LUTTER CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE DANS LES STRUCTURES SOCIALES ET MÉDICO-SOCIALES : COMPRENDRE, PRÉVENIR, AGIR

Cette formation est organisée au sein des structures sociales et médico-sociales qui souhaitent accompagner un projet de lutte contre la précarité menstruelle dans leur structure et/ou être mieux outillées pour prévenir la précarité menstruelle dans leur accompagnement quotidien du public menstrué accueilli. Nous vous invitons à envoyer un mail : formation@regleselementaires.com pour planifier une formation.

PRÉREQUIS À LA FORMATION :

Aucun

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES DE LA FORMATION :

- Questionner les représentations liées aux règles pour briser les tabous qui y sont liés
- Comprendre les conséquences sanitaires, psychologiques et sociales de la précarité menstruelle
- Pouvoir identifier les signaux d'une situation de précarité menstruelle
- Savoir expliquer simplement la physiologie des règles au public accompagné
- Disposer des informations pour accompagner le public dans l'utilisation des protections périodiques
- Être plus à l'aise et outillé·e pour parler des règles avec le public accueilli

MODALITÉS DE LA FORMATION :

- Public : professionnel·les des structures sociales et médico-sociales, professionel·les de structures accompagnant des publics en situation de précarité, travailleurs sociaux et travailleuses sociales
- Durée : 6h00
- Format : présentiel
- Nombre de stagiaires : 10 à 20 stagiaires
- Délais d'accès : Les structures intéressées par la formation doivent nous contacter au minimum deux mois avant la planification de cette formation
- Modalités d'accès : pour toute demande, contactez-nous à cette adresse mail : formation@regleselementaires.com

Durée : 6h00

LA FORMATION PAR RÈGLES ÉLÉMENTAIRES

1 - HISTORIQUE DE RÈGLES ÉLÉMENTAIRES

En France, 16 millions de personnes ont leurs règles, et parmi elles, 4 millions sont en situation de précarité menstruelle. Face à ce constat alarmant, il est nécessaire d'agir et de se donner les outils pour mettre fin, collectivement, à la précarité menstruelle.

Créée en 2015, l'association Règles Élémentaires est la première association française de lutte contre la précarité menstruelle et le tabou des règles. À l'origine, l'association a été créée pour collecter et redistribuer des protections périodiques pour les personnes en situation de précarité menstruelle. Très vite, en plus de la distribution, il a été nécessaire de créer des outils pour faciliter la compréhension des règles et de la santé menstruelle. Nous avons donc développé des premiers ateliers d'information et de sensibilisation. Depuis 2020, ces ateliers se développent pour s'adresser à tous les publics : jeunes, bénéficiaires des protections redistribuées, agent·es et salarié·es des collectivités et des entreprises.

Pour faire cesser définitivement la précarité menstruelle, il faut aussi que chaque personne au contact de ces publics puisse écouter, orienter et relayer de l'information menstruelle de qualité.

Comment briser le tabou des règles et se sentir plus à l'aise pour en parler ? Comment orienter une personne en situation de précarité menstruelle vers des dispositifs pertinents ? Comment accompagner efficacement la mise en place d'un distributeur de protections au sein de sa structure ? Comment arrêter d' invisibiliser la santé menstruelle pourtant fondamentale dans la vie quotidienne des personnes qui ont leurs règles ?

En vous formant, vous pouvez vous aussi devenir les acteur·ices du changement !

L'éducation menstruelle est la transmission de la pédagogie visant à diffuser un socle de connaissances et d'informations suffisant pour :

- Bien vivre ses règles à tout âge et quel que soit son vécu
- Prévenir les risques de précarité menstruelle
- Prévenir les maladies et pathologies liées aux règles
- Mettre fin aux tabous et aux discriminations liés aux règles
- Favoriser l'égalité active

Nous souhaitons promouvoir une éducation menstruelle inclusive et adaptée à tous les contextes en valorisant la pédagogie active et la multitude de vécus des personnes qui ont leurs règles. **L'éducation menstruelle** est pour nous un vecteur puissant pour l'égalité de genre dans les différentes sphères de la vie personnelle et professionnelle.

Nos formations sont conçues pour répondre aux besoins diversifiés des professionnel·les du travail social, de la santé et de l'éducation. **Ces formations s'inscrivent dans la continuité de l'engagement de Règles Élémentaires pour diffuser une information claire et vérifiée sur les règles.**

PROGRAMME SYNTHÉTIQUE DE LA FORMATION :

- Les représentations autour des règles
- Le tabou des règles
- La précarité menstruelle, de quoi parle-t-on ?
  1. Définition
  2. Les conséquences sanitaires, sociales et psychologiques
  3. Le coût sociétal et financier des règles
  4. Les signaux d'alerte de la précarité menstruelle
  5. Comment agir dans sa structure ?
- La physiologie des règles : appareil génital et cycle menstruel
- Les produits périodiques jetables et lavables
- Mises en situation d'écoute
- Groupes de travail "agir contre la précarité menstruelle dans ma structure" et restitution collective
- Présentation des ressources et des outil

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP :

Règles Élémentaires assure des formations accessibles à toutes et tous en s'assurant au préalable que le lieu de la formation est adapté aux stagiaires présent·e·s.

Célestine, référente handicap est disponible à l'adresse **celestine.urruty@regleselementaires.com** pour accompagner les stagiaires en situation de handicap. Au sein de l'équipe nos formateur·ices sont formé·es à l'accueil des stagiaires en situation de handicap.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES UTILISÉES :

La formation repose sur une approche pédagogique active et participative :

- Apport du socle de connaissances théoriques : vulgarisation scientifique
- Travail sur les représentations
- Mises en situation
- Analyses de situations vécues ; échanges de pratiques et de témoignages entre professionnel·les
- Débat mouvant
- Aide au passage à l'action : transmission d'outils de sensibilisation, posture d'écoute et d'accompagnement des publics menstrués

MODALITÉS D'ÉVALUATION DE LA FORMATION :

Évaluation d'apprentissage du stagiaire :

- Questionnaire de connaissances (initial et final)
- Participation active des stagiaires
- Mises en situation
- Qualité des productions de groupe
- Restitutions associées

L'évaluation de la formation se fera en deux temps via :

Le jour de la formation :

- Un questionnaire initial d'évaluation des connaissances
- Un questionnaire final d'évaluation des connaissances qui correspond aux objectifs de la formation
- Un questionnaire d'évaluation de notre formation dans sa globalité

6 mois après la formation :

- Un questionnaire d'évaluation de l'impact des actions qui ont pu être mises en place dans votre structure

TARIF : 1 600 €

(si la formation ne rentre pas dans le cadre d'une prise en charge de nos partenaires financeurs)

