

Les règles,
c'est sale ?



On peut perdre
un tampon dans
son corps ? 🤔



Les règles,
ça sort par où ?



Se poser des questions sur les règles c'est normal,
ne pas avoir de réponse ce n'est pas normal.

Rendez-vous
sur parlonsregles.fr



**PARLONS
RÈGLES**

PAR



**RÈGLES
ELEMENTAIRES**



PARLONS RÈGLES, C'EST QUOI ?

La plateforme d'éducation menstruelle inédite, gratuite, expertisée et sans publicité qui vous donnera accès à de l'information vérifiée au sujet des règles.

Nous avons créé une page « relais » conçue spécialement pour vous aider à aborder le sujet des règles avec les jeunes. Elle comprend des articles, des vidéos et des séquences pédagogiques. Il existe également un volet « parent » avec des articles vers lesquels vous pouvez les orienter si nécessaire.

Des articles



Animer une heure de vie de classe autour des règles

Il s'agit de créer des ateliers et un moment pédagogique pour aborder le sujet des règles pendant l'école et au temps qui leur est dédié. L'objectif est de permettre aux élèves de mieux connaître les règles, de les accepter et de les intégrer dans la vie de la classe. Il est également possible de créer des ateliers de sensibilisation à la santé sexuelle et reproductive.

Les règles au Moyen Âge : l'Église, les sorcières (histoire - séquence pédagogique - 5ème)

Article de la rubrique « Histoire » de la plateforme.

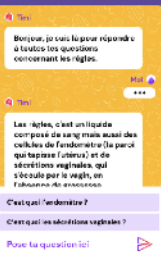
Article de la rubrique « Histoire » de la plateforme.

Des séquences

pédagogiques



Des vidéos



Les jeunes peuvent aussi poser toutes leurs questions à Timi, le **chatbot** conçu par Règles Élémentaires pour répondre à toutes leurs interrogations liées aux règles !



Rendez-vous
sur parlonsregles.fr



Parlons Règles est un projet créé par Règles Élémentaires, première association française de lutte contre la précarité menstruelle et le tabou des règles, agréée par l'Éducation nationale. Notre mission : permettre à toutes les personnes de vivre leurs règles dans de bonnes conditions et faire qu'avoir ses règles ne soit plus un frein dans leur quotidien.

www.regleselementaires.com