

Les règles, un tabou qui impacte la vie des Français·es

Baromètre exclusif mai 2022
Rapport de



“opinionway





Edito par Anne-Sophie Hamy-Petit

Médecin gynécologue et oncologue à l'Institut Curie, membre d'honneur de Règles Élémentaires



La liste des tabous ancestraux et des secrets millénaires liés à la santé féminine est longue. La contraception, nécessaire outil de maîtrise de la fertilité féminine, a longtemps été interdite, et est parfois encore cachée. L'avortement, pratiqué de manière clandestine pendant des siècles, continue à souffrir de désinformation et entraves. La ménopause, marqueur de vieillesse et synonyme de déclin, reste un passage de la vie éminemment tabou et qui est parfois tu jusqu'au sein des couples. Les secrets et les non-dits laissent le champ libre aux croyances et fantasmes, accompagnées d'émotions silencieuses comme la douleur, la honte, ou l'angoisse. Les menstruations n'échappent pas à cette « règle ».

La santé menstruelle est définie par un « état de complet bien-être physique, mental et social, et non la simple absence de pathologie ou d'infirmité, en relation avec le cycle menstruel ». **Et si l'heure était venue de vivre totalement sereinement ses règles ?**

Le Baromètre annuel - Sondage Opinion Way pour Règles Élémentaires lève le voile et dresse l'état des lieux. Il nous livre plusieurs enseignements :

- ➔ *Les idées fausses ont la vie dure* : la moitié des moins de 35 ans pense qu'il est normal d'avoir mal pendant ses règles.
- ➔ *Le retentissement des règles dans la vie active est réel* : Une jeune femme de moins de 24 ans sur 2 a déjà manqué l'école à cause de ses règles.
- ➔ *Les conséquences des règles qu'elles soient financières (précarité menstruelle), ou morales (moqueries, discriminations) sont désormais établies.*

Face à ce constat, plusieurs solutions doivent être proposées :

- ➔ Au niveau sociétal, continuer la déconstruction du tabou des règles : **L'image des règles doit être renormalisée.** La frontière entre le normal et le pathologique doit être clarifiée. **Nos institutions ont un rôle majeur à jouer** pour éduquer, sensibiliser et informer, notamment au cours d'un enseignement menstruel plébiscité par tou·tes.
- ➔ Au niveau des professionnels de santé, **dépister le retentissement des règles dans toutes ses dimensions** (physiques, mentales, financières, scolaires et professionnelles), pour mieux accompagner et orienter les personnes le nécessitant.
- ➔ Au niveau des pouvoirs publics, **intensifier et pérenniser la lutte contre la précarité menstruelle**, pour permettre à chacun.e de vivre dignement ses règles.

On ne peut que saluer, encourager, et soutenir les actions de l'association Règles Élémentaires, dans son combat citoyen de lutte contre la précarité menstruelle et le tabou des Règles, la condition nécessaire pour l'égalité homme – femme.

Dr Anne-Sophie HAMY-PETIT

**Maîtresse de conférences universitaires – praticienne hospitalière,
Université de Paris Cité**





Mise en perspective



À l'occasion du 28 mai, journée internationale de l'hygiène menstruelle et journée internationale d'action pour la santé des femmes, Règles Élémentaires rend public les chiffres de son baromètre annuel (*Sondage Opinion Way pour Règles Élémentaires*).

Économique, physique, psychologique et symbolique : **en 2022, le coût des règles demeure élevé pour les français·es**, et de plus en plus de personnes pensent qu'il faut lutter contre le tabou des règles dès le plus jeune âge.

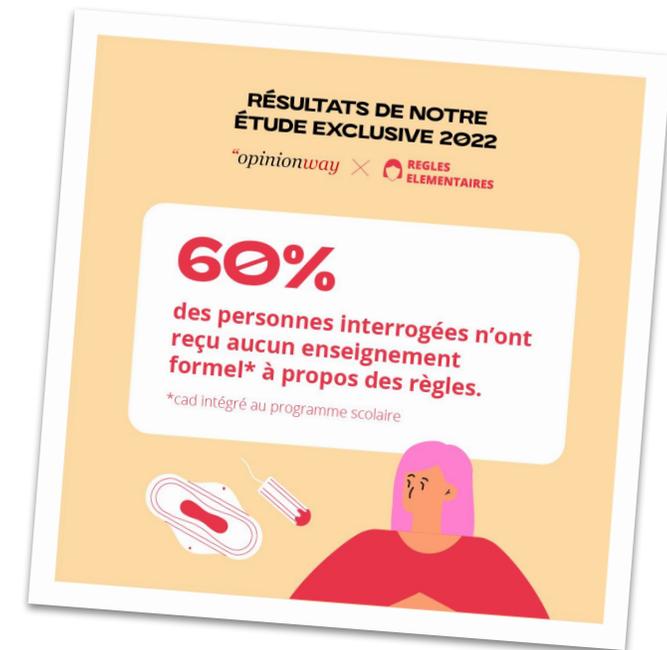
Aujourd'hui encore **les règles sont taboues pour un·e français·e sur deux**.

Elles se cachent derrière des euphémismes, des chuchotements et des images publicitaires qui promettent la liberté et des odeurs de fleurs des champs.

Les actes et les mots du quotidien qui consistent à cacher les règles, participent d'une mésinformation, voire d'une désinformation globale sur le sujet. Peeling à base de sang de règles, perturbation du cycle menstruel lié à l'infidélité, risque d'attirer les requins quand on se baigne...

Ces *fake news* et idées reçues peuvent prêter à sourire, mais elles restent répandues, et remplacent parfois un savoir élémentaire sur le processus physiologique des règles, le temps d'utilisation des protections périodiques, ou encore l'origine des douleurs de règles.

De fait, près de **60% des personnes interrogées n'ont reçu aucun enseignement formel à propos des règles**, et seulement un quart des jeunes qui sait qu'il y a des maladies liées aux règles, a appris à l'école, contre la moitié des jeunes, qui l'ont su grâce aux réseaux sociaux.



Or, si les réseaux sociaux peuvent permettre de faire émerger des sujets, d'en débattre, et de diffuser des informations, ils ne peuvent pas se substituer à un enseignement formel accessible à tou·tes, notamment dans le cadre scolaire.

De fait, la volonté d'un enseignement menstruel formel est unanime : tout genre, tout âge, et tout milieu social confondu, près de 85% des français·es y sont favorables. Chiffre qui se précise lorsqu'on interroge la part la plus jeune de la population. À titre d'exemple, **les 16-19 ans sont favorables à un enseignement menstruel à presque 100%.**



Et pour cause, les jeunes semblent les plus touché·es par la précarité menstruelle et les conséquences directes du tabou des règles :

- ➔ **Près d'un quart des moins de 35 ans a été confronté personnellement à la précarité menstruelle**
- ➔ **Près d'une jeune femme (de moins de 24 ans) sur deux a déjà manqué l'école à cause de ses règles**
- ➔ **Un tiers des jeunes femmes (de moins de 24 ans) a déjà subi des moqueries ou discriminations liées aux règles**
- ➔ **Près de la moitié des moins de 35 ans pense qu'il est normal d'avoir mal pendant ses règles**



À ces chiffres, on peut ajouter ceux du rapport OpinionWay pour **Plan International France L'hygiène menstruelle et les pays en voie de développement**, qui souligne que près de la moitié des filles ressentent de la honte lorsqu'elles ont leurs règles, et que plus des deux tiers ont déjà dû manquer un cours de sport à cause de leurs règles.

L'information et l'enseignement menstruel apparaissent donc comme les premiers outils pour que les règles ne soient plus, d'une part taboues, d'autre part sources d'inconfort, de honte, d'angoisse, et *in fine*, d'inégalités entre les femmes et les hommes.

L'autre pierre angulaire de l'action contre la précarité menstruelle et le tabou des règles demeure le rôle des pouvoirs publics. **8 français-es sur 10 pensent en effet que la précarité menstruelle est un enjeu de santé publique, et près de 9 français-es sur 10 pensent qu'il faudrait mettre à disposition des protections gratuites pour toutes les personnes qui en ont besoin.**

Ces deux dernières années, en France, un budget de 6 millions d'euros a été attribué à la lutte contre la précarité menstruelle. La mise à disposition de protections périodiques dans les prisons, les universités, certains lycées et certains collèges, a permis de venir en aide à certaines des personnes qui en avaient le plus besoin.

60% des personnes interrogées pensent néanmoins que le rôle des pouvoirs publics demeure insuffisant dans la lutte contre la précarité menstruelle. **En outre, plus de 80% des personnes interrogées sont favorables à la mise à disposition de protections périodiques, dans les lieux publics en général, et dans les établissements scolaires spécifiquement.**

Donner davantage accès aux protections périodiques apparaît donc comme une étape clé pour lutter contre la précarité menstruelle. Dans cette optique d'accessibilité, on se rend aussi compte que de plus en plus de personnes envisagent l'accès à la santé menstruelle dans sa globalité. **95% des personnes interrogées pensent ainsi qu'il serait légitime de rembourser les frais de santé liés aux troubles et pathologies des règles (comme les antidouleurs et antispasmodiques).**

De fait, le nombre de personnes concernées par des maladies de règles semble croissant, **puisque 20% des femmes interrogées souffrent d'une maladie des règles et 27% des personnes interrogées connaissent quelqu'un qui en souffre.**



Finally, the results of the annual barometer (*Sondage Opinion Way pour Règles Élémentaires*) put forward the willingness for a global and coordinated approach to menstrual health. In fact, from menstrual education, to the availability of periodic protections for all people who need them, up to the reimbursement of medicines allowing to reduce menstrual pains, the French seem ready to want to break the taboo of menstruation, provided that public powers put the necessary means.

Règles Élémentaires is the first French association fighting against menstrual poverty and the taboo of menstruation. Our actions are organized around 3 pillars: citizen mobilization, thanks to a unique platform in its genre that allows anyone, in a few clicks, to organize a collection, workshops of information and training, lobbying and sensitization towards political decision-makers and the general public.

DEPUIS 2015



REGLES
ELEMENTAIRES

+ **DE 10 MILLIONS**
de protections collectées



+ **DE 300 000**
bénéficiaires de nos
redistributions de dons



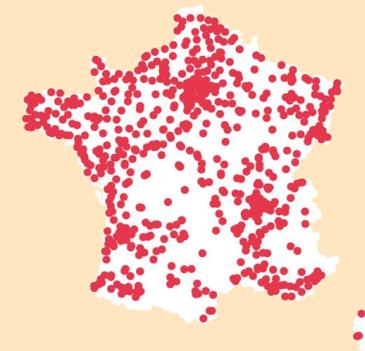
500
partenaires associatifs
sur tout le territoire

samusocial
Paris

croix-rouge française



8
antennes
régionales



3 000
collectes
organisées sur
tout le territoire



Contenu du rapport

P9

Enjeux de l'étude

P12

Méthodologie

P20

Analyse

P21

Les règles, la précarité menstruelle :

des sujets connus des Français·e-s, notamment des nouvelles générations, mais un manque d'enseignement et un sujet toujours assez tabou

P31

Des pouvoirs publics qui ont un rôle à jouer dans la lutte contre la précarité menstruelle

P42

La santé des femmes liée aux règles :

Un sujet primordial qui impacte la vie quotidienne des femmes mais encore trop tabou en France

P54

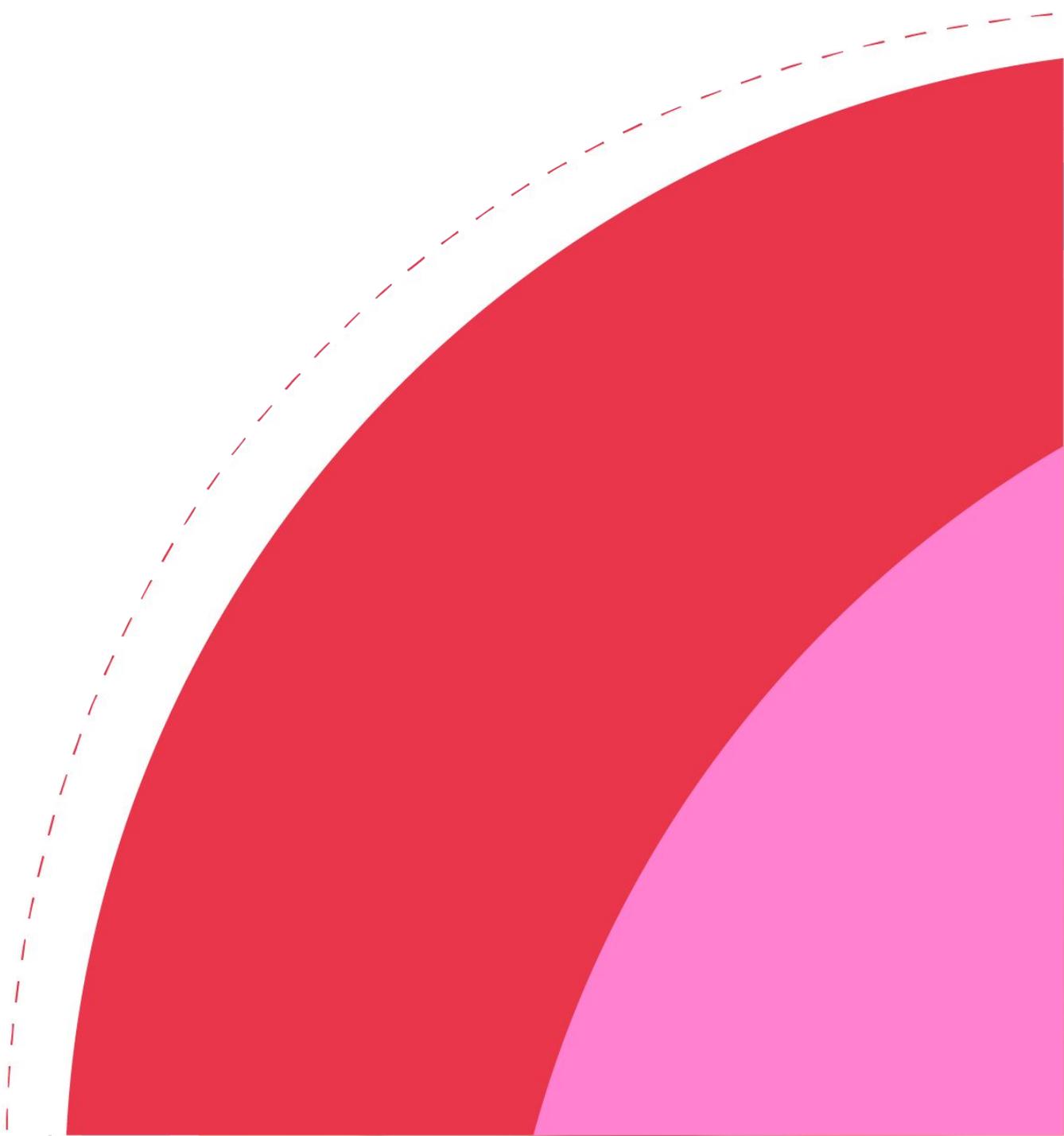
Focus jeunes

P64

Synthèse



Les enjeux





Contexte

Première association française de lutte contre la précarité menstruelle, l'association **Règles Élémentaires** agit dans le but de :

- **Collecter** des produits d'hygiène intime à destination des femmes dans le besoin
- Et **briser le tabou** des règles

Avec 8 antennes en France, l'association mène de nombreuses actions variées telles que la collecte et la distribution de protections d'hygiène intime, des ateliers ou encore des évènements de sensibilisation.





Contexte

En 2021, l'association **Règles Élémentaires** a souhaité mettre en place un baromètre **Règles Élémentaires x OpinionWay** afin de communiquer sur la précarité menstruelle et le tabou des règles, notamment lors de la journée mondiale de la précarité menstruelle le 28 mai.

Cette année, OpinionWay mène la 2^{ème} vague de ce baromètre qui aborde plus précisément les thèmes suivants :

- Le **tabou** autour des règles ainsi que la **connaissance/le vécu** de la précarité menstruelle
- Le rôle des **pouvoirs publics** dans la lutte contre la précarité menstruelle
- Le tabou de la **santé des femmes en lien avec les règles**

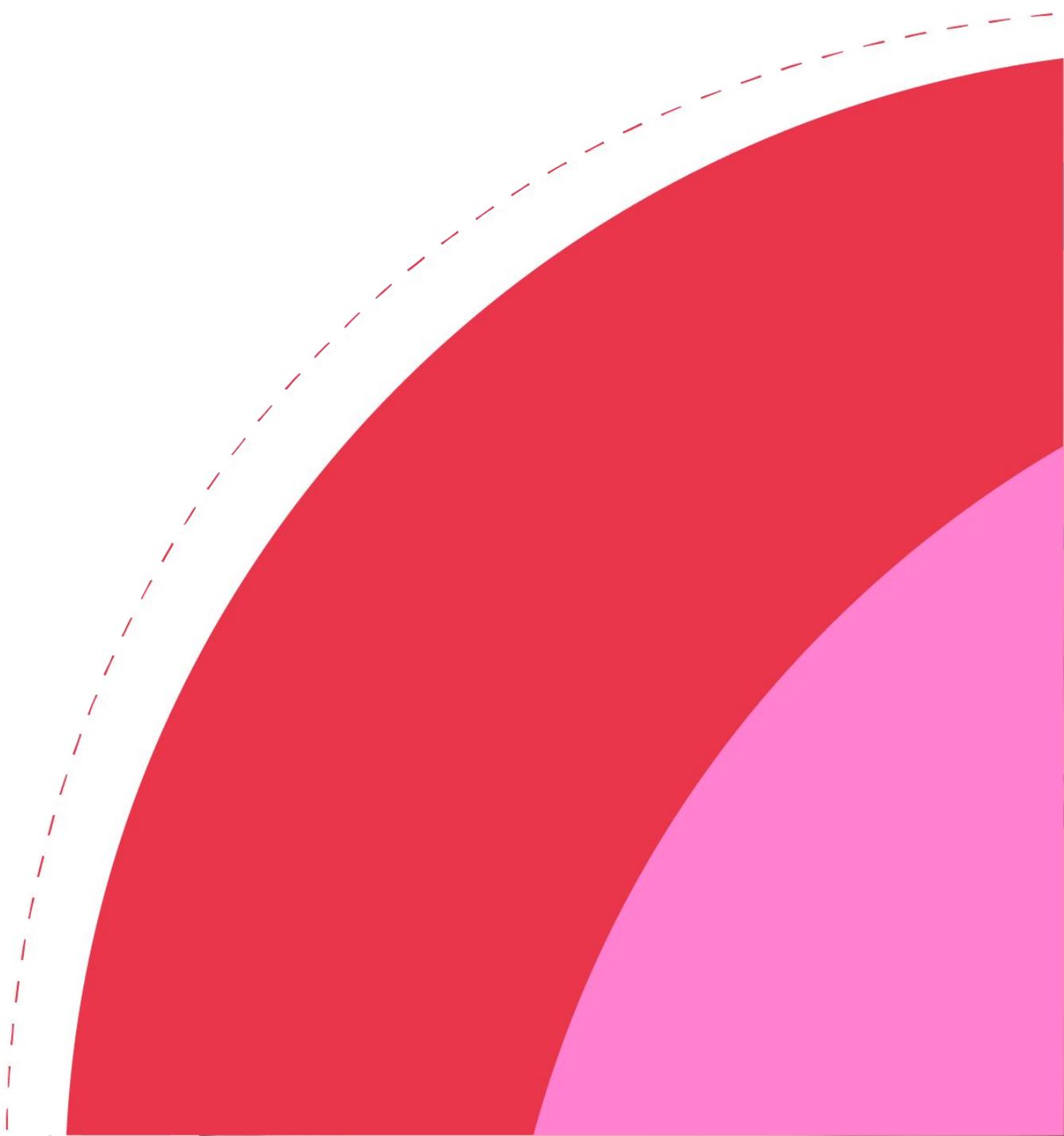
Également, une nouvelle partie de l'étude s'intéresse cette année aux **jeunes de 16 à 24 ans** et à leur vécu des règles au sein des établissements scolaires.

Les résultats de cette 2^{ème} vague font l'objet de ce rapport.





La méthodologie





Interrogation de 1000 Français·e·s représentatif·ive·s de la population Française...

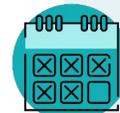


Échantillon de **1000 répondant·e·s, représentatif·ves de la population française** âgée de 18 ans et plus.

L'échantillon a été constitué selon la **méthode des quotas**, au regard des critères de sexe, d'âge, de catégorie socioprofessionnelle, de catégorie d'agglomération et de région de résidence.



L'échantillon a été interrogé par **questionnaire auto-administré en ligne sur système CAWI** (Computer Assisted Web Interview).



Les interviews ont été réalisées **du 13 au 22 avril 2022**.

Pour les remercier de leur participation, les panélistes ont touché des incentives ou ont fait un don à l'association proposée de leur choix.



OpinionWay a réalisé cette enquête en appliquant les procédures et règles de la **norme ISO 20252**



Les résultats de ce sondage doivent être lus en tenant compte des marges d'incertitude : 1,4 à 2,6 point au plus pour un échantillon de 1000 répondants.



Toute publication totale ou partielle doit impérativement utiliser la mention complète suivante :

« Sondage OpinionWay pour Règles Élémentaires »
et aucune reprise de l'enquête ne pourra être dissociée de cet intitulé.



...et de 100 jeunes âgées de 16 à 24 ans



Échantillon de **100 personnes** âgées de 16 à 24 ans.

Des quotas ont été appliqués en termes de sexe et d'âge (16-19 ans / 20-24 ans).



L'échantillon a été interrogé par **questionnaire auto-administré en ligne sur système CAWI** (Computer Assisted Web Interview).



Les interviews ont été réalisées **du 13 au 22 avril 2022**.

Pour les remercier de leur participation, les panélistes ont touché des incentives ou ont fait un don à l'association proposée de leur choix.



OpinionWay a réalisé cette enquête en appliquant les procédures et règles de la **norme ISO 20252**



Les résultats de ce sondage doivent être lus en tenant compte des marges d'incertitude : 3,6 à 8,2 point au plus pour un échantillon de 100 répondants.



Toute publication totale ou partielle doit impérativement utiliser la mention complète suivante :

« Sondage OpinionWay pour Règles Élémentaires »
et aucune reprise de l'enquête ne pourra être dissociée de cet intitulé.



Le traitement et la pondération

- **Pondération, analyse et limites statistiques :**
 - Une pondération a été effectuée a posteriori pour correspondre exactement aux quotas requis.
 - Avant analyse, une relecture de contrôle du tri à plat brut a été effectuée en comparaison du tri à plat final de terrain. Après pondération, les résultats ont été contrôlés afin de valider qu'ils ne sont pas affectés de manière significative.





Aide à la lecture

- **Représentation des différences significatives :**

- Les écarts significatifs supérieurs / inférieurs à 95% par rapport au total de la population française seront indiqués de la manière suivante :

▶ population y : **xx%** / **xx%**

- **Comparaison avec la vague précédente:**

- Les résultats de la vague précédente (année 2021) seront représentés de la manière suivante :

▶ **xx%** en 2021

- Les écarts significatifs observés par rapport à la vague précédente (année 2021) seront indiqués de la manière suivante :

▶ **xx%** ↗ ↘ **xx%**

- Les nouvelles questions de ce baromètre seront indiquées de la manière suivante :

▶ **Nouvelle question
2022**

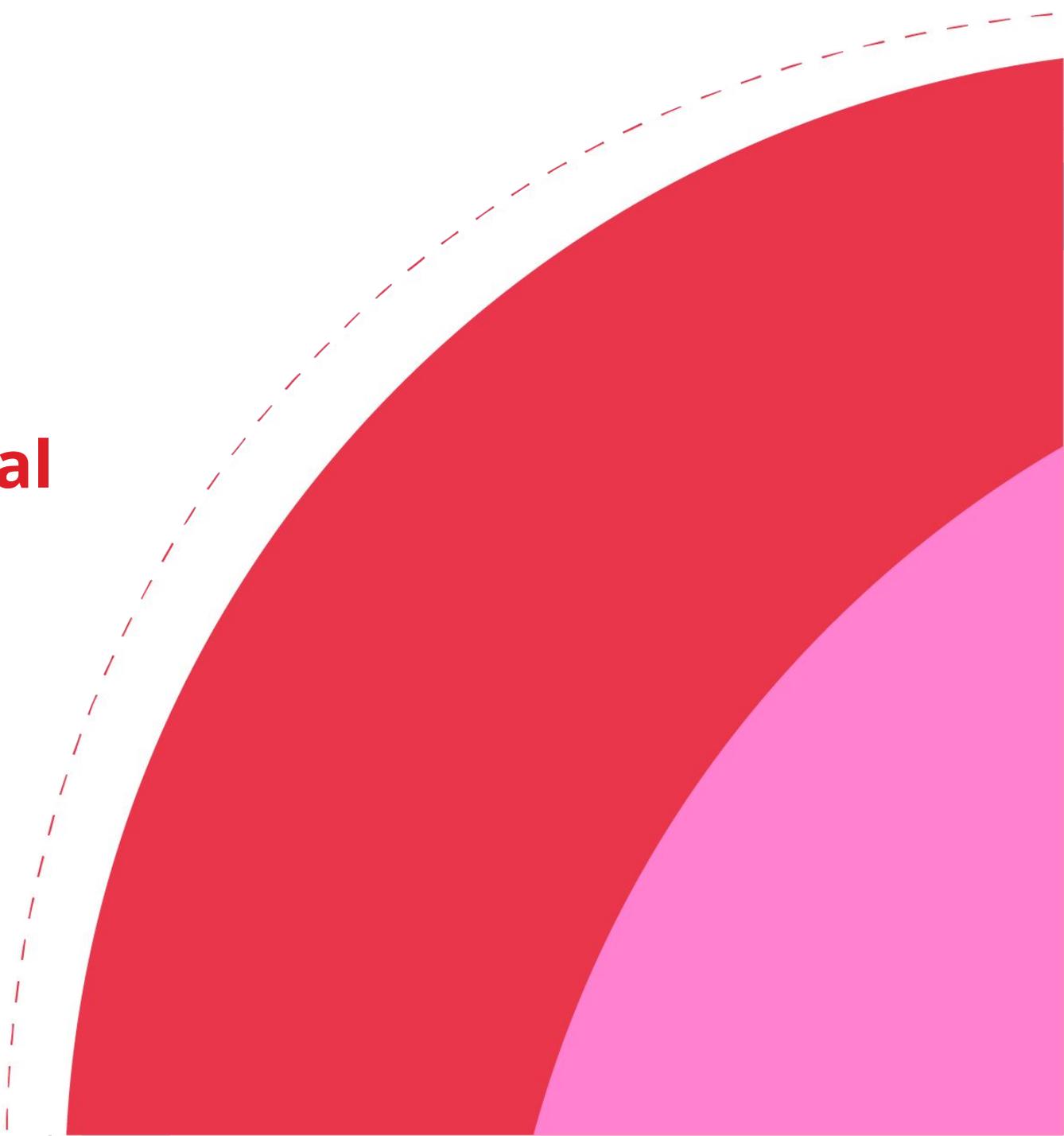


Conditions de diffusion et de réalisation

- **Conditions de diffusion de l'étude** : les résultats de cette étude sont l'entière propriété de l'association **Règles Élémentaires** qui peut si elle le souhaite en faire une diffusion totale ou partielle qui sera soumise pour validation à OpinionWay. En outre, toute diffusion à des fins de reprise presse devra comporter un encart rappelant que l'étude a été réalisée par OpinionWay, la méthodologie précise (mode de recueil, taille d'échantillon et mode de représentativité) ainsi que les dates de recueil des données.
- **Application de la norme ISO** : OpinionWay a réalisé ce projet /cette étude en appliquant les procédures et règles de la norme ISO 20252.

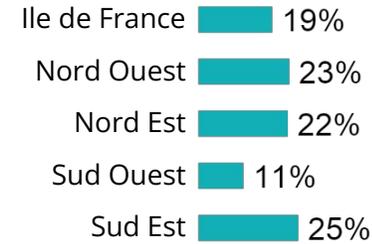


Échantillon principal





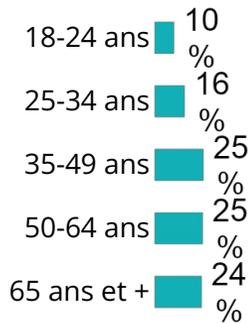
Profil des répondant·e·s : 1000 Français·e·s



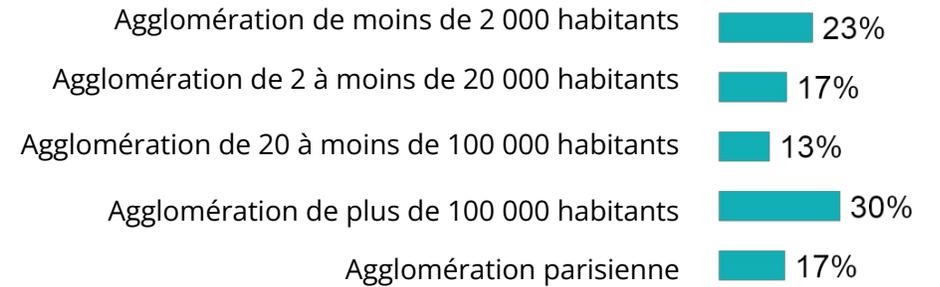
81%



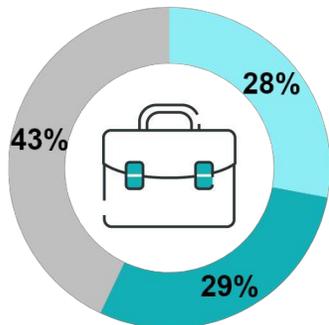
Âge moyen : **49,3 ans**



Population Française
N = 1000

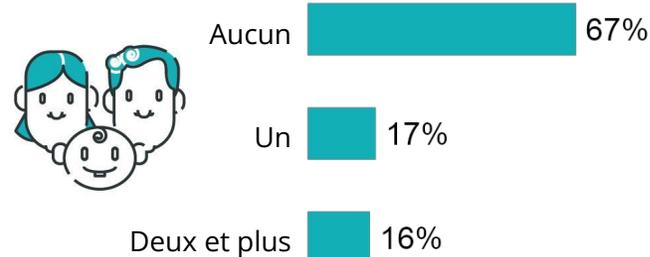


CSP+ ●
CSP- ●
Inactifs ●



Personnes dans le foyer en moyenne :
2,5

Enfants de moins de 18 ans dans le foyer :

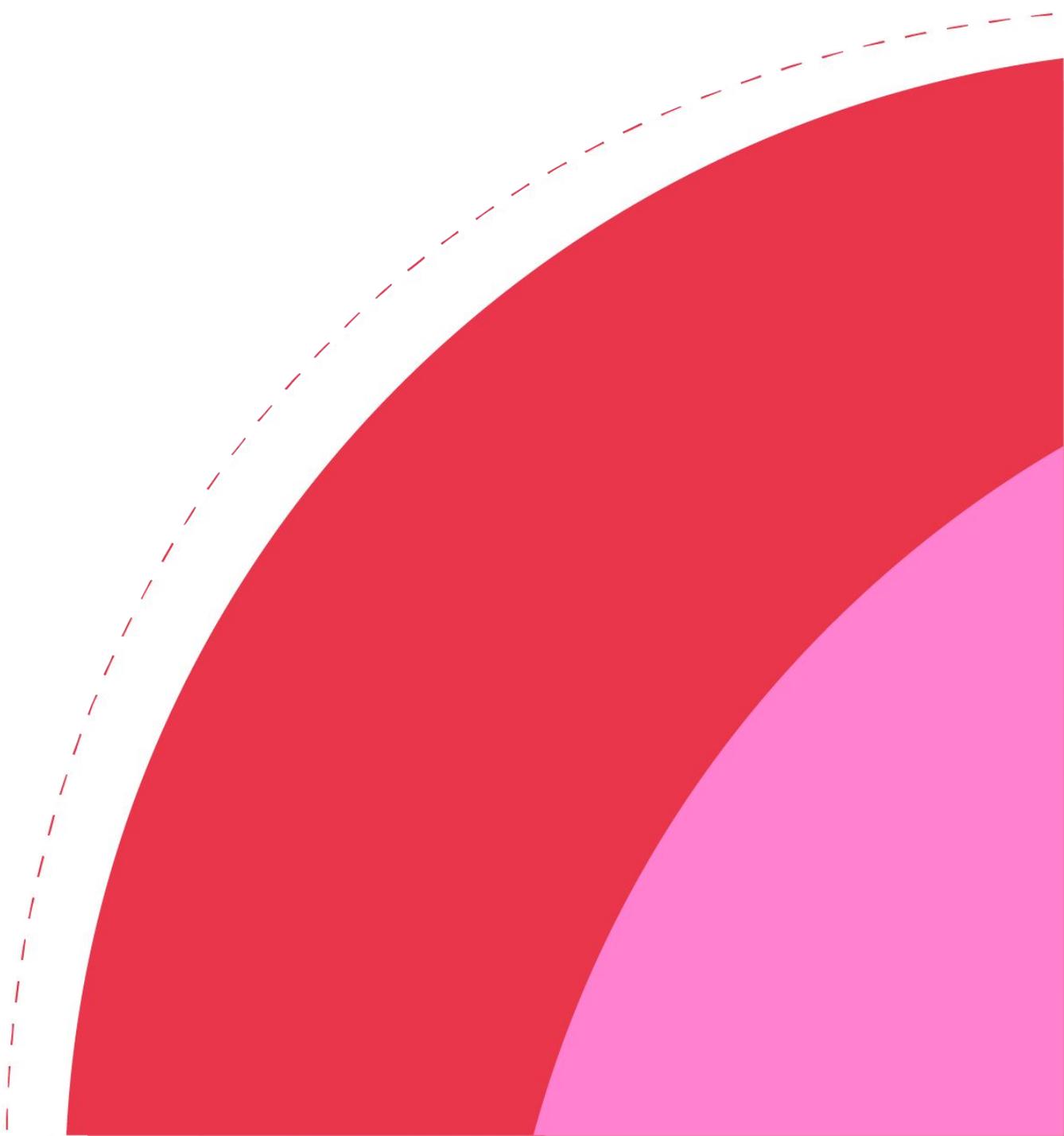


Vit en couple :
65%

Vit seul :
35%



L'analyse





01

Les règles, la précarité menstruelle :

des sujets connus des Français·es, notamment des nouvelles générations, mais un manque d'enseignement et un sujet toujours assez tabou



A

Des jeunes assez informé·e·s sur le sujet
des règles qui reste pour elle·ux un sujet
tabou

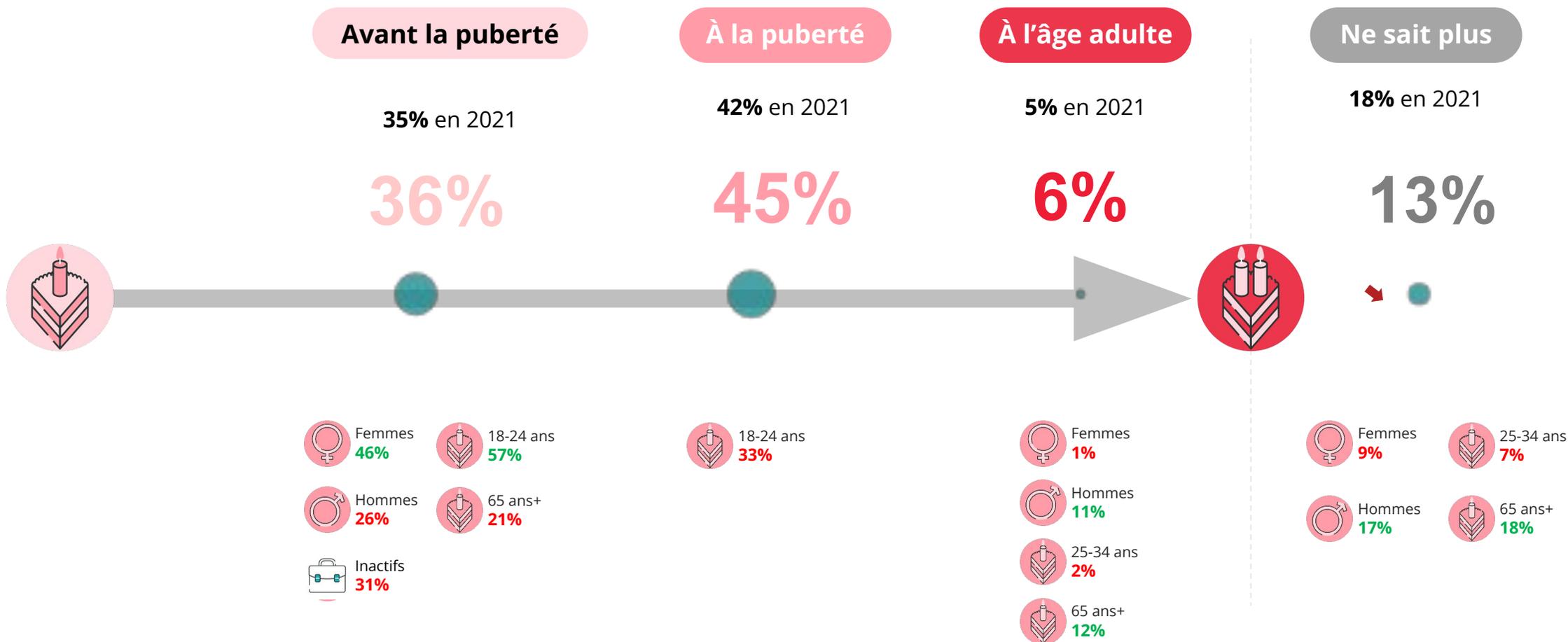


Si les femmes et les jeunes de 18 à 24 ans sont plus nombreux-ses à découvrir le sujet des règles avant la puberté, plus globalement, près d'1 français-e sur 2 a entendu parler du sujet des règles pour la première fois à la puberté...

Q3. À quel moment avez-vous entendu parler du sujet des règles pour la première fois ?



1000 répondant·e·s





...et 44% ont reçu un enseignement formel à propos des règles. Un taux qui augmente chez les plus jeunes avec $\frac{3}{4}$ des 18-24 ans et près de $\frac{2}{3}$ des moins de 35 ans qui déclarent en avoir reçu un. Un enseignement reçu en majorité dans le cadre scolaire.



1000 répondant-e-s

Q4. Et avez-vous déjà reçu un enseignement formel à propos des règles ? Plusieurs réponses possibles, total supérieur à 100%





Le sujet des règles reste assez tabou dans la société notamment pour les moins de 35 ans qui sont près de 3 sur 10 à trouver que c'est un sujet tabou.

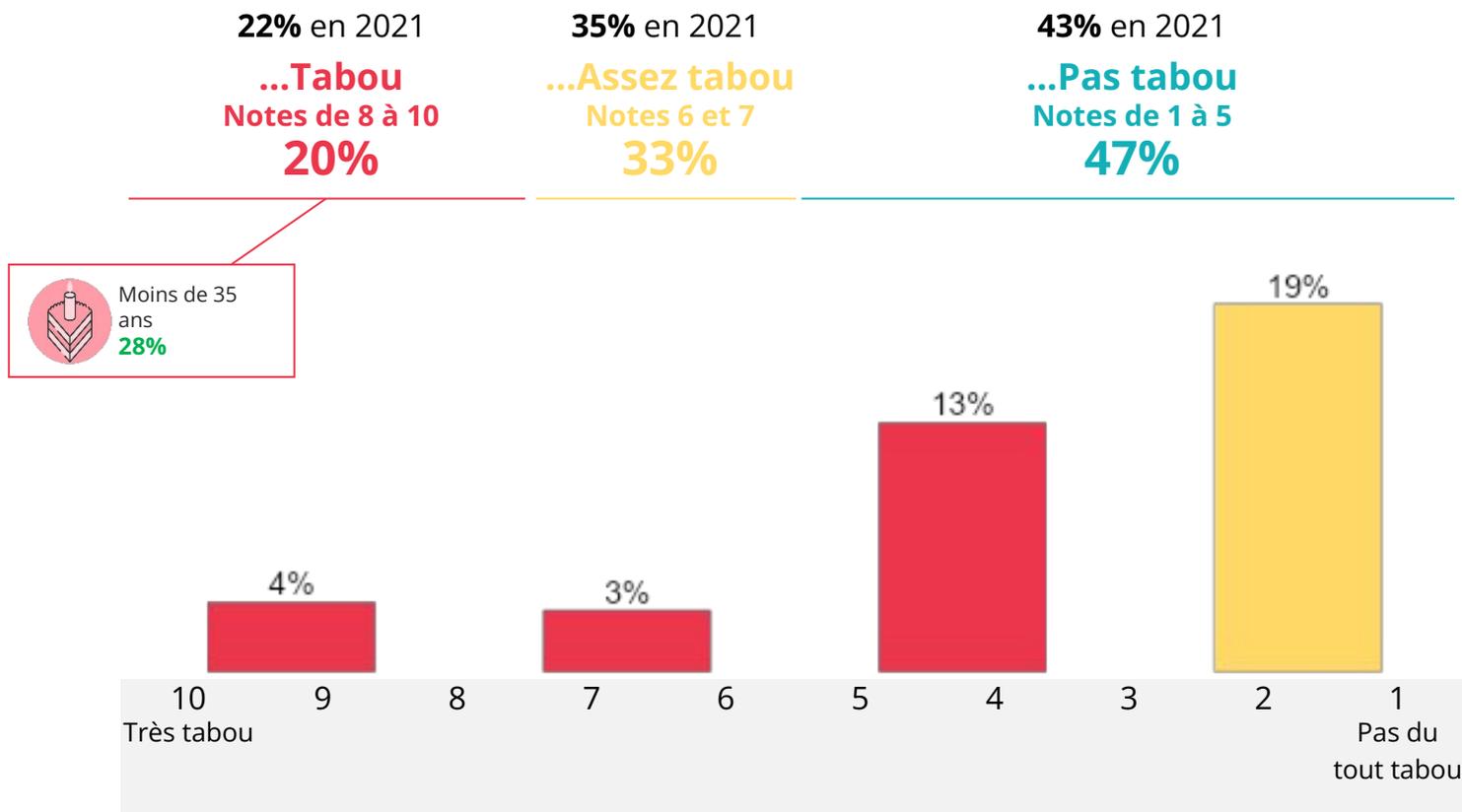
Cette année, nous observons moins de différences sur le tabou des règles dans la société entre les hommes et les femmes.



Q1. Sur une échelle de 1 à 10, dans quelle mesure diriez-vous que les règles sont un sujet tabou dans la société actuelle ?

1 signifiant que ce n'est pas du tout un sujet tabou et 10 que c'est un sujet très tabou, les notes intermédiaires vous permettant de nuancer votre jugement.

Dans la société, les règles sont un sujet...



© wayhomestudio



Détail selon l'âge



1000 répondant-e-s

Q1. Sur une échelle de 1 à 10, dans quelle mesure diriez-vous que les règles sont un sujet tabou dans la société actuelle ?
1 signifiant que ce n'est pas du tout un sujet tabou et 10 que c'est un sujet très tabou, les notes intermédiaires vous permettant de nuancer votre jugement.

	TOTAL	Détail selon l'âge				
		18-24 ans	25-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus
<i>Base</i>	1000	100	155	253	249	243
<i>Notes de 1 à 5</i>	47%	31%	37%	47%	51%	55%
<i>Notes de 6 à 7</i>	33%	40%	37%	36%	32%	28%
<i>Notes de 8 à 10</i>	20%	29%	26%	17%	17%	17%



B

La précarité menstruelle : une difficulté plutôt bien connue des Français·e·s. Un sujet mieux maîtrisé par les femmes et les plus jeunes.



Comme en 2021, 7 Français·e-s sur 10 déclarent savoir ce qu'est la précarité menstruelle et près de la moitié qu'ils savent précisément de quoi il s'agit. Les femmes et les plus jeunes maîtrisent mieux le sujet.



R1. Savez-vous ce qu'est la [précarité menstruelle](#) ?

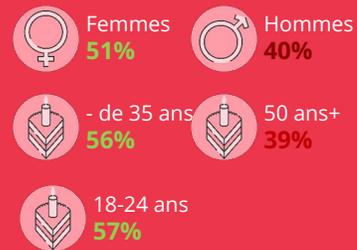
70% en 2021



Oui, et savent précisément de quoi il s'agit

46%

47% en 2021



Oui, mais ne savent pas précisément de quoi il s'agit

24%

23% en 2021

Ne connaissent pas

30%

30% en 2021





La précarité menstruelle, un sujet qui touche 15% des femmes, que ce soit personnellement pour moins d'1 femme sur 10 ou à travers quelqu'un de leur entourage pour 7%. Un taux en baisse par rapport à l'année dernière où 2 femmes sur 10 déclaraient être confrontées à la précarité menstruelle.



R2. Avez-vous déjà été concernée personnellement par la précarité menstruelle ou pensez-vous connaître quelqu'un qui a été dans une situation de précarité menstruelle ?

Question posée uniquement aux femmes, soit 522 répondantes – Plusieurs réponses possibles, total supérieur à 100%

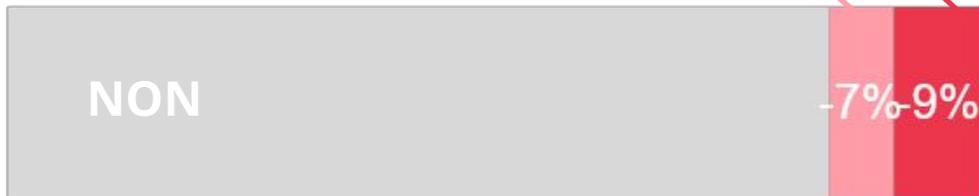


20% en 2021

15%

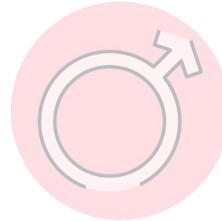
des femmes ont été confronté à la précarité menstruelle personnellement

quelqu'un dans l'entourage



R2bis. Pensez-vous connaître dans votre entourage quelqu'un qui a été dans une situation de précarité menstruelle ?

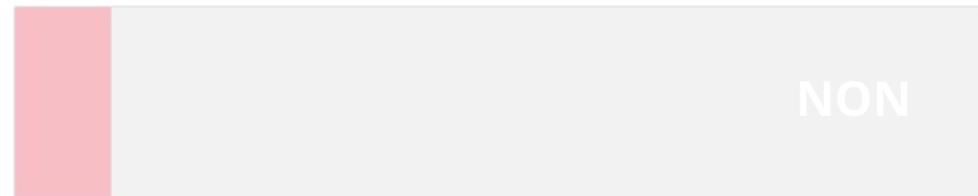
Question posée uniquement aux hommes, soit 478 répondants



10%

8% en 2021

des hommes connaissent quelqu'un dans une situation de précarité menstruelle



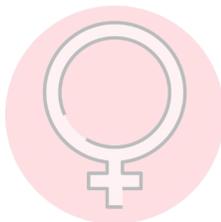


Concernant les hommes, 1 sur 10 déclare connaître quelqu'un en situation de précarité menstruelle. Un taux qui passe à près de 3 hommes de moins de 35 ans sur 10.



R2. Avez-vous déjà été concernée personnellement par la précarité menstruelle ou pensez-vous connaître quelqu'un qui a été dans une situation de précarité menstruelle ?

Question posée uniquement aux femmes, soit 522 répondantes – Plusieurs réponses possibles, total supérieur à 100%

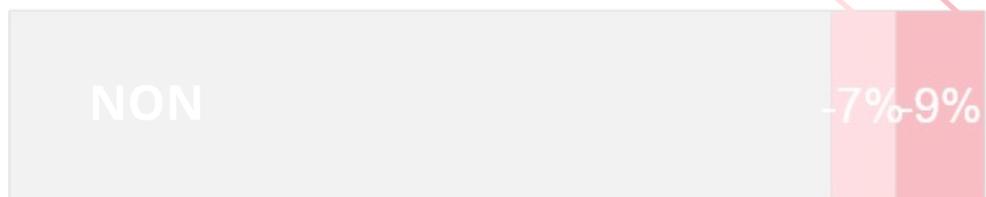


20% en 2021

15%

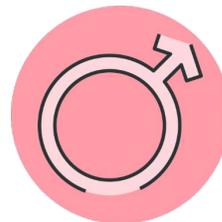
des femmes ont été confronté à la précarité menstruelle personnellement

quelqu'un dans l'entourage



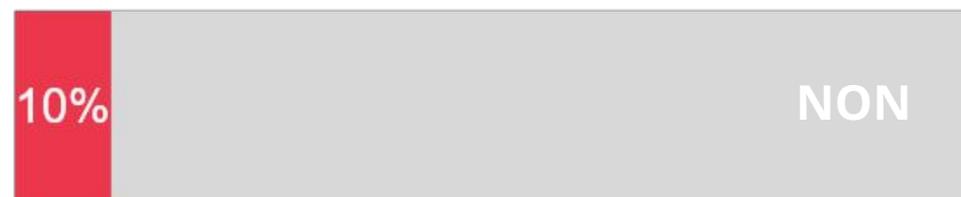
R2bis. Pensez-vous connaître dans votre entourage quelqu'un qui a été dans une situation de précarité menstruelle ?

Question posée uniquement aux hommes, soit 478 répondants



10% 8% en 2021

des hommes connaissent quelqu'un dans une situation de précarité menstruelle





02

Des pouvoirs publics
qui ont un rôle à jouer
dans la lutte contre la
précarité menstruelle



A

Un rôle jugé
insuffisant par la
majorité des
français·es



La précarité menstruelle représente un sujet de santé publique pour 8 français-es sur 10...

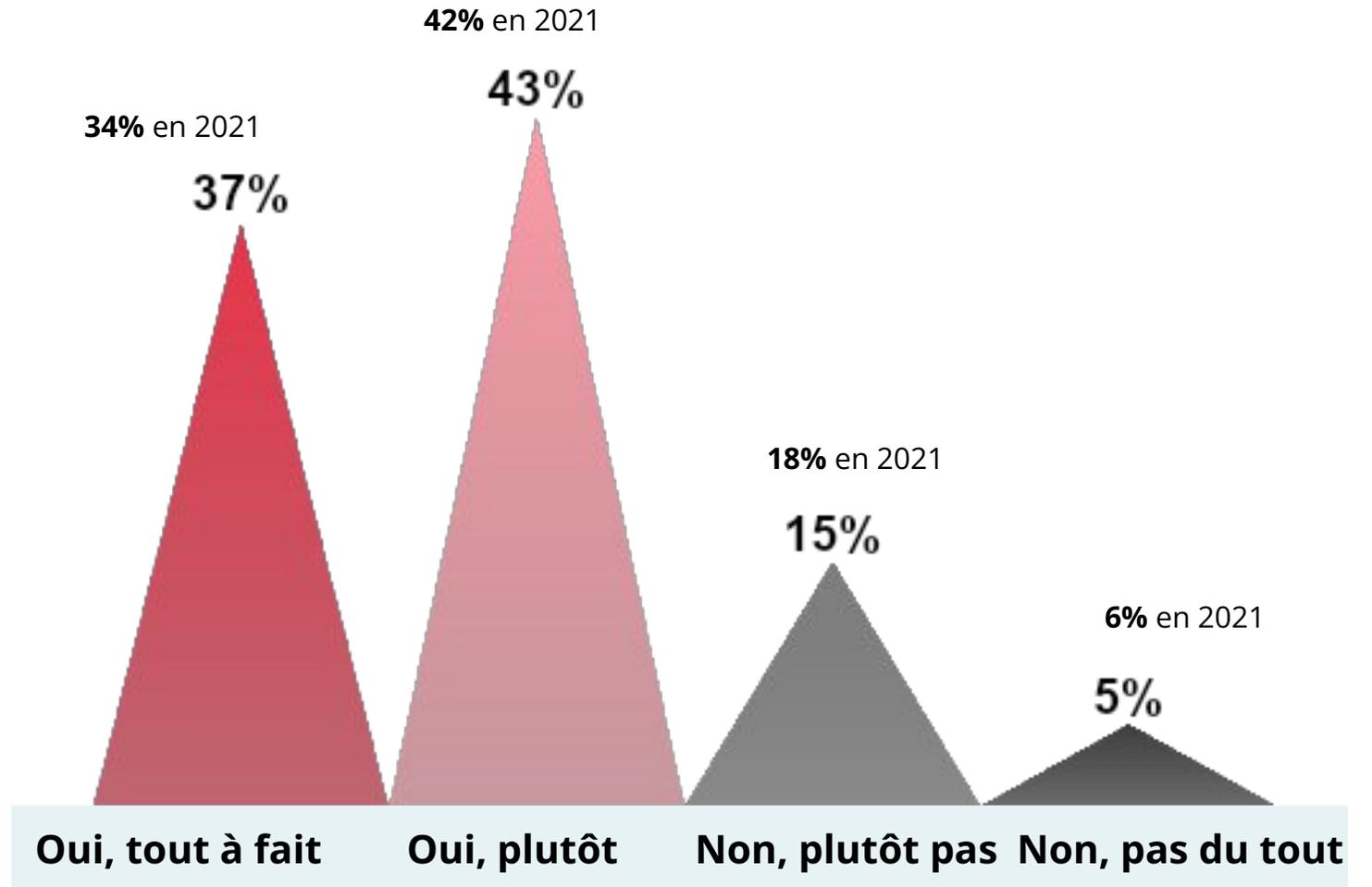


P1. Selon vous, la précarité menstruelle est-elle un sujet de santé publique ?



La précarité menstruelle, un sujet de santé publique pour **80%** des Français·e·s

76% en 2021





...et le rôle des pouvoirs publics est estimé insuffisant pour la majorité des répondant·e·s.
Des résultats en ligne avec ceux de 2021.

P2. Selon vous, le rôle des pouvoirs publics au sujet de la précarité menstruelle est-il aujourd'hui tout à fait suffisant, plutôt suffisant, plutôt insuffisant ou tout à fait insuffisant ?



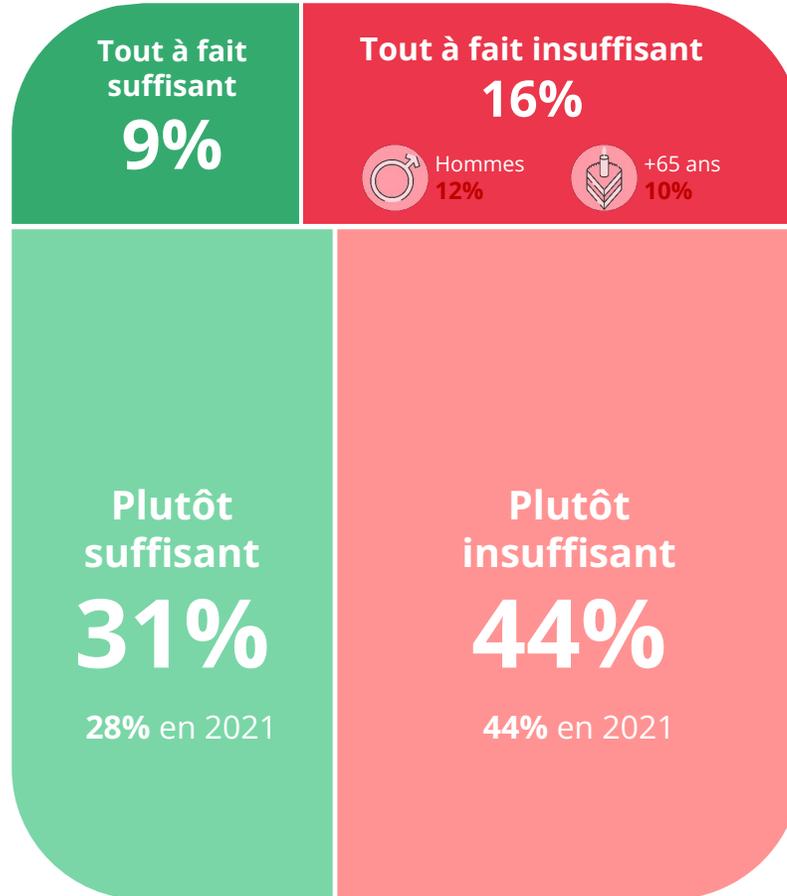
39% en 2021

40%
Estiment que les pouvoirs publics ont un rôle suffisant

18-24 ans
51%

11% en 2021

17% en 2021



60% 61% en 2021
Estiment que les pouvoirs publics ont un rôle insuffisant





B

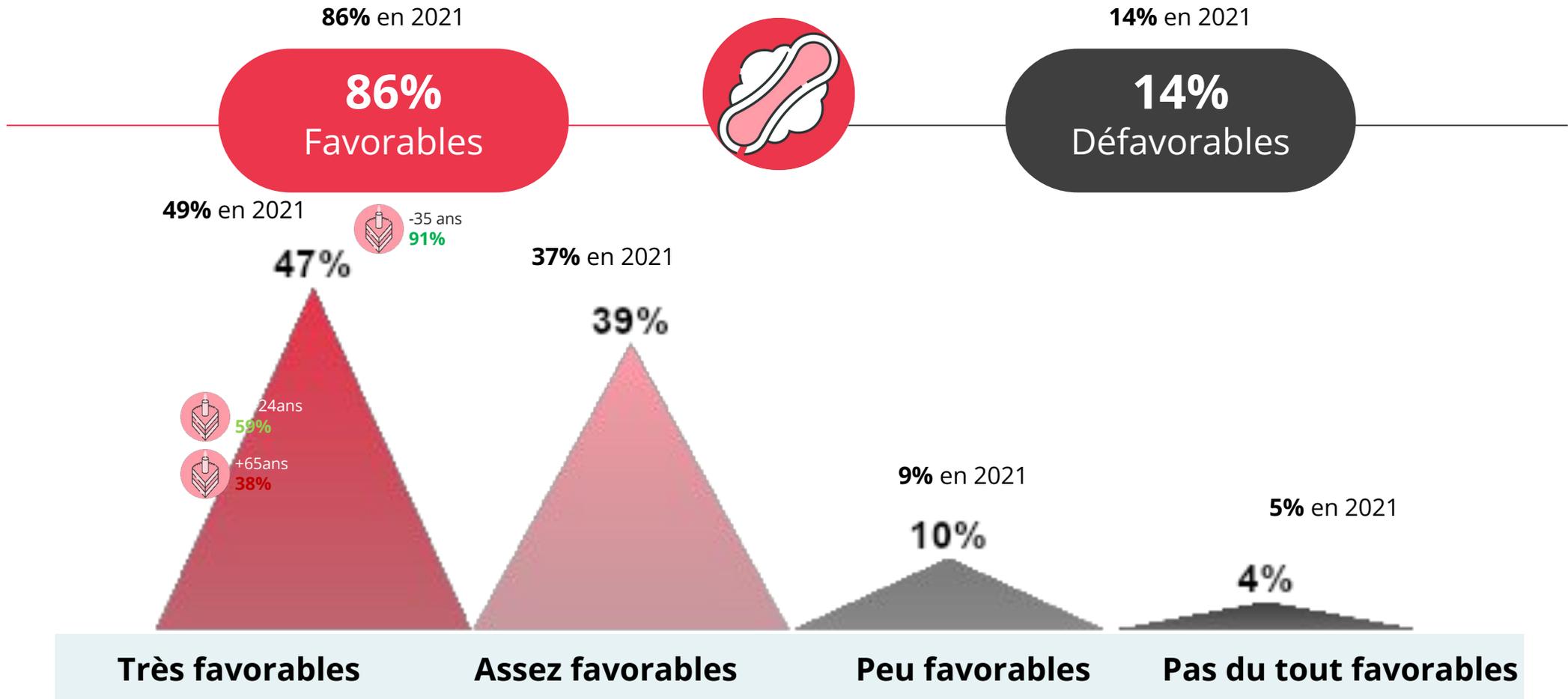
Des français·es qui se disent favorables à la mise en place de dispositifs pour lutter contre la précarité menstruelle



Comme en 2021, près de 9 français-es sur 10 sont favorables à la mise à disposition de protections d'hygiène intime gratuites pour toutes les personnes dans le besoin, ...et près de la moitié s'y déclarent «Très favorables ».



P3. Etes-vous très favorable, assez favorable, peu favorable ou pas du tout favorable à la mise à disposition de protections d'hygiène intime gratuites pour toutes les personnes dans le besoin ?



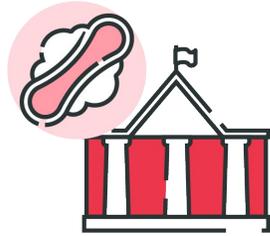


Plus largement, près de 9 français·es sur 10 sont favorables à la mise à disposition de protections d'hygiène intime gratuites dans les établissements scolaires publics et près de 6 sur 10 y sont même « très favorables ».



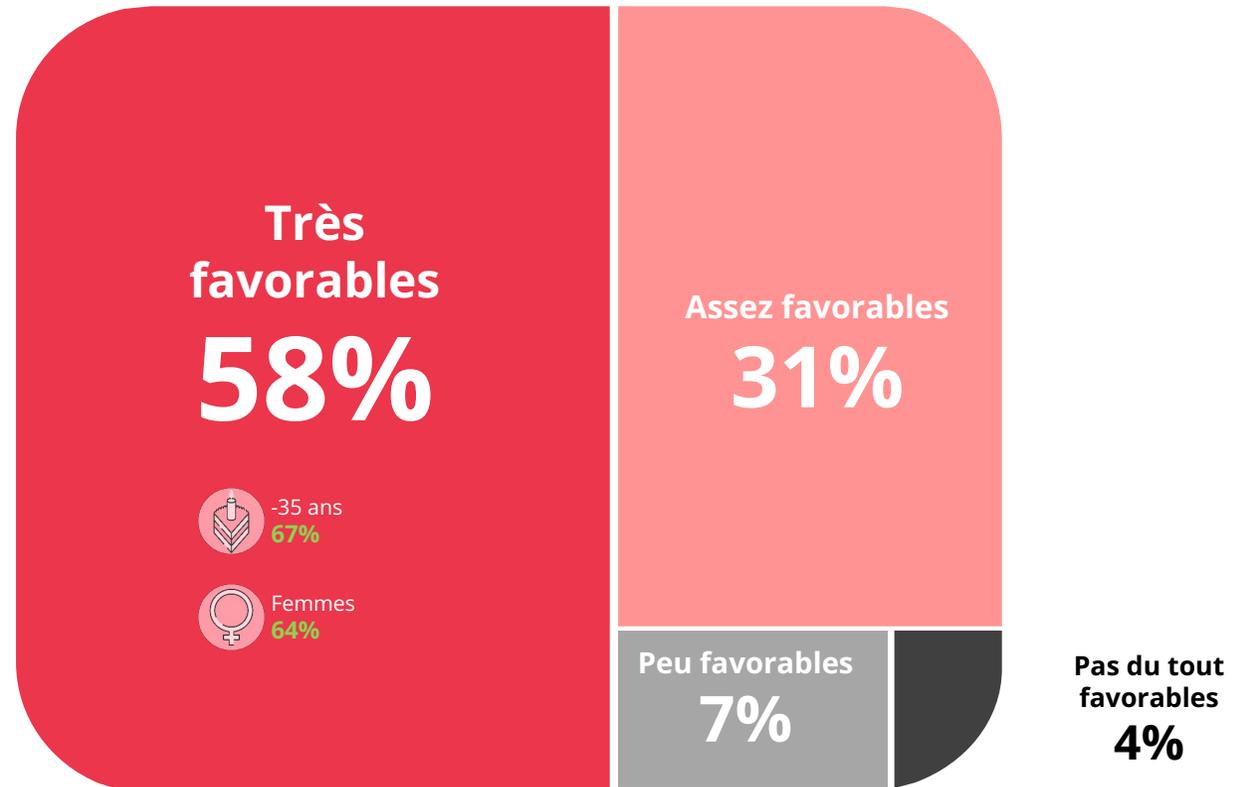
P4a. Et plus largement, êtes-vous très favorable, assez favorable, peu favorable ou pas du tout favorable à la mise à disposition de protections d'hygiène intime gratuites ...

... au sein des établissements scolaires publics (collège, lycée, université) ?



89%

Sont favorables à la mise à disposition de protection d'hygiène intime au sein des établissements scolaires



-35 ans
67%

Femmes
64%

11% Défavorables



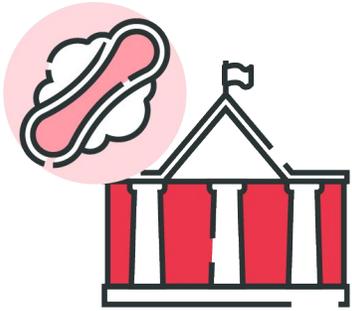
Concernant la mise à disposition de protections d'hygiène intime gratuites dans toutes les structures publiques comme les administrations ou bibliothèques, les répondant-e-s ont un avis moins tranché même si près de $\frac{3}{4}$ y sont favorables.



1000 répondant-e-s

P4a. Et plus largement, êtes-vous très favorable, assez favorable, peu favorable ou pas du tout favorable à la mise à disposition de protections d'hygiène intime gratuites ...

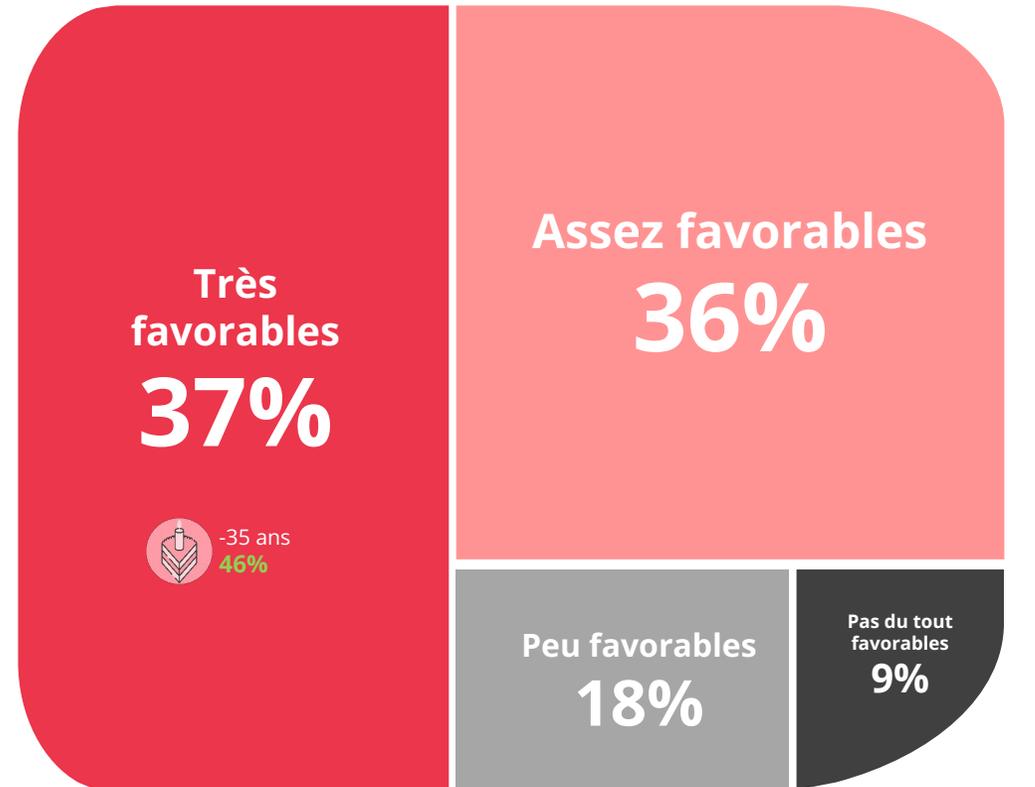
... au sein de toutes structures publiques telles que les administrations, mairies, bibliothèques... ?



18-24 ans
87%

73%

Sont favorables à la mise à disposition de protection d'hygiène intime au sein de toutes les structures publiques



27% Défavorables

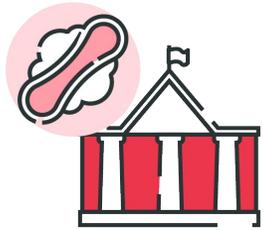


2000 répondant-e-s

Enfin, 7 français-es sur 10 sont favorables à la mise à disposition de protections d'hygiène intime gratuites dans toutes ces structures publiques. Un avis fortement corrélé à l'âge.

P4a. Et plus largement, êtes-vous très favorable, assez favorable, peu favorable ou pas du tout favorable à la mise à disposition de protections d'hygiène intime gratuites au sein de toutes les structures publiques (administrations, mairies, établissements scolaires publics, bibliothèques...)?

	18-24 ans	25-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et +
	84%	79%	72%	67%	64%



71%

76% en 2021

Sont favorables à la mise à disposition de protections d'hygiène intime gratuites au sein de toutes les structures publiques et des établissements scolaires

29%

Sont défavorables à la mise à disposition de protections d'hygiène intime dans au moins un de ces lieux publics

9%

Sont défavorables à la mise à disposition de protections d'hygiène intime quel que soit le lieu public





Concernant l'installation de distributeurs de protections d'hygiène intime dans la rue et dans les transports, 2/3 des répondant·es approuvent cette proposition mais moins de 3 sur 10 y sont « très favorables » ; un chiffre en baisse par rapport à l'année dernière.



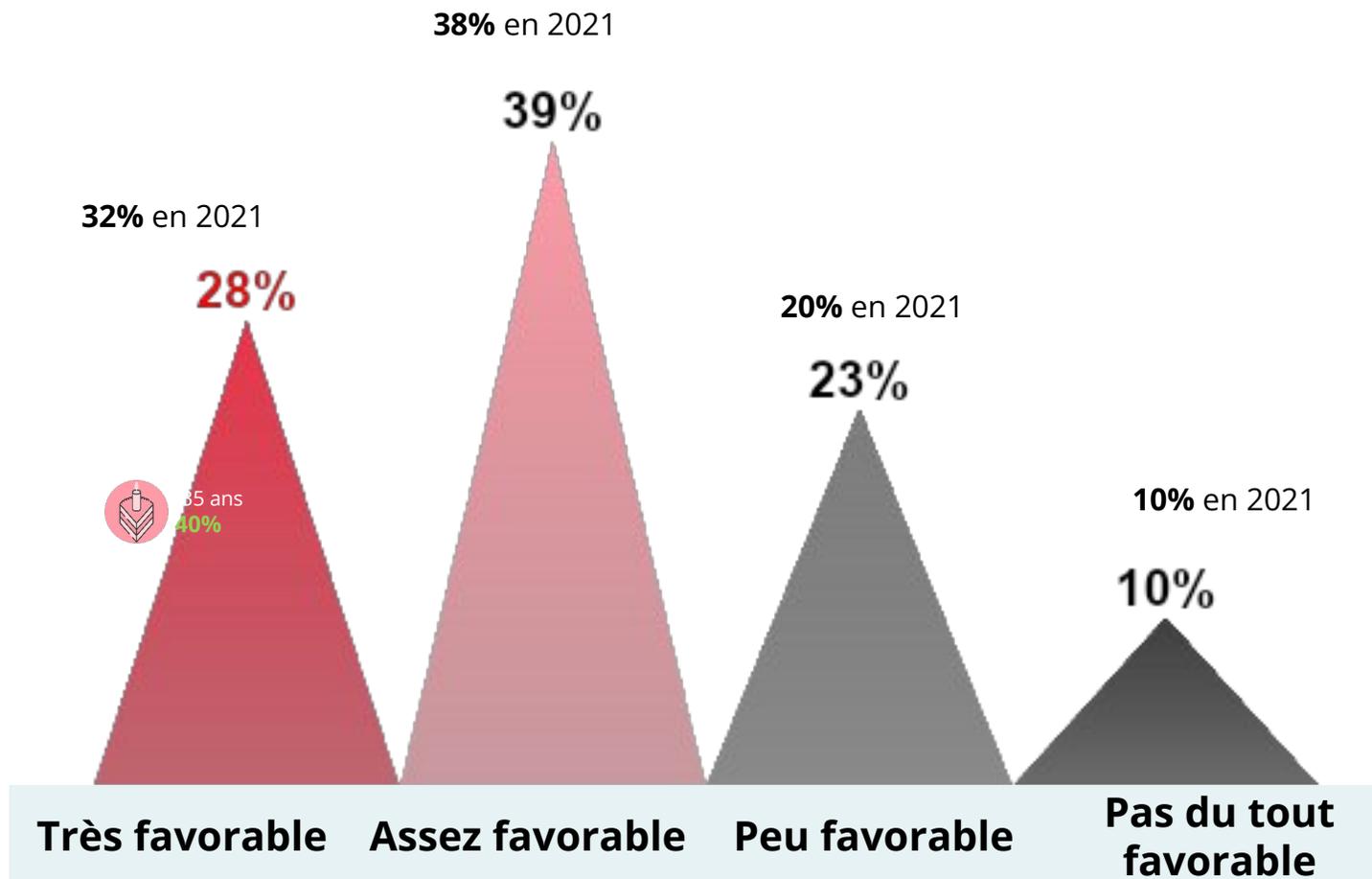
P5. Etes-vous très favorable, assez favorable, peu favorable ou pas du tout favorable à l'installation de distributeurs de protections d'hygiène intime dans la rue et dans les transports (sur le même modèle que les distributeurs de préservatifs) ?



Favorables à l'installation de distributeurs de protections d'hygiène intime dans la rue et dans les transports

67%

70% en 2021





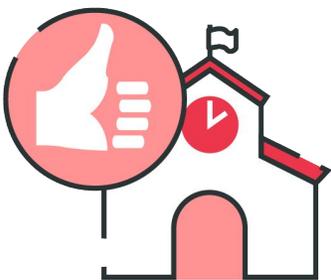
Enfin, des français-es qui adhèrent en grande majorité – *sans distinction de genre ou d'âge* – au fait de proposer des modules d'éducation et de sensibilisation sur la question des règles et de la santé menstruelle au collège et lycée.



1000 répondant-e-s

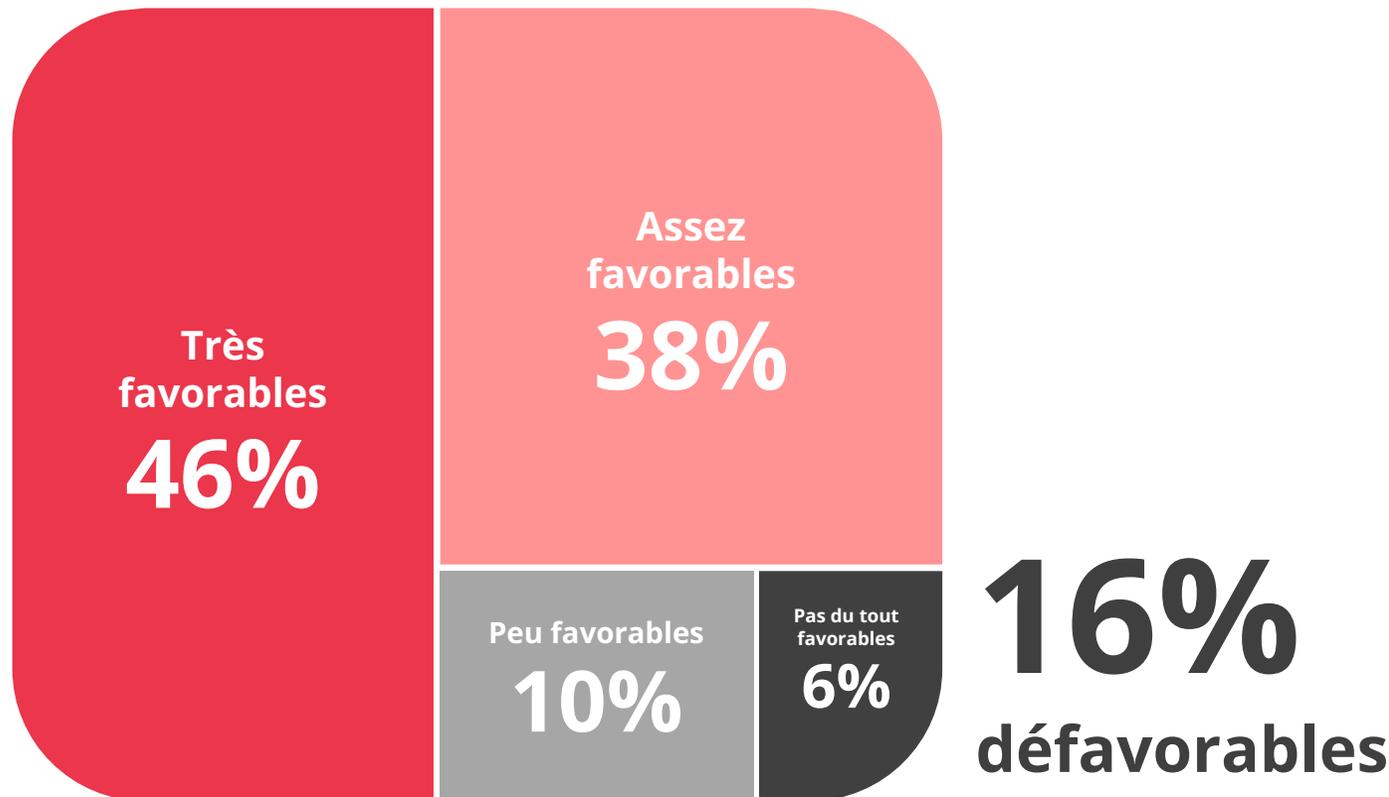
P6. Enfin, êtes-vous très favorable, assez favorable, peu favorable ou pas du tout favorable à la dispense de modules d'éducation et de sensibilisation sur la question des règles et de la santé menstruelle à l'école (collèges/lycées) ?

Nouvelle question
2022



84%

Sont favorables à la
dispense de modules d'
éducation et de
sensibilisation à l'école





03

La santé des femmes liée aux règles : Un sujet primordial qui impacte la vie quotidienne des femmes mais encore trop tabou en France



A

Des règles qui affectent
la vie quotidienne des
femmes et qui ont un
impact sur leur vie
professionnelle



Près de 4 répondant·es sur 10 pensent qu'il est normal d'avoir mal pendant ses règles.

Un taux qui augmente fortement chez les plus jeunes avec 45% des moins de 50 ans et plus de la moitié des 18-24 ans qui considèrent que c'est normal.

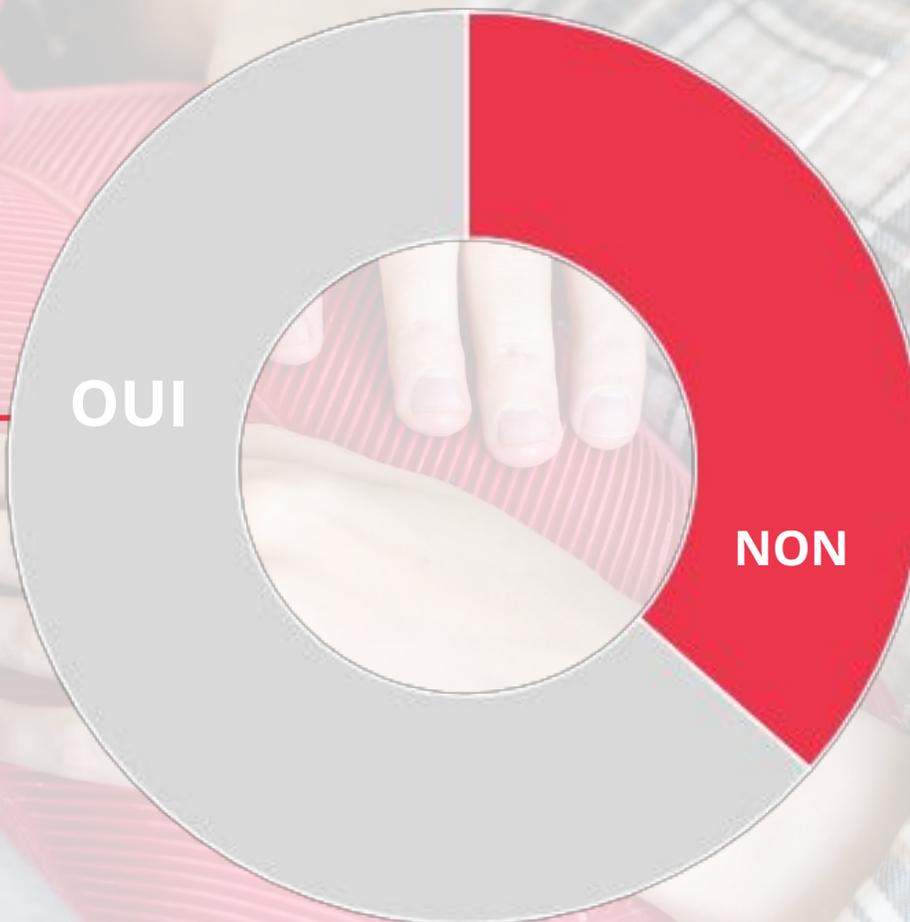
F1. Pensez-vous qu'il soit normal d'avoir mal pendant ses règles ?



Nouvelle question
2022

37%

des Français·e·s pensent qu'il est normal d'avoir mal pendant ses règles



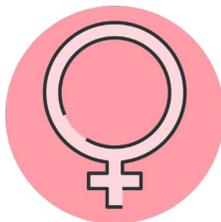


Depuis l'année dernière, le nombre de femmes ayant manqué ou connaissant quelqu'un qui a déjà manqué le travail à cause de ses règles a fortement augmenté avec près de 6 femmes sur 10 concernées contre 44% en 2021...



E4. Avez-vous vous-même ou connaissez-vous quelqu'un qui a déjà manqué le travail à cause de ses règles ?

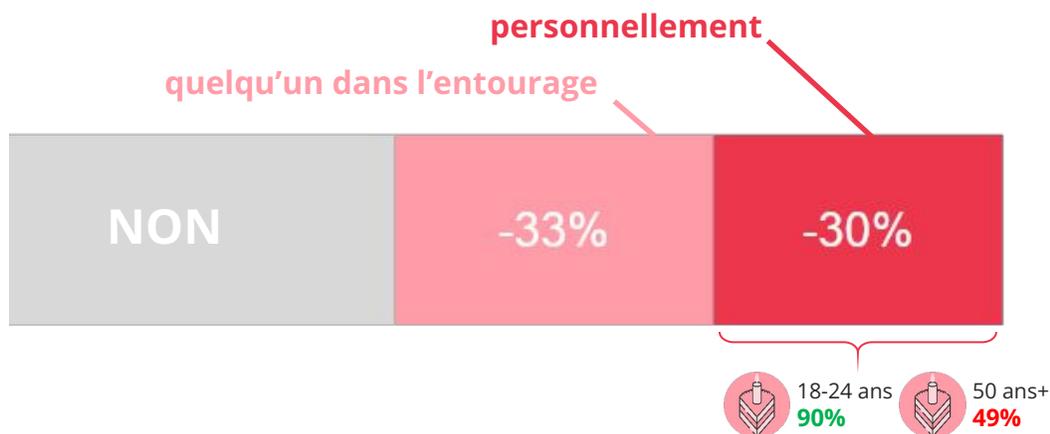
Question posée uniquement aux femmes, soit 522 répondantes – Plusieurs réponses possibles, total supérieur à 100%



44% en 2021

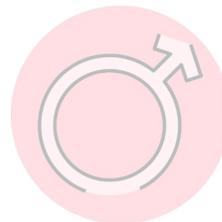
59% ↑

des femmes connaissent quelqu'un qui a déjà manqué le travail à cause de ses règles



E4bis. Connaissez-vous quelqu'un dans votre entourage qui a déjà manqué le travail à cause de ses règles ?

Question posée uniquement aux hommes, soit 478 répondants



37% ↑

21% en 2021

des hommes connaissent quelqu'un qui a déjà manqué le travail à cause de ses règles



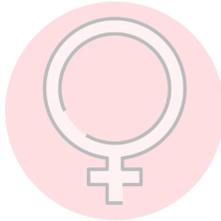


...chez les hommes également le taux augmente par rapport à la vague précédente avec près de 4 hommes sur 10 qui déclarent connaître quelqu'un qui a déjà manqué le travail à cause de ses règles (contre 21% en 2021).



E4. Avez-vous vous-même ou connaissez-vous quelqu'un qui a déjà manqué le travail à cause de ses règles ?

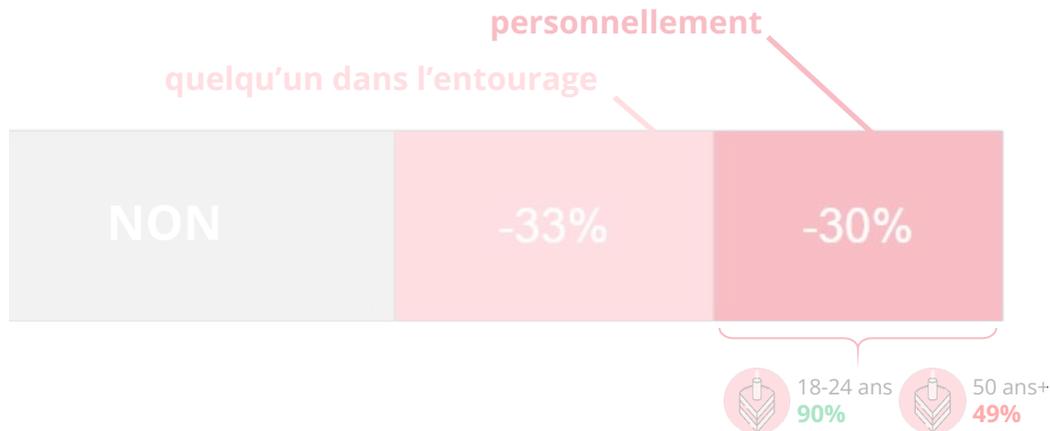
Question posée uniquement aux femmes, soit 522 répondantes – Plusieurs réponses possibles, total supérieur à 100%



44% en 2021

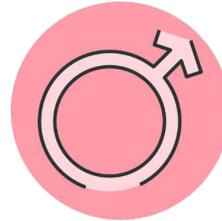
59% ↑

des femmes connaissent quelqu'un qui a déjà manqué le travail à cause de ses règles



E4bis. Connaissez-vous quelqu'un dans votre entourage qui a déjà manqué le travail à cause de ses règles ?

Question posée uniquement aux hommes, soit 478 répondants



37% ↑ 21% en 2021

des hommes connaissent quelqu'un qui a déjà manqué le travail à cause de ses règles





Enfin, c'est près d'1 français·e sur 2 qui a déjà manqué le travail à cause de ses règles ou qui connaît quelqu'un à qui cela est déjà arrivé.



E4. Avez-vous vous-même ou connaissez-vous quelqu'un qui a déjà manqué le travail à cause de ses règles ?

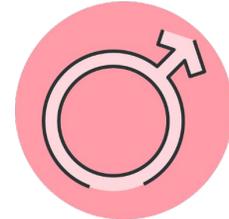
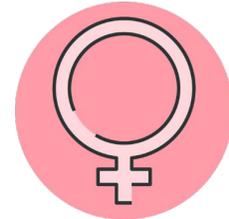
Question posée uniquement aux femmes, soit 522 répondantes – Plusieurs réponses possibles, total supérieur à 100%

E4bis. Connaissez-vous quelqu'un dans votre entourage qui a déjà manqué le travail à cause de ses règles ?

Question posée uniquement aux hommes, soit 478 répondants

33% en 2021

48%



des français·es ont déjà manqué le travail à cause de leurs règles ou connaissent quelqu'un qui a manqué le travail à cause de ses règles





B

Des français·es assez
peu informé·es des
conséquences des
règles sur la santé
des femmes



Seulement la moitié des répondant·es ont déjà entendu parler du fait que les règles pouvaient donner lieu à des maladies...

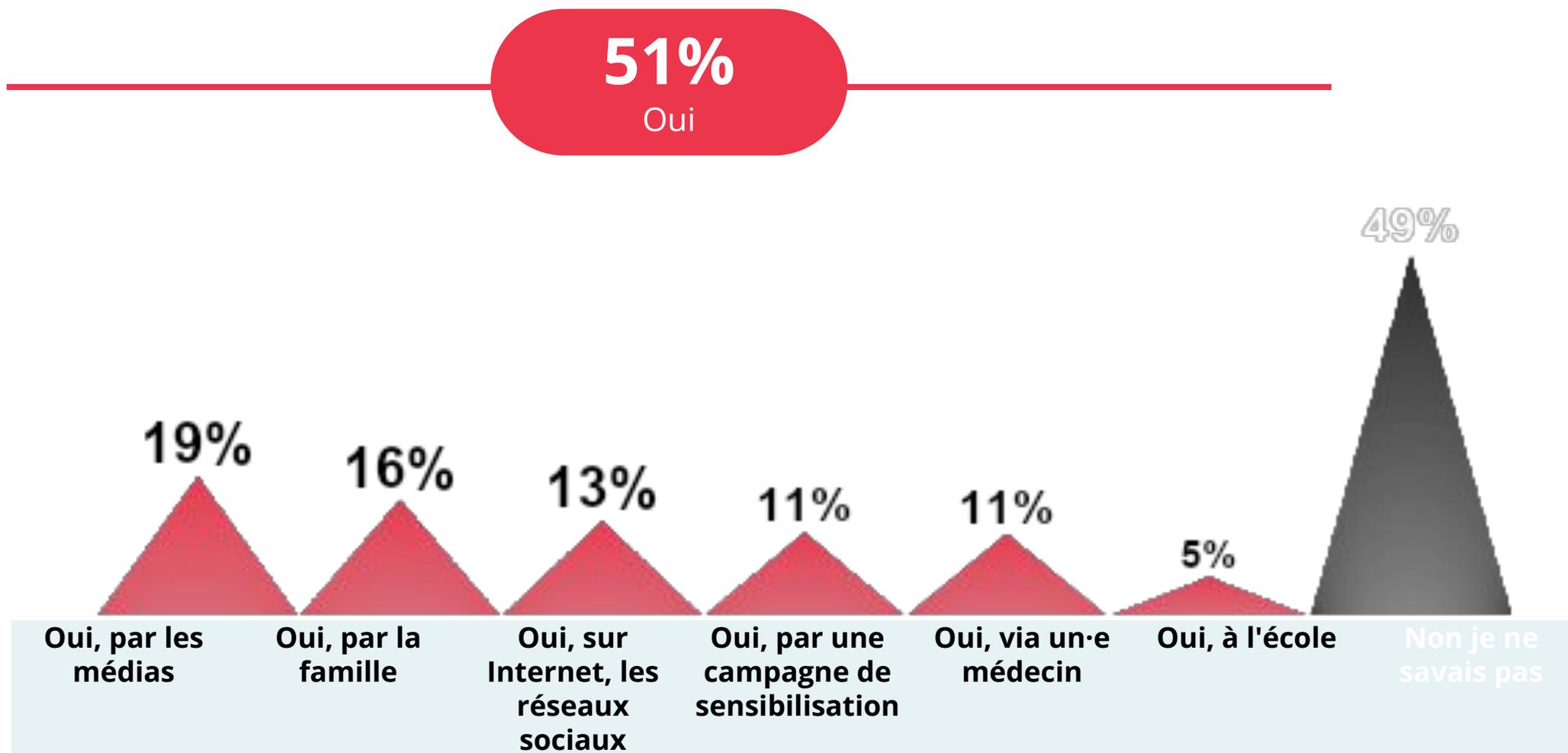


1000 répondant·es

Nouvelle question
2022

F2. Avez-vous déjà entendu parler du fait que les règles pouvaient donner lieu à des maladies ?

Plusieurs réponses possibles, total supérieur à 100%





...un taux beaucoup plus élevé chez les populations les plus jeunes. Des jeunes qui sont plus nombreux à avoir entendu parler des maladies liées aux règles via les réseaux sociaux et internet ou encore à l'école.

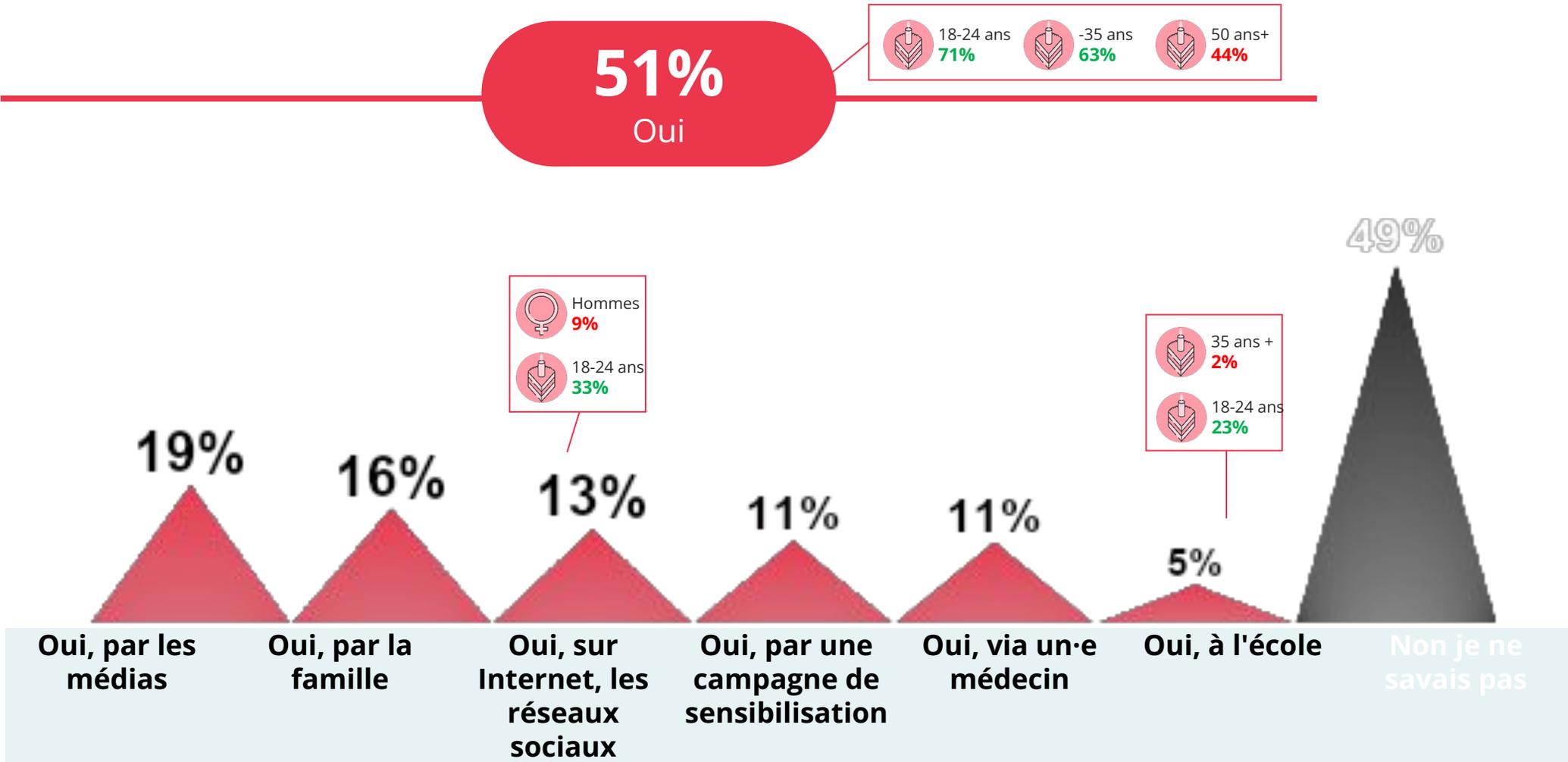


1000 répondant-e-s

Nouvelle question
2022

F2. Avez-vous déjà entendu parler du fait que les règles pouvaient donner lieu à des maladies ?

Plusieurs réponses possibles, total supérieur à 100%





Concrètement 2 femmes sur 10 déclarent souffrir d'une maladie liée aux règles et près de 3 sur 10 connaissent quelqu'un qui en souffre.



1000 répondant-e-s

F3. Souffrez-vous vous-même ou connaissez-vous quelqu'un qui souffre d'une maladie liée aux règles (comme l'endométriose, le syndrome des ovaires polykystiques (SOPK), un fibrome, des règles abondantes) ?

Question posée uniquement aux femmes, soit 522 répondantes – Plusieurs réponses possibles, total supérieur à 100%

Nouvelle question
2022



Moins de 35 ans
54%



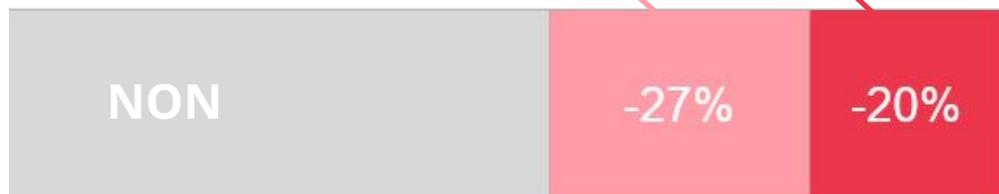
+65 ans
30%

44%

des femmes connaissent quelqu'un qui souffre d'une maladie liée aux règles

personnellement

quelqu'un dans l'entourage



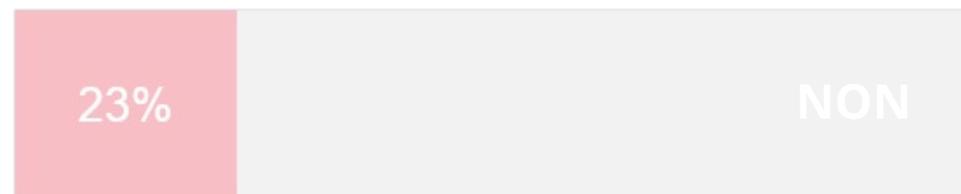
F3bis. Connaissez-vous quelqu'un de votre entourage qui souffre d'une maladie liée aux règles (comme l'endométriose, le syndrome des ovaires polykystiques (SOPK), un fibrome, des règles abondantes) ?

Question posée uniquement aux hommes, soit 478 répondants



23%

des hommes connaissent quelqu'un qui souffre d'une maladie liée aux règles



25-34 ans
44%



CSP +
34%



Près d'1/4 des hommes déclarent de leur côté connaître quelqu'un qui souffre d'une maladie liée aux règles. Un taux plus élevé chez les 25-34 ans ainsi que chez les CSP +.



F3. Souffrez-vous vous-même ou connaissez-vous quelqu'un qui souffre d'une maladie liée aux règles (comme l'endométriose, le syndrome des ovaires polykystiques (SOPK), un fibrome, des règles abondantes) ?

Question posée uniquement aux femmes, soit 522 répondantes – Plusieurs réponses possibles, total supérieur à 100%



Moins de 35 ans
54%



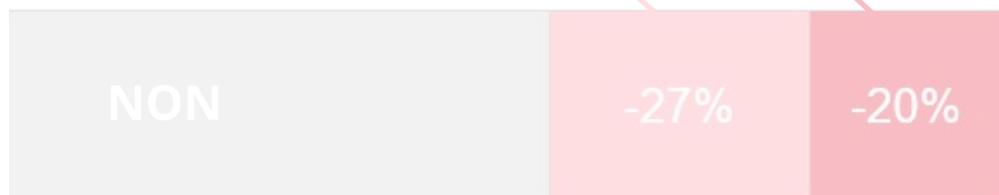
+65 ans
30%

44%

des femmes connaissent quelqu'un qui souffre d'une maladie liée aux règles

personnellement

quelqu'un dans l'entourage



F3bis. Connaissez-vous quelqu'un de votre entourage qui souffre d'une maladie liée aux règles (comme l'endométriose, le syndrome des ovaires polykystiques (SOPK), un fibrome, des règles abondantes) ?

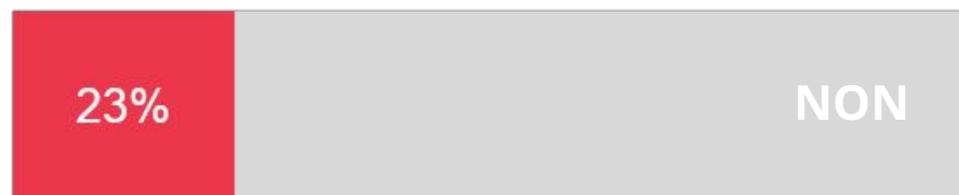
Question posée uniquement aux hommes, soit 478 répondants



Nouvelle question 2022

23%

des hommes connaissent quelqu'un qui souffre d'une maladie liée aux règles



25-34 ans
44%



CSP +
34%



La quasi-totalité des français-es trouvent légitime de rembourser les frais de santé liés aux troubles des règles et plus de la moitié trouvent d'ailleurs que cela serait « Tout à fait légitime », notamment les personnes directement concernées à savoir les femmes et les plus jeunes.



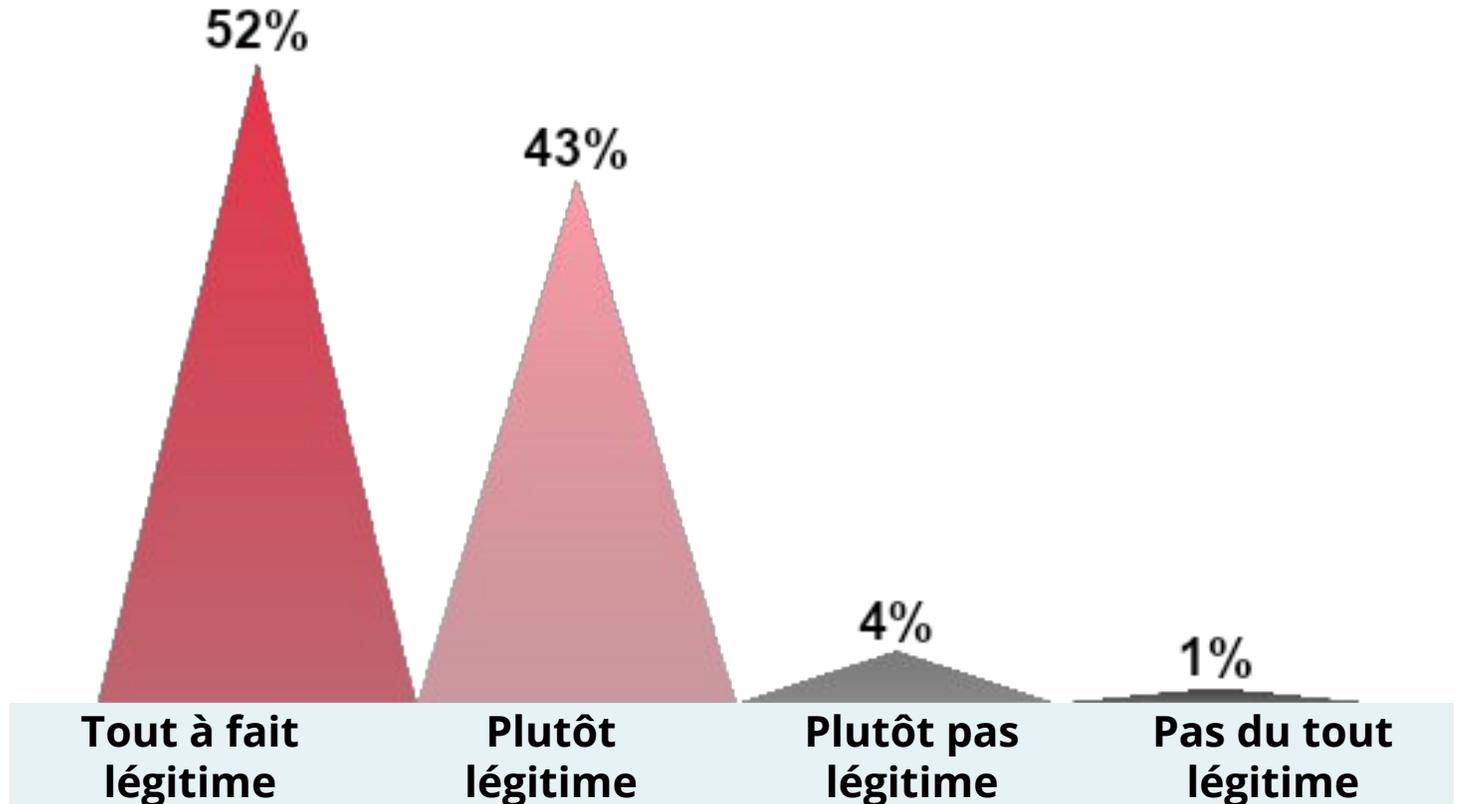
F4. Pensez-vous qu'il serait légitime de rembourser les frais de santé liés aux troubles et pathologies des règles (comme les antidouleurs et antispasmodiques, les traitements contre les pathologies – dont la contraception) ?

Nouvelle question
2022



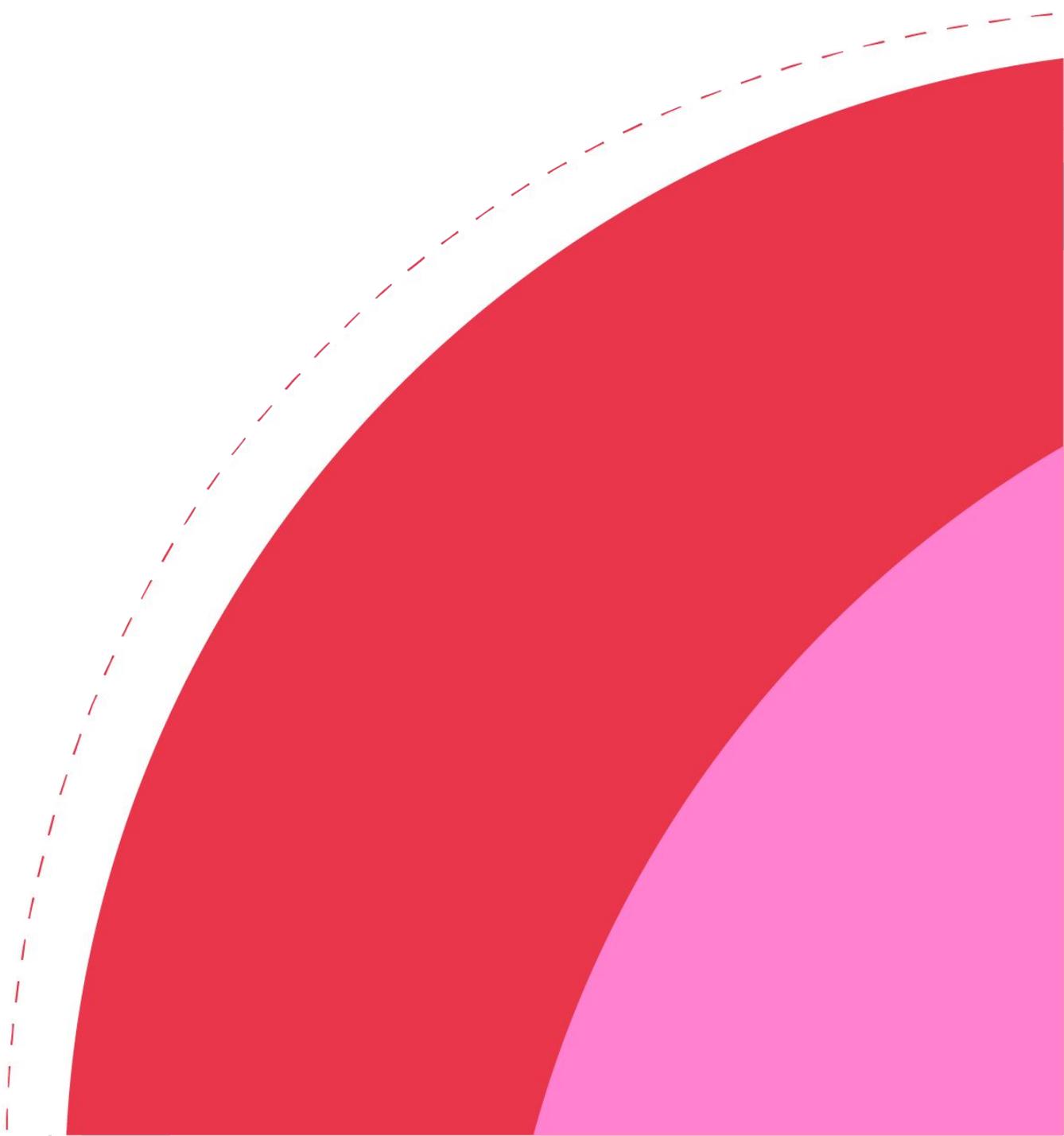
Trouvent légitime de rembourser les frais de santé liés aux troubles des règles

95%





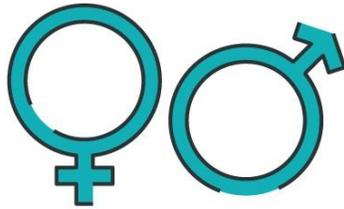
FOCUS JEUNES





Profil des répondant·es : 100 jeunes

50%



50%



Age moyen : **21 ans**

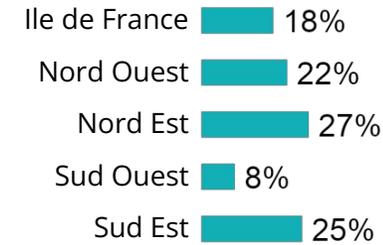
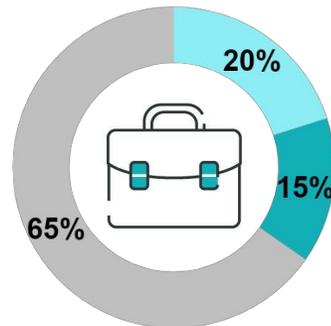
16-19 ans **35%**

20-24 ans **65%**

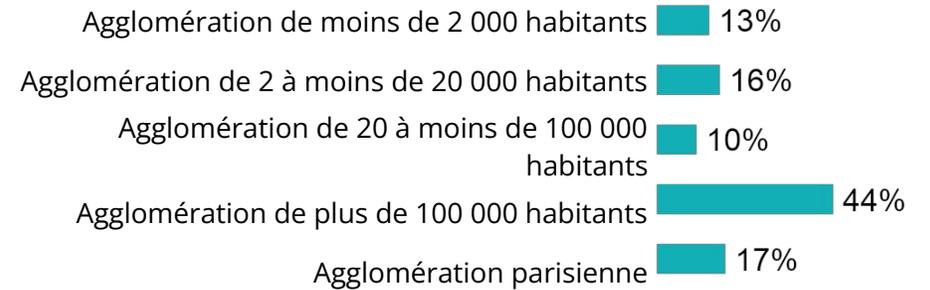


Focus Jeunes
N = 100

- CSP+ ●
- CSP- ●
- Inactifs ●



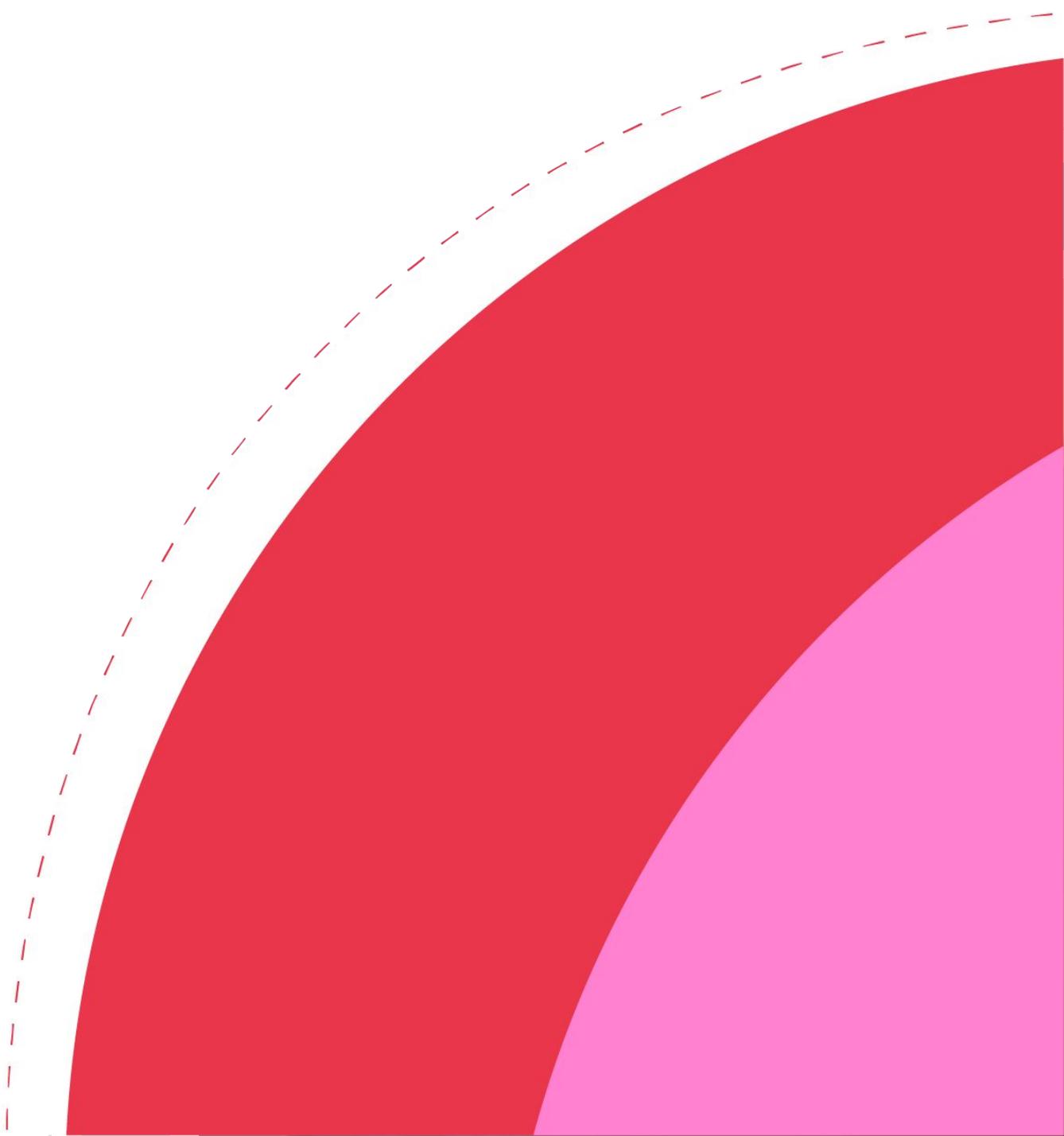
82%



Vit en couple
:
24%



L'analyse



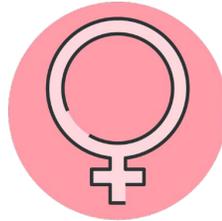


Les règles impactent fortement la vie scolaire avec près de la moitié des jeunes filles qui ont déjà manqué l'école à cause de leurs règles et plus de 4 sur 10 qui connaissent une personne qui a déjà manqué l'école pour cette raison.



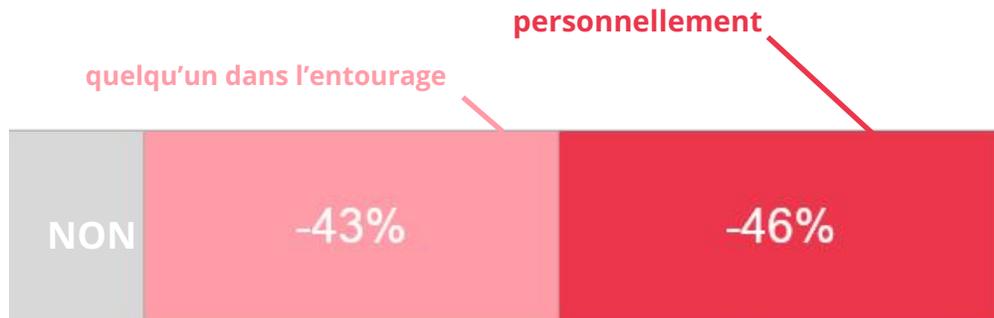
J2. Avez-vous vous-même ou connaissez-vous quelqu'un qui a déjà manqué l'école (collège, lycée) à cause de ses règles ?

Question posée uniquement aux femmes, soit 56 répondants – Plusieurs réponses possibles, total supérieur à 100%



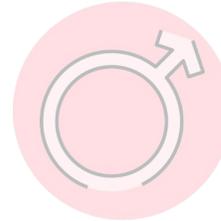
77%

des jeunes femmes connaissent quelqu'un qui a déjà manqué l'école à cause de ses règles



J2bis. Connaissez-vous quelqu'un dans votre entourage qui a déjà manqué l'école (collège, lycée) à cause de ses règles ?

Question posée uniquement aux hommes, soit 44 répondants



57%

des jeunes hommes connaissent quelqu'un qui a déjà manqué l'école à cause de ses règles



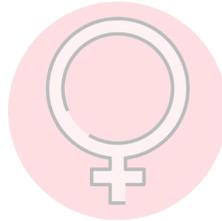


Chez les jeunes hommes, la majorité d'entre eux connaissent une personne qui a déjà manqué l'école à cause des ses règles.



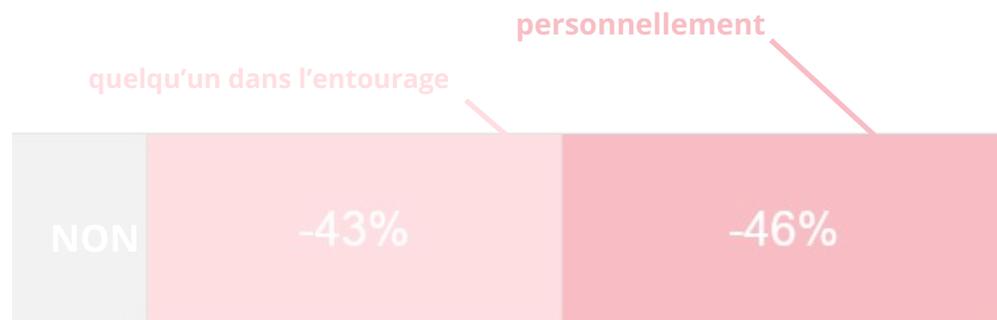
J2. Avez-vous vous-même ou connaissez-vous quelqu'un qui a déjà manqué l'école (collège, lycée) à cause de ses règles ?

Question posée uniquement aux femmes, soit 56 répondants – Plusieurs réponses possibles, total supérieur à 100%



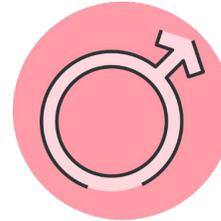
77%

des jeunes femmes connaissent quelqu'un qui a déjà manqué l'école à cause de ses règles



J2bis. Connaissez-vous quelqu'un dans votre entourage qui a déjà manqué l'école (collège, lycée) à cause de ses règles ?

Question posée uniquement aux hommes, soit 44 répondants



57%

des jeunes hommes connaissent quelqu'un qui a déjà manqué l'école à cause de ses règles



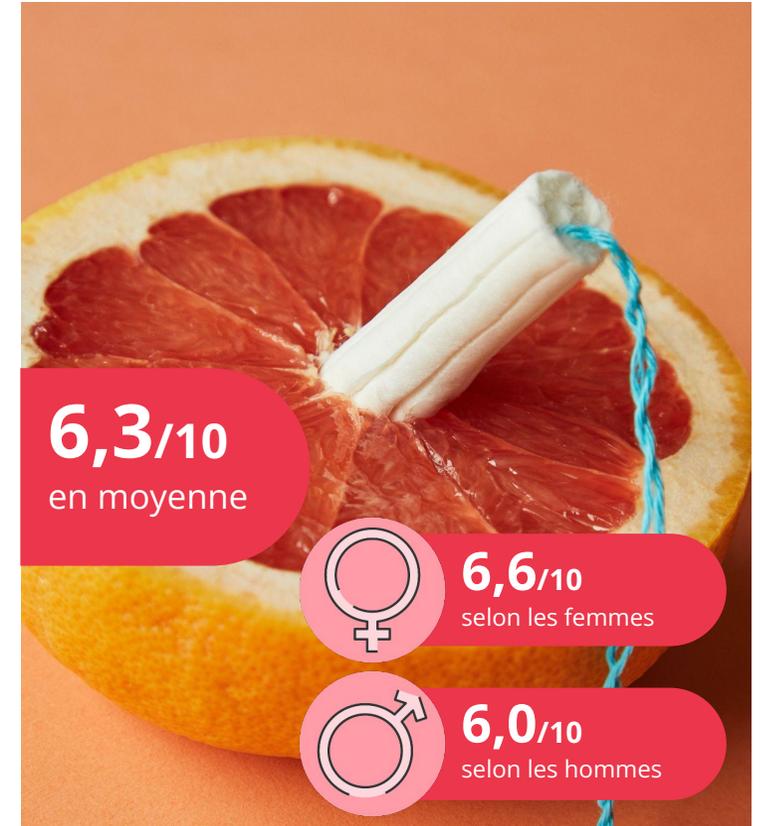
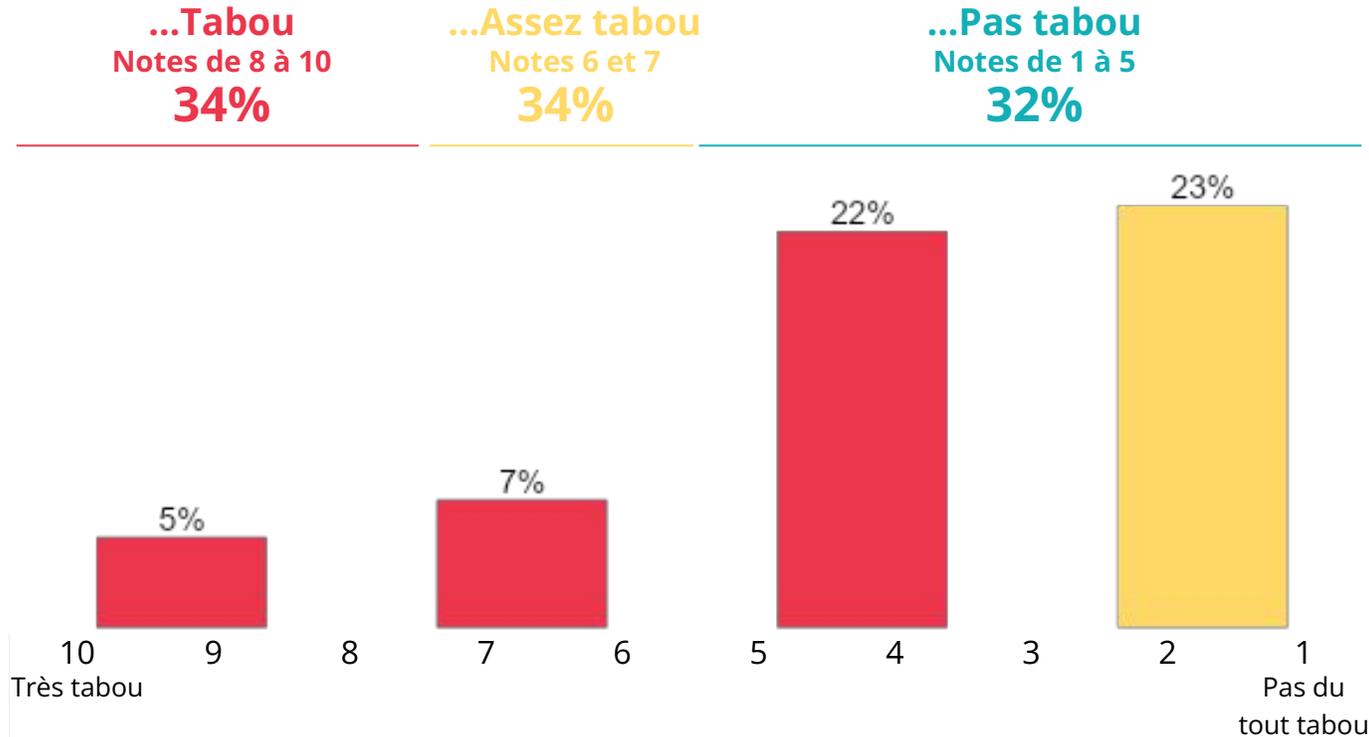


Pourtant, les règles restent un sujet assez tabou à l'école avec plus d'1/3 des jeunes de 16 à 24 ans qui le considèrent comme tel. Tendanciellement*, on note qu'en moyenne les jeunes femmes considèrent le sujet des règles plus tabou que les jeunes hommes...



J1. Sur une échelle de 1 à 10, dans quelle mesure diriez-vous que les règles sont un sujet tabou à l'école (collège, lycée) ?

À l'école, les règles sont un sujet...



©freepik



...et un sujet qui donne lieu à des comportements discriminatoires avec près d'une jeune fille sur 2 qui déclare avoir souffert ou connaître quelqu'un qui a souffert de discriminations liées aux règles à l'école comme des moqueries ou des humiliations...



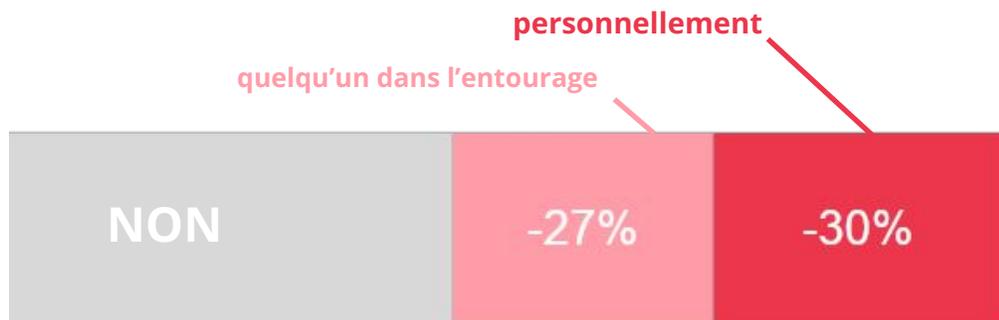
J3. Avez-vous vous-même ou connaissez-vous quelqu'un qui a souffert de discriminations liées aux règles à l'école (*moqueries, humiliations, inégalités*) ?

Question posée uniquement aux femmes, soit 56 répondants – Plusieurs réponses possibles, total supérieur à 100%



48%

des jeunes femmes connaissent quelqu'un qui a déjà souffert de discrimination liées aux règles à l'école



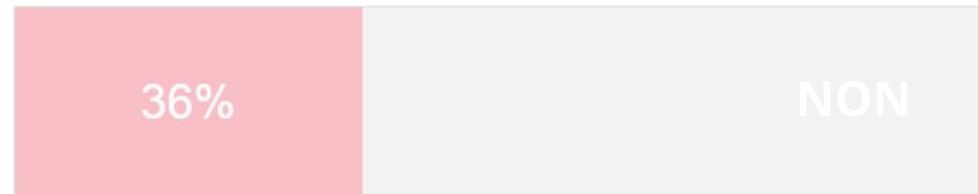
J3bis. Connaissez-vous quelqu'un dans votre entourage qui a souffert de discriminations liées aux règles à l'école (*moqueries, humiliations, inégalités*) ?

Question posée uniquement aux hommes, soit 44 répondants



36%

des jeunes hommes connaissent quelqu'un qui a déjà souffert de discrimination liées aux règles à l'école





...et 4 jeunes hommes sur 10 qui déclarent connaître une personne victime de ce type de discriminations liées aux règles à l'école.



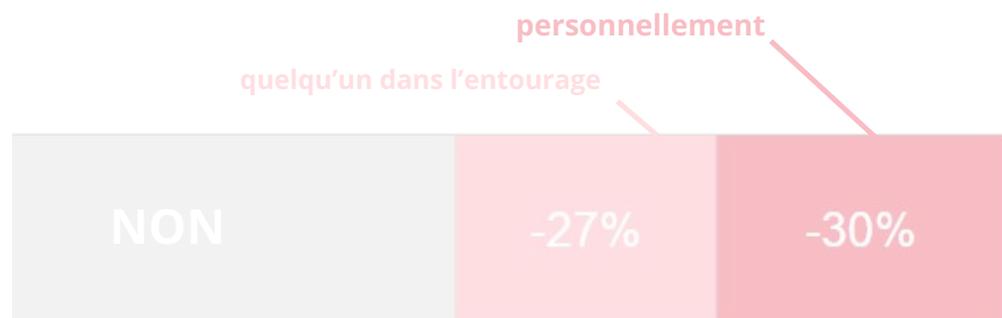
J3. Avez-vous vous-même ou connaissez-vous quelqu'un qui a souffert de discriminations liées aux règles à l'école (*moqueries, humiliations, inégalités*) ?

Question posée uniquement aux femmes, soit 56 répondants – Plusieurs réponses possibles, total supérieur à 100%



48%

des jeunes femmes connaissent quelqu'un qui a déjà souffert de discrimination liées aux règles à l'école



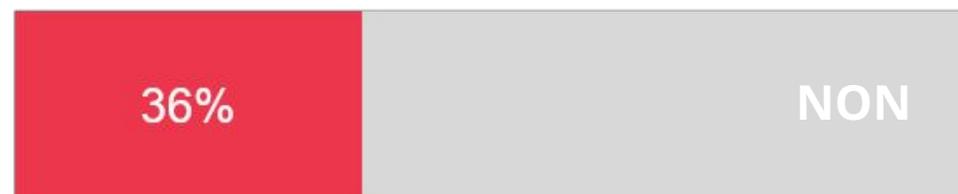
J3bis. Connaissez-vous quelqu'un dans votre entourage qui a souffert de discriminations liées aux règles à l'école (*moqueries, humiliations, inégalités*) ?

Question posée uniquement aux hommes, soit 44 répondants



36%

des jeunes hommes connaissent quelqu'un qui a déjà souffert de discrimination liées aux règles à l'école





Des jeunes qui sont en grande majorité d'accord avec le fait de proposer des modules de sensibilisation autour des règles à l'école avec près de 6 jeunes sur 10 qui sont « Tout à fait d'accord » avec cette proposition...



J4. Voici certaines pratiques qui pourraient être mises en place dans les écoles (collège/lycée/université).

Merci d'indiquer pour chacune d'entre elles si vous êtes tout à fait d'accord, plutôt d'accord, plutôt pas d'accord ou pas du tout d'accord avec le fait de les mettre en place

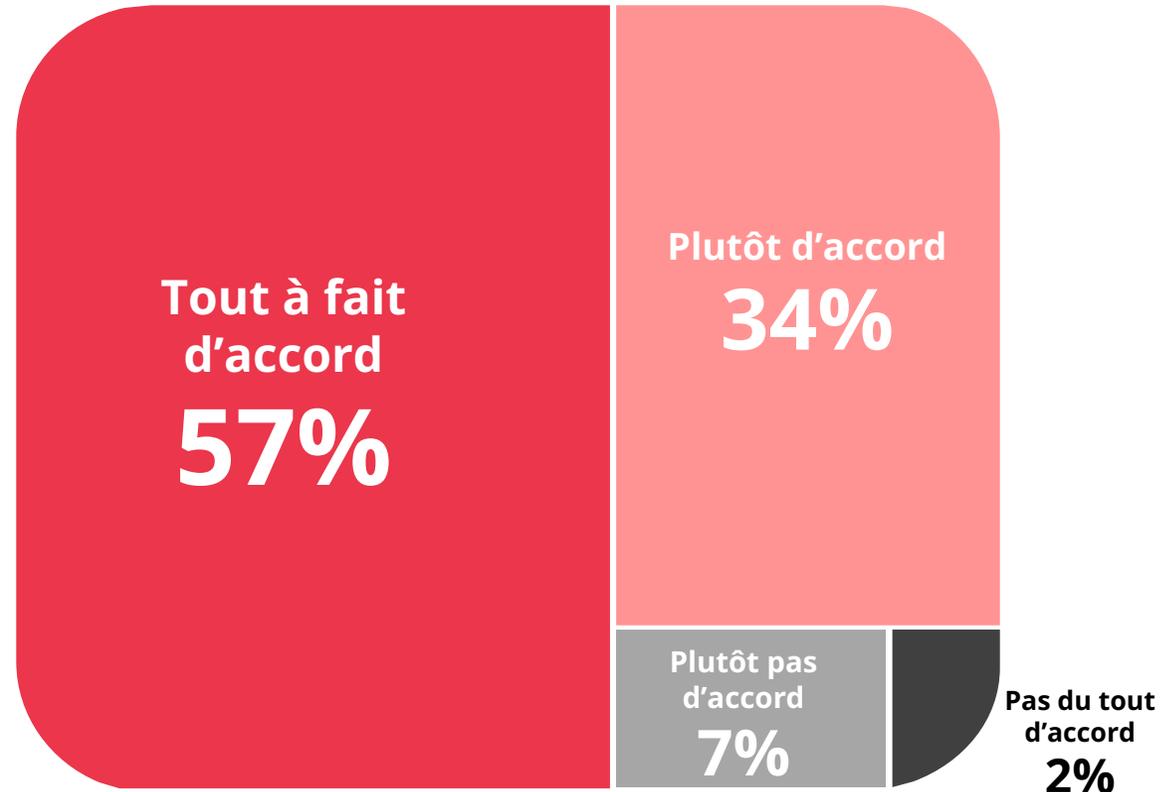
Proposer des modules de sensibilisation autour des règles à l'école (collège/lycée)

Nouvelle question
2022



91%

Sont d'accord pour la mise en place de modules de sensibilisation



9% pas d'accord



...et qui se déclarent également d'accord, et ce de manière encore plus prononcée, pour la mise à disposition de protections périodiques gratuites dans les collèges, lycées et universités avec près de $\frac{3}{4}$ des jeunes de 18 à 24 qui sont « Tout à fait d'accord » avec cette proposition.



J4. Voici certaines pratiques qui pourraient être mises en place dans les écoles (collège/lycée/université).

Merci d'indiquer pour chacune d'entre elles si vous êtes tout à fait d'accord, plutôt d'accord, plutôt pas d'accord ou pas du tout d'accord avec le fait de les mettre en place

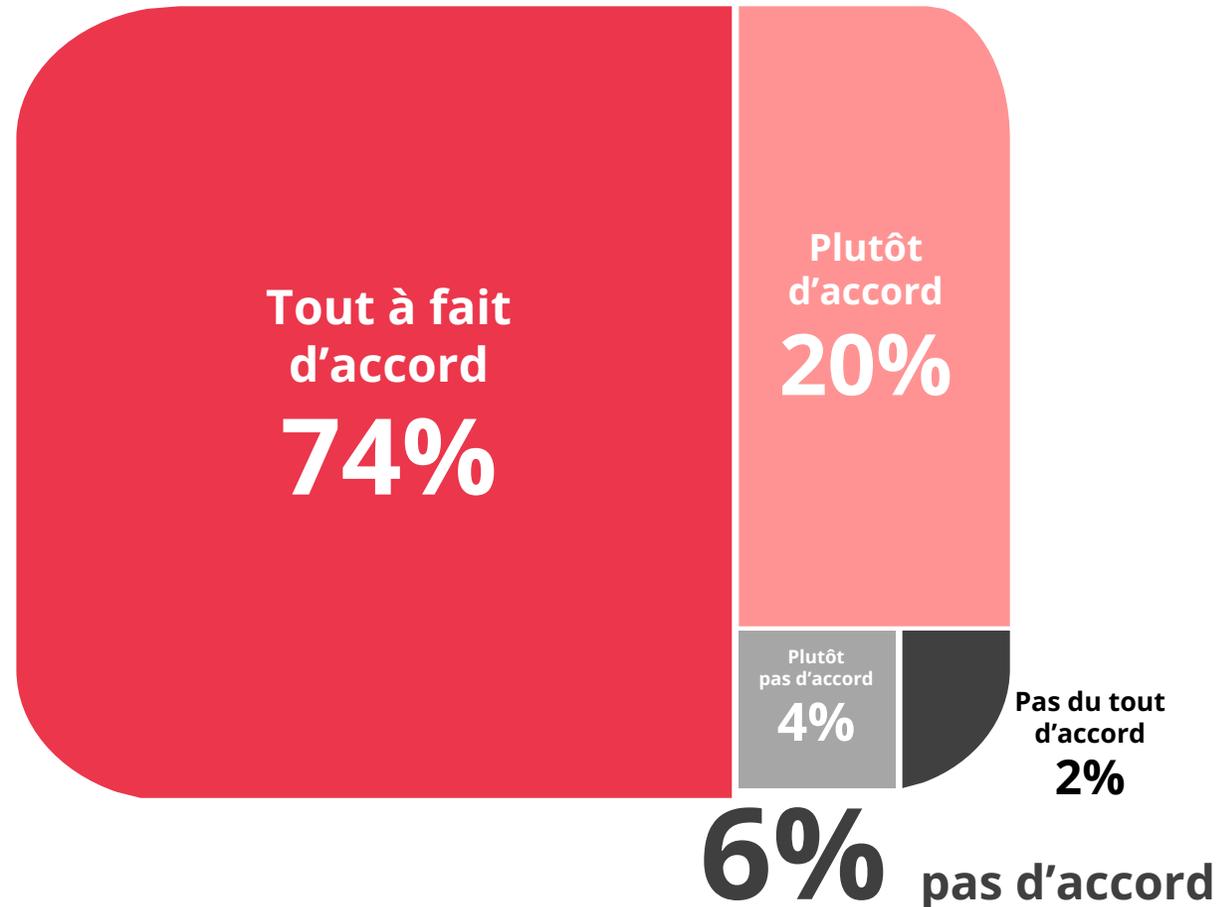
Nouvelle question
2022

Mettre à disposition des protections périodiques gratuites dans les collèges, lycées et universités



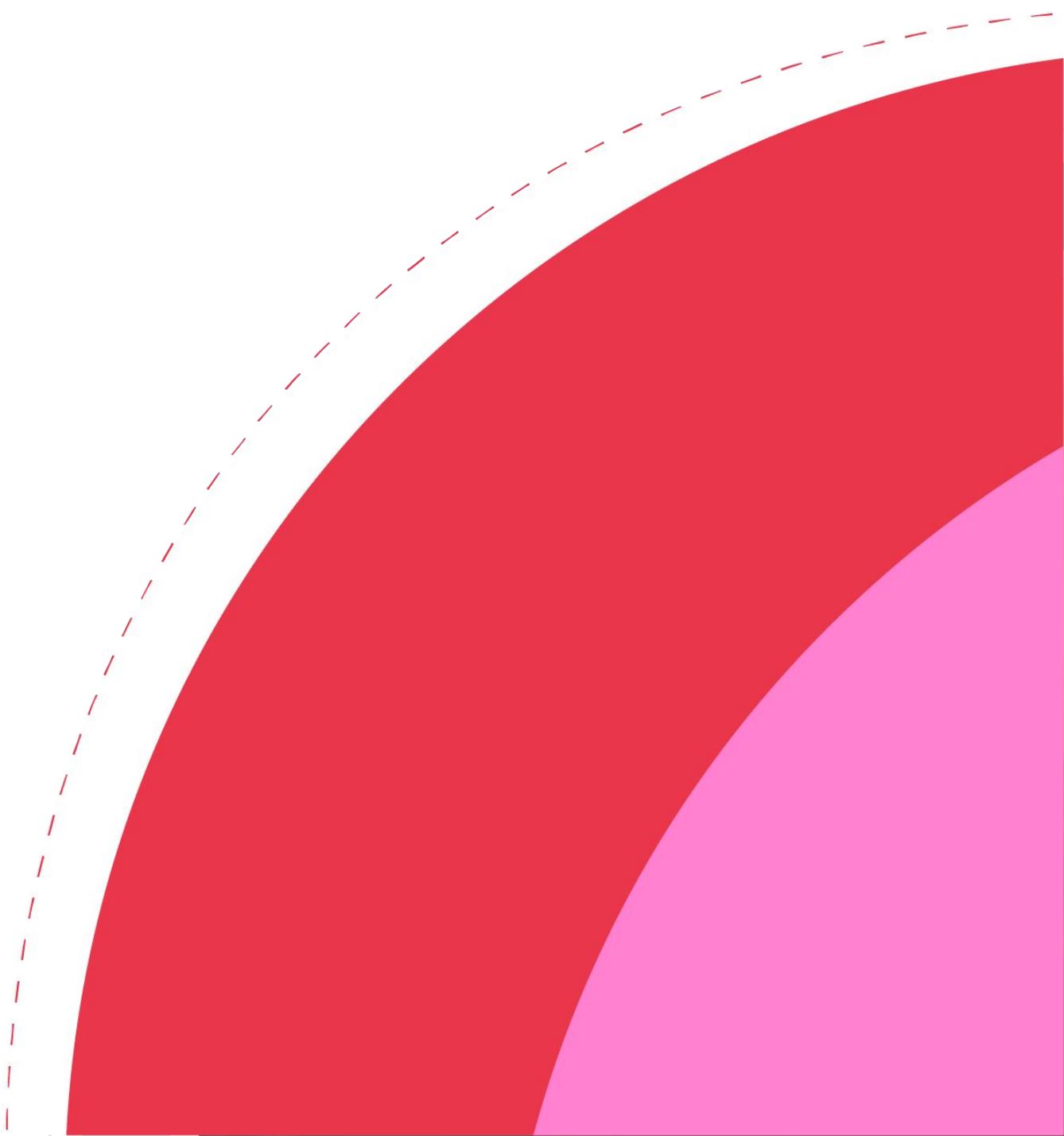
94%

Sont d'accord pour mettre à disposition des protections périodiques gratuites





La synthèse





Les règles, la précarité menstruelle : des sujets connus des français·es mais toujours très peu d'enseignement formel à ce sujet



Moins de la moitié des français·es a reçu un enseignement formel à propos des règles

- En effet, **44%** déclarent avoir reçu un enseignement formel à ce sujet, notamment dans le cadre scolaire (34%)
- Les jeunes sont plus informé·e·s et plus nombreux·ses à avoir reçu ce type d'enseignement : **63%** des moins de 35 ans et **75%** des 18-24 ans.



Des français·es qui ont une bonne connaissance de la précarité menstruelle, notamment les plus jeunes et les femmes, plus confronté·es à cette difficulté

- **70%** des français·es déclarent avoir déjà entendu parler de la précarité menstruelle et **46%** savent précisément de quoi il s'agit : un taux qui passe à **51%** chez les femmes et à **56%** chez les moins de 35 ans.
- En termes de vécu, **15%** des femmes déclarent avoir déjà été confrontées à la précarité menstruelle. Un taux en baisse par rapport à 2021 (20%).
- Une difficulté plus observée chez les jeunes femmes avec **29%** des femmes de moins de 35 ans qui déclarent avoir déjà été confrontées à la précarité menstruelle (*personnellement ou non*).



Chez les hommes également, les plus jeunes sont plus confrontés à la précarité menstruelle

- Du côté des hommes, **10%** déclarent connaître une femme dans une situation de précarité menstruelle (8% en 2021).
- Chez les moins de 35 ans, ils sont **27%** (contre 21% en vague 1).



Des français·es qui se déclarent nettement favorables à la mise en place de dispositifs pour lutter contre la précarité menstruelle

- **80% des français·es considèrent la précarité menstruelle comme un sujet de santé publique.** Cependant, la plupart des répondant·e·s pensent que le rôle des pouvoirs publics à ce niveau est insuffisant (60%).
- Comme en 2021, **86%** des français·es se déclarent en faveur de la mise à disposition de protections d'hygiène intime gratuites pour toutes les personnes dans le besoin.
- Plus largement, au sein des établissements scolaires, près de **9 français·es sur 10 y sont favorables.** Pour la mise à disposition de protections d'hygiène intime au sein de toutes les structures publiques, l'avis est un peu plus modéré mais **73%** s'y déclarent favorables. Enfin, elles sont **67%** à adhérer à l'installation de distributeurs dans la rue et dans les transports.
- Plus globalement, les populations plus jeunes approuvent (comme en 2021) plus facilement ces propositions.

Enfin, **84%** des français·es se déclarent en faveur de la dispense de modules d'éducation et de sensibilisation à l'école (collèges, lycées). Une démarche d'éducation à l'école à laquelle la majorité des français·es adhèrent sans qu'il n'y ait de distinction significative en termes de genre ou d'âge.



La santé des femmes liée aux règles

Des français·es assez peu informé·es de l'impact que peuvent avoir les règles sur la santé des femmes

- Selon **37% des français·es, il est normal d'avoir mal pendant ses règles**. Un taux bien plus élevé chez les plus jeunes (45% des moins de 50 ans et 53% des 18-24 ans).
- **48%** des français·es ont déjà manqué le travail à cause de leurs règles ou connaissent quelqu'un qui a déjà manqué le travail à cause de ses règles. Un taux qui est en forte augmentation depuis 2021 où il était de 33%.
- Si **20%** des femmes souffrent d'une maladie liée aux règles et **27%** des femmes et **23%** des hommes connaissent quelqu'un de leur entourage qui en souffre...
- ...**seulement 51%** des français·es ont déjà entendu parler du fait que les règles pouvaient donner lieu à des maladies.
- Cependant, la quasi-totalité des français·es (95%) trouvent légitime de rembourser les frais de santé liés aux troubles des règles.



FOCUS JEUNES

- Des règles qui ont un impact sur la scolarité des jeunes de 18 à 24 ans...

46% des jeunes femmes déclarent avoir déjà manqué l'école à cause de leurs règles. Également, **43%** des femmes et **57%** des hommes connaissent une personne à qui cela est arrivé.

Un sujet qui reste assez tabou à l'école avec **34%** qui le considèrent tabou (*note de 8 à 10*) et **34%** « assez tabou » (*notes de 6 à 7*) ...

...et qui engendre des comportements discriminatoires. En effet, **48%** des jeunes femmes ont souffert ou connaissent quelqu'un qui a déjà souffert de discriminations liées aux règles à l'école comme des moqueries, des humiliations ou des inégalités. Il s'agit de près de **4 jeunes hommes sur 10** qui indiquent connaître une personne victime de ce type de discriminations liées aux règles.

- ...des jeunes favorables à la mise en place de nouvelles pratiques liées aux règles dans les établissements scolaires

91% des jeunes se déclarent d'accord pour la mise en place de modules de sensibilisation autour des règles à l'école (collèges/lycées).

94% se disent d'accord pour la mise à disposition de protections périodiques gratuites dans les collèges, lycées et universités.

