

**ASSOCIATION REGLES ELEMENTAIRES****Programme « Ensemble, changeons les règles »****OBJECTIFS**

- Accompagner l'installation des distributeurs de protections périodiques.
- Donner accès à des connaissances précises et sans tabous sur les règles, pour leur permettre d'appréhender leur rapport au corps et leurs relations interpersonnelles dans une optique d'égalité filles-garçons.
- Proposer un engagement citoyen autour de la précarité menstruelle à travers des temps de réflexion collectifs.

**DESCRIPTIF**

En France, chaque mois, 4 000 000 de personnes doivent choisir entre acheter à manger et acheter un paquet de serviettes jetables. Ce chiffre a doublé en 2 ans, comme l'illustre la dernière enquête de notre association réalisée avec Opinion Way, en mars 2023. Une fille sur deux a aussi déjà manqué l'école à cause de ses règles. Parmi elles, on en compte au moins 400 000 qui rate l'école à chaque fois en période de règles, c'est à dire au moins un jour par mois. Ces personnes, quel que soit leur âge ou leur situation, sont en situation de précarité menstruelle, soit parce qu'elles n'ont pas accès à des protections périodiques, soit parce qu'elles ne peuvent pas vivre leurs règles dignement. Au coût économique des règles s'ajoute en effet s'ajoute le poids du tabou. On parle peu ou pas des règles, alors que le premier pas pour savoir utiliser des protections périodiques, bien vivre ses règles, et comprendre son corps, c'est d'en parler. L'éducation menstruelle est donc déterminante dans la lutte contre la précarité menstruelle et pour l'égalité entre les filles et les garçons. Selon notre baromètre annuel, 60% des personnes interrogées n'ont reçu aucun enseignement formel à propos des règles et près de 100% des jeunes souhaiteraient en recevoir.

L'association propose des ateliers de sensibilisation en milieu scolaire, adaptés à chaque âge et à chaque moment de leur vie. Ces ateliers de sensibilisation de 2h visent à prévenir la précarité menstruelle, à briser le tabou des règles et à accompagner les jeunes dans la connaissance de leur propre corps, le respect du corps de l'autre, pour favoriser le mieux-être et le vivre ensemble. Ils pourront s'articuler de 2 façons :

1/ 1 atelier de sensibilisation de 2h, en classe entière :

- 1h30 de sensibilisation pour déconstruire les tabous et parler des règles comme enjeu public
- 30 min "Coup de sang" pour trouver des moyens d'actions concrets de lutte contre la précarité menstruelle

2/ 2 ateliers de sensibilisation de 2h, en classe entière :

- Atelier 1 : corps, limites, consentement, physiologie et santé hormonale
- Atelier 2 : santé menstruelle et égalité au prisme de la santé sexuelle

**PUBLIC**

A destination des élèves au sein des lycées franciliens et des membres des équipes éducatives.

**LIEU**

Dans et/ou en dehors de l'établissement : ces ateliers se tiendront au sein de l'établissement, en classe entière.

**INSCRIPTION**

Pour toute information, merci de prendre directement contact avec le partenaire régional aux coordonnées suivantes :

- Madame Florence LEPINE, Coordinatrice des actions jeunes
- Email : [florence@regleselementaires.com](mailto:florence@regleselementaires.com)
- N° de téléphone : 06 13 73 71 72