

# Les protections périodiques, un luxe pour 4 millions de femmes en France.

Enquête exclusive sur la précarité menstruelle  
février 2023



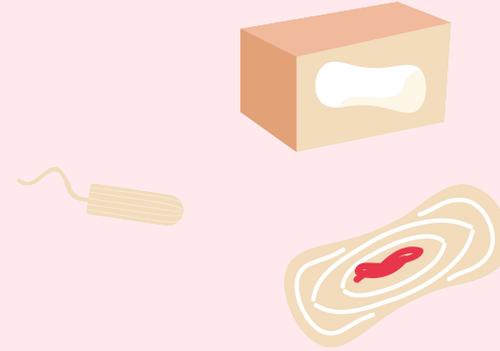
*“opinionway*



# Mise en perspective

Chaque mois, les personnes qui ont leurs règles sont confrontées à une réalité très concrète : **devoir utiliser des protections périodiques.**

Pourtant, chaque mois, en France, **certaines doivent complètement y renoncer.** D'autres, décident de sacrifier leur repas de midi pour se payer un paquet de serviettes. Pourquoi ? Parce qu'un paquet de 12 serviettes hygiéniques coûte environ 3€, que certaines personnes ayant des règles abondantes doivent utiliser plusieurs paquets par cycle, que lorsque l'on a à peine de quoi s'acheter à manger, acheter des tampons passe parfois au second plan.



**Ce constat est insoutenable** : il définit une ligne entre les personnes qui peuvent faire face à une réalité biologique, et celles qui ne peuvent pas. Il nous rappelle que, même face à quelque chose d'aussi banal et communément partagé que les règles, tout le monde n'a pas les mêmes possibilités, et au-delà, les mêmes droits.

Car oui, **avoir accès à des protections périodiques devrait être un droit.** Qu'on soit étudiante, mère célibataire, ou cheffe d'entreprise, on devrait pouvoir avoir des protections périodiques quand on a ses règles.

En 2021, on estimait que 2 millions de femmes étaient en situation de précarité menstruelle. En 2023, avec notre enquête Opinion Way pour Règles Élémentaires, le constat est sans appel : en 2 ans, le nombre de femmes confrontées à la précarité menstruelle a doublé.

Voici quelques orientations pour comprendre les chiffres de ce baromètre 2023 :

- ➔ La précarité menstruelle est un fléau en augmentation : près de 4 millions de femmes menstruées de 18 à 50 ans sont concernées.
- ➔ Parmi elles, les plus jeunes et les mères célibataires sont en première ligne. Elles sont près d'1,7 million à être en situation de précarité menstruelle.
- ➔ Le contexte d'inflation pourrait encore aggraver la situation : 1,2 million de femmes de 18 à 50 ans supplémentaires craignent d'être en situation de précarité menstruelle dans la prochaine année.



Afin de mettre en perspective la lutte contre la précarité menstruelle, il nous semble important de rappeler qu'en 2021, le gouvernement écossais a voté et implémenté une loi pour la gratuité des protections. Celle-ci instaure que toutes les personnes qui en ont besoin doivent avoir accès à des protections. Fin 2022, le gouvernement écossais a publié les premiers résultats de cette politique. On en retient que depuis la mise à disposition des protections, près de 8 personnes sur 10 se sentent plus à l'aise pour pratiquer leurs activités quotidiennes et sont moins inquiètes quand elles ont leurs règles.\*

**Les règles ne doivent plus être un fardeau,  
ni économique, ni psychologique.  
Il faut aujourd'hui que l'État agisse.**

\*source :

<https://www.gov.scot/publications/access-free-period-products-baseline-survey-results/pages/6/>

**Règles Élémentaires est la première association française de lutte contre la précarité menstruelle et le tabou des règles.** Nos actions s'organisent autour de 3 piliers : la mobilisation citoyenne, grâce à une plateforme unique en son genre qui permet à n'importe qui, en quelques clics, d'organiser une collecte, les ateliers d'information et de formation, le plaidoyer et la sensibilisation auprès des décideur·ses politiques et du grand public.

**DEPUIS 2015**



## REGLES ELEMENTAIRES

**+ DE 15 MILLIONS**  
de protections collectées



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



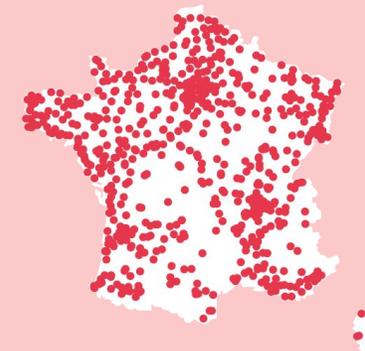
**500**  
partenaires associatifs  
sur tout le territoire

samusocial  
Paris

croix-rouge française



**8**  
antennes  
régionales



**3 000**  
collectes  
organisées sur  
tout le territoire



## Contenu du rapport

P6

Contexte de l'étude

P7

Méthodologie

P12

Analyse

P13

Près de 4 millions de femmes adultes en situation de précarité menstruelle

p18

Les jeunes femmes sont les premières victimes de la précarité menstruelle

P21

Une évolution alarmante de la situation

P23

Une situation qui pourrait s'empirer dans les mois à venir

p26

Synthèse



# Contexte

En 2019, l'étude Dons Solidaires x IFOP avait publié les premiers chiffres de la précarité menstruelle, estimant à 1,7 million le nombre de femmes n'ayant pas accès aux protections périodiques.

En 2021, Règles Élémentaires avait ré-évalué à 2 millions le nombre de femmes concernées suite à la crise COVID.

2 ans après, la situation a évolué. Les français-es ont davantage conscience que la précarité menstruelle existe (cf. [baromètre 2022](#)). Pourtant, à cause de la dégradation de la situation économique et de la baisse du pouvoir d'achat, elle s'accroît et impacte de plus en plus de Françaises.

A ceci s'ajoute le contexte d'inflation actuel (+5,2% en 2022 selon l'Insee) qui pénalise fortement les Français, et plus particulièrement les Françaises dont la situation économique est structurellement plus fragile.

En 2023, nous conduisons cette nouvelle étude avec Opinion Way pour mettre à jour les données sur la précarité menstruelle en France et alerter sur l'ampleur du phénomène et de ses conséquences sur la vie de millions de femmes.





# La méthodologie





## Interrogation de 1022 Françaises menstruées de 18 à 50 ans, représentatives de la population française...



Étude réalisée auprès de **1 022 Femmes âgées de 18-50 ans menstruées** représentatives de la population des femmes **âgées de 18-50 ans**.

L'échantillon a été constitué selon la **méthode des quotas**, au regard des critères d'âge, de niveau de revenus du foyer et de région de résidence.



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 points au plus pour un échantillon de 1000 répondants.



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



Les interviews ont été réalisées **du 15 au 24 février 2023**.

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



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.





# Limites de l'échantillon

- **Pourquoi cette étude ne porte-t-elle que sur les "femmes menstruées" ?**
  - Par "femmes menstruées", on entend "toute femme qui a ses règles"
  - L'échantillon ne permet pas d'inclure toutes les personnes menstruées (personnes trans et/ou non-binaires menstruées) car il n'existe aujourd'hui pas de base de données représentatives du nombre de personnes trans et/ou non binaires menstruées en France. Afin de recueillir ces informations, il faudrait qu'il y ait une étude dédiée.
- **Cette étude inclut-elle toutes les "femmes menstruées" ?**
  - Cette étude n'inclut pas toutes les femmes menstruées, mais uniquement celles qui ont un accès internet, car le questionnaire a été déployé en ligne. Néanmoins, l'échantillon a été créé sur des critères de représentativité de la population française, dont le revenu.



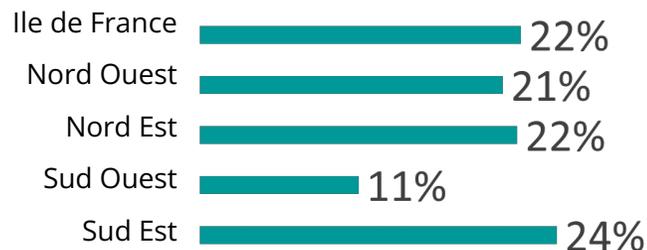
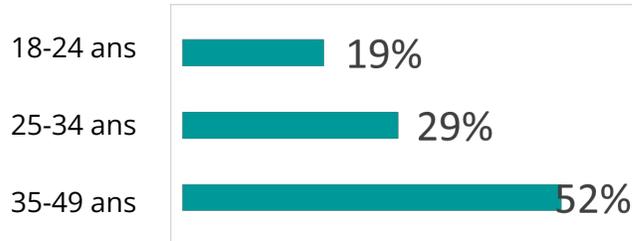


**Échantillon**

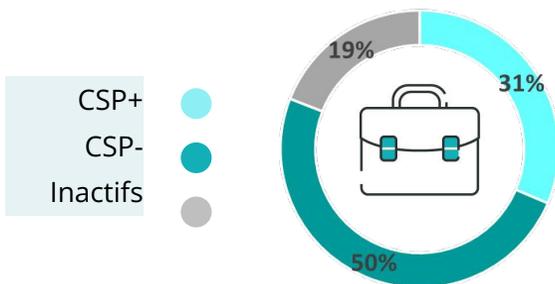
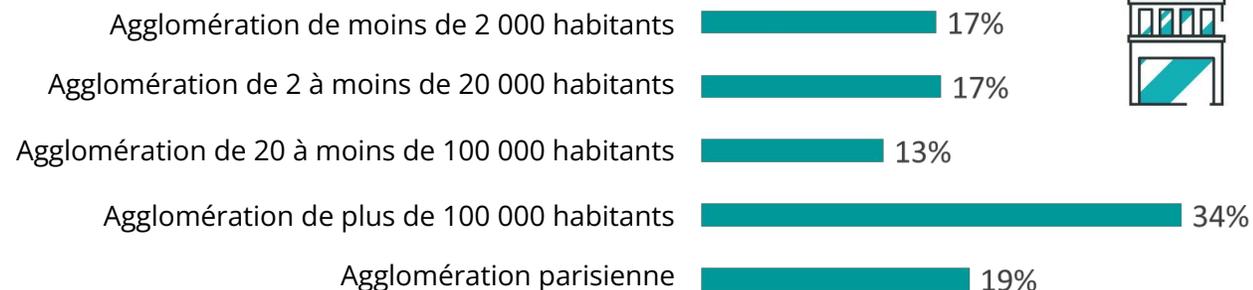
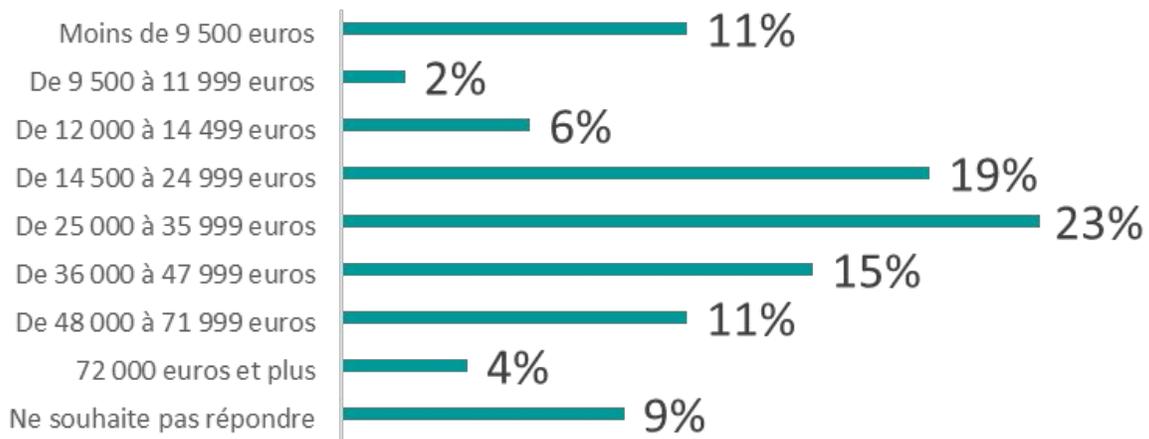




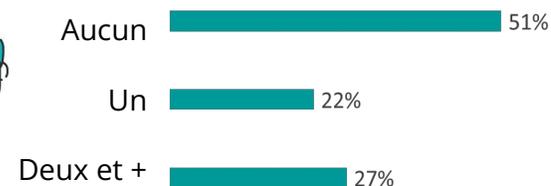
# Profil des répondantes : 1022 Françaises menstruées de 18 à 50 ans



## Revenus annuels nets du foyer :



## Enfants de moins de 18 ans dans le foyer :



Vit en couple :

**60%**



Vit seule :

**38%**



# L'analyse





1

Près de 4 millions de femmes adultes en situation de précarité menstruelle



## Près de 4 millions de femmes en France victimes de précarité menstruelle

# 31%

des femmes menstruées de 18 à 50 ans sont en situation de précarité menstruelle

**Toute personne qui éprouve des difficultés financières à disposer de suffisamment de protections périodiques pour se protéger correctement pendant ses règles est en situation de précarité menstruelle.**



# 3 874 019

femmes en France sont en situation de précarité menstruelle



Près d'1/4 des femmes menstruées de 18 à 50 ans n'ont pas pu acheter de protections périodiques pour des raisons financières cette année. Cela représente plus de 2,5 millions de personnes.

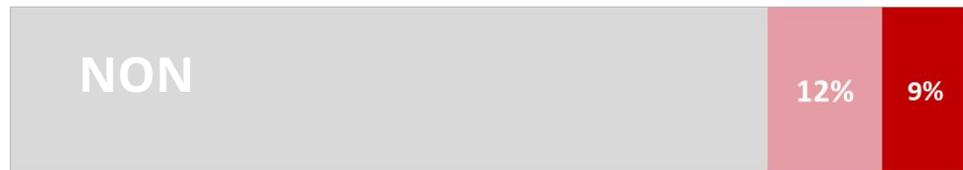
Q1. Au cours des 12 derniers mois, vous est-il arrivé, au moins une fois, de renoncer à acheter, pour des raisons financières, des protections périodiques pour vous protéger ?

**21%**

des femmes ont dû renoncer à acheter des protections périodiques

Plusieurs fois dans l'année passée

Une seule fois dans l'année passée



-  18-24 ans **30%**
-  femmes célibataires avec enfant **31%**

**2 633 495**

femmes en France  
en 2023 ont dû renoncer au moins  
une fois dans l'année à acheter des protections  
périodiques pour des raisons financières





**Parmi les femmes qui ont pu avoir accès aux protections périodiques, 13% ont dû renoncer à d'autres biens essentiels. Cela correspond à 1,2 million de femmes supplémentaires.**

Q2. Au cours des 12 derniers mois, vous est-il arrivé, au moins une fois, de renoncer à acheter au moins un produit essentiel de votre quotidien (par exemple : de la nourriture, des produits d'hygiène, du carburant, etc.) pour acheter à la place des protections périodiques ?)

Question posée uniquement aux femmes ayant répondu "Non" à la question Q1. soit 817 répondants

**13%**

des femmes ont dû se passer d'un autre bien essentiel pour s'acheter des protections périodiques

Plusieurs fois dans l'année passée

Une seule fois dans l'année passée



**1 257 935**

femmes en France en 2023 ont dû se passer d'un autre bien essentiel pour s'acheter des protections périodiques





**02**

Les jeunes femmes  
sont les premières  
victimes de la  
précarité menstruelle

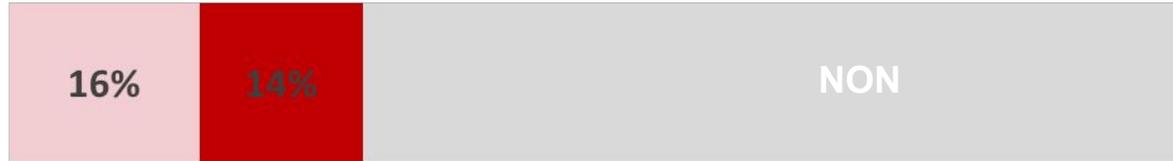


Près d' 1/3 des moins de 25 ans n'ont pas les moyens de s'acheter des protections périodiques en quantité suffisante.

**30%**

des Françaises de 18 à 24 ans  
ont renoncé à acheter  
des protections périodiques

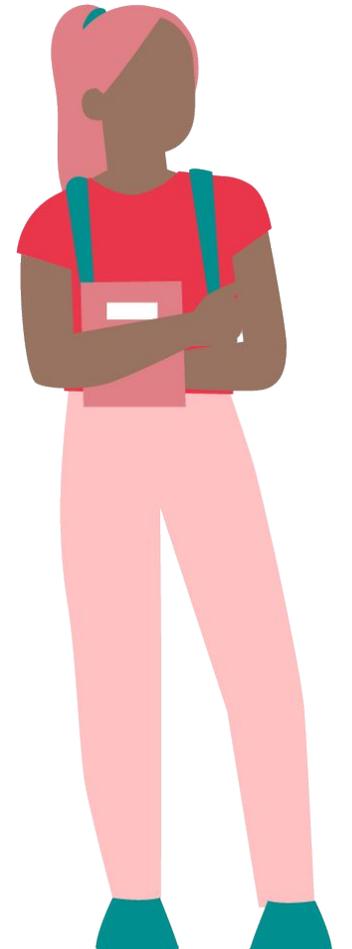
Q1. Au cours des 12 derniers mois, vous est-il arrivé, au moins une fois, de renoncer à acheter pour des raisons financières des protections périodiques pour vous protéger ?



Plusieurs fois dans l'année passée

Une seule fois dans l'année passée

**14% des jeunes de 18 à 24 ans** sont fréquemment dans l'impossibilité financière d'accéder à des protections périodiques, cela équivaut à plus de **330 000 personnes**.



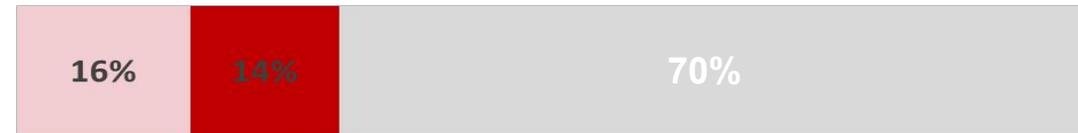


**Parmi celles qui ont pu accéder à des protections périodiques, 1/3 a dû renoncer à un autre bien de première nécessité.  
Au global, la précarité menstruelle concerne près d'une jeune femme sur 2 en France.**

La précarité menstruelle touche  
**44%**  
des Françaises  
de 18 à 24 ans



Q1. Au cours des 12 derniers mois, vous est-il arrivé, au moins une fois, de renoncer à acheter pour des raisons financières des protections périodiques pour vous protéger?



Q2. Au cours des 12 derniers mois, vous est-il arrivé, au moins une fois, de renoncer à acheter au moins un produit essentiel de votre quotidien (par exemple : de la nourriture, des produits d'hygiène, du carburant, etc.) pour acheter à la place des protections périodiques ?  
*réponse pour les femmes de 18 à 24 ayant répondu "Non" à la question Q1. soit 160 répondantes*



Plusieurs fois dans l'année passée  
Une seule fois dans l'année passée



# 03

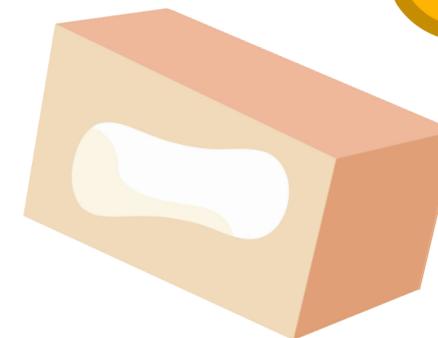
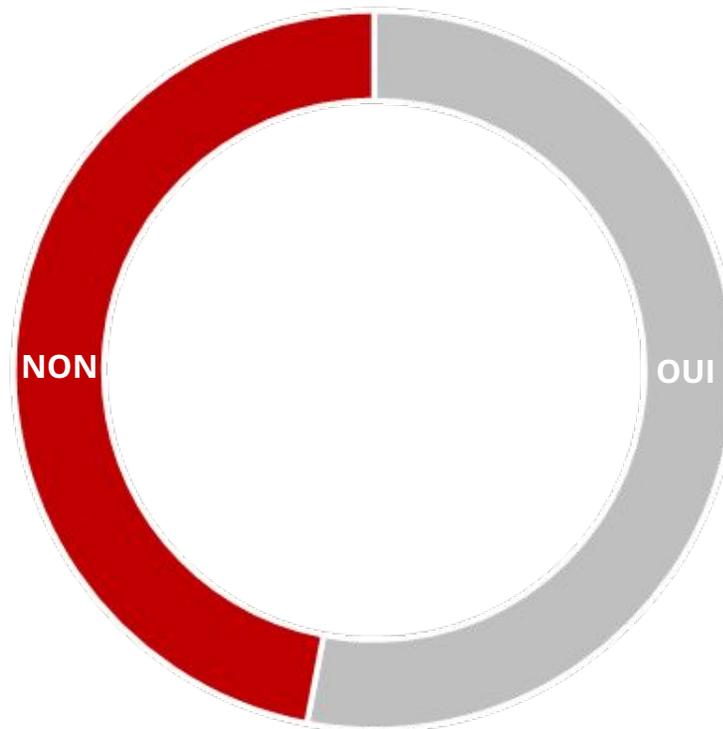
Une évolution  
alarmante de la  
situation



## Pour près de la moitié des femmes de 18 à 50 ans victimes de précarité menstruelle, cette situation est nouvelle.

Q3. Vous avez déclaré avoir déjà renoncé à acheter des produits périodiques pour des raisons financières / à acheter des produits essentiels pour acheter des produits périodiques. Cette situation vous était-elle déjà arrivée avant l'année 2022 ?

pour 47%  
des femmes cette situation  
de précarité menstruelle  
est récente



Entre 2021 et 2023, **plus d'1,8 million de femmes supplémentaires** ont été victimes de précarité menstruelle



**04**

Une situation qui  
pourrait s'empirer  
dans les mois à venir



## Des perspectives d'amélioration quasi inexistantes pour les femmes victimes de précarité menstruelle

Q4. Au cours des 12 prochains mois, pensez-vous que vous pourriez être amenée à renoncer à acheter des produits périodiques pour des raisons financières et/ou renoncer à acheter des produits essentiels pour acheter à la place des produits périodiques ?

# 86%

des femmes en situation de précarité menstruelle pensent que leur situation ne va pas s'améliorer dans les prochains mois



Oui, à cause d'une dégradation de ma situation personnelle 24%

Oui, à cause de l'inflation 74%





## Un risque d'aggravation de la situation dans les 12 prochains mois, puisque 1,7 million de femmes en plus pourraient être concernées par la précarité menstruelle

Q4. Au cours des 12 prochains mois, pensez-vous que vous pourriez être amenée à renoncer à acheter des produits périodiques pour des raisons financières et/ou renoncer à acheter des produits essentiels pour acheter à la place des produits périodiques ?

**14 %**

des femmes qui ne sont pas en situation de précarité menstruelle pensent qu'elles pourraient le devenir



**1 224 475**

femmes pensent qu'elles pourraient basculer dans la précarité menstruelle dans les 12 prochains mois

# Synthèse

Les 3 chiffres de l'enquête à retenir :

## Près de 4 millions

de femmes en France sont en situation de précarité menstruelle *(x2 depuis 2021)*

## 1,2 millions

de femmes pensent qu'elles pourraient basculer dans la précarité menstruelle dans les 12 prochains mois

## Près d'1 jeune femme sur 2

est en situation de précarité menstruelle *(18-24 ans)*

