

**RAPPORT
D'ENQUÊTE**

**Accompagner la lutte
contre la précarité menstruelle**

2024



SOMMAIRE

Introduction 3

1 → La précarité menstruelle : une réalité difficile à saisir 5

Le tabou dans la bouche des bénéficiaires

Une connaissance des pratiques des bénéficiaires difficile à cerner

2 → Un manque crucial de ressources 8

Le manque de dons de protections périodiques

Le manque d'information sur les règles et la précarité menstruelle

3 → Les démarches de lutte contre la précarité menstruelle 11

Un besoin de formation

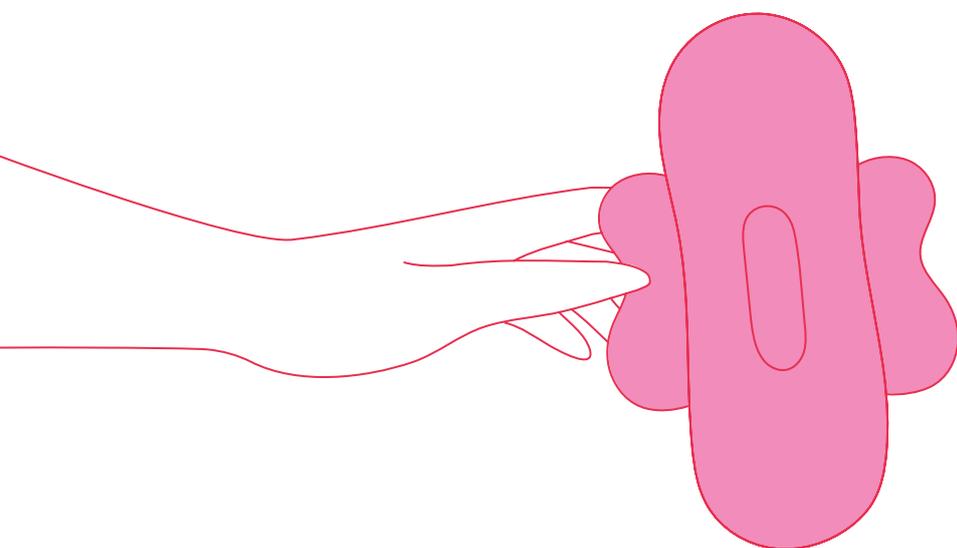
Les démarches de lutte contre la précarité menstruelle au sein des structures

4 → Renforcer l'accompagnement auprès de nos partenaires 14

Le partenariat avec Règles Élémentaires

Projets DRIHL/DRDFE & DGCS

Conclusion 17



INTRODUCTION

En France, en 2023, 4 millions* de personnes sont touchées par la précarité menstruelle. Depuis 2015, l'association Règles Élémentaires a redistribué plus de 20 millions de produits périodiques, ce qui couvre les besoins pour un mois de règles pour environ 1,25 million de personnes. Afin de répondre aux besoins de toutes les personnes en situation de précarité menstruelle, il faudrait plus de 80 millions de produits chaque mois. Or, en 2024, Règles Élémentaires a collecté 5 millions de produits et les redistribue uniquement aux personnes en situation de grande précarité, de mal-logement ou d'exclusion.

Si les produits manquent, c'est que le sujet reste tabou, les ressources humaines et financières restent trop limitées pour répondre aux besoins, le budget national pour la lutte contre la précarité menstruelle ne vise aujourd'hui que certains publics cibles et ne touchent pas la totalité des personnes qui font face à la précarité menstruelle en France. Face à ce défi récurrent, Règles Élémentaires intensifie ses actions : collectes et distributions de protections périodiques, sensibilisations en milieu scolaire et carcéral, et formations des relais éducatifs et professionnels du médico-social.

Pour intensifier ses actions, Règles Élémentaires s'appuie sur la capitalisation. Elle identifie des expériences probantes et des bonnes pratiques dans les relations aux associations de lutte contre la précarité menstruelle. Dans cette optique, une enquête menée de février à juin 2024 a permis d'évaluer les initiatives de lutte contre la précarité menstruelle et l'accompagnement des structures médico-sociales par Règles Élémentaires.

Les objectifs étaient de :

-  **Dresser un état des lieux des initiatives en France, en collaboration avec les partenaires de Règles Élémentaires et de la Direction régionale et interdépartementale de l'hébergement et du logement (DRIHL),**
-  **Collecter des données chiffrées afin d'identifier les besoins et intégrer ces résultats au plaidoyer, à la communication et aux actions de Règles Élémentaires,**
-  **Renforcer et valoriser les partenariats.**

* Source : Enquête sur la précarité menstruelle février 2023 - Opinion Way pour Règles Élémentaires

DEPUIS 2015, RÉ C'EST...

20 MILLIONS
de protections collectées

+ DE 1,25M
de mois de règles couverts
pour les personnes
en situation de précarité
menstruelle

+ DE 20 000
personnes sensibilisées
grâce à nos ateliers
ou événements

+ DE 4 000
collectes organisées
sur tout le territoire

+ DE 1 500
partenaires associatifs
sur tout le territoire



Un questionnaire a été adressé à **1 094** partenaires, ciblant des structures engagées contre la précarité menstruelle. Parmi les 194 répondants, **78%** étaient partenaires de Règles Élémentaires et **22%** étaient partenaires de la DRIHL. **80%** des répondants étaient salariés, suivis de **14%** de bénévoles et **6%** d'administrateur-rices.

Géographiquement, **58%** des structures se situent en Île-de-France, région d'implantation exclusive des partenaires de la DRIHL. Ensuite, les 4 régions les plus représentées sont Auvergne-Rhône-Alpes (**6,2%**), Pays de la Loire (**5,7%**), Grand Est (**5,7%**) et Provence-Alpes Côte d'Azur (**5,2%**).

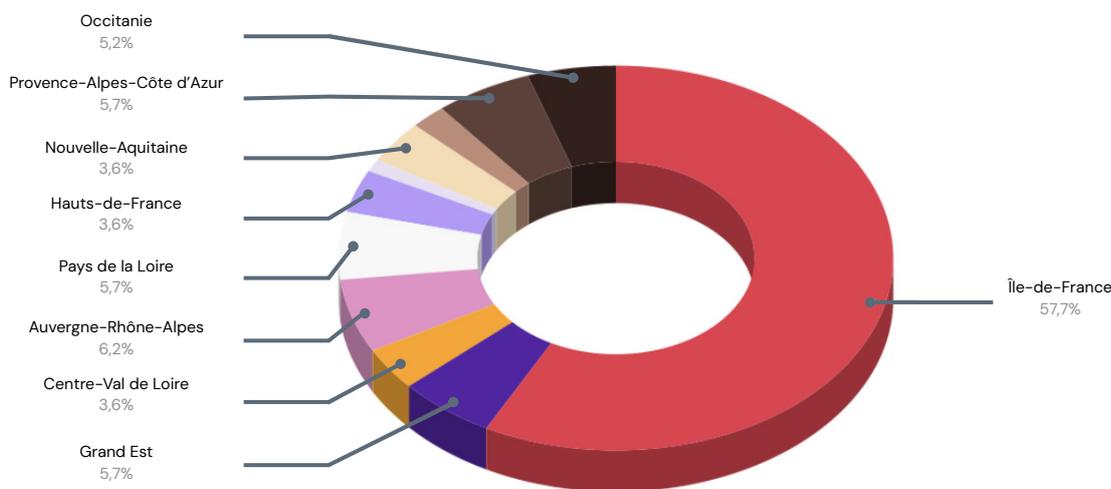
Pour Règles Élémentaires, la première étape de la lutte contre la précarité menstruelle est la facilitation de l'accès aux protections périodiques par la mise à disposition gratuite et sans limite de ces produits à toutes les personnes qui en ont besoin. À partir de cette étape, l'exploration a porté sur la manière dont cette facilitation se mettait en œuvre à travers trois questions clés :

« Les bénéficiaires de votre structure ont-ils accès à des protections périodiques ? » : oui / non ;
 « Avez-vous suffisamment de protections, chaque mois, pour répondre aux besoins de vos bénéficiaires ? » : oui / non ;
 « Souhaiteriez-vous que vos équipes participent (ou re-participent) à ces formations ? » : oui / non.

Sur la base de leurs réponses dans le questionnaire, 14 structures ont ensuite été sélectionnées pour des entretiens qualitatifs. Les réponses de ces structures nous ont permis d'affiner notre état des lieux sur les expériences de lutte contre la précarité menstruelle de nos partenaires et de renforcer les liens avec ces derniers.

Cependant, plusieurs limites ont été identifiées : l'absence d'étude nationale sur la précarité menstruelle a restreint les ressources méthodologiques, et certaines questions de l'enquête se sont révélées peu claires pour certain-e-s répondant-e-s, reflétant l'invisibilisation du sujet dans la société française. De plus, le questionnaire, structuré en cinq catégories comprenant 50 questions, bien que complet, a parfois été perçu comme chronophage, entraînant des réponses imprécises ou des abandons, réduisant ainsi le nombre total de participants.

RÉPARTITION DES STRUCTURES PAR RÉGION



PARTIE 1



**La précarité menstruelle :
tabous persistants**



Les entretiens qualitatifs ont révélé que la parole des personnes menstruées au sein des structures reste souvent empreinte de pudeur, de honte ou de peur. Interrogés sur la manière dont les bénéficiaires abordent leurs règles, les professionnel-le-s ont confirmé la persistance de ce tabou. Le baromètre réalisé par Règles Élémentaires x Opinion Way en 2022 souligne que les règles restent un sujet tabou pour un-e Français-e sur deux. Ce chiffre atteint près de 30% chez les moins de 35 ans, plus de 33% chez les jeunes de 16 à 24 ans à l'école, et 70% des personnes interrogées en milieu professionnel.

1.1 LE RÔLE DES TRAVAILLEURS ET TRAVAILLEUR-SES SOCIAUX-CIALES POUR BRISER LE TABOU

Lors des entretiens qualitatifs il a été noté que la discussion sur les règles ou la précarité menstruelle est initiée majoritairement par l'encadrant-e, souvent en exposant des protections menstruelles dans les bureaux d'accueil. Cette stratégie permet aux bénéficiaires d'exprimer leurs besoins et d'aborder des questions liées à leur précarité ou à leur santé menstruelle.

1.2 SORTIR DU SILENCE POUR EXPRIMER UN PROBLÈME MENSTRUEL

Les bénéficiaires évoquent généralement leurs menstruations en cas de problème, comme des douleurs, des irrégularités ou un manque de protections périodiques. Les travailleur-euse-s sociaux-ales soulignent la faible connaissance en éducation menstruelle des bénéficiaires, manifestée par leur craintes et appréhensions. Par méconnaissance des protections réutilisables et des protections internes (tampons et cups), les bénéficiaires utilisent principalement des serviettes jetables.

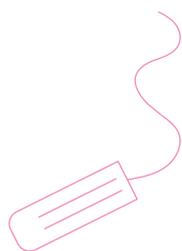
Briser le tabou reste difficile, notamment lorsque les personnes menstruées n'ont pas d'espace intime et de confiance pour en parler, comme lors des maraudes ou des redistributions alimentaires et de colis d'hygiène. Les entretiens qualitatifs ont mis en lumière plusieurs freins, tels que les différences culturelles, la barrière de la langue et le malaise à se confier à une personne non menstruée. Cette persistance du tabou aggrave la mise en silence des pathologies menstruelles et des enjeux d'hygiène pour des bénéficiaires déjà en situation de précarité multidimensionnelle.

1.3 S'ADAPTER AU TABOU DANS LA MISE À DISPOSITION DES PROTECTIONS PÉRIODIQUES

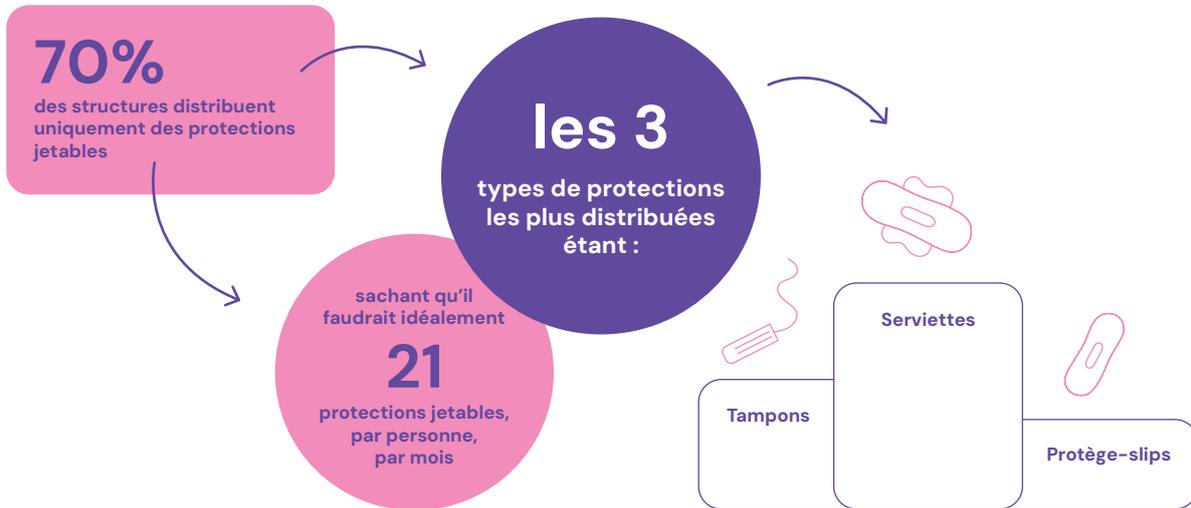
Le questionnaire révèle que **94%** des personnes menstruées ont déjà demandé des protections. Parmi les structures qui en fournissent, plus d'un tiers les mettent à disposition dans des lieux de passage ou dans les toilettes, tandis qu'un autre tiers propose des distributions ponctuelles. Les autres moyens incluent la distribution par une personne référente ou lors d'ateliers. Parmi les répondants, **62%** distribuent des protections. Parmi eux, **70%** proposent uniquement des protections jetables, dont **22%** se limitent aux serviettes jetables. Ce constat permet de souligner l'importance de diversifier les options de protections.

Les professionnel-le-s rapportent que les serviettes jetables et les protège-slips sont les protections les plus demandées et utilisées, soit en raison de la préférence des bénéficiaires, soit parce qu'elles sont les premières consommées en libre-service. Les tampons sont moins utilisés, notamment en raison de parcours de vie polytraumatiques, comme les violences sexuelles, rendant les dispositifs internes (tampons et cups menstruelles) invisibles pour certaines, en plus d'une méconnaissance de ces produits. La dimension culturelle et le confort jouent également un rôle.

Les travailleur-euse-s sociaux-ales ne peuvent pas fournir de données chiffrées précises sur les besoins et pratiques des bénéficiaires, car l'accès libre aux protections permet seulement une estimation globale de leur utilisation, sans suivi individuel, afin de respecter l'anonymat et le confort des bénéficiaires. Parmi les structures mettant à disposition des protections à leurs bénéficiaires, seulement **30%** distribuent des protections réutilisables. Cependant, **61%** des structures répondantes souhaiteraient introduire la possibilité de réutilisation dans les pratiques des bénéficiaires.



LES BESOINS DE PROTECTIONS



Enfin, l'impact des actions de redistribution de l'association est tangible : sur les 63 structures capables de répondre pleinement aux besoins, 39 bénéficient des dons, dont 16 d'entre elles qui les reçoivent uniquement de la part de Règles Élémentaires.



PARTIE 2



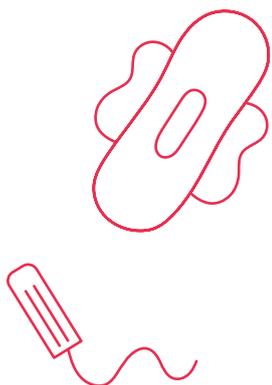
Un manque crucial de ressources



2.1 LE MANQUE DE DONNS

En analysant les modalités de mise à disposition des protections périodiques, il est apparu que la gestion des stocks et le manque de dons constituent les principaux freins pour les associations partenaires de Règles Élémentaires. Les modes de distribution sont souvent hybrides, incluant la distribution par les professionnel-le-s ou bénévoles dans leurs bureaux et la remise de colis d'hygiène réguliers. Le libre-service, bien que souhaité, reste peu répandu en raison du manque de protections disponibles, avec un seul exemple, parmi les répondant-e-s, de distributeur en libre-service dans une structure d'accueil de jour/nuit.

Le choix du format de distribution, influencé par le tabou des règles, a un impact direct sur les bénéficiaires. Un accès discret, comme des boîtes dans des toilettes isolées, permet de surmonter ce tabou et d'éviter les jugements. À l'inverse, devoir demander des protections à un-e professionnel-le peut dissuader certaines personnes. Une intervenante socio-éducative souligne l'intérêt du libre-service, en s'inspirant de la distribution de préservatifs :

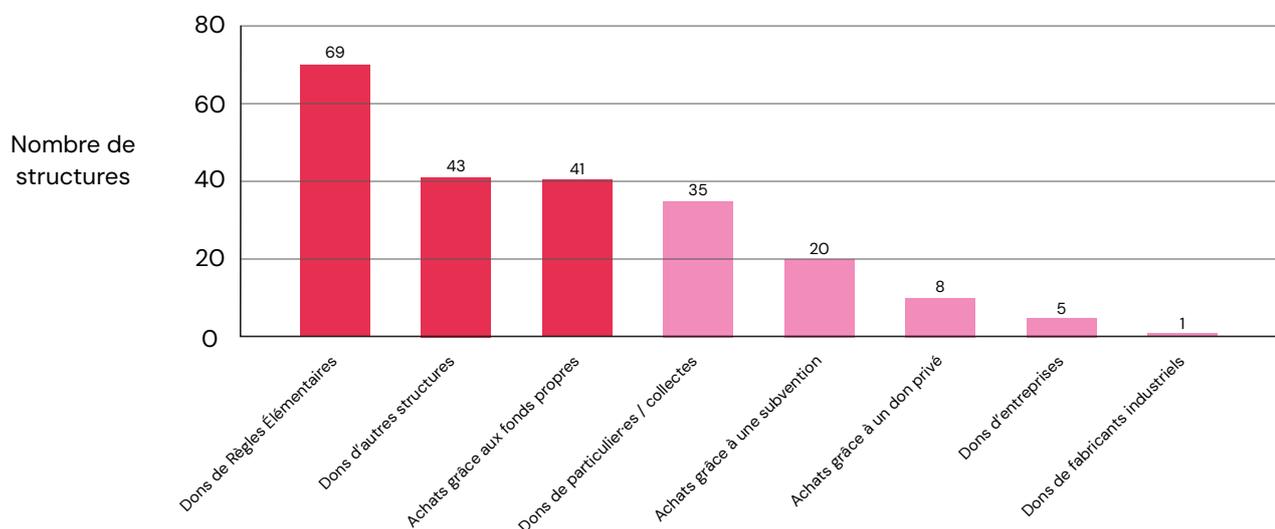


→ « J'aimerais en mettre en libre-service parce que je veux pas qu'ils aient à me demander en fait, [...] d'un côté c'est bien qu'ils viennent me demander parce que ça permet aussi de repérer certaines problématiques et d'engager la discussion, et d'un autre côté ceux qui n'ont pas envie ou qui n'osent pas, qu'ils puissent se servir. Enfin, j'en vois, des fois, qui passent discrètement, qui piochent un ou deux préservatifs et vite ils se taillent. [...] Et j'aimerais pouvoir faire la même, en fait, avec les [protections]. En fait, je voudrais que ce soit normal. »

Les structures interrogées soulignent l'importance de permettre aux bénéficiaires de choisir librement les produits et la quantité nécessaire, dans la limite des stocks disponibles, afin de garantir une autonomie maximale.

Cependant, parmi les 62% qui fournissent des protections, seulement 32% considèrent pouvoir répondre pleinement au besoin des bénéficiaires. En effet, 68% des structures n'ont pas suffisamment de protections en stock. L'enquête a également examiné l'origine des protections distribuées, révélant une diversité des modes d'approvisionnement des structures partenaires :

D'OÙ PROVIENNENT LES PROTECTIONS DISTRIBUÉES ?



Marion, intervenante socio-éducative, affirme que « *c'est arrivé plusieurs fois qu'il y ait des jeunes filles qui viennent me voir en me demandant si j'ai pas une serviette hygiénique à leur dépanner parce qu'elles sont en galère et qu'elles n'ont pas encore reçu leurs sous pour pouvoir aller en acheter. Et en fait, moi, quand c'est comme ça je dépanne sur ce que j'ai de perso* ».

Il est frappant de constater que, parmi les **32%** de structures capables de répondre pleinement aux besoins des bénéficiaires, plus de la moitié bénéficient des dons de Règles Élémentaires, tandis qu'un quart dépendent des dons de Règles Élémentaires. Cela met en évidence l'importance cruciale de l'accompagnement proposé, tout en réaffirmant, une fois de plus, l'insuffisance des dispositifs existants.

En ce qui concerne les structures publiques, **54%** distribuent des protections, mais les **3/4** d'entre elles manquent de stocks suffisants pour répondre aux besoins. L'approvisionnement des établissements publics n'est pas plus favorable que celui des structures associatives, sociales et médico-sociales.

2.2 LE MANQUE D'INFORMATION SUR LES RÈGLES ET LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE

Les structures sociales et médico-sociales font face à un second défi : le manque d'information sur les règles et la précarité menstruelle. Un paradoxe se dégage des réponses des répondants concernant la capacité des travailleur-euse-s sociaux-ales et bénévoles à aborder le sujet des règles.

Lorsqu'il a été demandé aux participant-e-s d'évaluer, sur une échelle de 1 à 5, la capacité de leur équipe à parler des règles et à répondre aux questions des bénéficiaires, **49%** ont estimé que leurs équipes étaient « *capables* », tandis que **19%** jugeaient leurs capacités « *faibles* ». Bien que ces chiffres soient encourageants, un paradoxe émerge : **79%** des répondants n'ont jamais reçu d'information formelle sur les règles. Cela suggère que la précarité menstruelle est perçue comme un sujet intime, et que les compétences des professionnel-le-s et bénévoles reposent souvent sur leur expérience personnelle plutôt que sur une formation spécifique. Les ressources mentionnées pour construire leur discours sont principalement Internet et l'expérience personnelle, avec des associations et professionnel-le-s du médical cités plus rarement (le Planning familial, la Maison des femmes, le CRIPS, Règles Élémentaires, les professionnel-le-s du médical).



Les entretiens ont révélé que, bien que les travailleur-euse-s sociaux-ales et les bénévoles se sentent capables de parler des règles et de la précarité menstruelle, ils rencontrent des difficultés à aborder ce sujet de manière formelle. Les principaux obstacles sont le manque d'outils de communication, de temps (d'autres sujets sont considérés comme plus urgents ou importants), des contextes inappropriés (comme les distributions alimentaires où les bénéficiaires sont de passage), et la crainte de ne pas savoir comment aborder le sujet et/ou de heurter la sensibilité des bénéficiaires, notamment en raison des différences culturelles et religieuses. Le tabou des règles persiste également dans le discours des professionnel-le-s, ce qui pourrait être surmonté par des ressources et informations formelles. Concernant les enfants et adolescents, la question des règles reste peu abordée, car les structures ne les accueillent pas toujours et les travailleur-euse-s sociaux-ales sont davantage en contact avec les parents qu'avec les jeunes. Ce manque d'information contribue à l'invisibilisation du vécu menstruel des mineur-es en situation de précarité, un sujet qui pourrait être exploré dans une future étude.

PARTIE 3



Les démarches de lutte contre la précarité menstruelle



3.1 UN BESOIN DE FORMATION

En avril 2024, Règles Élémentaires est devenu un organisme de formation certifié Qualiopi, visant à former les professionnel·le·s et bénévoles du social et du médico-social à l'éducation menstruelle. Cette initiative fait partie d'un mouvement plus large des partenaires de Règles Élémentaires dans la lutte contre la précarité menstruelle, renforcé après la signature du Pacte des solidarités en 2020, qui a permis l'allocation de financements gouvernementaux aux associations. Parmi les actions mises en place par les partenaires de Règles Élémentaires, **59%** se concentrent sur la recherche et la distribution de dons, **18%** sur l'achat de protections périodiques, **10%** sur la sensibilisation de leurs bénéficiaires et seulement **3%** forment leurs équipes. Enfin, **2%** ont eu la possibilité de recruter une personne chargée du projet précarité menstruelle.

Qualitativement, les projets de sensibilisation et de formation sur la précarité menstruelle sont peu nombreux par rapport à la priorité accordée à la collecte et à la distribution de protections. Lors des entretiens, **10 des 14** personnes interrogées ont souligné que, bien que la gravité de la précarité menstruelle soit reconnue, il n'est pas possible de l'aborder spécifiquement dans leurs structures. Cela est dû aux priorités quotidiennes, telles que les besoins immédiats des bénéficiaires en matière d'hébergement, de sécurité, d'alimentation et de démarches administratives. Les structures les plus représentées dans l'enquête sont les centres d'hébergement d'urgence (CHU), les maraudes et redistributions alimentaires, les centres pour demandeurs d'asile (CADA/HUDA/MADA/SPADA), les centres d'hébergement et de réinsertion sociale (CHRS), et les structures d'accueil de jeunes en situation de précarité (FJT, missions locales, etc.).

71% des partenaires interrogé·e·s souhaitent participer à des formations sur la précarité menstruelle et la distribution de protections.

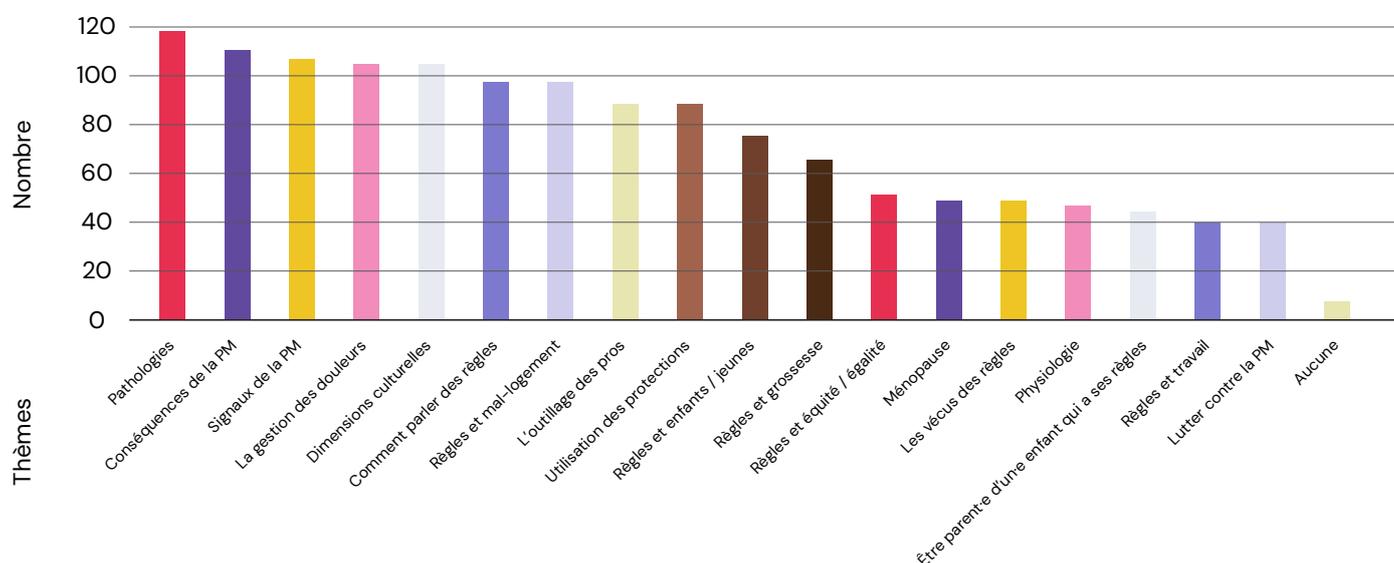
Les formations les plus demandées portent sur des thématiques telles que les pathologies liées aux règles, les conséquences sanitaires, sociales et psychologiques de la précarité menstruelle, et la gestion des douleurs menstruelles. Les formations de Règles Élémentaires sont largement plébiscitées par ses stagiaires : **9 stagiaires sur 10** se sentent plus à l'aise pour parler des règles avec le public accompagné et **9 personnes sur 10** estiment que la formation permet de passer à l'action pour lutter contre la précarité menstruelle dans leur structure.

Cependant, **29%** des répondant·e·s ne souhaitent pas de formation, évoquant des préoccupations sur la durée ou la modalité présentielle, ainsi que des réticences dans les équipes majoritairement masculines.

Les besoins en outils pour lutter contre la précarité menstruelle incluent des flyers pour les bénéficiaires, des affiches informatives, des boîtes pour distribuer les protections, et des flyers destinés aux équipes professionnelles. Enfin, les structures indiquent que les langues les plus couramment parlées parmi leurs bénéficiaires incluent l'arabe, le bambara, le roumain, le pachto, le lingala, et d'autres, soulignant l'importance d'adapter les ressources pour un large public.

Ces préférences ont été confirmées lors des entretiens. Ceux-ci ont permis de rappeler – ou d'apprendre – aux partenaires l'existence de la rubrique « **Nos outils** » sur le site internet de Règles Élémentaires. Ces ressources en ligne ont été accueillies avec beaucoup d'enthousiasme par les personnes interrogées.

THÉMATIQUES DE FORMATION PAR ORDRE DE PRÉFÉRENCE



3.2 LES DÉMARCHES DE LUTTE CONTRE LA PRÉCARITÉ MENSTRUELLE AU SEIN DES STRUCTURES

Les démarches concrètes de lutte contre la précarité menstruelle au sein des structures sont principalement axées sur les entretiens avec les travailleur·euse·s sociaux·ales, souvent à la suite des demandes de produits formulées par les bénéficiaires. Ces discussions peuvent également être menées par des professionnel·le·s de santé, tels que des intervenants du Planning familial, des infirmiers de la Croix-Rouge ou des psychologues du Samu social. Les échanges collectifs restent rares, notamment en raison du *turnover* dans les structures d'hébergement d'urgence, ce qui rend l'organisation de groupes de parole difficile.

En ce qui concerne l'accès aux soins, trois modalités principales ont été identifiées lors des entretiens qualitatifs :

1 → La présence de professionnel·le·s de santé dans les structures, souvent psychologues, parfois médecins généralistes ou infirmière·es, qui interviennent quelques jours par mois.

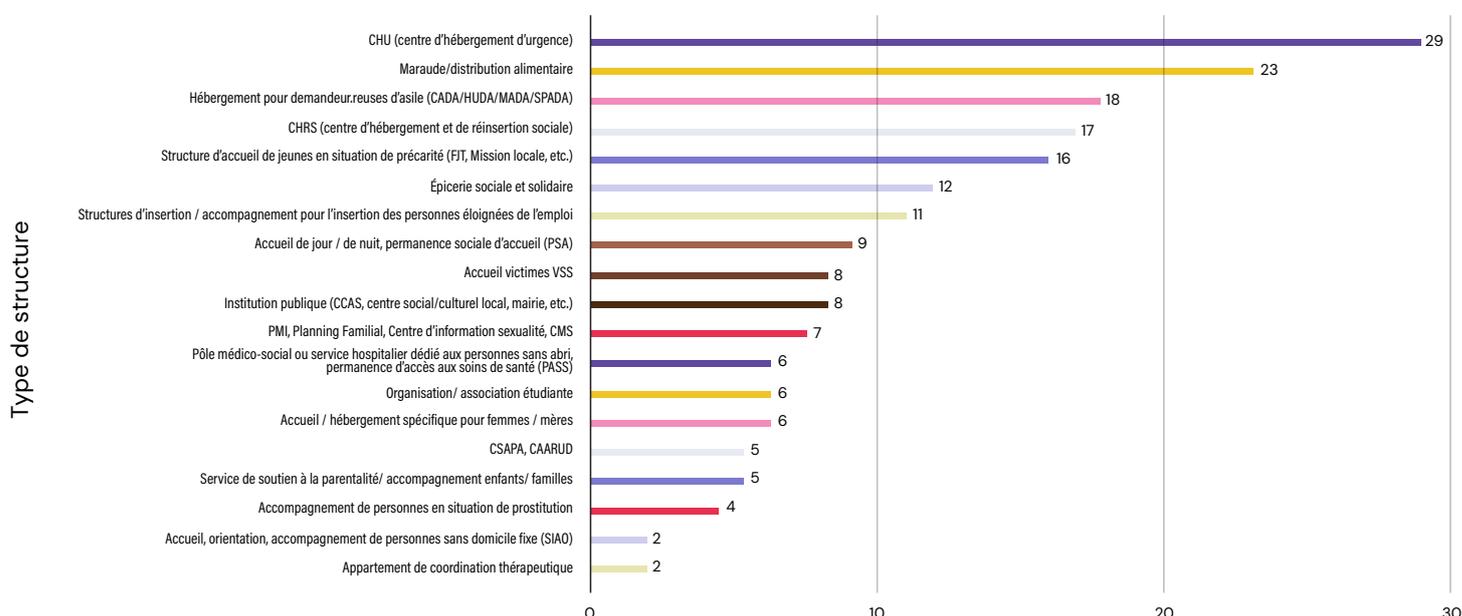
2 → L'orientation des travailleur·euse·s sociaux·ales vers des professionnel·le·s extérieurs, comme les permanences d'accès aux soins de santé (PASS) ou les centres médico-psychologiques (qui sont souvent saturés). Les travailleur·euse·s sociaux·ales accompagnent parfois les bénéficiaires lors des rendez-vous médicaux pour les aider à surmonter l'intimidation liée à des soins moins familiers, mais cela complique le suivi des pathologies comme l'endométriose, entraînant des diagnostics tardifs.

3 → La collaboration avec d'autres structures spécialisées, telles que le Planning familial, le Groupe SOS, la Maison des femmes, ou des unités mobiles psychologiques comme Epsilon.

Malgré ces dispositifs tels que la gratuité des soins assurée par la Sécurité sociale, les permanences d'accès aux soins de santé, l'AME (aide médicale de l'État) ou encore les urgences hospitalières selon le profil des bénéficiaires, l'accès aux soins de santé, en particulier ceux liés à la santé menstruelle, demeure limité et parfois inexistant.



RÉPARTITION DES STRUCTURES RÉPONDANTES PAR TYPOLOGIE



PARTIE 4



Renforcer l'accompagnement auprès de nos partenaires

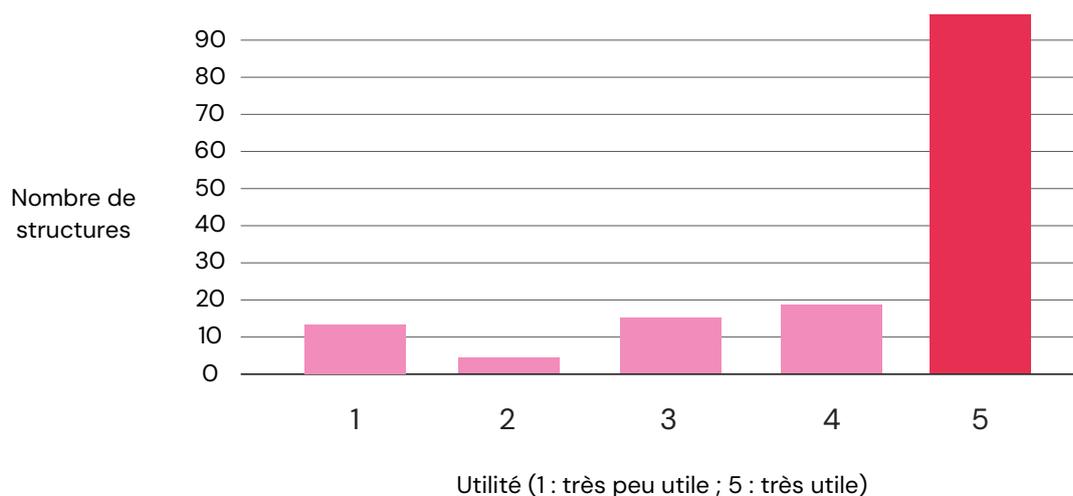


4.1 LE PARTENARIAT AVEC RÈGLES ÉLÉMENTAIRES

68 % des partenaires de Règles Élémentaires jugent que le partenariat avec l'association est très utile dans leur lutte contre la précarité menstruelle. Les entretiens ont également révélé l'importance des dons de protections périodiques fournis par Règles Élémentaires : 70% des partenaires bénéficient de ces dons, qu'ils considèrent comme essentiels pour soutenir leurs actions sociales et médico-sociales. Cependant, de nombreux partenaires souhaitent que ces dons soient continus et pérennes, un besoin qui dépasse les capacités actuelles de l'association.

L'enquête a aussi permis de mieux cerner les partenaires qui n'avaient pas encore reçu de dons de la part de Règles Élémentaires, comme l'association La Caravelle de Marseille, qui a ainsi pu bénéficier de dons en mai 2024. En ce qui concerne les démarches de lutte contre la précarité menstruelle, 47% des structures avaient déjà lancé des initiatives avant leur partenariat avec Règles Élémentaires, tandis que 25% ont démarré ces actions grâce au partenariat avec Règles Élémentaires.

APPRÉCIATION DE L'UTILITÉ DU PARTENARIAT RÈGLES ÉLÉMENTAIRES



Une question clé de l'enquête a révélé que pour 49% des partenaires, le partenariat avec Règles Élémentaires est leur seul moyen d'agir contre la précarité menstruelle. Les autres structures ont accès à d'autres partenariats associatifs, des lignes budgétaires internes dédiées ou des subventions publiques, notamment de la part de la direction régionale de l'économie, de l'emploi, du travail et des solidarités.

Le partenariat avec Règles Élémentaires a eu un impact significatif pour 75% des structures, qui ont accordé une plus grande importance à la précarité menstruelle. Concrètement, 78 structures déclarent désormais inclure les protections périodiques dans leurs offres aux bénéficiaires. Toutefois, pour 25% des structures, l'engagement n'a pas été renforcé, ces structures sont en attente de dons ou de formations de la part de Règles Élémentaires. Quelques structures estiment que la précarité menstruelle n'est pas une priorité dans leurs activités.



4.2 PROJETS DRIHL-DRDFE & DGCS

Grâce à son rôle central dans la lutte contre la précarité menstruelle, Règles Élémentaires a obtenu le soutien de la direction régionale et interdépartementale de l'hébergement et du logement (DRIHL), de la direction régionale aux droits des femmes et à l'égalité (DRDFE) et de la direction générale de la cohésion sociale (DGCS), pour financer deux projets majeurs visant à former les équipes de près de **500** structures sociales et médico-sociales. Ces initiatives visent à intégrer la lutte contre la précarité menstruelle dans les pratiques associatives, en complément de la redistribution de protections périodiques.

Le premier projet, financé par la DRIHL et la DRDFE, est destiné aux structures du secteur AHI (accueil, hébergement, insertion) en Île-de-France. Il prévoit la formation des équipes professionnelles à l'éducation menstruelle et à la distribution de protections périodiques, de janvier 2024 à décembre 2025. Ce projet repose sur trois axes : renforcer les capacités des professionnel·le·s, fournir gratuitement des protections périodiques pour les bénéficiaires, et développer des contenus d'information sur la santé menstruelle. L'objectif est d'organiser **200** formations pour former **2 500** professionnel·le·s de **400** structures et d'offrir à chacune une dotation de protections périodiques réutilisables. Ces formations visent à sensibiliser les équipes sur la physiologie des règles, l'utilisation des protections périodiques, les tabous liés aux règles, les conséquences et signaux d'une situation de précarité menstruelle, et à leur fournir les outils nécessaires pour mieux accompagner les publics concernés.

Le but est que les stagiaires deviennent des « *personnes-ressources* », et soient moteur·rices de projets de lutte contre la précarité menstruelle dans leur structure.

Parallèlement, un projet national financé par la DGCS a pour objectif d'outiller et de former les professionnel·le·s du travail social pour lutter durablement contre la précarité menstruelle en France métropolitaine (hors Île-de-France) et Mayotte. Ce projet prévoit **30** journées de formation pour les équipes des structures médico-sociales et des associations d'aide alimentaire, ainsi que **30** sensibilisations pour les professionnel·le·s et bénévoles de la Croix-Rouge française et des épiceries sociales et solidaires ANDES. En complément, Règles Élémentaires distribuera des protections jetables aux structures non couvertes par l'aide de la DGCS et des protections réutilisables aux structures formées.

Règles Élémentaires vise à animer un réseau de structures engagées contre la précarité menstruelle, à redistribuer **4 millions de protections jetables et 10 000 protections réutilisables pour 3 000 personnes menstruées à travers la France**, incluant, à terme, les territoires d'outre-mer. L'objectif global est d'élargir l'accompagnement des structures sociales et médico-sociales tout en renforçant leurs capacités à lutter contre la précarité menstruelle.



CONCLUSION

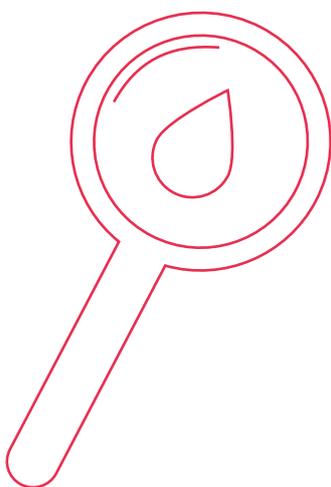
Nous espérons que ce rapport d'enquête sera une ressource fondatrice pour permettre d'orienter et d'affiner la lutte contre la précarité menstruelle en France.

De notre analyse des données, et de notre expérience de terrain, il ressort que :

→ **toujours plus de nouveaux partenaires souhaitent être accompagnés dans la lutte contre la précarité menstruelle (1200 entre 2020 et 2024),**
→ **que Règles Élémentaires continue d'être un acteur clé de la redistribution de produits périodiques,**
→ **que la création de la formation Qualiopi de Règles Élémentaires en 2024 a constitué un outil essentiel pour améliorer l'accompagnement.**

Ainsi, il semble primordial de pouvoir poursuivre cette structuration en renforçant les connaissances, les compétences et les liens entre les structures qui œuvrent activement contre la précarité menstruelle en France.

Face aux défis restant à relever, nous nous appuyons sur les mots encourageants de Bénédicte, travailleuse sociale au sein d'un centre d'hébergement d'urgence pour femmes victimes de violences : **« Pour nous, l'apport de Règles Élémentaires il est quotidien, chez nous c'est pas anecdotique : c'est tous les jours où ça répond aux besoins des dames. Moi, j'ai l'impression d'apporter de la dignité grâce à vous [...] et c'est pas anodin. Alors oui, je suis une femme et je suis plus sensible mais mon cadre qui est un homme, à chaque fois, il est tellement content de parler de Règles Élémentaires et de ce que ça permet aux personnes qu'on accompagne. Donc merci. »**





POUR NOUS CONTACTER

contact@regleselementaires.com



**REGLES
ELEMENTAIRES**