

## Santé menstruelle : briser le tabou des règles, un impératif pour l'égalité !

**A l'approche de la Journée mondiale consacrée à la santé menstruelle, Plan International France déplore que des millions de filles et de femmes vivent encore leurs règles dans la précarité, la honte ou la gêne. Les menstruations ne doivent plus être un sujet tabou.**

À l'approche de la Journée mondiale pour la santé menstruelle ce 28 mai, Plan International France rappelle que la santé menstruelle est un droit fondamental, trop souvent négligé. Aujourd'hui, au moins 500 millions de filles et de femmes sont privées d'un accès à des infrastructures sanitaires adaptées et à des protections périodiques de qualité pendant leurs règles. Pourtant, il s'agit de produits de première nécessité essentiels à leur santé.

Dans de nombreux pays, des jeunes ne peuvent pas aller à l'école faute de protections périodiques, d'eau ou de lieux sûrs pour se changer. Les tabous, les mythes et la honte qui entourent les menstruations entraînent des moqueries, la stigmatisation et parfois même l'exclusion de tâches du quotidien comme cuisiner ou se laver. Ces difficultés s'aggravent en période de crise – conflits, déplacements forcés, catastrophes climatiques – où l'accès à la santé menstruelle devient encore plus restreint.

En France, près de 4 millions de femmes n'ont pas les moyens d'acheter des protections périodiques à cause de leur coût trop élevé. Beaucoup doivent se tourner vers des alternatives précaires et inconfortables, au risque de compromettre leur santé physique et mentale. Selon un sondage OpinionWay réalisé en 2022 pour Plan International France, une jeune femme sur deux déclare avoir déjà manqué l'école pendant ses règles. La moitié des sondées estiment que les personnes considèrent encore les règles comme « sales ». Ces données en disent long sur l'ampleur des préjugés et des obstacles liés aux menstruations.

L'ONG demande des mesures ambitieuses. Il est urgent de garantir un accès universel à des protections menstruelles, notamment dans les écoles, les centres d'hébergement, les prisons. Les toilettes doivent être propres, accessibles, sécurisées, équipées d'eau, de savon et de poubelles, partout où cela est nécessaire. Une éducation menstruelle complète, non genrée, doit être enseignée aux jeunes pour déconstruire les stéréotypes, lutter contre les discriminations sexistes et impliquer tous les enfants.

C'est par l'éducation et la lutte contre les stéréotypes que nous bâtissons une société plus juste. Briser les tabous autour des règles, c'est donner à chaque fille, chaque femme, chaque personne menstruée la possibilité de mener ses études et ses activités dans de bonnes conditions, sans honte, ni peur du jugement.

**Pour tout complément d'information et demande d'interview, merci de contacter :**

Lola Ruscio / 07 86 45 12 10 / [lola.ruscio@plan-international.org](mailto:lola.ruscio@plan-international.org)

### À propos de Plan International France

Plan International France est une ONG indépendante qui agit dans le monde depuis 1993 pour faire respecter les droits des enfants, en particulier des filles, et l'égalité de genre. Membre du réseau Plan international, présent dans plus de 80 pays, l'organisation mène des programmes de développement et humanitaires visant à garantir l'accès effectif aux droits fondamentaux, parmi lesquelles l'éducation, la formation professionnelle, la protection, la santé sexuelle et reproductive, et la participation des jeunes aux espaces de décision.

