tampons, peut s'avérer très élevé. L'émission "On en Parle" de la RTS a estimé à près de 4'500 francs le coût des règles dans la vie d'une femme en Suisse.

Calcul du coût des règles

4'466.55

Estimation en francs suisses pour une femme réglée de 12 à 50 ans

Nombre d'années de menstruations estimé	38
Nombre de cycles estimé	480
Nombre de cycles en moins pour grossesses (Une femme a en moyenne 1,5 enfants)	14
Nombre de serviettes hygiéniques utilisées par période de règles	25
Cout d'une serviette hygiénique Estimation entre différentes marques	0.20
Frais en plus pour grossesses 3 paquets de serviettes ultra absorbantes par grossesse à 6.90 CHF. (Une femme a en moyenne 1,5 enfants)	31.05
Cout des culottes à racheter 3 culottes par an qui coûtent en moyenne 10 CHF.	1140
Cout des produits détachants pour le linge 10 bouteilles à 4.95 CHF	49.5
Cout des bouillottes 4 bouillottes à 20 CHF	80
Cout des médicaments antidouleurs 2 paquets de 20 pastilles d'anti-inflammatoires par an à 11 CHF le paquet	836
Total en francs suisses	4466.55

Le coût des règles sur une vie pour une personne vivant en Suisse. [On En Parle]

Ce coût rend inaccessible les protections hygiéniques pour une partie de la population. En Suisse, sur quelque 616'000 personnes pauvres, 350'000 sont des femmes, estime Caritas Suisse. Quelque 500 femmes sont sans domicile fixe en Suisse romande.

<https://frontapp.com/blog/regles-elementaires>

How Règles Élémentaires is solving period poverty



By collecting and distributing over 4 million feminine hygiene products across Europe, the Règles Élémentaires team is making an impact and working towards gender equality.

By collecting and distributing over 4 million feminine hygiene products across Europe, the Règles Élémentaires team is making an impact and working towards gender equality.

“I’m pretty convinced that drops of water make up the oceans,” said Tara Heuzé-Sarmini, founder of Règles Élémentaires.

In the last 5 years, Tara and her team have proven this notion to be true: that a larger-than-life impact can come through an incremental change—even something as small as a tampon.

Règles Élémentaires is a nonprofit organization solving period poverty through collection and distribution of menstrual products. To date, they’ve collected 4 million products for women in need with the goal of working towards gender equality.

Since the team at Règles Élémentaires runs on Front, I had the pleasure of chatting with Tara to get a peek into the tremendous impact her team is making for women across Europe and beyond.

Pinpointing a solvable problem

The estimated number of women who are victims of period poverty and lack intimate hygiene products in France is nearly 2 million, according to a 2019 IFOP study. Tara and her team saw this as a great place to start working towards equality for women. “Period poverty is a solvable issue,” Tara asserted. “Our job is to ensure everyone on the planet realizes that it’s a hurdle keeping girls and women out of school and work. It’s easy to help this issue as one piece of a larger step towards gender equality.”

Règles Élémentaires works to make access to menstrual products widespread, so that women can live, study, and work through their period uninhibited and with dignity. They make an impact by allowing individuals to organize collection campaigns with donation boxes in public places, like parking lots or office lobbies. “Anyone can organize a campaign, even if we’re not there on the ground,” Tara said. Then, they facilitate the distribution of products to women in need in homeless shelters, prisons, schools, and low-income areas. The team also works to remove the taboo around periods, educate on all the options available, and get the government involved in the free distribution of products.

Keeping core values from the start

When Tara began Règles Élémentaires, period poverty didn’t receive much attention, especially in Europe. They began tackling the issue by knocking on the doors of large manufacturers—but never received a reply, so they took a different path. “We slowly organized thousands of collection campaigns across the country and abroad. We raised the debate with politicians and congress. We preached about it for many years,” Tara explained.

Five years later, the team is seen as a pioneer in their space. They’re partnered with companies like Procter & Gamble, and they’ve gotten solving period poverty on the French political agenda. “Being true to your values, yourself, and your organization’s DNA is key to growing quickly and ethically,” she noted.

Scaling communications together with Front

The Règles Élémentaires team consists of 20 people who are largely volunteer-based, many giving time outside their full-time jobs. The team works collaboratively to manage all the logistics around collections, partnerships, donations, workshops, and distribution. To do this, they use shared inboxes for aliases like partnerships@, contact@, and press@ in Front. According to Tara, “Front has been one of the best investments so far. It’s been the best way to optimize the time people are graciously giving us.”

Front also helps Tara manage her individual work email as a founder. “I receive at least 50 emails a day and another 50 in shared inboxes. With Front it’s easy to delegate.” She uses the Front and Zoom integration and said that Front’s message templates are an incredible tool for the team, especially when they’re getting similar questions often, like, “Where’s the closest donation box?”

Règles Élémentaires works with more than 300 partners, like the Red Cross, and has organized over 1,000 collection campaigns in France and Belgium. They have auto responses in Front set up to make it simple for people to organize a collection campaign—when they write in, an auto response instantly sends them the basic information they need to get started.

Harnessing opportunities to make an impact

As Règles Élémentaires celebrates their 5th birthday, they’ve got a lot in store. The French government recently pledged a 1 million Euro budget to test and provide sanitary products free in shelters and schools, thanks to the efforts of the Règles Élémentaires team. “It’s far from enough but a great first step,” Tara said.

They have plans to grow to other countries such as Canada, where they can easily roll out similar initiatives. From the end of 2020 and beyond, they’re focused on building training programs and workshops in schools for pupils aged 11-18. They’re also raising awareness about sustainable menstrual hygiene options. “Most women only know about pads and tampons and don’t know about all the reusable options. Our goal is to make women autonomous in the management of their menstrual cycle, free of worry of finding disposable sanitary products.”

Fun fact: on December 4th, in the middle of Règles Élémentaires’ 100%-digital and lock-down-compatible birthday celebration week, Emmanuel Macron, the President of France, openly talked about period poverty in a 2-hour-long interview live-streamed on social media—for the first time ever, and in front of over 7 million young people watching.

In Tara’s own words, this once again shows that each and every one of us can make a change. Period.

TARA HEUZÉ-SARMINI : "LES PROBLÈMES DE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE PEUVENT ALLER JUSQU'À LA MORT", par Myriam Levain, Nova, le 14/12/2020

<https://www.nova.fr/podcast/le-heros-du-nova-jour/tara-heuze-sarmini-les-problemes-de-precarite-menstruelle-peuvent>

Tara Heuzé-Sarmini : « Les problèmes de précarité menstruelle peuvent aller jusqu'à la mort »

Entretien réalisé par Myriam Levain, de chez Cheek Magazine.

Lundi 14 décembre 2020 • 4:58

Notre Héroïne du Nova jour est Tara Heuzé-Sarmini, fondatrice de l'association *Règles Élémentaires*, asso de lutte contre la précarité menstruelle...

Comment font les femmes sans-abri qui ont leurs règles, dans la rue ? Elles galèrent, et c'est pour ça qu'est née cette association. Tara Heuzé-Sarmini est au micro de Myriam Levain de chez Cheek Magazine.

Règles élémentaires / ©Tara Heuzé-Sarmini



https://www.podcastjournal.net/Protection-Hygiénique-Quid-de-la-gratuité-en-France_a28211.html

Protection Hygiénique : Quid de la gratuité en France

Par Sarah Barreiros Rédigé le 14/12/2020 (dernière modification le 13/12/2020)

Alors que les députés écossais ont voté mardi 24 novembre dernier en faveur d'un accès gratuit aux protections périodiques afin de lutter contre la précarité menstruelle, le président Emmanuel Macron a évoqué le sort des femmes "qui sont à la rue" et ne peuvent pas "acheter de quoi se protéger et de quoi être dignes", dans un entretien à Brut, vendredi 4 décembre courant.



Protection Hygiénique : Quid de la gratuité en France. (c) Sarah Barreiros.

Alors que les députés écossais ont voté mardi 24 novembre dernier en faveur d'un accès gratuit aux protections périodiques afin de lutter contre la précarité menstruelle, le président Emmanuel Macron a évoqué le sort des femmes "qui sont à la rue" et ne peuvent pas "acheter de quoi se protéger et de quoi être dignes", dans un entretien à Brut, vendredi 4 décembre courant.

Emmanuel Macron a promis pour 2021 "une réponse très concrète" au problème de la précarité menstruelle, ceci dans un entretien au média en ligne Brut, le vendredi 4 décembre. En effet, le 24 novembre dernier, l'Ecosse a définitivement voté en faveur de la gratuité des protections périodiques pour ses citoyennes, et on peut donc se demander si cette avancée contre la précarité menstruelle va bientôt s'étendre à d'autres pays, et notamment en France. Le président qui était interrogé sur la "gratuité des protections périodiques comme voté en Ecosse" a déclaré : "J'ai demandé qu'on avance, je veux qu'avec les associations compétentes et pour toutes les femmes qui sont dans cette situation, on puisse avoir une réponse", a-t-il déclaré. "Parce que, quand on voit des femmes qui sont dans la très grande précarité, qui sont à la rue, elles vivent tout ce que vit un homme, l'épuisement physique, la réduction de la durée de vie, les maladies qu'on contracte, l'humiliation, et elles vivent en plus deux choses: en effet la précarité menstruelle, le fait d'avoir des règles dans la rue et de ne pas pouvoir acheter de quoi se protéger et de quoi être digne dans la journée, et puis le viol", a détaillé le chef de l'Etat.

L'Ecosse prend donc un peu d'avance sur le reste de la planète en matière de droits des femmes. Le gouvernement écossais, qui soutenait déjà un programme d'accès aux produits menstruels gratuits dans les écoles, inscrit ainsi cette mesure dans le marbre et l'étend à toute la société. Comme le révèle la BBC, les autorités locales ont désormais l'obligation légale de veiller à ce que des articles gratuits tels que les tampons et les serviettes hygiéniques soient mis à la disposition de "toute personne qui en a besoin". Pour la Première ministre écossaise Nicola Sturgeon, il s'agit d'une mesure "importante pour les femmes et les jeunes filles". Sur Twitter, elle a déclaré être "fière de voter pour cette législation révolutionnaire, qui fait de l'Ecosse le premier pays au monde à fournir des protections gratuites à tous ceux qui en ont besoin". Une décision devrait donc être prise pendant les premiers mois de l'année 2021 afin de savoir si, après l'Ecosse, la France va elle aussi garantir à toutes l'accès aux protections périodiques. Le président a rappelé, avec raison, que les femmes dans les situations les plus précaires, et notamment dans la rue, doivent faire face aux mêmes difficultés que les hommes dans leur situation avec en plus les règles à gérer.

PRÉCARITÉ MENSTRUUELLE : POUR ÉVITER DE DEMANDER DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES AU PÈRE NOËL, par auteur·ice inconnu·e, FeminActu, le 11/12/2020

<https://www.feminactu.com/2020/12/precarite-menstruelle-pour-eviter-de-demander-des-protections-hygieniques-au-pere-noel/>

Précarité menstruelle : pour éviter de demander des protections hygiéniques au Père Noël, demandons-en au gouvernement !



Lors de son interview à Brut le 4 décembre dernier, le Président de la République a partagé son indignation de constater que les femmes en grande précarité n'ont pas accès à des produits d'hygiène et se retrouvent trop souvent sans solution lors de leurs règles et promis des réponses très concrètes pour 2021. La Fondation des Femmes s'associe au collectif Georgette Sand et à l'association Règles Élémentaires pour l'encourager à passer aux actes.

Il était particulièrement bienvenu que le Président de la République évoque publiquement ce qui reste encore trop souvent un tabou et s'engage à agir sur le sujet. La précarité menstruelle est en effet un enjeu important de santé publique. Pour rappel, en France 1 700 000 femmes n'ont pas accès à des produits d'hygiène, ou pas en quantité suffisante, pendant leurs règles*. Selon l'association Règles Élémentaires, ce chiffre a augmenté sous l'effet de la crise sanitaire et près de 2 000 000 de personnes sont maintenant concernées. Cette situation peut lourdement affecter leur santé physique et psychologique.

Précarité menstruelle : que peut-on faire ?

Une politique volontariste en la matière pourrait améliorer la situation et permettre à toutes les femmes de vivre leurs règles dans la dignité. Plusieurs actions concrètes peuvent être mises en place par le gouvernement :

- La mise à disposition de protections réutilisables, serviettes hygiéniques, tampons dans tous les lieux qui accueillent des femmes en situation de précarité : centres d'hébergement, accueils de jour, centres sociaux, centres de protection maternelle et infantile, prisons et autres lieux de privation de liberté, permanences d'accès aux droits, centres d'accueil pour demandeur·ses d'asile, hôpitaux, maternités... à l'instar de la loi historique votée en Ecosse en novembre**.
- La mise à disposition de serviettes hygiéniques dans les lieux qui accueillent des jeunes femmes et adolescentes : établissements du secondaire, clubs sportifs, foyers de la protection de l'enfance... via par exemple l'octroi d'un pack de serviettes réutilisables à toutes les collégien·nes.
- L'interdiction de l'utilisation de composants toxiques dans la production de protections hygiéniques, et l'obligation, pour les fabricants, de révéler la composition de leurs produits pour protéger la santé des femmes
- Un soutien renforcé aux associations de lutte contre la précarité menstruelle

EMMANUEL MACRON : LES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES BIENTÔT GRATUITES EN FRANCE ? IL PROMET UNE RÉPONSE EN 2021, par Marine L, Melty, le 07/12/2020

<https://www.melty.fr/emmanuel-macron-les-protections-hygiéniques-bientot-gratuites-en-france-il-promet-une-reponse-en-2021-a742311.html>

Emmanuel Macron : Les protections hygiéniques bientôt gratuites en France ? Il promet une réponse en 2021

Publié par [Marine L](#) le 7 décembre 2020 à 10h53.

Temps de lecture : 1 minute



Après l'Ecosse, la France sera-t-elle le prochain pays à ne pas faire payer les protections hygiéniques ? C'est le 24 novembre que l'Ecosse a définitivement voté en faveur de la gratuité des protections hygiéniques pour ses citoyennes et citoyens, et on peut donc se demander si cette avancée contre la précarité menstruelle va bientôt s'étendre dans d'autres pays, et notamment en France. Lors de son entretien avec [Brut](#) pour parler des [violences policières](#), le président Emmanuel Macron a pris le temps d'aborder le sujet sans, pour le moment, donner de réponse définitive. Mais cette dernière ne devrait pas tarder. "Je ne veux pas préempter le travail du gouvernement mais c'est quelque chose qui au premier semestre de l'année prochaine aura une réponse très concrète". Une décision devrait donc être prise pendant les premiers mois de l'année 2021 afin de savoir si, après l'Ecosse, la France va elle-aussi garantir l'accès aux protections hygiéniques à toutes et tous. Le président a rappelé, à raison, que les femmes dans les situations les plus précaires, et notamment dans la rue, doivent faire face aux mêmes difficultés que les hommes dans leur situation avec en plus les règles à gérer. "J'ai demandé qu'on avance, je veux qu'avec les associations compétentes et pour toutes les femmes qui sont dans cette situation on puisse avoir une réponse." Pour rappel, environ 1,7 million de femmes sont en situation de précarité menstruelle en France et le coronavirus n'a fait que rendre leur accès à des produits hygiéniques encore plus difficile. N'hésitez pas, si vous le pouvez, à faire des dons à des associations comme [Règles élémentaires](#) qui luttent contre ce phénomène.

CES MILITANTES FÉMINISTES EXIGENT DES "ACTIONS CONCRÈTES" CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUUELLE, par Pauline Machado, TerraFemina, le 14/12/2020

https://www.terrafemina.com/article/precarite-menstruelle-elles-demandes-des-protections-periodiques-au-gouvernement_a356264/1

Ces militantes féministes exigent des "actions concrètes" contre la précarité menstruelle

23 Partages

Partager sur
Facebook



TF



Par Pauline Machado

Publié le Lundi 14 Décembre 2020

"Pour éviter de demander des protections hygiéniques au Père Noël, demandons-en au gouvernement". La Fondation des Femmes, Georgette Sand et Règles Élémentaires demandent au gouvernement d'agir concrètement contre la précarité menstruelle. En France, plus d'1,7 million de femmes sont concernées par la [précarité menstruelle, selon l'Ifop](#). L'association [Règles Élémentaires](#) estime que ce chiffre est passé à deux millions en 2020. Ce sont autant de personnes qui n'ont pas les moyens de se procurer les protections périodiques indispensables à leur hygiène intime, ou pas assez, et qui craignent de lourdes conséquences physiques et psychologiques. Un fléau sanitaire contre lequel se battent de nombreuses organisations féministes. Et qu'Emmanuel Macron a mentionné lors de [son interview auprès de Brut](#), le 4 décembre dernier.

Interpellé par le média sur la récente [décision de l'Ecosse de rendre gratuits](#) ces produits de première nécessité, et interrogé sur [la position de la France](#), il a répondu avoir demandé à "avancer" sur cette question urgente.

"Quand on voit des femmes qui sont dans la très grande précarité, qui sont à la rue, elles vivent tout ce que vit un homme, d'épuisement physique, de réduction de votre durée de vie, de maladies qu'en contracte, d'humiliation, et elles vivent en plus deux choses", a ajouté le président de la République. "En effet la précarité menstruelle, le fait d'avoir des règles dans la rue et de ne pas pouvoir acheter de quoi se protéger et de quoi être digne dans la journée, et puis le viol", a-t-il détaillé. "Et donc ça, c'est une action sur laquelle je veux qu'on renforce le travail avec les associations, les services sociaux, les communes".

Une déclaration à laquelle ont réagi [La Fondation des Femmes](#), le collectif [Georgette Sand](#) et Règles Élémentaires, affirmant l'avoir trouvée "bienvenue", se réjouissant que le terme soit employé, et le sujet abordé, par le chef de l'Etat. Seulement maintenant, elles appellent à "passer aux actes". Et lancent : "Pour éviter de demander des protections hygiéniques au Père Noël, demandons-en au gouvernement".

Un appel à agir concrètement

Dans un communiqué en réaction à ses propos daté du 11 décembre, elles expliquent ainsi qu'une "politique volontariste en la matière pourrait améliorer la situation et permettre à toutes les femmes de vivre leurs règles dans la dignité". Elles listent alors plusieurs "actions concrètes" que le gouvernement a les capacités de mettre en place rapidement.

D'abord, la "mise à disposition de protections réutilisables, serviettes hygiéniques, tampons dans tous les lieux [qui accueillent des femmes en situation de précarité](#)" (centres d'hébergement, accueils de jour, centres sociaux, centres de protection maternelle et infantile, prisons et autres lieux de privation de liberté, permanences d'accès aux droits, centres d'accueil pour demandeur·ses d'asile, hôpitaux, maternités...) mais aussi "dans les lieux qui accueillent des jeunes femmes et adolescentes" (établissements du secondaire, clubs sportifs, foyers de la protection de l'enfance...). Elles proposent par exemple "l'octroi d'un pack de [serviettes réutilisables](#) à toutes les collégiennes".

Ensuite, "l'interdiction de l'utilisation de [composants toxiques](#) dans la production de protections hygiéniques, et l'obligation, pour les fabricants, de révéler la composition de leurs produits pour protéger la santé des femmes", exigent-elles. Et enfin, un soutien renforcé aux associations de lutte contre la précarité menstruelle.

Dans un communiqué parallèle, l'association Règles Élémentaires demande quant à elle à ce que l'accès aux serviettes et tampons soit rendu obligatoire dans la loi, et étendu à un maximum de lieux publics (gares, rues, stations de métro) et privés (bars, restaurants) par le biais de distributeurs. Elle requiert aussi la mise en oeuvre de [programmes de sensibilisation](#) au plus grand nombre, afin d'informer davantage les premières concernées, mais aussi de mettre fin à un tabou nocif, qui stigmatise les menstruations et contribue sévèrement aux inégalités de genre.

Alors, à quand de réels progrès ?

LES INITIATIVES D'ASSOCIATIONS BORDELAISES POUR UN NOËL SOLIDAIRE, par Anne-Flore Gaspar, Rue89Bordeaux, le 15/12/2020

<https://rue89bordeaux.com/2020/12/les-initiatives-dassociations-bordelaises-pour-un-noel-solidaire/>



BRÈVES

Les initiatives d'associations bordelaises pour un Noël solidaire

A quelques jours des fêtes de fin d'année qui s'annoncent encore plus difficiles à vivre pour les personnes précaires en raison de la crise sanitaire, plusieurs associations bordelaises se retroussent les manches. Objectif : venir en aide aux sans-abris ainsi qu'aux foyers en difficulté.

C'est notamment le cas du Garage Moderne, situé au cœur du quartier de Bacalan. Mardi 15 décembre, les cuisiniers de la cantine du Garage, menés par Barnabé Pré, travailleront en partenariat avec l'équipe voisine du chef du bar de la Marine, Frédéric Coiffé, des cuisinières réfugiées de l'association Marie Curry et des membres du Kfé des Familles pour préparer 250 repas de Noël qui seront ensuite distribués par 20 livreurs sur des vélos donnés par la Métropole, réhabilités par l'atelier du Garage et équipés de sacoches isothermes.

Bénévoles et salariés accompagneront ces repas de boîtes cadeaux composées « d'un truc chaud » (chaussettes, écharpe, gants...), « un truc bon » (chocolats, bonbons, barres de céréales...), un mot doux (selon l'inspiration), un produit de beauté (crème, rasoir, parfum...) et un loisir (bouquin, journal, magazine, mots croisés...) !Noël déboîte

Même principe pour l'opération organisée par Les Gratuits – Gironde Solidarité, soutenue cette année par L'Effet Pap' dans l'initiative « Noël déboîte ». Le principe ? Offrir des cadeaux suspendus de 15 à 30 € (nuit au chaud, cours de dressage canin, coupe de cheveux, taille de barbe ou soin) sur le modèle du pain, du repas ou du café suspendu, via la plateforme de paiement bordelaise [HelloAsso](#).

C'est un [sac type rando que Sakado suggère quant à elle d'offrir](#). Cette association, dont des étudiants ingénieurs ont créé une antenne bordelaise, travaille avec les élèves de huit collèges de la métropole. Ils se chargent de collecter les sacs de 40 litres et les objets pour les remplir, des kit usuels et pratiques – kits chaleur (duvet, gants, chaussures...), hygiène (brosse à dents, savon...), festif (bons chocolats, conserves...), culture-communication (livres, carte SIM...). Les sacs sont ensuite distribués aux sans-abris lors de maraudes effectuées avec la Croix Rouge. Vous pouvez apporter vos dons [à ces points de collecte](#).

Enfin, le café associatif Wanted s'est associé à Nouveaux Cycles et Règles Élémentaires pour collecter et redistribuer des protections périodiques aux femmes dans le besoin : étudiantes précaires, femmes détenues ou à la rue... Tampons, serviettes hygiéniques, protège-slips, cups ou culottes menstruelles (neuves) : la grande collecte solidaire durera jusqu'au 22 décembre au 2 rue des Douves (tous les jours, sauf les mercredis et vendredis, entre 17h et 19h).

PRÉCARITÉ MENSTRUUELLE : L'ÉCOSSE DEVIENT LE PREMIER PAYS À RENDRE LES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES ACCESSIBLES GRATUITEMENT, par Valentine Poignon, Doctissimo, le 26/11/2020

<https://www.doctissimo.fr/sante/news/precarite-menstruelle-ecosse-rend-protections-hygeniques-gratuites>

Précarité menstruelle : l'Ecosse devient le premier pays à rendre les protections hygiéniques accessibles gratuitement

Publié le 26/11/2020

🕒 Lecture 1 min.



Valentine Poignon

Journaliste



Les députés écossais ont voté mardi 24 novembre à l'unanimité en faveur de l'accès gratuit aux protections hygiéniques. Celles-ci devraient être notamment mises à disposition dans les établissements scolaires, et plus généralement, dans les organismes publics.

Les députés écossais ont voté mardi 24 novembre à l'unanimité en faveur de l'accès gratuit aux protections hygiéniques. Celles-ci devraient être notamment mises à disposition dans les établissements scolaires, et plus généralement, dans les organismes publics.

“C'est un jour de fierté pour l'Ecosse et un signal au monde qu'il est possible de mettre en place un accès universel gratuit aux [protections périodiques](#)”, s'est félicitée Monica Lennon, député écossaise, qui mène une campagne pour que les protections hygiéniques soient accessibles gratuitement dans tout le pays. Campagne qui a porté ses fruits mardi 24 novembre avec le vote du Parlement en faveur de cet accès gratuit aux [serviettes hygiéniques](#), tampons et autres produits utilisés par les femmes pendant leurs règles.

À une abstention près, les députés écossais avaient déjà voté en faveur de la gratuité des protections périodiques le 26 février dernier, en première lecture. Le texte a été définitivement adopté à l'unanimité mardi soir.

Sur Twitter, la Première ministre écossaise, Nicola Sturgeon, a fait part de sa “fierté d'avoir voté pour cette loi révolutionnaire, qui fait de l'Ecosse le premier pays au monde à fournir des protections périodiques gratuites à toutes celles qui en ont besoin”.

Le gouvernement devra donc assurer à toutes les Ecossaises, le droit d'obtenir gratuitement des protections menstruelles. Les écoles, lycées et universités devront en mettre à disposition dans les toilettes des établissements scolaires, et les organismes publics pourraient être appelés à faire de même. Le coût de la mesure est estimé à 9,7 millions de livres (environ 11 millions d'euros) par an, selon l'AFP. Pour rappel, selon l'association Règles élémentaires, près 1,7 millions de Françaises sont concernées par la [précarité menstruelle](#) : elles n'ont pas les moyens financiers d'acheter des produits hygiéniques correspondant à leur besoin. Dans l'Hexagone, [une expérimentation de la gratuité des protections menstruelles](#) est mise en place depuis le début de l'année, dans plusieurs lieux collectifs dont certains collèges et lycées. L'Ecosse réussira-t-elle à influencer ses voisins européens ?

MACRON S'ENGAGE SUR LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE : "IL A UNE OBLIGATION DE RÉSULTAT", par Axel Leclercq, Positivr, le 16/12/2020

<https://positivr.fr/precarite-menstruelle-promesse-macron-reaction-regles-elementaires/>

Macron s'engage sur la précarité menstruelle : « Il a une obligation de résultat »

Fondatrice de l'association Règles élémentaires, Tara Heuzé-Sarmini revient sur les récentes déclarations d'Emmanuel Macron.

Publié le 16 décembre 2020 | Mis à jour le 16 décembre 2020



Le 4 décembre dernier, en direct sur Brut, Emmanuel Macron a promis « une réponse très concrète » au problème de la précarité menstruelle. Une annonce inattendue qui réjouit autant qu'elle interroge : quelle sera précisément cette « réponse » ? En attendant de le savoir, Tara Heuzé-Sarmini, fondatrice de l'association [Règles élémentaires](#), nous rappelle les besoins urgents qui existent dans ce domaine.

Avez-vous été surprise qu'Emmanuel Macron prenne la parole au sujet de la précarité menstruelle ?

Oui. J'ai été agréablement surprise, surtout par les journalistes de Brut qui ont choisi de lui poser cette question à la demande de leurs auditeurs et de leurs auditrices. C'est vrai qu'on observe depuis quelques années maintenant un fort intérêt de la société civile pour cette question et, plus généralement, pour les questions d'égalité et d'inégalité. Donc c'était chouette de voir le chef de l'État y répondre. Après, sur le contenu de l'annonce, pour le moment, il n'y a pas vraiment de surprise. On est contents d'apprendre que des mesures concrètes sont à espérer pour le premier semestre 2021 mais on est prudentes et prudents. On attend de voir vraiment quels seront les résultats.

La question des règles, et donc de la précarité menstruelle, est aussi ancienne que l'histoire de l'humanité. Pourtant, on a l'impression de ne la découvrir que depuis peu. Qu'est-ce qui fait qu'on en parle enfin, jusqu'au Président de la République ?

Je pense que c'est grâce à notre travail et au travail de beaucoup d'associations, de collectifs et de personnalités qui alertent sur ce sujet. Lorsque j'ai lancé Règles élémentaires en 2015, les gens ne connaissaient pas l'expression « précarité menstruelle » et ne savaient pas ce que ça signifiait. Beaucoup de chemin a été parcouru. Il faut aussi reconnaître l'importance du débat sur la taxe tampon. À l'époque, certains parlementaires ont eu l'absurdité de refuser le caractère de première nécessité des protections hygiéniques. Ça a permis de mettre en lumière le coût de ces produits, l'injustice liée au système de taxation et la difficulté de s'en procurer.

C'est aussi un phénomène plus global. Quand Meghan Markle demande pour son mariage que des dons soient faits à une association qui lutte contre la précarité menstruelle ou quand un top model comme Natalia Vodianova pose sur les réseaux sociaux avec des produits d'hygiène intime, c'est vrai que ça fait bouger les mentalités. Les réseaux sociaux jouent aussi beaucoup dans cette prise de conscience collective et internationale.

Au fait, combien est-ce que cela coûte pour une femme de s'équiper en protections ?

Il y a beaucoup de chiffres qui circulent. Nous, chez Règles Élémentaires, on a estimé le budget menstrual au cours d'une vie à environ 8 000€ sur la base d'une utilisation de produits hygiéniques jetables. Parce que si on parle de produits réutilisables, le budget baisse considérablement.

Comment lutter contre la précarité menstruelle ?

Nous préconisons la gratuité exclusivement pour les personnes en situation de précarité dans des lieux clés : les prisons (on l'a obtenu cette année et on s'en réjouit), les collèges, les lycées, les universités, les foyers d'hébergement, mais aussi les hôpitaux car ils nous sollicitent énormément. Dans tous ces lieux là, il faudrait des produits d'hygiène intime de qualité mis à disposition gratuitement.

Des expérimentations de gratuité sont déjà en cours, notamment en milieu scolaire. Quels sont les premiers retours ? C'est très positif dans le sens où on observe une réelle demande. Dans certains établissements qui ont testé la gratuité, on a parfois observé des files d'attente très, très longues. C'est très bien reçu, c'est nécessaire. Maintenant, il faut que ça se généralise.

L'Écosse a récemment voté la gratuité des protections pour les femmes en situation de précarité. Un modèle à suivre ? Oui, bien sûr. C'est une expérience nouvelle dont on se réjouit. Après, ce sera important de regarder dans les détails la situation écossaise. Le seul petit bémol qu'on observe, c'est que cette loi ne concerne que les produits jetables, or c'est important de donner le choix aux femmes. C'est un point essentiel pour nous : il faut que chacune puisse avoir le choix de ses protections.

Vous demandez aussi plus de sensibilisation...
Oui, beaucoup plus. A la fois auprès des femmes en situation de précarité mais aussi de façon plus globale auprès de toute la population et notamment auprès des plus jeunes, dans les écoles. Nous avons développé deux types de programme qui sont pilotes en 2002 et qui devraient être développés en 2020. Nous faisons des ateliers d'information et de formation à l'hygiène menstruelle pour les femmes en situation de précarité, pour le personnel médical et pour le personnel encadrant. Qu'est ce que l'hygiène menstruelle ? Pourquoi c'est important ? Quelles protections existent ? Ce sont des ateliers qui sont très, très demandés. On a une très longue liste d'attente. L'idée est que les femmes se réapproprient leur corps et soient autonomes dans la gestion de leurs cycles.

Nous faisons aussi des ateliers en milieu scolaire. C'est une demande qui est venue du terrain beaucoup de collégiens, collégiennes, lycéens, lycéennes organisant des collectes et nous demandaient de venir sensibiliser leurs camarades de classe à la problématique du tabou des règles et à celle de la précarité menstruelle. On intervient notamment pour expliquer en quoi ce tabou millénaire engendre des inégalités entre les filles et les garçons ? Là aussi, nous avons une longue liste d'attente. Il y a une vraie demande de la part des élèves car ce sont de sujets peu ou pas couverts par les programmes scolaires /

Vous êtes également favorable à l'installation de distributeurs de protections dans un "maximum de lieux publics" pouvez-vous nous en dire plus ?

Nous sommes pour une installation massive de distributeurs, sur le modèle de ce qui a été fait avec les préservatifs qu'on peut aujourd'hui trouver dans le métro, dans la rue, dans des restaurants... Après on encourage aussi très fortement les entreprises, et les administrations à mettre en place ce type de distributeurs.

Ces distributeurs ne seraient pas gratuits. Leur but ne serait donc pas de lutter contre la précarité menstruelle.

Non, non on est ici, littéralement, sur une question de visibilité du débat dans l'espace public. Les règles ont été complètement invisibilisées. Et puis toutes les femmes, même sans être en situation de précarité menstruelle, peuvent se retrouver en galère de tampon ou de serviette parce que ces produits sont très difficiles d'accès, et pas que d'un point de vue économique.

Votre association n'est pas pour une gratuité pour toutes. Pourquoi ?
On est pour la gratuité pour les personnes en situation de précarité. Si vous faites la gratuité pour toutes, le problème c'est que vous n'allez pas être en mesure de rembourser toutes les protections hygiéniques qui existent, et c'est normal. Du coup vous allez promouvoir des solutions plutôt que d'autres, vous allez tuer des innovations et vous allez promouvoir des modèles de conglomérats globalement américains capable de faire les meilleurs prix. Ca ne serait souhaitable ni pour notre santé, ni pour notre environnement. C'est très important pour nous qu'il y ait une grande diversité de produits accessibles au plus grand nombre. Nous nous battons aussi pour la transparence sur la composition des produits et, donc, on ne souhaite pas d'appel d'offres pour 30 millions de personnes ? Cela créerait des distorsions de marché et empêcherait aux solutions saines et durables d'émerger.

Emmanuel Macron a dit qu'il avancerait sur le sujet avec les associations compétentes. Est ce que Règles Élémentaires est déjà en contact avec le gouvernement ?

Oui, puis un moment puisqu'on est subventionnés par le ministère de la Santé depuis 2019 ? On est donc en contact direct avec le gouvernement, on est auditionnés régulièrement par le Sénat et par l'Assemblée nationale et, aujourd'hui on a hâte de poursuivre les discussions.

Le Président promet une réponse concrète pour le premier semestre 2021. Etes-vous confiante ?
L'espoir fait vivre. On sera vigilants. On attend des choses concrètes et je ne sais pas encore de quelle mesure concrète il parle. Je ne suis pas dans les petits papiers du Président. Je pense qu'il existe aujourd'hui une injonction sociale et sociétale qui appelle des résultats sur cette question. L'Ecosse a légiféré, l'Etat de New York a légiféré, beaucoup de municipalités et de collectivités réagissent, il y a une vraie demande de la part de la société civile. Donc je pense que maintenant que le Président s'est engagé publiquement devant 7 millions d'auditeurs et d'auditrices, il a une obligation de résultat. Après, quel sera ce résultat ? Je n'en sais rien. J'espère qu'on n'accouchera pas d'une souris.

PRÉCARITÉ MENSTRUUELLE : LES RÈGLES ET DILEMME DE LA RUE, par Ariel Bonte, Medium, le 15/12/2020

[https://medium.com/sans-a-avec-histoires/précariat-menstruelle-les-règles-et-dilemmes-de-la-rue-d7c2fa947519](https://medium.com/sans-a-avec-histoires/pr%C3%A9carit%C3%A9-menstruelle-les-r%C3%A8gles-et-dilemmes-de-la-rue-d7c2fa947519)

Précariat menstruelle : les règles et dilemmes de la rue



Sans A_ 2 days ago · 6 min read



Crédit : [Gabrielle Rocha Rios / Unsplash](#)

Dans cet article, nous parlons de « femmes » par soucis de simplicité mais n’oublions pas que toutes les femmes n’ont pas leurs règles et que d’autres personnes qui ne s’identifient pas comme femmes (telles que les hommes trans ou personnes non-binaires) peuvent aussi avoir leurs règles et être victimes de précarité menstruelle.

Dans cet article, nous parlons de « femmes » par soucis de simplicité mais n’oublions pas que toutes les femmes n’ont pas leurs règles et que d’autres personnes qui ne s’identifient pas comme femmes (telles que les hommes trans ou personnes non-binaires) peuvent aussi avoir leurs règles et être victimes de précarité menstruelle.

1,7 million de femmes sont touchées par la précarité menstruelle. C'est-à-dire qu'elles n'ont pas les moyens de s'acheter des protections hygiéniques et des médicaments pour soulager leurs douleurs. Parmi ces femmes, celles qui vivent dans la rue souffrent particulièrement de ce fléau, aux conséquences physiques comme psychologiques.

Chaque mois c'est la même chose. Deux jours avant ses règles, Mélanie commence à ressentir de fortes douleurs dans son ventre. Il se gonfle, la plie en deux, l'empêche de marcher. « J'ai des crampes très dures, c'est comme si on me sciait tout le bas ventre », explique-t-elle. En plus des crampes, Mélanie souffre de nausées qui peuvent se poursuivre pendant quatre à six heures. Même quand elle a le ventre vide. Mélanie souffre d'endométriose, une maladie gynécologique qui touche une femme sur dix et peut entraîner d'intenses douleurs.

Depuis février dernier, les douleurs de Mélanie ont empiré et elles peinent à trouver de quoi les soulager. Car cette ancienne commerciale âgée de 43 ans est à la rue. Avec le retour du froid, elle confie par téléphone à quel point les basses températures décuplent ses douleurs. Aujourd’hui, elle a de la chance, souffle-t-elle. Elle est au chaud, dans une chambre d'hôtel payée par l'association Réchauffons nos SDF, fondée par la lanceuse d'alerte Sarah Frikh. Cela tombe bien. Ses règles sont arrivées ce matin. Mélanie va pouvoir se reposer.

Le tabou des règles

Comme Mélanie, de nombreuses femmes font face à la précarité menstruelle. C'est-à-dire qu'elles n'ont pas les moyens d'acheter des protections hygiéniques pendant leurs règles mais aussi, qu'elles ne peuvent pas se fournir en médicaments pour soulager leurs douleurs, ou se rendre dans un cabinet médical.

« La précarité menstruelle est un sujet important parce qu'il fait écho au tabou qui entoure les menstruations », analyse Laura Pajot, responsable de la communication de l'association [Règles Élémentaires](#), qui organise des collectes de protections hygiéniques pour les plus démunies. L'objectif de l'association est ainsi double : « lutter contre la précarité menstruelle et briser le tabou des règles » car, selon Laura Pajot, les deux sont liés. « Plein de gens ne savent pas ce qu'est la précarité menstruelle. Or, chaque femme a le droit de pouvoir se protéger dignement pendant ses règles. » Selon l'association, 2 millions de femmes seraient par ailleurs touchées par cette forme de précarité.

Choisir entre un paquet de pâtes ou de serviettes

Toutes les associations avec lesquelles nous avons échangé sur le sujet le confirme : le public touché par la précarité menstruelle est vaste et la demande est croissante.

Règles Élémentaires a par exemple distribué 4 millions de produits en cinq ans d'existence. [Le Camion Douche](#), basé à Toulouse, voit aussi sa demande de kits d'hygiène et de kits de protections hygiéniques augmenter de la part de femmes « très précaires, qui vivent dans la rue, sont mal logées ou n'ont tout simplement pas les moyens de s'acheter des serviettes ou un savon », détaille Héloïse Brière, cofondatrice de l'association.

[Féminité Sans Abri](#) a de son côté comptabilisé une augmentation de 40% de la demande de trousse de toilettes, rapporte Isabelle Colin, présidente de l'association. « Notre demande explose auprès de personnes âgées qui se retrouvent dans des situations monstrueuses comme auprès d'étudiantes qui manquent trois à quatre jours de cours par semaine parce qu'elles doivent choisir entre acheter un paquet de pâtes ou de serviettes ! », alerte Isabelle Colin.

D'une mycose à une salpingite

Alors pour s'en sortir, le système D prime. Mélanie doit par exemple compter sur la générosité des gens, à qui elle demande un ou deux doliprane, histoire de la dépanner. La sans-abri fréquente aussi les églises, qu'elle préfère aux foyers, où la violence est très présente.

D'autres femmes prennent ce qu'elles ont sous la main pour se protéger. « Un vieux t-shirt, du papier journal ou toilettes... avec tous les problèmes d'infections gynécologiques que cela peut entraîner », détaille Isabelle Colin. « Car lorsqu'il y a infection, il n'y a pas forcément de médecin pour prescrire le médicament qui va soulager immédiatement la douleur. Une mycose non-traitée peut devenir très désagréable, se transformer en salpingite et cela peut devenir extrêmement dangereux. »

Le site [Les Nouvelles News](#) rapporte une étude du Fonds des nations unies pour la population dans laquelle « une corrélation a été observée entre mauvaise gestion des règles et augmentation du risque d'infections, comme les mycoses ou les cystites ». « Les femmes à la rue sont ménopausées beaucoup plus tôt que les autres. D'abord peut-être parce que qu'il y a une sorte de déni par rapport à leur féminité. Elles se protègent des violences de la rue. Mais aussi parce que la malnutrition entraîne des problèmes hormonaux », explique Isabelle Colin, avant de souligner que les problèmes de santé ne sont pas que d'ordre physique, mais aussi psychologiques.

Rester propre pour rester visible

Car l'accès à l'hygiène est une nécessité pour tout être humain. Les femmes qui ne peuvent pas se protéger pendant leurs règles se trouvent alors d'autant plus isolées et invisibles qu'elles ne le sont déjà. « Cela nous est arrivé d'accueillir des femmes qui n'avaient pas eu accès à une douche pendant plusieurs mois », rapporte Héloïse Brière, cofondatrice du Camion Douche.

« Être propre fait partie d'un besoin vital pour rester en bonne santé mais aussi pour avoir confiance en soi, aller vers les autres et se sentir inclus dans notre société. On ne se rend pas compte quand on n'a pas accès à l'hygiène, que l'on n'a ni vêtements propres, ni protections hygiéniques ou savon, qu'il est alors très difficile d'aller vers les autres et donc, d'exister au yeux de la société. » Isabelle Colin, de Féminité Sans Abri, abonde : « Quand on est invisible, c'est comme si on n'existait plus. On devient transparent et cela peut entraîner des problèmes psychologiques. »

Pour accompagner les femmes sur le plan physique et psychologique, l'association [Agir pour la santé des femmes](#) a mis en place des maraudes composées de plusieurs professionnels de la santé, comme des infirmières, sage-femme mais aussi des psychologues. L'idée n'étant pas forcément de soigner les femmes dans l'instant mais d'établir un premier contact et un diagnostic afin de leur apporter, ensuite, l'aide professionnelle dont elles auraient besoin.

Les serviettes hygiéniques, un produit en or

Alors comment contribuer à lutter contre la précarité menstruelle et aider ces femmes ? « Donnez des protections hygiéniques ! », invite Laura Burjot de Règles Élémentaires.

Toutes les associations spécialisées vont le diront : pour les femmes à la rue, on bannit le don de tampons et on privilégie les serviettes jetables. « Offrir des tampons à une femme à la rue est une abération », martèle Isabelle Colin, « elles n'ont pas forcément la notion que ce produit se retire souvent, toutes les deux ou trois heures et, surtout, elles n'ont pas facilement accès à un endroit où elles pourront se laver les mains ».

La présidente de Féminité Sans Abri ajoute que si vous croisez une femme à la rue, vous pouvez vous présenter à elle et lui proposer une serviette hygiénique sans forcément attendre qu'elle vous le demande. « Vous verrez que ces produits sont reçus comme de l'or ! », s'exclame celle qui voit d'un bon œil la mise à disposition de serviettes hygiéniques dans certains points clés.

Le gouvernement a lancé l'expérimentation de la gratuité des protections hygiéniques dans plusieurs lieux collectifs, rapportait [20 minutes](#) en février dernier. Dans un entretien accordé au média Brut, vendredi 4 décembre, le président de la République Emmanuel Macron a également promis une « réponse très concrète » à la problématique de la précarité menstruelle « au premier semestre de l'année prochaine ».

5 MILLIONS D'EUROS POUR LUTTER CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE, par auteur·ice inconnu·e, Ladepeche.fr, le 16/12/2020

<https://www.ladepeche.fr/2020/12/16/5-millions-deuros-pour-lutter-contre-la-precarite-menstruelle-9261701.php>

5 millions d'euros pour lutter contre la précarité menstruelle



5 million

Partenaire des 27 gouvernements de l'Union Européenne pour informer des millions de personnes sur le COVID-19

En savoir plus
FACEBOOK

C'est un sujet longtemps tabou qui gagne en visibilité : la précarité menstruelle, ou la difficulté d'accès aux protections hygiéniques pour des raisons financières. En France, 2 millions de femmes seraient concernées. Le gouvernement annonce qu'en 2021, 5 millions d'euros seront consacrés à la lutte contre cette précarité

" 3 800 euros pour une vie ". C'est l'estimation par le journal [Le Monde](#) du coût généré par l'achat de protections périodiques – serviettes et/ou tampons – entre le moment où une femme a ses premières règles (13 ans en moyenne) et la ménopause, pendant la cinquantaine. 3 800 euros, c'est beaucoup. C'est même beaucoup trop pour 1,5 à 2 millions de femmes françaises, selon une évaluation du gouvernement.

Début décembre, lors de sa dernière interview télévisée, le président de la République s'en était ému. Hier soir, le ministre de la Santé Olivier Véran et la ministre déléguée à l'Egalité entre les femmes et les hommes, Elisabeth Moreno se sont fendus d'un communiqué commun dans lequel ils annoncent que 4 millions d'euros viendront s'ajouter, à partir de 2021, au million d'euros déjà alloué en 2020 à la lutte contre la précarité menstruelle.

Etablissements scolaires, pénitentiaires...

La première enveloppe a servi à expérimenter plusieurs dispositifs, ciblant prioritairement les collèges et lycées en éducation prioritaire, les établissements pénitentiaires et les associations d'aide aux sans-abris. Pour l'essentiel, il s'agit de mettre à disposition gratuitement des protections périodiques, comme dans une quarantaine d'établissements de l'Académie de Lille.

Il s'agit aussi de soutenir des actions de sensibilisation à l'hygiène intime pour les femmes hébergées ou suivies par l'Armée du Salut et la Croix-Rouge Française. Car la précarité menstruelle expose également à des risques pour la santé. Lorsque les protections ne sont pas renouvelées assez fréquemment, par exemple.

Problème de santé publique

Que pensent les associations de terrain de cette rallonge annoncée ? Tara Heuzé-Sarmini salue " la décision d'augmenter ce budget, qui n'est sans doute pas suffisant mais qui acte le fait qu'il s'agit d'un problème de santé publique". Mais pour la fondatrice et directrice générale de Règles Élémentaires, première association à avoir fait émerger le sujet en France, il est trop tôt pour dire si le compte y est. " Nous serons vigilants sur l'utilisation de ces fonds ", prévient Tara Heuzé-Sarmini, qui, outre la mise à disposition gratuite de produits d'hygiène intime pour les personnes en situation de précarité (dans les foyers d'hébergements, les hôpitaux...), milite aussi pour le soutien au déploiement de distributeurs de ces produits – non gratuits – dans un maximum de lieux privés et publics.

Non gratuits ? " On ne défend pas la gratuité inconditionnelle pour toutes, explique la fondatrice de Règles Élémentaires, car la gratuité a un coût. Cela voudrait dire qu'on limite le choix des personnes à quelques références, surtout jetables. Nous estimons que les protections d'hygiène intime relèvent d'un choix individuel".

A noter : En Ecosse, [les parlementaires ont voté fin novembre](#), à l'unanimité, l'accès gratuit aux protections périodiques à " toute personne " en ayant besoin. Les écoles, collèges et universités devront mettre gratuitement à disposition dans leurs toilettes une gamme de produits périodiques. De plus, le gouvernement écossais aura le pouvoir d'obliger d'autres organismes publics à fournir gratuitement ces produits. Budget annuel : l'équivalent de 11 millions d'euros. C'est une première mondiale.

PRÉCARITÉ MENSTRUUELLE : LE GOUVERNEMENT DÉBLOQUE 4 MILLIONS D'EUROS EN PLUS, par Coline Daclin, RTL, le 16/12/2020

<https://www rtl fr/actu/debats-societe/precarite-menstruelle-le-gouvernement-debloque-4-millions-d-euros-en-plus-7800941118>

Précarité menstruelle : le gouvernement débloque 4 millions d'euros en plus

RÉACTIONS - Les associations de lutte contre la précarité menstruelle saluent la décision, mais restent vigilantes sur l'allocation des fonds.



Des protections périodiques (illustration)

Crédit : iStock



Emmanuel Macron avait brièvement évoqué le sujet lors de son interview sur Brut le 4 décembre dernier. Le gouvernement souhaite agir contre la précarité menstruelle, la difficulté pour certaines femmes à se procurer des protections périodiques par manque de ressources financières. Pour ce faire, le ministre de la Santé Olivier Véran et la ministre déléguée en charge de l'Égalité entre les femmes et les hommes, Elisabeth Moreno, ont annoncé mardi 15 décembre une augmentation du budget alloué à la lutte contre le phénomène. Ce ne sera donc pas un million d'euros que le gouvernement consacrera à ce sujet, comme annoncé en mai par Marlène Schiappa, mais cinq millions d'euros.

"Nous sommes contentes de voir que ce sujet qu'on a amené dans le débat public il y a cinq ans est enfin pris au sérieux", commente auprès de RTL.fr Ophélie Latil, fondatrice de Georgette Sand. Le collectif féministe fait du lobbying sur le sujet depuis plusieurs années auprès des ministères, et a salué dans un [communiqué](#) la décision du gouvernement.

Développer des dispositifs en place

Ce budget servira à développer "les dispositifs mis en place en 2020 à l'attention des femmes incarcérées ainsi que des femmes et des filles en situation de précarité et de très grande précarité [...] ou dans les collèges et les lycées en éducation prioritaire". En pratique, il s'agit par exemple des initiatives de [l'académie de Lille](#) pour proposer des protections périodiques gratuites au collège et au lycée dans certaines zones, des distributions de protections périodiques lors des maraudes de la [Croix-Rouge](#) ou de l'Armée du Salut, ou encore des mesures de collecte auprès du grand public et des fabricants.

"C'est un très bon début", déclare auprès de RTL.fr Tara Heuzé-Sarmini, fondatrice de l'association Règles Élémentaires, tandis que Louise Claverie, co-fondatrice de Menstruation and You (M.A.Y) salue "un premier pas" contre la précarité menstruelle. Les activistes attendent de voir comment vont être concrètement utilisés les fonds.

Dans son communiqué, le gouvernement promet notamment de continuer à soutenir [Règles Élémentaires](#), qui lutte contre la précarité menstruelle notamment grâce à des distributions pour les femmes dans le besoin. "Nous sommes ravies de cette décision", assure Tara Heuzé-Sarmini. "Avec la crise sanitaire, les sollicitations augmentent et on est à moyens constants. On espère que ce soutien du gouvernement nous permettra de développer nos ateliers de sensibilisation autour des règles", indique la militante, qui souligne l'importance d'éduquer les jeunes sur le sujet.

Le collectif Georgette Sand assure aussi avoir été sollicité par de nombreuses collectivités locales pour intervenir sur le sujet, et compte demander au gouvernement des financements pour ces actions.

Les associations vigilantes

Les trois associations promettent d'être vigilantes sur l'allocation des cinq millions d'euros. "Il faut qu'ils soient mobilisés de manière intelligente, et pas pour acheter des protections périodiques à prix fort aux distributeurs, ou au détriment de la qualité", signale Tara Heuzé-Sarmini. "Les dons ou les appels d'offres doivent être conditionnés à une liste très exhaustive de la composition des protections", souligne pour sa part Ophélie Latil. De nombreuses associations réclament en effet depuis plusieurs années aux industriels de fournir la [composition de leurs produits](#). En 2018, l'Agence de sécurité sanitaire (Anses) avait d'ailleurs [épinglé les fabricants](#) sur les produits chimiques contenus dans les serviettes et tampons.

À travers ce nouveau budget contre la précarité menstruelle, Olivier Véran et Elisabeth Moreno assurent vouloir faire tomber "un tabou". "Les règles ne sont pas un sujet de honte. La précarité menstruelle, si", indique le ministre de la Santé.

"Ce sont nos éléments de langage", souffle à RTL.fr Ophélie Latil. Elle craint toutefois un possible "effet d'aubaine" de la part du gouvernement, alors que l'Ecosse a voté le 24 novembre dernier un texte, plébiscité par de nombreuses associations féministes françaises, qui doit permettre à toutes les Ecossaises [d'obtenir des protections périodiques gratuitement](#). Elle estime qu'il faudrait "plusieurs dizaines de millions d'euros" pour aboutir à une politique complète de lutte contre la [précarité menstruelle](#).

FAUT-IL SE RÉJOUIR DES 5 MILLIONS ALLOUÉS À LA LUTTE CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE, par Hassiba Hadj, Madmoizelle, le 16/20/2020

<https://www.madmoizelle.com/precariete-menstruelle-gouvernement-1070442>

Par Hassiba Hadj | 16 décembre 2020 | 2 commentaires

Enfin ! Le gouvernement vient d'annoncer une enveloppe de 5 millions d'euros en faveur de la lutte contre la précarité menstruelle. Un geste bienvenu mais pas suffisant.



« Encourageant mais peut mieux faire », voilà qui pourrait être le sous-titre de cet article. 5 millions d'euros, c'est le budget qui sera alloué par l'État à la lutte contre la précarité menstruelle en 2021. L'annonce a été faite par le ministre de la Santé Olivier Veran et la ministre déléguée à l'Égalité femmes-hommes, de la Diversité et de l'Égalité des chances Elisabeth Moreno dans un communiqué ce mardi 15 décembre. Alors que l'Écosse a voté au mois de novembre [la gratuité universelle des protections périodiques](#), la France annonce une belle augmentation du budget alloué à cette problématique. Il passe d'un tout petit million à cinq ! Un montant à la hauteur de ce problème de santé publique...

En effet, 1,7 millions de femmes en France n'ont pas accès, ou difficilement accès, pour des raisons financières, à [des protections périodiques](#) selon l'association [Règles élémentaires](#).

Face à l'annonce de l'État, l'association Georgette Sand se réjouit mais reste sur ses gardes. Dans un communiqué, le collectif prévient : « Le gouvernement a prouvé par le passé son manque de transparence avec les chiffres. Nous demandons toute la clarté sur l'utilisation de ces 5 millions d'euros. »

Une méfiance partagée du côté de Règles élémentaires. Tara Heuzé-Sarmini, fondatrice et directrice générale de l'association, affirme : « Globalement nous sommes très satisfaites de ce budget supplémentaire mais nous sommes vigilantes sur l'utilisation des fonds. Il y a un manque de visibilité. Il ne faudrait pas qu'ils soient utilisés pour acheter à prix fort auprès des marques qui ne sont pas transparentes sur la composition des produits. »

Par ailleurs, [Règles élémentaires](#) demande une série de mesures, dont :

« La gratuité [des protections périodiques, NDLR] dans les lieux clés et plus de moyens pour la formation et la sensibilisation sur le sujet. »

Quant à Georgette Sand, elle réclame au gouvernement d'aller plus loin notamment à l'échelle européenne.

L'association souhaite « la mise en place d'un prix unique des protections menstruelles » ou bien encore « une taxe rouge, qui financerait la recherche européenne sur les maladies de femmes, prélevée sur tous les produits menstruels. »

Ce coup d'accélérateur intervient après l'interview du président de la République chez [Brut](#). Interrogé sur le sujet, Emmanuel Macron a affirmé :

« Parce que, quand on voit des femmes qui sont dans la très grande précarité, qui sont à la rue, elles vivent tout ce que vit un homme, d'épuisement physique, de réduction de votre durée de vie, de maladies qu'on contracte, d'humiliation, et elles vivent en plus deux choses [...] : en effet la précarité menstruelle, le fait d'avoir des règles dans la rue et de ne pas pouvoir acheter de quoi se protéger et de quoi être digne dans la journée, et puis le viol [...] »

Et donc ça, c'est une action sur laquelle je veux qu'on renforce le travail avec les associations, les services sociaux, les communes ». »

Selon le communiqué du gouvernement, la précarité menstruelle qui touche tant de personnes « porte atteinte à leur dignité et constitue par ailleurs un frein à l'insertion de milliers de femmes en situation de précarité. C'est également un facteur de risque pour la santé en cas de non renouvellement insuffisant des protections. »

Ce nouveau budget permettra de développer « des dispositifs mis en place en 2021 à l'attention des femmes » en collaboration avec des associations (dont Règles élémentaires) :

- [La gratuité des protections périodiques](#) dans des établissements scolaires

- La mise à disposition de protections pour les femmes détenues
- La distribution de protections dans le cadre des maraudes et des accueils de jour
- La vente « à prix symbolique » des protections dans les épiceries solidaires

En résumé, ce nouveau budget reste une bonne nouvelle, car il montre que le problème de la précarité menstruelle est pris au sérieux. Vigilance cependant, comme le rappellent les associations spécialisées, pour vérifier au fil du temps que cette annonce n'est pas de la poudre aux yeux !

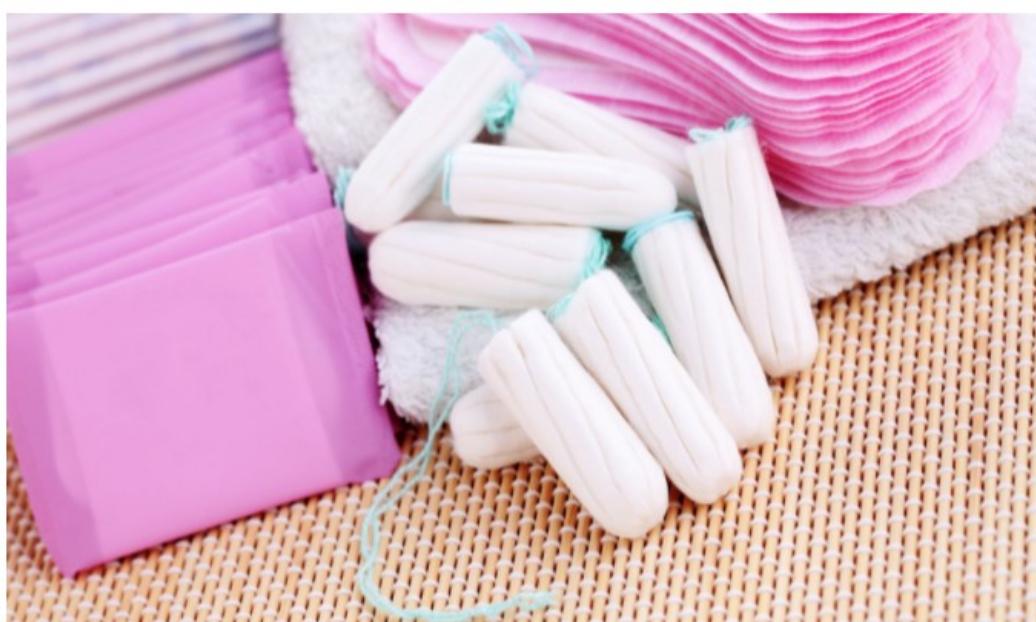
CINQ MILLIONS D'EUROS POUR LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE, par Johanna Amselem, Santé Magazine, le 17/12/2020

<https://www.santemagazine.fr/actualites/actualites-sante/cinq-millions-deuros-pour-la-precarite-menstruelle-876034>



Cinq millions d'euros pour la précarité menstruelle

L'annonce a été faite via un communiqué du 15 décembre 2020, d'Olivier Véran, ministre des Solidarités et de la Santé, et Élisabeth Moreno, ministre déléguée auprès du Premier ministre chargée de l'Égalité entre les femmes et les hommes, de la Diversité et de l'Égalité des chances.



Le terme avait été employé par Emmanuel Macron. Le 4 décembre dernier, lors d'une interview accordée au site internet Brut, le président de la République avait promis "une réponse très concrète" au problème de la précarité menstruelle. En France, elle concerne entre 1,5 et 2 millions de femmes dont l'accès aux protections périodiques est difficile ou impossible pour des raisons avant tout financières.

Le terme avait été employé par Emmanuel Macron. Le 4 décembre dernier, lors d'une interview accordée au site internet Brut, le président de la République avait promis "une réponse très concrète" au problème de la précarité menstruelle. En France, elle concerne entre 1,5 et 2 millions de femmes dont l'accès aux protections périodiques est difficile ou impossible pour des raisons avant tout financières.

C'est maintenant chose faite. Mardi 15 décembre, le ministre de la Santé, Olivier Véran, et la ministre déléguée chargée de l'Égalité entre les femmes et les hommes, Elisabeth Moreno, ont annoncé porter le budget 2021 consacré à la lutte contre la précarité menstruelle à 5 millions d'euros (contre 1 million pour 2020). Une somme destinée à venir en aide aux femmes incarcérées, aux femmes et aux filles en situation de précarité et de très grande précarité comme les femmes sans-abris ou dans les collèges et les lycées en éducation prioritaire.

"Nous nous attaquons à un tabou, dénoncé par les associations et rappelé par le président de la République. Les règles ne sont pas un sujet de honte. La précarité menstruelle, si, et il est de notre devoir collectif de venir en aide à des centaines de milliers de femmes qui n'ont pas accès aux protections menstruelles et de soutenir les associations mobilisées dont je souhaite saluer le travail quotidien. C'est à la fois une question de santé publique et de solidarité !" a déclaré Olivier Véran, ministre des Solidarités et de la Santé, dans [un communiqué](#).

Un tabou à combattre

Les expérimentations menées en 2020 ont permis de répondre à certaines problématiques. Par exemple, l'académie de Lille a lancé la mise à disposition gratuite de protections périodiques à destination de filles d'établissements du second degré, de plus de 40 collèges et lycées relevant de l'éducation prioritaire. "Le tabou qui entoure la précarité menstruelle doit être combattu. De nombreuses initiatives, conduites par des associations, des collectivités et surtout par la mobilisation de la jeunesse, ont mis la lumière sur cette réalité qui frappe de trop nombreuses femmes dans notre pays. Aider ces femmes et ces filles en situation de précarité à recouvrer leur dignité et à préserver leur santé constitue dès lors une question de solidarité et de justice sociale. Nous sommes déterminés à poursuivre et renforcer les actions engagées pour que chaque femme et chaque fille en situation de précarité puissent avoir accès aux protections périodiques", a noté Élisabeth Moreno, ministre déléguée auprès du Premier ministre chargée de l'Égalité entre les femmes et les hommes, de la Diversité et de l'Égalité des chances.

Citée par RTL, Tara Heuzé-Sarmini, fondatrice de l'association Règles Élémentaires a estimé que cette annonce était "un très bon début". Louise Claverie, co-fondatrice de Menstruation and You (M.A.Y) a salué "un premier pas" contre la précarité menstruelle. Sur le terrain, les associations attendent maintenant de voir comment seront utilisés les fonds.

L'ÉTAT VA CONSACRER 5 MILLIONS D'EUROS CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE. MAIS EST-CE SUFFISANT ? par Mathilde Wattecamps, AuFeminin, le 17/12/2020

<https://www.aufeminin.com/news-societe/l-etat-va-consacrer-5-millions-contre-la-precarite-menstruelle-mais-est-ce-suffisant-s4020748.html>

L'État va consacrer 5 millions contre la précarité menstruelle. Mais est-ce suffisant ?

par Mathilde Wattecamps – créé le 17 décembre 2020



Élisabeth Moreno vient d'annoncer 5 millions de budget pour endiguer la précarité menstruelle, un enjeu de santé publique crucial. Suffisant ? Deux fondatrices d'associations expliquent leurs attentes.

Élisabeth Moreno vient d'annoncer 5 millions de budget pour endiguer la précarité menstruelle, un enjeu de santé publique crucial. Suffisant ? Deux fondatrices d'associations expliquent leurs attentes.

Emmanuel Macron avait évoqué le sujet de la [précarité menstruelle](#) sur Brut le 4 décembre 2020, indiquant souhaiter une réponse contre celle-ci avec les associations compétentes, les services sociaux et les communes. Élisabeth Moreno, ministre déléguée auprès du Premier ministre chargée de l'Égalité entre les femmes et les hommes, de la Diversité et de l'Égalité des chances l'a annoncé le 15 décembre 2020 : le budget alloué pour la [lutte contre la précarité menstruelle](#) sera augmenté en 2021, pour atteindre 5 millions d'euros dans les politiques publiques.

Ce budget sera partagé entre les différent.e.s acteur.trice.s qui mettent en place des dispositifs pour lutter contre le problème : associations, épiceries solidaires ou collectivités locales, entre autres.

Qu'en pensent justement les associations féministes qui travaille sur ce sujet ? Nous avons interrogé Tara Heuzé-Sarmini, fondatrice de [Règles Élémentaires](#), et Gaëlle Martin, fondatrice de [Menstruation](#).

"Un bon signal" contre la précarité menstruelle

"Nous sommes ravies d'apprendre cette bonne nouvelle en cette période compliquée, commente Gaëlle Marti. La réactivité de la part de l'Etat prouve à quel point le besoin est réel, important et immédiat. Cette avancée nous rassure et nous encourage dans la lutte contre la précarité menstruelle et dans nos actions. En tant qu'association militant dans ce domaine, notre espoir grandit et peut-être qu'un jour, nous atteindrons la gratuité des protections périodiques comme l'a fait l'Ecosse." Même accueil favorable de l'annonce chez Règles Élémentaires : "L'association vient de fêter ses 5 ans, donc nous sommes content.e.s que cette décision et ce vote entérine enfin l'importance de ce sujet au point de vue de la santé publique."

Mais attention : Tara Heuzé-Sarmini soulève des points d'attention quant à la mise en place de cette mesure : "On défend une approche holistique de la lutte contre la précarité menstruelle et l'accès à des produits d'hygiène de qualité pour les personnes en situation de précarité dans des lieux clés. On l'a déjà obtenu dans les prisons, mais c'est nécessaire que ce soit généralisé aux établissements scolaires, aux foyers, aux hôpitaux ..." L'association souhaite que soit généralisés des distributeurs de protection hygiéniques dans les lieux publics et privés, comme les entreprises.

Parmi les dispositifs à mettre en place autour de l'hygiène menstruelle, les deux militantes mettent en avant l'importance de l'éducation. "Il faut également insister sur la formation et la sensibilisation aux enjeux de santé autour des règles et de la précarité menstruelle, ainsi que du tabou des règles, surtout chez les plus jeunes." explique Tara Heuzé-Sarmini. Gaelle Martin confirme l'importance de diffuser des informations sur les menstruations, afin de sortir de la honte et des préjugés : "Lutter contre ce tabou est tout aussi important que le combat mené pour la gratuité !"

Rester vigilantes, pour éviter un simple effet d'annonce

Les deux associations reconnaissent donc toutes deux un premier pas positif. Mais leurs exigences restent constantes et elles se montrent vigilantes concernant la suite. Chez Menstruaction, l'objectif serait de pouvoir bénéficier de la gratuité, comme en Ecosse : "Cette mesure représente un pas en avant dans la lutte contre la précarité menstruelle, mais demeure cependant insuffisante. En effet, une mesure ponctuelle ne permettra pas de répondre à une problématique constante.. De plus, nous savons que l'Ecosse débloque environ 28 millions d'euros par an pour répondre à ce besoin pour l'entièreté de leur population . De ce fait, attribuer seulement 5 millions d'Euros pour la France ayant une population douze fois plus importante que l'Ecosse, ne permettra pas de satisfaire le besoin de toutes les personnes concernées."

Pour Règles Élémentaires, mieux vaut privilégier une approche ciblée : "Nous on demande la gratuité totale uniquement pour les personnes en situation de précarité. Nous sommes très admiratives et inspirées dans ce que fait l'Écosse, mais il y a un bémol : en promouvant la gratuité absolument pour tout.e.s ils s'engagent sur du 100% jetable, ce qui n'est pas ce qu'on demande." En effet, les deux militantes insistent sur l'importance de la dimension écologique autour de la précarité menstruelle. Gaelle Martin demande que la transition s'opère vers des produits "soucieux de notre environnement et de notre corps, au vu de l'impact écologique conséquent que représentent les protections jetables." Tara Heuzé-Sarmini souhaite "la responsabilisation des fabricants quant aux composants de leurs produits."

Que répondre à ceux qui trouvent que 5 millions, c'est déjà trop, une critique qui revient constamment ? Selon les opposant.e.s de cette lutte, si on commence à rendre gratuite les protections hygiéniques, pourquoi pas la gratuité de tous les produits d'hygiène, comme le papier toilette ? Tara Heuzé-Sarmini a la réponse à ces détracteur.rice.s : "Le papier toilette est un très bon exemple, mais qui n'est pas utilisé à bon escient ! Chez Règles Élémentaires, nous ne demandons pas une gratuité inconditionnelle, pour tout le monde. Mais à ce que les protections hygiéniques soient aussi accessibles que le papier toilette. Il faut réaliser que le papier toilette, ce n'est pas gratuit. En revanche, dans les administrations publiques, dans les hôpitaux, les écoles, les entreprises, etc., bref, dans des lieux clés, des budgets sont alloués à cela. Ce qu'on demande, c'est donc qu'on crée un budget aussi pour les protections hygiéniques." De quoi couper court aux critiques à l'emporte-pièce.

<https://rue89bordeaux.com/2020/12/les-regles-de-l-art-pour-bien-vivre-son-cycle-en-gironde/>



LA BELLE COQUINE

Les règles de l'art pour bien vivre son cycle en Gironde

Qu'il dure 3 jours ou une semaine, qu'il revienne tous les 26, 28 ou 31 jours, qu'il soit difficile ou facile à vivre, le cycle menstruel s'impose à toutes. De la même façon que les hirondelles marquent le retour du printemps, chaque femme en bonne santé ainsi chaque mois un rappel de sa fertilité. Mais sait-on tout de ce sujet tabou ? L'association bordelaise Nouveaux Cycles propose quelques pistes pour vivre ses ragnagnas sans se ronger les sangs, du yoga menstrual à la symptothermie, en passant par des protections plus saines, plus économiques et plus écologiques.

Qu'il dure 3 jours ou une semaine, qu'il revienne tous les 26, 28 ou 31 jours, qu'il soit difficile ou facile à vivre, le cycle menstruel s'impose à toutes. De la même façon que les hirondelles marquent le retour du printemps, chaque femme en bonne santé ainsi chaque mois un rappel de sa fertilité. Mais sait-on tout de ce sujet tabou ? L'association bordelaise Nouveaux Cycles propose quelques pistes pour vivre ses ragnagnas sans se ronger les sangs, du yoga menstrual à la symptothermie, en passant par des protections plus saines, plus économiques et plus écologiques.

L'association bordelaise Nouveaux Cycles (rien à voir avec la petite reine, mais plutôt avec un peloton de princesses) milite sur diverses thématiques liées à la féminité depuis 2019 : la contraception et la fertilité, la sexualité, et la santé féminine, mais aussi, comme son nom l'indique, les menstruations, les règles, les ménorrhées, les ragnagnas, les anglais, peu importe comment on les nomme.

Six ans de menstruations

Si une femme vit en moyenne 450 cycles menstruels avant sa ménopause, soit 2250 jours de règles (soit plus de six ans), 25% de la population féminine souffre de dysménorrhée ou pour le dire plus simplement de règles douloureuses. Une fatalité qui peut trouver des palliatifs dans des pratiques telles que le yoga menstrual. Cette activité physique a été mise en avant par la « vulvavanture #2 » organisée par l'association il y a quelques semaines.

Parce qu'il permet d'apaiser, de recentrer, et de renforcer le corps et l'esprit, le yoga est une pratique particulièrement recommandée pendant le cycle. Avec des positions particulières qui permettent de soulager les douleurs menstruelles, le yoga menstrual diminuera la dysménorrhée autant qu'il aidera à équilibrer l'humeur.

Inégalité féminine

Bien entendu, toutes les femmes ne souffrent pas face à leurs règles. Si certaines s'accommodent de cette période dans tous les sens du terme, d'autres affrontent une difficulté non pas physique mais pécuniaire. Il faut rappeler qu'avoir ses règles coûte, tout au long de la vie, pas loin de 8000 euros. Et beaucoup doivent parfois choisir entre manger ou vivre leur féminité, en particulier les femmes en situation précaire, les détenues et les SDF dont 40% sont des femmes.

« 1,7 million de femmes sont victimes de la précarité menstruelle et manquent de produits d'hygiène intime (source : Etude IFOP pour Dons Solidaires, 2019), indique [Règles Élémentaires](#). Elles n'ont pas les moyens de s'acheter des produits d'hygiène intime – ou pas en quantité suffisante – les empêchant de vivre leurs règles dignement. Cela peut provoquer de graves troubles physiques – démangeaisons, infections, syndrome du choc toxique pouvant occasionner la mort – et psychologiques – perte de confiance en soi, difficultés de réinsertion. »

L'association Règles Élémentaires s'engage pour offrir un accès aux protections pour toutes, avec l'installation notamment de points de collectes, où l'on peut faire don de serviettes, de tampons ou de protections dites zéro déchet.

Engagement écolo-économique

Depuis quelques années émerge en effet un mouvement de règles zéro déchet qui balaie trois faisceaux différents : économies menstruelles, écologie et santé. Quelques exemples marquants de chocs sceptiques ont en effet été relayés par les médias, soulignant les problèmes que peuvent engendrer la majorité des tampons lorsqu'ils sont portés trop longtemps. Mais le combat pour une offre périodique sans impact sanitaire est encore loin d'être gagné. Sans compter que plus de 2 milliards de tampons et de serviettes sont jetés chaque année.

Il est donc important d'envisager des solutions alternatives. Elles sont notamment mise en avant par l'association Zero Waste qui promeut l'utilisation des serviettes lavables, des culottes absorbantes et des cups. Toutes ayant une durée de vie de 5 à 10 ans on imagine aisément l'économie que cela peut engendrer.

Aller plus loin

Une dernière option pour gérer ses menstruations, c'est d'apprendre à se connaître intimement, et donc être capable de gérer la venue de son flux et en conséquence se départir de toute protection périodique. Mais cette capacité n'est pas donnée à toutes les femmes, et nécessite une certaine forme d'apprentissage. C'est ce que permet, notamment, la symptothermie.

Dans la mouvance, par exemple de l'auto exploration, cette méthode, basée sur l'observation des glaires cervicales, du col de l'utérus et de la température corporelle permet de comprendre et connaître son cycle et ainsi d'identifier ses périodes de fertilité (seulement pendant un tiers de son cycle), d'offrir une option de contraception zéro déchet, et enfin se pose comme un premier outil d'identification d'éventuels problèmes de cycle et donc de santé.

Un « connais toi toi-même » que devraient pouvoir maîtriser toutes les femmes, même si elles ne choisissent pas de le mettre forcément en action comme mode de contraception ou de protection.

LE GOUVERNEMENT DÉBLOQUE 5 MILLIONS D'EUROS POUR LUTTER CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE, par Gabrielle Andriamanjatoson, Daily Geek Show, le 20/12/2020

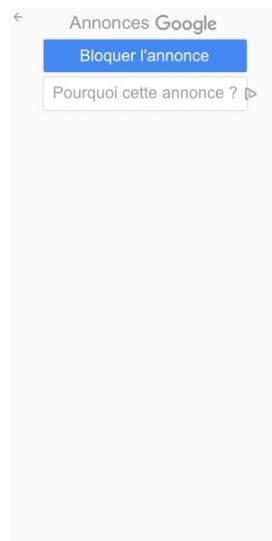
<https://dailygeekshow.com/budget-precarite-menstruel/>

Le gouvernement débloque 5 millions d'euros pour lutter contre la précarité menstruelle

Les femmes incarcérées, en situation de précarité ainsi que les élèves seront prioritaires



— MasAnyanka / Shutterstock.com



La difficulté d'accès aux protections hygiéniques est une triste réalité en France. Autrefois sujet tabou, la précarité menstruelle est désormais un phénomène qui soulève beaucoup d'attention et d'inquiétude. En France, 2 millions de femmes sont concernées. Pour leur venir en aide, le gouvernement a décidé de débloquer cinq millions d'euros en 2021.

La difficulté d'accès aux protections hygiéniques est une triste réalité en France. Autrefois sujet tabou, la précarité menstruelle est désormais un phénomène qui soulève beaucoup d'attention et d'inquiétude. En France, 2 millions de femmes sont concernées. Pour leur venir en aide, le gouvernement a décidé de débloquer cinq millions d'euros en 2021.

UNE MAJORATION DE 4 MILLIONS D'EUROS DU BUDGET PAR RAPPORT À 2020

Selon [un rapport rédigé par Le Monde](#), une femme a besoin d'environ 3 800 euros à partir de ses premières règles jusqu'à la ménopause pour se fournir correctement en [protections hygiéniques](#). Malheureusement, environ 2 millions de Françaises n'ont pas les moyens financiers pour subvenir à ce besoin de base. Cela signifie qu'au moins une femme sur dix souffre de [précarité menstruelle](#) en France. Parmi elles, les plus concernées par le problème sont les jeunes filles encore au collège ou au lycée, les femmes incarcérées ainsi que les femmes en situation de précarité.

Face à ce problème qui soulève désormais beaucoup d'indignation, le gouvernement a déclaré allouer un budget de 5 millions d'euros à la lutte contre la précarité menstruelle en 2021. Selon Olivier Véran et Elisabeth Moreno – respectivement ministre des Solidarités et de la Santé et ministre déléguée à l'Égalité femmes-hommes – ces fonds seront essentiellement utilisés pour renforcer les mesures qui sont déjà en place dans la lutte pour l'accès aux protections hygiéniques pour toutes les femmes. Ainsi, de nouveaux programmes de lutte ne sont pas prévus, et le budget alloué viendra en aide aux associations qui luttent déjà contre la précarité menstruelle.

Cette nouvelle allocation est très importante par rapport au million d'euros alloué en 2020. Avec ce budget initial, les autorités ont également commencé [une expérimentation sur la facilitation de l'accès aux protections hygiéniques](#). Parmi les mesures prises à cette occasion, des produits d'hygiène quasiment gratuits ont été mis à disposition des femmes en situation de précarité dans plusieurs lieux collectifs, dont des établissements scolaires et des épiceries solidaires. Avec le nouveau budget majoré de 4 millions d'euros, les efforts débutés en 2020 seront continués et améliorés.

UN EFFORT IMPORTANT, MAIS PAS ENCORE SUFFISANT DANS LA LUTTE CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE

Rappelons également que cette rallonge dans la lutte contre la précarité menstruelle fait suite à une interview d'Emmanuel Macron avec [Brut](#). À cette occasion, le président avait promis de renforcer les efforts dans ce domaine. Face à l'application de cette promesse, les associations ont salué l'initiative, mais ont fait remarquer que cela n'est pas encore suffisant. « [Nous saluons] la décision d'augmenter ce budget, qui n'est sans doute pas suffisant, mais qui acte le fait qu'il s'agit d'un problème de santé publique », a déclaré Tara Heuzé-Sarmini, directrice de Règles Élémentaires. Cette association a notamment été la première à soulever le problème de la précarité menstruelle en France.

Si les efforts déployés par le gouvernement français dans la lutte contre la difficulté d'accès aux protections hygiéniques sont effectivement louables, c'est encore loin des pratiques en cours dans des régions comme l'Écosse, le Canada, le Kenya, l'Illinois ou l'Australie. En Écosse, l'accès aux protections hygiéniques est entièrement gratuit. Dans les autres régions précédemment énoncées, les protections menstruelles ne sont pas soumises aux taxes, ce qui diminue considérablement leur prix. En France, les protections hygiéniques sont encore soumises à la « taxe rose », à hauteur de 5,5 % du coût du produit. Mais c'est déjà mieux qu'en 2015 et les années précédentes, période durant laquelle ce type de produits était soumis à une TVA de 20 %.

5 MILLIONS D'EUROS POUR LUTTER CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE, par auteur·ice inconnue, SudOuest, le 16/12/2020

<https://www.sudouest.fr/2020/12/16/5-millions-d-euros-pour-lutter-contre-la-precarite-menstruelle-8197260-4696.php>

5 millions d'euros pour lutter contre la précarité menstruelle

Lecture 2 min

A La Une • Politique • Santé



« 3 800 euros pour une vie ». C'est l'estimation par le journal [Le Monde](#) du coût généré par l'achat de protections périodiques – serviettes et/ou tampons – entre le moment où une femme a ses premières règles (13 ans en moyenne) et la ménopause, pendant la cinquantaine. 3 800 euros, c'est beaucoup. C'est même beaucoup trop pour 1,5 à 2 millions de femmes françaises, selon une évaluation du gouvernement.

Début décembre, lors de sa dernière interview télévisée, le président de la République s'en était ému. Hier soir, le ministre de la Santé Olivier Véran et la ministre déléguée à l'Egalité entre les femmes et les hommes, Elisabeth Moreno se sont fendus d'un communiqué commun dans lequel ils annoncent que 4 millions d'euros viendront s'ajouter, à partir de 2021, au million d'euros déjà alloué en 2020 à la lutte contre la précarité menstruelle.

Etablissements scolaires, pénitentiaires...

La première enveloppe a servi à expérimenter plusieurs dispositifs, ciblant prioritairement les collèges et lycées en éducation prioritaire, les établissements pénitentiaires et les associations d'aide aux sans-abris. Pour l'essentiel, il s'agit de mettre à disposition gratuitement des protections périodiques, comme dans une quarantaine d'établissements de l'Académie de Lille.

Il s'agit aussi de soutenir des actions de sensibilisation à l'hygiène intime pour les femmes hébergées ou suivies par l'Armée du Salut et la Croix-Rouge Française. Car la précarité menstruelle expose également à des risques pour la santé. Lorsque les protections ne sont pas renouvelées assez fréquemment, par exemple.

Problème de santé publique

Que pensent les associations de terrain de cette rallonge annoncée ? Tara Heuzé-Sarmini salue « la décision d'augmenter ce budget, qui n'est sans doute pas suffisant mais qui acte le fait qu'il s'agit d'un problème de santé publique ». Mais pour la fondatrice et directrice générale de Règles Élémentaires, première association à avoir fait émerger le sujet en France, il est trop tôt pour dire si le compte y est.

« Nous serons vigilants sur l'utilisation de ces fonds », prévient Tara Heuzé-Sarmini, qui, outre la mise à disposition gratuite de produits d'hygiène intime pour les personnes en situation de précarité (dans les foyers d'hébergements, les hôpitaux...), milite aussi pour le soutien au déploiement de distributeurs de ces produits – non gratuits – dans un maximum de lieux privés et publics.

Non gratuits ? « On ne défend pas la gratuité inconditionnelle pour toutes, explique la fondatrice de Règles Élémentaires, car la gratuité a un coût. Cela voudrait dire qu'on limite le choix des personnes à quelques références, surtout jetables. Nous estimons que les protections d'hygiène intime relèvent d'un choix individuel ».

A noter : En Ecosse, les parlementaires ont voté fin novembre, à l'unanimité, l'accès gratuit aux protections périodiques à « toute personne » en ayant besoin. Les écoles, collèges et universités devront mettre gratuitement à disposition dans leurs toilettes une gamme de produits périodiques. De plus, le gouvernement écossais aura le pouvoir d'obliger d'autres organismes publics à fournir gratuitement ces produits. Budget annuel : l'équivalent de 11 millions d'euros. C'est une première mondiale.

L'INFLUENCE "MY BETTER SELF" S'ENGAGE CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE, par Mathilde Pereira Karsenti, Huffington Post, le 24/12/2020

https://www.huffingtonpost.fr/entry/l'influenceuse-mybetterself-s'engage-pour-lutter-contre-la-precarite-menstruelle_fr_5fe329bfc5b6e1ce83375e8d

L'influenceuse "MyBetterSelf" s'engage contre la précarité menstruelle

À travers un post Instagram, cette jeune femme de 23 ans, qui défend les valeurs du "Body positive", décide de venir en aide aux femmes en situation de "grande exclusion".

Par Mathilde Pereira Karsenti

23/12/2020 16:56 CET | Actualisé décembre 24, 2020

FEMMES - Vous avez très certainement vu passer cette photo en story sur Instagram ces deux derniers jours. De son vrai prénom Louise, l'influenceuse "MyBetterSelf" a lancé ce lundi 21 décembre, un "défi" à sa communauté pour lutter contre la [précarité menstruelle](#). La jeune femme, au nombre florissant d'abonnés, a publié une photo d'elle tenant dans sa main droite une liasse de billets de 100 dollars et arborant une couronne d'[applicateurs de tampon](#).

La jeune femme, dont le message principal tend à décomplexer les femmes et à défendre les valeurs du "Body positive", touche, à travers ce post visible ci-dessous, un sujet sensible. "1,7 million. C'est le nombre de femmes en situation de précarité menstruelle en France. Des femmes qui doivent choisir chaque mois entre [acheter une boîte de tampons](#) ou avoir assez à manger à la fin de la journée", écrit-elle dans son post. Cette donnée, également rapportée par le [Ministère des Solidarités et de la Santé](#), est avancée par l'association Règles élémentaires.

Mais pourquoi ce cliché sur fond turquoise circule si rapidement sur les réseaux sociaux? Sous la photo, un message détaille le principe de cette action. Pour chaque partage de sa publication en story, l'influenceuse explique que la mutuelle pour les 18-28 ans Nutuus, soutenue par la marque de protections périodiques Nana, s'engage à reverser bénévolement une boîte de protections menstruelles à l'association "Agir pour la Santé des Femmes". Elle précise que cette association "vise à améliorer la prise en charge et l'état de santé des femmes et toutes personnes s'identifiant comme tel en situation de grande exclusion."

Presque un million de likes

Alors que le post a été partagé des milliers de fois au cours de ces dernières 48 heures, la jeune femme a répondu à une critique qui lui est souvent revenue. Certains ont en effet pointé du doigt l'incohérence d'organiser une action avec à la clé des protections menstruelles jetables, [de fait non respectueuses de l'environnement](#), alors que l'instagrameuse défend au quotidien l'adoption d'un comportement éco-responsable.

"Les femmes en situation de précarité menstruelle n'ayant souvent pas accès à un point d'eau, les culottes menstruelles ou les cups ne sont pas une option pour la majorité. Elles sont donc avant tout demandeuses de serviettes ou de tampons." rétorque-t-elle. D'autres critiques ciblent plus précisément le fait que la jeune femme s'associe avec Nana, accusé notamment de manquer de transparence sur la composition de ses produits.

Sur Twitter, une internaute rappelle que c'est un énorme coup de communication pour la jeune femme, mais aussi et surtout pour la marque de produits hygiéniques. Elle souligne qu'il est très dérangeant d'exiger des "likes" pour donner aux femmes des produits essentiels.

Un point de vue partagé par le compte SPMtamère, suivi par 86.000 abonnés sur Instagram. Dans sa story, la personne derrière le profil dénonce le "feminism washing" opéré par Nana, entreprise qui refuse depuis toujours de communiquer "en toute transparence" sur la composition de ses produits.

La jeune femme dit ne pas comprendre les reproches. "Tu mènes une action solidaire qui a pour but de donner de la visibilité à une cause qui a du sens et des personnes trouvent quand même le moyen de critiquer", écrit-elle en story. Elle invite les marques, qui souhaiteraient elles aussi contribuer à l'initiative, à la contacter.

À l'heure actuelle, les chiffres continuent de s'emballer avec presque un million de likes sous le post. Du jamais-vu pour la jeune femme. "Je suis tellement fière de vous, je ne m'attendais pas à ça. Ça me touche vraiment", dit-elle dans sa story du jour. Elle précise par ailleurs qu'elle tiendra au courant ses abonnés de l'évolution de la collecte. "J'irai moi-même collecter les protections hygiéniques chez Nana en fonction du nombre de partages et ensuite les reverser à l'association".

Alors que le 24 novembre dernier, l'Écosse est devenu le premier pays au monde à rendre les protections périodiques gratuites pour toutes les femmes, le gouvernement français a annoncé, le 15 décembre, qu'il allait porter à cinq millions d'euros le budget pour lutter contre la précarité menstruelle en 2021. En effet, le ministre de la Santé, Olivier Véran tend à "renforcer le combat mené par les associations pour l'accès de toutes les femmes aux protections périodiques".

PRÉCARITÉ MENSTRUELLE : POURQUOI LES INTERNAUTES PARTAGENT-ILS CETTE PHOTO ?, par Marius François, Néon, le 23/12/2020

<https://www.neonmag.fr/precariete-menstruelle-pourquoi-les-internautes-partagent-ils-cette-photo-566975.html>

Précariété menstruelle : pourquoi les internautes partagent-ils cette photo ?



Des partages en pagaille sur Instagram. Une photo de l'influenceuse @mybetterself se propage à toute vitesse sur le réseau social. Le but ? Alerter sur la précarité menstruelle et faire une belle action.

Vous avez peut-être vu passer cette photo en story sur Instagram. L'influenceuse Louise (@mybetterself) aux 435 000 abonnés porte une couronne d'applicateurs de tampon et tient dans sa main droite une liasse de billets de 100 dollars. Mais pourquoi ce cliché pris par la photographe Lisa Miquet fleurit-il un peu partout sur la plateforme ? En partenariat avec la mutuelle Nutuus et la marque de protection périodique Nana, l'Instagrameuse veut sensibiliser à la question de la précarité menstruelle.

Elle rapporte le chiffre de 1,7 million de femmes qui n'ont pas les moyens de se procurer les produits pour leur flux menstruel. Cette donnée, également relayée [par le ministère des Solidarités et de la Santé](#), est celle de l'association Règles élémentaires. « Des femmes qui doivent choisir chaque mois entre acheter une boîte de tampons ou avoir assez à manger à la fin de la journée », alerte Louise. Elle explique alors que pour chaque partage de sa publication, la mutuelle reversera une boîte de protections menstruelles à l'association Agir pour la Santé des Femmes.

Un post partagé massivement sur Instagram

À ceux qui estiment que la cup ou les [culottes menstruelles](#) sont une solution pour les personnes qui n'ont pas les moyens, Mybetterself répond « Les femmes en situation de précarité menstruelle n'ayant souvent pas accès à un point d'eau, les culottes menstruelles ou les cup ne sont pas une option pour la majorité. Elles sont donc avant tout demandeurs de serviettes ou de tampons ». En effet, les femmes sans domicile fixe, par exemple, sont parmi les premières concernées.

Rapidement, les chiffres se sont emballés. À l'écriture de ces lignes, près de 600 000 internautes ont liké le post et près de 2 400 commentaires qui apparaissent sous la publication, en seulement une journée. « Un grand merci de soutenir nos actions auprès des femmes en grande précarité », salue l'association. Alors que [l'Écosse est récemment devenu le premier pays à rendre gratuites les protections périodiques](#), Olivier Véran a annoncé le 15 décembre que le gouvernement allait [porter à 5 millions d'euros](#) le budget alloué à la lutte contre la précarité menstruelle.

NRJ RADIO STREAM AVEC BRAK ET LOUIS, Podcast, le 23/12/2020

<https://podcasts.apple.com/fr/podcast/le-replay-dnrj-radio-stream-du-mercredi-23-d%C3%A9cembre/id1535500385?i=1000503364131&l=en>



Le Replay d'NRJ Radio Stream du Mercredi 23

Décembre

NRJ Radio Stream

Comedy

[Listen on Apple Podcasts ↗](#)



NRJ RADIO STREAM avec Brak et Louis

[Episode Website ↗](#)

[More Episodes](#)

"SOIE-ROUGE" : DE LA COUTURE CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUUELLE, par Edgar Sabatier, Medium, le 17/12/2020

<https://medium.com/sans-a-avec-histoires/soie-rouge-de-la-couture-contre-la-précarité-menstruelle-f4e7b983be66>

"Soie-Rouge", de la couture contre la précarité menstruelle

Sans A_ Dec 17, 2020 · 5 min read



Estelle et Julie ont fondé Soie Rouge en juillet 2020 pour fournir des protections hygiéniques réutilisables aux femmes précaires. À partir de tissus récupérés, les serviettes et lingettes sont cousues main par les bénévoles de l'association, à leur domicile ou lors des ateliers de couture hebdomadaires.

« Mince, j'ai accroché. Celle-ci est bonne pour la poubelle. » Roxana se déconfit, tout en montrant sa serviette hygiénique au reste de la petite assemblée. La jeune italienne, bénévole de l'association Soie-Rouge, veut retrouver sa première création, très réussie selon elle, pour se redonner un semblant d'estime. Mais ne parvient pas à remettre la main dessus, dans cet atelier improvisé au Pavillon des Canaux, un bar du 19e arrondissement de Paris. « Et bien, vous n'avez plus qu'à me croire sur parole », lâche-t-elle au milieu des rires épars, avec cet accent qui roucoule de malice.

Comme Roxana, la plupart des volontaires présents aujourd'hui sont apprentis en la matière. Mais tous se retrouvent chaque semaine, dans le décor coquet de cette vieille maison bourgeoise-bohème, pour lutter contre la précarité menstruelle. La besogne est calme, joyeuse. Les discussions feutrées dominent à peine le murmure des machines. Une ambiance moelleuse de salon de thé.

« C'est l'opportunité de m'impliquer concrètement dans une cause qui me tient à cœur », explique Lisa, 25 ans, jeune styliste fraîchement diplômée. « Cela me permet aussi de me faire la main dans un exercice que, paradoxalement, je maîtrise assez peu. »

Du tissu, des aiguilles et de la bonne humeur

C'est lors du déconfinement à l'été dernier, tout bêtement autour d'une bière, que le concept est né d'une discussion entre Julie et Estelle, toutes deux engagées depuis toujours dans le bénévolat. « On a vu plein d'associations qui cousaient main des masques pour les personnes précaires. Alors, pourquoi pas les serviettes hygiéniques ? », raconte Julie. Lorsque Soie-Rouge démarre son activité en juillet dernier, il est seulement question que les couturiers et couturières produisent les protections depuis leur domicile. À vélo ou en bus, les deux comparses sillonnent Paris pour récupérer les tissus dans des ressourceries et les acheminer ensuite chez les bénévoles. « La mairie du 14ème arrondissement a même organisé des collectes de tissus pour nous ! »

Puis, de fil en aiguille, l'idée de fédérer les bénévoles autour d'ateliers participatifs s'est imposée aux deux fondatrices comme une évidence. Depuis octobre, ces rendez-vous hebdomadaires rencontrent un franc succès. « Mesures sanitaires obligent, on doit limiter le nombre de volontaires pour respecter la distanciation. De fait, trois groupes de maximum dix personnes se relaient sur trois créneaux différents, entre 10 et 16 heures. »

Ouvert à toutes et à tous, l'atelier se veut éclectique. « On a vraiment toutes sortes de profils. Des jeunes, des moins jeunes. Des gens très impliqués dans le volontariat, d'autres qui souhaitent simplement passer un moment convivial, s'occuper utilement », explique Estelle, co-fondatrice du mouvement. Loin du labeur cadencé des usines de textiles, ici, chacun applique ses gestes avec soin, à son propre rythme. « Il nous arrive aussi d'accueillir des pros », révèle Estelle. « La semaine dernière, on avait une dame qui donne des cours de couture. Cet après-midi, on a un jeune homme réparateur de machine. » Ce jeune homme, c'est Jean. Âgé de 26 ans, il s'est récemment réorienté vers cette branche manuelle de niche en montant sa propre société de dépannage. Ancien bénévole de La Croix-Rouge, il cherchait à se réinvestir depuis un certain temps. « Quand j'ai vu Soie-Rouge, je me suis dit que c'était l'occasion de concilier mon nouveau domaine d'exploitation et le bénévolat », raconte celui qui, depuis le début de l'atelier, va de chaise en chaise pour ajuster des réglages et résoudre les pépins que rencontrent ses partenaires.

Des tampons ou des pâtes

« Nous avons déjà entamé des partenariats avec des foyers, des centres d'accueil, et des associations », raconte Julie. « À l'avenir, nous voulons également organiser des distributions auprès des étudiantes les plus précaires, touchées de plein fouet par la crise. » En France, selon l'[IFOP](#), 1,7 million de femmes seraient concernées par la précarité menstruelle et subissent une violence financière qui menace leur santé. Toujours selon l'étude, 130.000 adolescentes en France manquent l'école durant leurs règles, faute de pouvoir acheter des produits hygiéniques. Soie-Rouge entend persévérer dans son action pour que les femmes précaires, jeunes et moins jeunes, n'aient jamais à affronter ce genre de dilemmes : « Nous refusons qu'une personne doive faire le choix entre payer son loyer, s'alimenter ou s'offrir des serviettes ». Emmanuel Macron, récemment interpellé sur cette question par le média Brut, a répondu avoir demandé à « avancer » sur cette question urgente. Si la Fondation des femmes, et le collectif Georgette Sand et l'association Règles Élémentaires se sont réjouies que le Président de la République aborde enfin le sujet, elles l'ont surtout exhorté, dans un communiqué de presse, à « passer aux actes ». 14 heures, c'est le roulement. « Il y a un atelier la semaine prochaine ? », demande deux dames qui, ravies de cet essai, sont décidées à renouveler l'expérience. D'un groupe à l'autre, la transition se fait au compte-gouttes. Pour combler les retards et garder les machines chaudes, certaines proposent même de faire des heures supplémentaires en échange d'une nouvelle tasse de thé. Sur la table rustique de la salle à manger, les protections finalisées forment à présent un joli monticule. « En comptant la production de l'atelier et celle des bénévoles à domicile, on réalise une moyenne de 150 serviettes par semaine », se félicite humblement Julie. « Mais on a encore du travail devant nous. Car plus on grandit, plus on est sollicité ! », explique celle qui a dû se mettre à mi-temps pour mieux se consacrer à l'association.

« Eh bien moi, j'aurai besoin d'un troisième confinement pour atteindre un bon niveau », reconnaît Roxana, sur le départ. Heureusement pour certains, ici, à Soie-Rouge, l'humour et la bonne humeur prime sur les quotas.

UN POST SUR INSTAGRAM RELANCE LE DÉBAT SUR LA PRÉCARITÉ MENSTRUUELLE ET LA COMPOSITION DES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES, par auteur·ice inconnu·e, L'Obs, le 24/12/2020

<https://www.nouvelobs.com/droits-des-femmes/20201224.OBS38022/un-post-sur-instagram-relance-le-debat-sur-la-precarite-menstruelle-et-la-composition-des-protections-hygiéniques.html>

L'OBST > SOCIÉTÉ > DROITS DES FEMMES

Un post sur Instagram relance le débat sur la précarité menstruelle et la composition des protections hygiéniques

L'influenceuse Mybetterself sur Instagram a proposé d'offrir, en partenariat avec une mutuelle, une boîte de protections menstruelles à chaque partage de son post. Critiquée, les controverses autour de la composition de ces protections ont refait surface.

Par L'Obs

Publié le 24 décembre 2020 à 19h41

L'influenceuse Mybetterself sur Instagram a proposé d'offrir, en partenariat avec une mutuelle, une boîte de protections menstruelles à chaque partage de son post. Critiquée, les controverses autour de la composition de ces protections ont refait surface.

Si vous êtes sur Instagram, vous avez peut-être vu passer ce post de [l'influenceuse Mybetterself](#). On y voit la jeune femme qui porte une couronne de tampons hygiéniques sur les cheveux. La légende de la photo mentionne : « 1 partage en story = 1 boîte de protections menstruelles données à une association ».

Le post a été énormément partagé, prouvant de l'adhésion de bon nombre d'utilisateurs de la plateforme Instagram à cette cause. L'initiative a également été pointée du doigt, notamment car la marque de protections hygiéniques Nana était taguée sur le post. Sur [le compte Instagram Spmtamere](#), on peut lire :

« La marque Nana n'est pas associée à cette action pour la bonne cause, mais bien pour se faire une belle image, plus humaine, plus jolie, qui nous ferait presque oublier les saloperies qu'elle impose à notre corps et à notre portefeuille. »

« Nana c'est aussi la marque qui n'a rien eu à faire de la baisse de TVA sur les protections menstruelles [...] Nana et toutes ses copines n'ont pas baissé le tarif de leurs produits et ont profité de cette baisse de TVA pour faire encore plus de fric. »

Le problème de la TVA

Au 1er janvier 2016, [la TVA a effectivement été baissée à 5,5 %](#) sur les protections périodiques, alors qu'elles étaient taxées à 20 %, autant que les produits de luxe. Depuis, aucun bilan officiel n'a été tiré sur l'évolution des prix des protections périodiques.

Malgré cela, la précarité menstruelle est toujours [une réalité en France](#). Selon l'association Règles élémentaires, ce sont aujourd'hui 1,7 million de femmes qui en sont victimes, soit près d'1 femme sur 10.

[Mybetterself, dans un autre post Instagram, a répondu](#) aux critiques et a donné plus de détails sur son initiative. Elle affirme qu'elle n'a signé aucun partenariat avec la marque Nana et qu'elle travaille bénévolement main dans la main avec nutUus, une mutuelle pour les 18-28 ans. Elle ajoute :

« Le principe du partage de post a été mis en place afin de pouvoir offrir une plus grande visibilité à la cause de la précarité menstruelle [...] Pour pouvoir reverser des protections menstruelles, il faut bien que des marques puissent en fournir. Nous en avons donc contacté, et nous en contacterons également d'autres afin de pouvoir assurer notre engagement. »

Des compositions controversées

La composition des tampons et autres protections hygiéniques pose également question. Il est difficile de la trouver sur les boîtes de tampons car les fabricants ne sont pas obligés de rendre public leurs composants.

[En 2018, l'Anses a indiqué](#) que ses essais « ont révélé la présence de substances chimiques dans les tampons, les coupes menstruelles, les serviettes hygiéniques et/ou les protège-slips mais sans dépassement des seuils sanitaires ». Les scientifiques ont trouvé des traces de pesticides, d'hydrocarbures et de perturbateurs endocriniens dans les tampons.

En ce qui concerne les suspicions de lien entre le syndrome du choc toxique et les protections périodiques, l'Anses « n'a pas mis en évidence de relation directe entre les propriétés physico-chimiques des matériaux de ces protections intimes. L'expertise montre que le syndrome de choc toxique menstruel (SCT) est davantage lié aux conditions d'utilisation des protections intimes ».

Ce syndrome est une maladie aiguë et infectieuse causée par la libération d'une toxine bactérienne dans le sang, la TSST-1, produite par un type de staphylocoque doré. Le fait de porter des protections périodiques internes durant plusieurs heures aide le staphylocoque doré à se reproduire. C'est pourquoi, l'Anses recommande de « respecter les recommandations d'utilisation propres à chaque protection, en particulier celles sur le temps de port des tampons et des coupes. »

L'Anses demande également aux fabricants « d'améliorer la qualité des matières premières et de réviser certains procédés de fabrication afin d'éliminer ou de réduire au maximum la présence des substances chimiques ».

LES DÉPUTÉS ADOPTENT DÉFINITIVEMENT UN BUDGET 2021 RATTRAPÉ PAR LA CRISE, par Isabelle Couet et Renaud Honoré, Les Échos, le 17/12/2021

<https://www.lesechos.fr/economie-france/budget-fiscalite/les-deputes-adoptent-definitivement-un-budget-2021-rattrape-par-la-crise-1274982>

Les députés adoptent définitivement un budget 2021 rattrapé par la crise

L'Assemblée nationale a voté le projet de loi de Finances pour 2021, dont les équilibres économiques ont été profondément modifiés depuis sa présentation du fait du deuxième confinement. TVA pour les vaccins, dispositif Coluche : quelques ajouts du Sénat ont aussi été conservés par les députés.

[Lire plus tard](#) [Budget fiscalité](#) [Partager](#) [Commenter](#)



« Nos choix sont à la mesure de la situation actuelle », a assuré Olivier Dussopt, le ministre délégué aux Comptes publics. (Thomas Coex/AFP)

L'Assemblée nationale a voté le projet de loi de Finances pour 2021, dont les équilibres économiques ont été profondément modifiés depuis sa présentation du fait du deuxième confinement. TVA pour les vaccins, dispositif Coluche : quelques ajouts du Sénat ont aussi été conservés par les députés.

Officiellement, les députés viennent de voter, ce jeudi, pour l'adoption définitive du [projet de loi de Finances pour 2021](#) après trois mois d'examen. Dans les faits, c'est un peu comme si les parlementaires avaient voté à la fois un budget et un budget rectificatif, tant les [équilibres économiques ont été modifiés](#) entre la première lecture du texte en novembre et la deuxième lecture cette semaine. « Nos choix sont à la mesure de la situation actuelle », a souligné Olivier Dussopt, le ministre délégué aux Comptes publics.

Ainsi, entre le texte qui avait débuté son examen en octobre et celui adopté jeudi, les prévisions de recettes fiscales ont fondu de 22 milliards d'euros, conséquence logique du [deuxième confinement](#) et de la nouvelle rechute économique occasionnée. A l'inverse, l'exécutif a [ajouté 8 milliards de crédits supplémentaires pour des mesures d'urgence](#) (fonds de solidarité, chômage partiel, etc.) qui représentent désormais un effort de 20 milliards. Si bien que le déficit public est désormais attendu à 8,5 % du PIB fin 2021, et l'endettement à 122,4 %. « Ce sont des niveaux tout à fait historiques, qui n'ont pas vocation à être soutenus dans la durée », a expliqué Olivier Dussopt.

Pluie de milliards

Au-delà de cette pluie de milliards, cette dernière ligne droite de l'examen parlementaire aura permis d'enrichir le texte par petits ajouts. D'abord en préservant quelques mesures qu'avait votées le Sénat début décembre. Ainsi les députés ont maintenu la mise en place d'un taux de TVA à zéro pour les vaccins et les tests liés au Covid-19. Par ailleurs, [la suspension du jour de carence pour les agents publics](#) dont l'arrêt maladie est lié à l'épidémie a également été maintenue par l'Assemblée. Enfin, le plafond du « dispositif Coluche », qui permet de bénéficier d'une réduction fiscale pour tout don à un organisme caritatif, sera bien maintenu à 1.000 euros jusqu'à fin 2021. En revanche, la mesure votée par le Sénat [autour du taux réduit de TVA pour les travaux de rénovation](#) - dénoncée par la Fédération française du bâtiment comme une façon d'exclure certains travaux - a été supprimée.

Cette nouvelle lecture a aussi permis de parfaire le soutien aux finances des collectivités locales, à l'initiative de Jean-René Cazeneuve (LREM). L'Assemblée a reconduit l'an prochain le « filet de sécurité » des communes et groupements de communes, en l'adaptant aux nouvelles conditions. Le bloc communal bénéficiera d'une ressource fiscale au moins égale aux recettes moyennes de 2017 à 2019. Olivier Dussopt a indiqué que le coût de la mesure pourrait s'élever à 200 millions d'euros.

Précariété menstruelle

Enfin, les députés ont aussi voté le quintuplement des crédits alloués à la lutte contre la « précarité menstruelle ». En février dernier, le gouvernement avait expérimenté la gratuité des protections hygiéniques dans plusieurs lieux collectifs. Une décision prise dans la foulée du rapport des députées Laëtitia Romeiro Dias (LREM) et Bénédicte Taurine (LFI) sur « les règles et le tabou qu'elles constituent encore dans notre société ». Selon l'association Règles élémentaires, 1,7 million de femmes ont des difficultés d'accès à des protections périodiques. Le budget alloué à cette expérimentation était alors de 1 million. Il passe à 5 millions.