



Journée de l'hygiène menstruelle : les lycéens des Hauts-de-France brisent le tabou des règles

Les lycéens de la région Hauts-de-France prennent le micro pour lever le tabou qui entoure encore les règles. À l'occasion de la journée mondiale de l'hygiène menstruelle, qui se tient chaque année le 28 mai, découvrez leurs podcasts diffusés dans le blog « [Les règles du jeu](#) », créé avec NEO, le réseau social éducatif des lycées. Les jeunes y proposent un nouveau regard sur les menstruations.

« Chaque mois, 26% de la population mondiale a ses règles. Les ragnagnas, les Anglais qui débarquent, la période rouge, la semaine ketchup... plein d'expressions pour désigner les règles sans vraiment les nommer », expliquent lesières ASSP du Lycée Jean Bouin de Saint-Quentin, bien décidés à parler des menstruations sans détours dans leur podcast sur la santé menstruelle. La classe a aussi organisé une collecte de protections périodiques, dans le cadre des challenges de l'opération Les règles du jeu. Ce projet éducatif a été mis en place par la région Hauts-de-France, en partenariat avec la Région académique et la DRAAF. Il s'appuie sur l'Espace Numérique de Travail NEO pour impliquer les lycéen.ne.s et les enseignant.e.s de disciplines variées. Pendant plusieurs mois, ils ont accès à des défis, des interventions en classe et à un concours d'écriture.

L'objectif est d'offrir un accompagnement pédagogique suite à l'installation de distributeurs de protections hygiéniques gratuites dans les lycées par la région Hauts-de-France. Elle a souhaité s'engager sur ce sujet suite à un constat : 1,7 million de femmes en France ne peuvent pas se procurer des protections périodiques en quantité suffisante pour leurs règles (Études de l'ifop, mars 2019). Parmi elles, on estime qu'un tiers sont des jeunes filles et des étudiantes. Le tabou régnant autour des règles les force d'autant plus à avoir recours au système D, ce qui constitue un risque important pour leur santé.

Ce problème d'accès aux protections périodiques est également un enjeu de solidarité et d'égalité des chances. La précarité menstruelle peut être la cause d'absentéisme, voire de déscolarisation et impacte donc directement la réussite des élèves concernés.

LES RÈGLES ET LA SANTÉ, L'ÉCOLOGIE, L'ART...

C'est dans le cadre de ce projet que 9 classes ambassadrices volontaires interviewent des expert.e.s et invité.e.s dans une série de podcasts. Plusieurs émissions sont à retrouver sur leur blog, alimenté jusqu'à la fin du mois de mai. Comment fonctionnent les règles ? Pourquoi a-t-on mal pendant nos règles et est-ce normal ? Autant de questions soulevées par les élèves, filles ou garçons, qui s'emparent des sujets qui les concernent et qui les taraudent vraiment. Une interview avec Yasmine Candau, présidente d'Endofrance, est par exemple consacrée à l'endométriose, une maladie gynécologique peu connue mais qui touche pourtant 10% des femmes.

Interviewée par les élèves, Florence Lépine, de l'association Règles Élémentaires explique l'origine du tabou autour des menstruations : "Depuis des milliers d'années, les règles ont été associées à quelque chose qui était sale, on essayait de dévaloriser tout ce qui était lié au corps des femmes de manière général et ça a contribué à alimenter des fausses croyances." Alors pour vraiment libérer la parole et voir les règles différemment, l'opération invite les enseignants à aborder les menstruations dans toutes les disciplines. Des élèves ont ainsi évoqué l'enjeu écologique des règles avec des intervenantes du SYMEVAD. Ils les ont interrogées sur les produits chimiques contenus dans les protections périodiques, sur l'impact des protections jetables sur l'environnement et les alternatives plus durables.

LES LYCÉEN.NE.S PARLENT AUX LYCÉEN.NE.S

Les lycéens se sont même penchés sur les règles et l'art, avec l'artiste Aurore Le Ludec, qui trouve son inspiration dans les menstruations. "Quand j'ai eu mes règles à l'adolescence, la tradition était de donner une petite baffe, sans vraiment mettre de mot sur ce que je vivais. [...] On en parlait vraiment très peu au lycée et cette période était pour moi une source d'angoisse, parce que ce n'est pas anodin de voir du sang couler de son corps.", a confié l'artiste dans un podcast des lycéens. En dédramatisant les menstruations, "Les règles du jeu" a contribué à délier les langues au quotidien. C'est ce qu'explique Rogine, une lycéenne de 16 ans : "avant quand on demandait à des professeurs d'aller aux toilettes à cause de nos règles, on était discrètes, mais maintenant, on peut le dire devant toute la classe."

Les jeunes ont aussi été motivés par le fait que ces contenus sont faits par les lycéens et pour les lycéens : "c'est très intéressant, surtout pour les futurs élèves du lycée, qui pourront écouter ces podcasts, s'y intéresser et apprendre des choses", témoigne Manon, 16 ans. Les émissions sont accessibles depuis un blog public créé avec l'espace numérique de travail des Hauts-de-France NEO.

La plateforme, éditée par Open Digital Education, a facilité la mise en place des "Règles du jeu" en rendant possible la collaboration entre les classes et en permettant la diffusion d'informations auprès des enseignants, des parents et des élèves, le tout dans un cadre sécurisé.

[Découvrez les podcasts les Règles du jeu](#)

/À PROPOS D'EDIFICE

Créé en 2011 par Arnaud Albou et Olivier Vigneau, Édifice est leader du marché des Espaces Numériques de Travail en France. Édifice met en réseau toute la communauté éducative dans un cadre de confiance, pour stimuler, grâce à des services numériques intuitifs et évolutifs, le partage et la collaboration. Ses solutions, ONE, l'espace numérique conçu pour les écoles primaires, et NEO celui pensé pour les collèges et lycées, rassemblent aujourd'hui plus de 9,5 millions d'utilisateurs dans le monde.

Pour en savoir plus : edifice.io

EDIFICE : 10 boulevard des Batignolles 75017 Paris - 01 82 63 51 51

Cécile Adobati - cecile.adobati@opendigitaleducation.com

Margaux Trystram - margaux.trystram@opendigitaleducation.com

Esther Baumard - esther.baumard@opendigitaleducation.com