



# Agir contre la précarité menstruelle

Des premiers résultats  
qui démontrent le besoin

Juin 2022

---

Département de la formation,  
de la jeunesse et de la culture (DFJC)

Direction générale de l'enfance et de la  
jeunesse (DGEJ)

Unité de promotion de la santé et de  
prévention en milieu scolaire (PSPS)

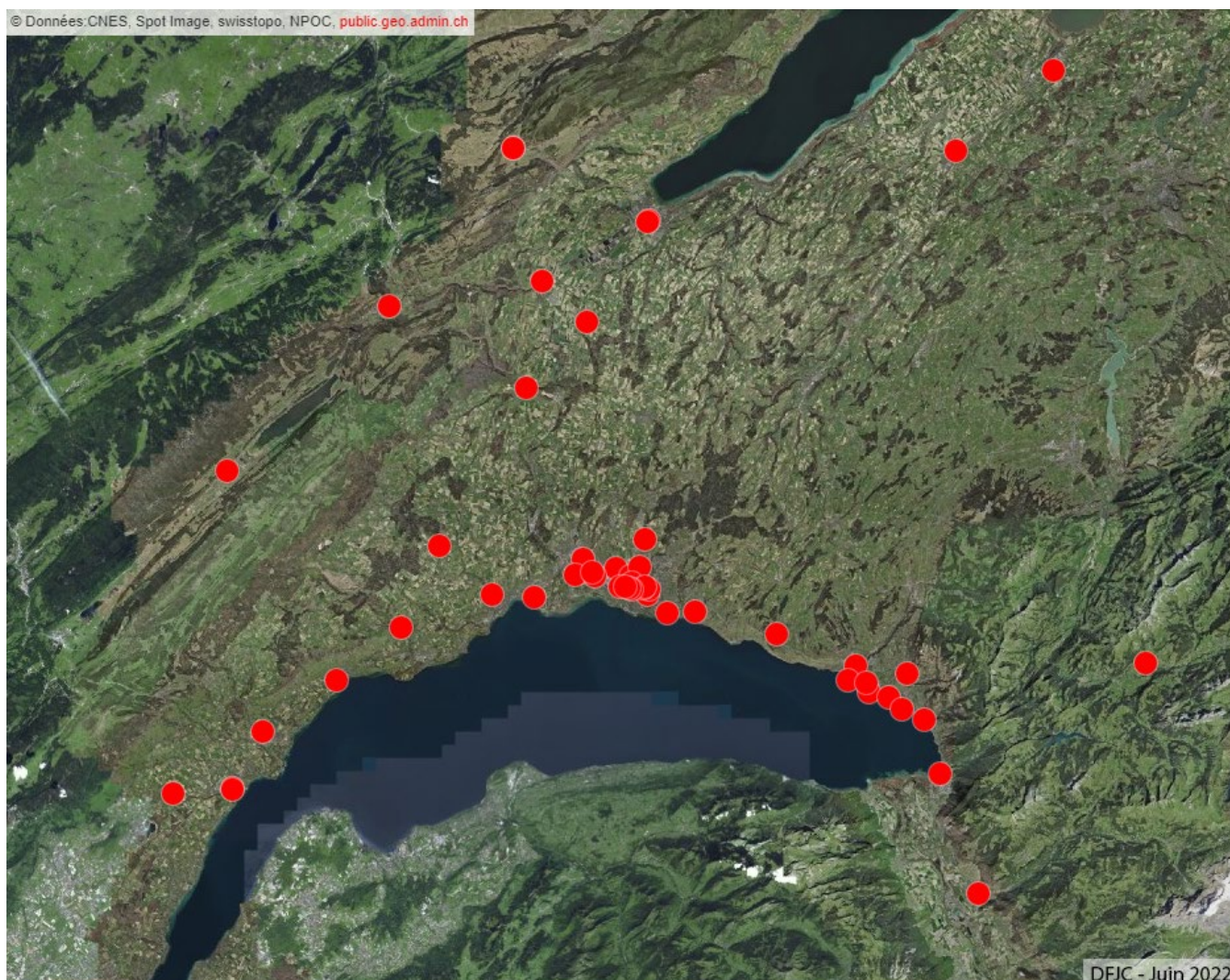
# Projet pilote

## « Agir contre la précarité menstruelle »

Des premiers résultats qui démontrent le besoin

Le Département de la formation, de la jeunesse et de la culture, dans le cadre de son projet pilote « Agir contre la précarité menstruelle », a récolté des premières données qui démontrent un besoin chez les élèves et informent sur leur réalité face aux questions des menstruations.

Le projet pilote « Agir contre la précarité menstruelle » est mis en œuvre dans 51 établissements du canton, 31 écoles obligatoires et 20 écoles du postobligatoire. Il est financé par la Direction générale de l'enfance et de la jeunesse (DGEJ).



---

Il vise à apporter une solution aux jeunes en situation de précarité menstruelle et mettre à disposition gratuitement des protections périodiques aux élèves en cas de besoin (dépannage) ainsi qu'à lutter contre le tabou des règles, par la mise en œuvre de projets de sensibilisation et l'apport d'informations sur cette thématique.

Le projet s'articule en trois axes :

- la mise à disposition de produits menstruels en libre accès dans ces écoles durant la phase pilote ;
- la mise en œuvre de projets de sensibilisation auprès des élèves ;
- l'évaluation du projet comprenant la récolte de données sur la précarité menstruelle et d'autres informations en lien avec l'impact des règles sur la vie scolaire, ainsi qu'une analyse des besoins des élèves.

Pour la première étape d'analyse durant les mois de novembre et décembre 2021, un questionnaire a été proposé aux élèves des écoles impliquées dans le projet. Il avait pour objectif d'interroger le tabou sur les règles, le besoin de distributeurs et de produits menstruels dans les établissements, l'impact des règles sur la vie scolaire ainsi que l'obtention de premiers chiffres sur la précarité menstruelle chez les élèves de notre canton.

### **Echantillon**

Plus de 13'000 élèves<sup>1</sup>, scolarisés dans 42 établissements, de la 7<sup>e</sup> à la 11<sup>e</sup> année de l'école obligatoire, des gymnases et des écoles professionnelles ont répondu au questionnaire. Parmi les personnes qui ont répondu, près de 6'000 élèves<sup>2</sup> sont menstruées<sup>3</sup>. Au primaire, en 7-8<sup>e</sup> années (élèves de 10-12 ans), plus d'une fille sur quatre est concernée<sup>4</sup>. Ce premier résultat permet de constater que le fait de proposer ce projet pilote dès la 7<sup>e</sup> année est important, car les règles peuvent arriver dans ces années et ne pas être régulières.

---

<sup>1</sup> 13'681 élèves.

<sup>2</sup> 5'840 élèves ont répondu avoir déjà leurs règles.

<sup>3</sup> Les personnes trans, non binaires ou intersexes peuvent aussi être concernées par les menstruations. Nous parlons de personnes menstruées ou d'élèves menstruées de manière générale dans les résultats. Par ailleurs, les termes filles ou garçons sont également utilisés pour définir certains résultats, ces catégories résultant de l'autodétermination des élèves (items à choix en début de questionnaire : fille, garçon, je ne m'identifie pas à ces catégories).

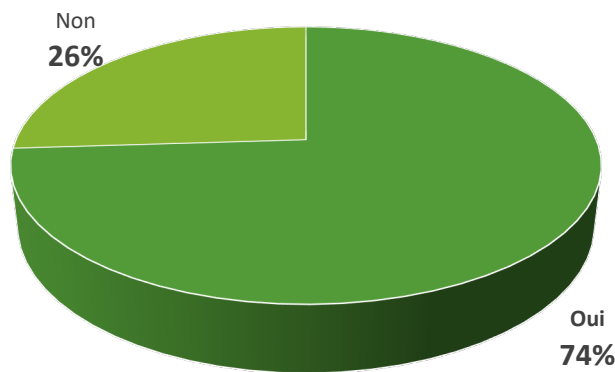
<sup>4</sup> Elles sont 363 sur 1'312 à avoir déjà leurs règles.

---

## Besoin des distributeurs

Une majorité d'élèves (91%)<sup>5</sup> trouve nécessaire d'avoir des distributeurs de protections périodiques dans leur école. Elles sont 97% à estimer que cela est nécessaire du point de vue des filles, et 85% du côté des garçons. Ces résultats montrent une forte adhésion des jeunes au projet, et ceci pour l'ensemble des élèves. Par ailleurs, 3 élèves menstruées sur 4 (74%) rapportent s'être déjà retrouvées en manque de protections périodiques alors qu'elles étaient à l'école. Cet élément montre également le besoin de tels dispositifs dans les écoles.

### Vous êtes-vous déjà retrouvée en panne/en manque de protections périodiques à l'école ?



De plus, 68% des personnes menstruées indiquent qu'il leur est arrivé de renoncer à changer de protections aussi souvent que nécessaire, leurs raisons principales étant :

- un manque de protection sur soi (80%)
- la gêne d'aller aux toilettes en transportant sa protection périodique (34%)
- des raisons économiques (6%)

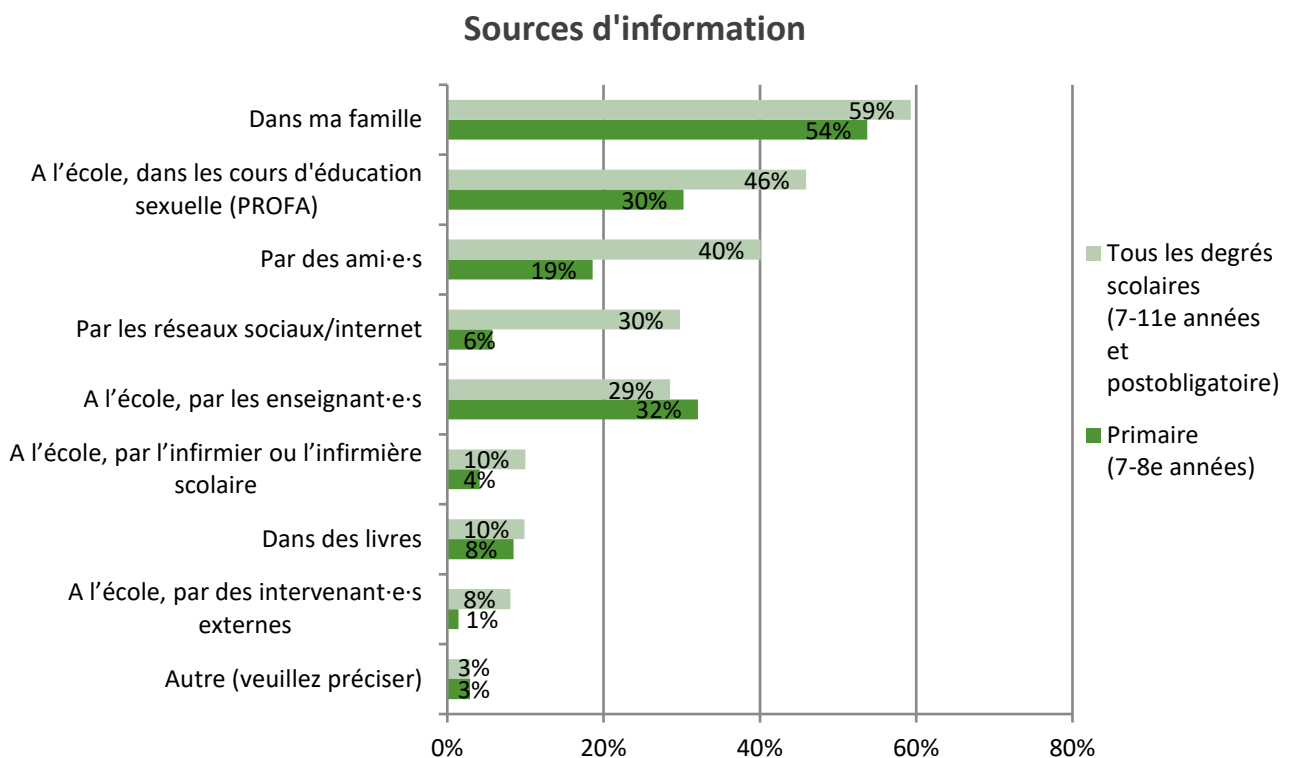
Ces résultats interpellent alors que le fait de ne pas changer de protections aussi souvent que nécessaire peut entraîner des conséquences sur la santé, et ceci de manière particulièrement importante pour les dispositifs internes.

---

<sup>5</sup> Les pourcentages sont arrondis.

## Informations sur les règles et tabou

Les résultats montrent que la plupart des élèves ont reçu des informations sur les menstruations, de manière générale (85% des élèves ont déjà reçu de l'information au sujet des menstruations). A noter une distinction en fonction de l'âge (les élèves les plus jeunes étant moins informés, 82% des jeunes du primaire (7-8<sup>e</sup> années de l'école obligatoire) ayant reçu de l'information à ce sujet contre 86% au postobligatoire) et du genre (94% des filles ont déjà reçu de l'information, 76% des garçons). Les sources d'informations principales sont dans l'ordre : la famille, les cours d'éducation sexuelle, les pairs et les réseaux sociaux/internet.



Un tabou lié aux règles existe toujours pour la moitié des élèves.

Par ailleurs, 30% des élèves rapportent entendre parfois à souvent des moqueries sur les règles à l'école.

**Les règles sont taboues et j'ai l'impression que les hommes n'y comprennent rien et ne demandent pas à encore apprendre plus alors qu'elles font partie du quotidien des femmes sans même qu'on sache réellement ce que c'est.**

(Garçon, 22 ans, école professionnelle)

**Je trouve qu'il est très important de parler de ce sujet qui est malheureusement encore assez tabou, surtout pour les hommes qui nous traitent « d'exagérées » quand on parle de nos douleurs menstruelles.**

(Fille, 19 ans, gymnase)

**Je trouve que c'est trop tabou et qu'une fille qui a ses règles devrait pouvoir dire librement qu'elle doit changer sa serviette, ou qu'elle a mal ou qu'elle a une tache sans avoir à subir de moqueries.**

(Fille, 14 ans, 10<sup>e</sup>)

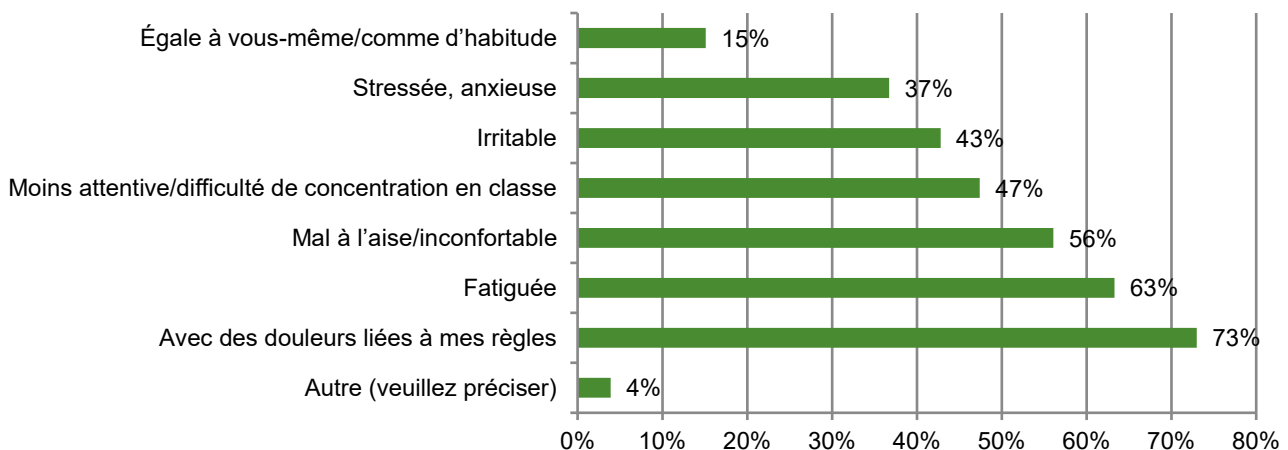
### Impact sur la vie scolaire

Sur les 5'840 élèves menstruées, 85% répondent ne pas se sentir « égales à elles-mêmes ou comme d'habitude » lorsqu'elles sont à l'école et qu'elles ont leurs règles.

Elles rapportent des problèmes de fatigue (63%), des difficultés d'attention et de concentration en classe (47%), ou encore des problèmes de stress ou d'anxiété (37%).

### Lorsque que vous avez vos règles et que vous êtes à l'école, vous sentez-vous ?

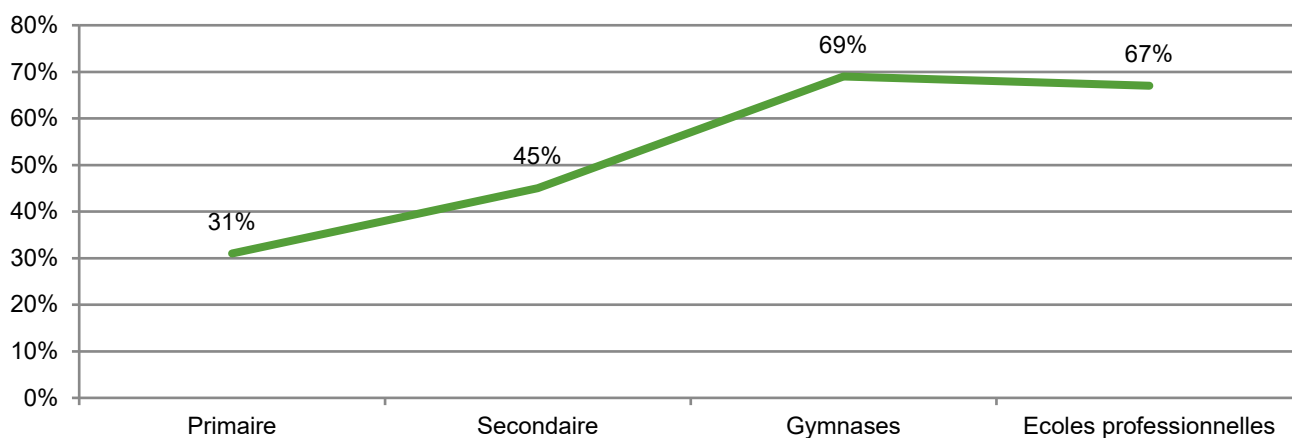
Plusieurs réponses possibles



De plus, trois quarts des personnes menstruées (73%) mentionnent souffrir de douleurs liées à leurs règles. Ce chiffre, qui interpelle par son importance, sera investigué dans la seconde étape d'évaluation afin de mieux appréhender l'impact qu'il pourrait avoir sur la vie scolaire.

Un impact sur l'absentéisme peut déjà être relevé : un peu plus de la moitié des élèves menstruées indiquent avoir déjà manqué l'école ou un cours à cause de leurs règles.

### Avez-vous déjà manqué l'école/un cours à cause de vos règles ?



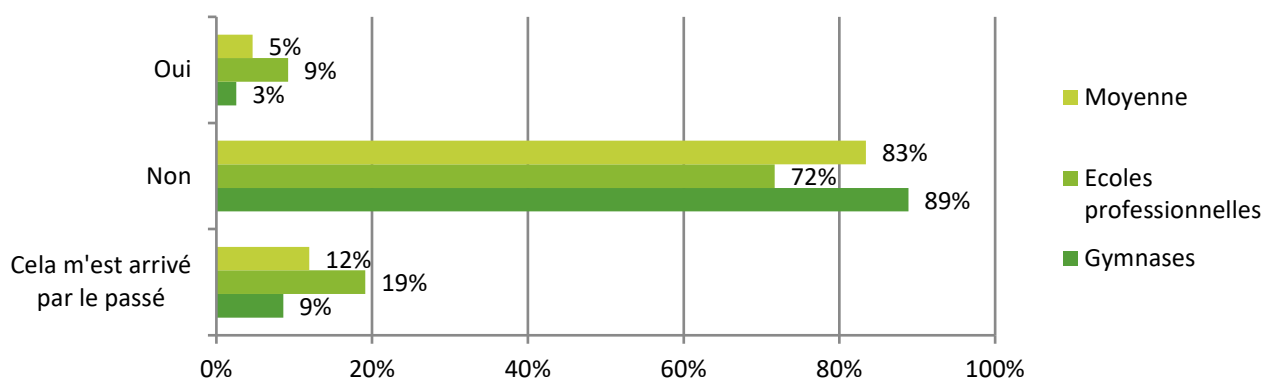
Plus de la moitié des élèves absentes à cause de leurs règles le sont plusieurs fois par année, la principale raison invoquée est la douleur. La question de l'impact sur la vie scolaire sera affinée dans le second questionnaire.

### Précarité menstruelle

Cette première évaluation montre qu'environ 5% des élèves se sentent en situation de précarité menstruelle. A noter qu'une distinction est cependant apparue entre élèves des gymnases et des écoles professionnelles (3% des élèves menstruées au gymnase et 9% des élèves des écoles professionnelles se disent dans une situation de précarité menstruelle).

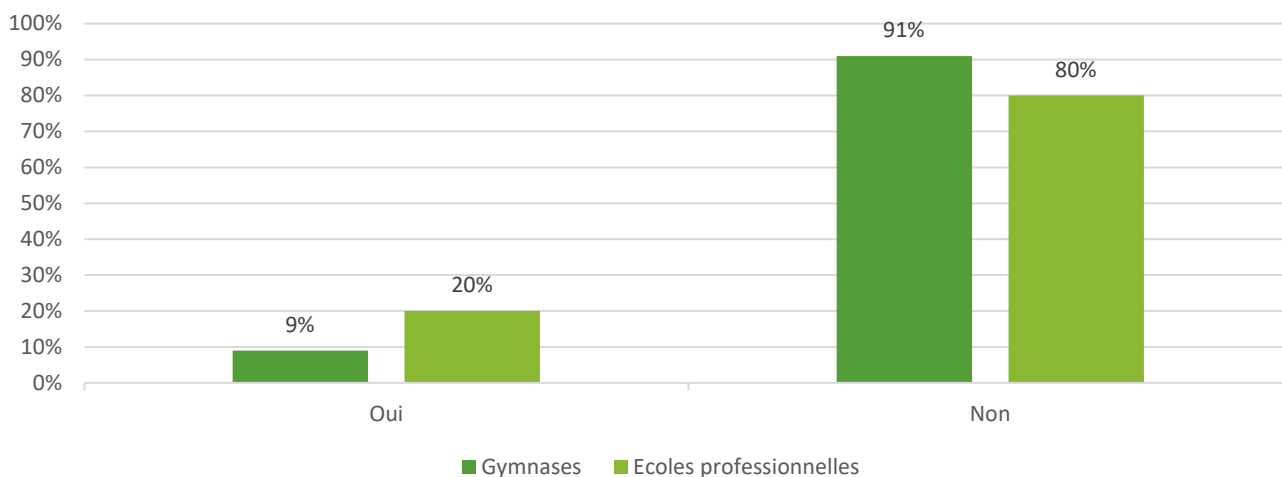
A noter encore que 12% des élèves menstruées indiquent qu'elles se sont senties dans une situation de précarité à un moment de leur parcours de vie (9% au gymnase et 19% en écoles professionnelles).

**Vous sentez-vous en situation de précarité menstruelle, c'est-à-dire estimez-vous avoir des difficultés financières à payer vos protections ?**



En plus de ce résultat, un autre élément tend à confirmer l'existence de cette précarité économique : une élève sur cinq (20%) en école professionnelle et environ une sur 10 (9%) au gymnase a déjà dû faire un choix entre l'achat de protections périodiques et un autre objet de première nécessité.

**Avez-vous déjà dû faire un choix entre l'achat de protections périodiques et un autre objet de première nécessité, pour des raisons financières ?**



Ces chiffres confirment ainsi le besoin de mise à disposition de produits menstruels dans un objectif de lutte contre les inégalités et contre la précarité menstruelle. La réalité de la précarité menstruelle est ainsi avérée parmi les élèves du canton de Vaud, avec des données proches des chiffres estimés avant de démarrer le projet pilote.



## Sensibilisations

Du matériel d'information a été transmis aux écoles en lien avec la thématique, ainsi que des idées de ressources qui peuvent être mobilisées. Des collaborations avec plusieurs partenaires ont pu être créées. La plupart des écoles ont ensuite mis en œuvre des projets de sensibilisation auprès des élèves en lien avec l'arrivée des distributeurs, telles que :

- Activités artistiques (création de logos, de slogans, exposition d'œuvres réalisées en arts visuels)
- Ateliers en classe sur les menstruations
- Conférences ou stands d'information sur la pause du matin ou de midi
- Collaboration avec la bibliothèque pour valoriser des ouvrages sur la thématique
- Etc.



Bibliothèque médiathèque de l'EPSIC

Par ailleurs, plusieurs travaux de maturité sur ce thème ont été réalisés par des élèves, telles qu'une bande-dessinée ou une vidéo. Nous saluons la richesse des projets menés et l'engagement des personnes qui les ont portés. L'impact des sensibilisations sera mesuré dans la seconde phase.



Projet de création en arts visuels  
Gymnase de Chamblandes

## Perspectives et conclusion

Ces premiers résultats confirment la direction prise par le projet pilote. Un besoin de mise à disposition de produits menstruels existe dans nos écoles, que ça soit pour du dépannage ou pour lutter contre la précarité menstruelle. Lutter contre le tabou des règles en donnant de l'information à l'ensemble des élèves est également un élément important à mettre en œuvre.

Les prochaines phases vont permettre d'évaluer l'utilisation effective des produits et les coûts de mise à disposition de produits menstruels pour une école, ainsi que des éléments plus spécifiques : les types de produits qui répondent aux besoins des élèves, l'impact des sensibilisations menées ou encore la clarification de certains premiers résultats, notamment en lien avec les douleurs des règles. La seconde phase d'évaluation a lieu sur la fin de l'année scolaire 2021-2022, avec une communication des résultats prévue en automne 2022. Ces résultats seront mis à disposition des différents acteurs impliqués, les autres services de l'Etat, les communes et les associations scolaires.

Le Département de la formation, de la jeunesse et de la culture se réjouit de l'investissement de nombreux élèves et professionnels et professionnelles dans ce projet et les remercie de s'impliquer dans ce projet pilote.

Seema Ney et Marthe Nicolet  
Cheffes de projet  
Unité de promotion de la santé et  
de prévention en milieu scolaire (PSPS)

**C'EST RÉGLÉ!**  
PRODUITS MENSTRUELS  
DANS LES ÉCOLES  
PROJET PILOTE

\*C'est réglé! : un slogan inventé par les élèves de l'EPS de Préverenges.

**ET SI  
ON EN  
PARLAIT**

