

**Mémoire, y compris stage professionnalisant[BR]- Séminaires méthodologiques intégratifs[BR]- Projet de lutte contre la précarité menstruelle en milieu scolaire : Quels sont les effets du projet "Sang Stress" sur le sentiment d'autodétermination des usagères ?**

**Auteur :** Corthouts, Dana

**Promoteur(s) :** Charlier, Nathan; Ouafik, Maxence

**Faculté :** Faculté de Médecine

**Diplôme :** Master en sciences de la santé publique, à finalité spécialisée en praticien spécialisé de santé publique

**Année académique :** 2024-2025

**URI/URL :** <http://hdl.handle.net/2268.2/24170>

---

*Avertissement à l'attention des usagers :*

*Tous les documents placés en accès ouvert sur le site le site MatheO sont protégés par le droit d'auteur. Conformément aux principes énoncés par la "Budapest Open Access Initiative"(BOAI, 2002), l'utilisateur du site peut lire, télécharger, copier, transmettre, imprimer, chercher ou faire un lien vers le texte intégral de ces documents, les disséquer pour les indexer, s'en servir de données pour un logiciel, ou s'en servir à toute autre fin légale (ou prévue par la réglementation relative au droit d'auteur). Toute utilisation du document à des fins commerciales est strictement interdite.*

*Par ailleurs, l'utilisateur s'engage à respecter les droits moraux de l'auteur, principalement le droit à l'intégrité de l'oeuvre et le droit de paternité et ce dans toute utilisation que l'utilisateur entreprend. Ainsi, à titre d'exemple, lorsqu'il reproduira un document par extrait ou dans son intégralité, l'utilisateur citera de manière complète les sources telles que mentionnées ci-dessus. Toute utilisation non explicitement autorisée ci-avant (telle que par exemple, la modification du document ou son résumé) nécessite l'autorisation préalable et expresse des auteurs ou de leurs ayants droit.*

---

Annexes du projet de recherche « Quels sont les effets du projet Sang Stress sur le sentiment d'autodétermination des usagères ? »

Table des matières

Annexe 1 : Questionnaire des entretiens à titre principal .....	2
Annexe 2 : Formulaire d'information et de consentement destiné aux parents des usagères du projet Sang Stress.....	3
Annexe 3 : Formulaire d'information et d'assentiment destiné aux usagères du projet Sang Stress. ....	12
Annexe 4 : Guide d'entretien et retranscription de l'entretien avec Veronica Martinez. ....	17
Annexe 5 : Guide d'entretien et retranscription de l'entretien avec Delphine Gérard .....	48
Annexe 6 : Guide d'entretien des rencontres informelles avec les directions d'écoles. ....	67
Annexe 7 : Analyse thématique.....	68
Annexe 8 : Brochure « Règle de Trois » .....	114
Annexe 9 : Flyer Sang Stress.....	115

## Annexe 1 : Questionnaire des entretiens à titre principal

La rencontre commence par une brève présentation de mon projet de recherche et de qui je suis. Le but est de mettre les jeunes le plus à l'aise possible.

1. Présente-toi. Qui es-tu ? Quelles sont tes options à l'école, tes hobbies, comment es ta famille... ?
2. C'est comment, pour une fille de ton âge, d'avoir ses règles au quotidien (douleur, gestion à l'école, toilettes à l'école, cours de gym, activités extra scolaires...) ?
  - Comment on t'en parle ?
  - Qu'en sais-tu - Ou vas-tu chercher tes informations ?
3. Le projet Sang Stress, explique-le-moi ? Qu'en penses-tu ?
  - Comment tu faisais avant ?
  - Est-ce que ça a changé les choses dans ta vie quotidienne ?
4. Tu as eu une animation sur les règles en classe ou au PMS ?
  - Si oui, qu'en as-tu pensé ?
  - Si non, penses-tu que ça aurait été nécessaire ?
  - As-tu appris des choses sur les règles en classe ou lors de l'animation ?
5. Penses-tu que dans la société d'aujourd'hui, les règles restent un tabou ? Élabore.
  - Comment penses-tu qu'on peut passer au-dessus de ce tabou ?

Tu as quelque chose à ajouter ?

Ces questions ne sont en aucun cas une représentation exhaustive de ce qui a été dit sur le terrain : les réponses des jeunes et leurs réactions ont largement guidé la façon dont l'entretien a été mené et ont défini les thèmes abordés.

Annexe 2 : Formulaire d'information et de consentement destiné aux parents des usagères du projet Sang Stress

**Formulaire d'information et de consentement destiné aux parents des usagères du projet Sang Stress**

Version 2 – 12/12/24

Titre de l'étude : « **Analyse qualitative des effets du projet « Sang Stress » sur le sentiment d'autodétermination des usagères** »

Promoteur de l'étude : ULiège

Comité d'Ethique : Comité éthique hospitalo-facultaire Universitaire de Liège

Investigateurs locaux : Dr Maxence OUAFIK, Dr Nathan CHARLIER, Dana CORTHOUTS

**Information essentielle à votre décision de laisser votre enfant participer.**

**Introduction**

Votre enfant est invité.e à participer à une étude menée dans le cadre d'un travail de fin d'études (TFE) en sciences de la santé publique à l'Université de Liège. Celui-ci vise le projet Sang Stress, mis en place dans l'école de votre enfant, qui met à disposition des jeunes personnes menstruées (jeunes qui ont leurs règles) des protections hygiéniques et propose parfois des animations de sensibilisation aux menstruations dans les classes. La récolte de donnée et l'analyse des résultats dureront quatre mois (janvier – juin 2025). C'est durant cette période que votre enfant est invité.e à participer à l'étude.

Avant que vous n'acceptiez que votre enfant participe à cette étude, nous vous invitons à prendre connaissance de ce que cela implique en termes d'organisation, avantages et risques éventuels, afin que vous puissiez prendre une décision informée. Ceci s'appelle donner un « consentement éclairé ».

Veuillez lire attentivement ces quelques pages d'information et poser toutes les questions que vous souhaitez à l'investigatrice (dana.corthouts@student.uliege.be / 0494.48.98.23). Ce document comprend 3 parties : l'information essentielle à votre prise de décision, votre consentement écrit et des informations complémentaires (annexes) qui détaillent certaines parties de l'information de base.

**Si vous acceptez que votre enfant participe à cette recherche, vous devez savoir que :**

Cette étude clinique est mise en œuvre après évaluation par le Comité éthique hospitalo-facultaire Universitaire de Liège.

La participation de votre enfant est volontaire et doit rester libre de toute contrainte. Elle nécessite la signature d'un document exprimant votre consentement, mais également l'assentiment de votre enfant, confirmé par un autre document (disponible en annexe). Même après l'avoir signé, votre enfant peut arrêter de participer en informant l'investigatrice locale (CORTHOUTS Dana), sans votre consentement. Sa décision de ne pas ou de ne plus participer à l'étude n'aura aucun impact sur ses relations avec l'investigateur. Vous pouvez également, après avoir signé le formulaire de consentement, décider de retirer votre enfant de l'étude. Votre décision de le.la retirer de l'étude n'aura aucun impact sur ses relations avec l'investigateur. Votre enfant n'est pas autorisé à continuer à participer à l'étude sans votre consentement.

Aucun frais ne vous sera facturé pour les dépenses liées à cette étude.

Les données recueillies à cette occasion sont confidentielles et votre anonymat, ainsi que celui de votre enfant, est garanti lors de la publication des résultats.

Une assurance a été souscrite au cas où votre enfant subirait un dommage lié à sa participation à cette recherche.

Vous pouvez toujours contacter l'investigatrice locale (CORTHOUTS Dana) si vous avez besoin d'informations complémentaires. Il en est de même pour votre enfant.

Un complément d'informations sur les « Droits de participant à une étude clinique » est fourni en annexe.

**Description du protocole de l'étude**

**Justification et objectifs de l'étude**

Le but de l'étude est l'appréhension du ressenti des jeunes personnes menstruées dans les écoles concernées par le projet Sang Stress. Le concept central de la recherche est l'auto-détermination concernant les menstruations, c'est-à-dire le ressenti que l'élève a de sa

capacité à gérer ses menstruations. L'élève est iel rassuré.e dans ses capacités grâce au projet ? Géné.e ? A-t-iel les mêmes capacités qu'avant ?

L'objectif de cette étude est de réellement comprendre le ressenti de votre enfant par rapport au programme, et non de le soumettre à un « test » portant sur des connaissances.

### **Déroulement de l'étude.**

Une dizaine de d'élèves seront recrutés, en fonction de l'atteinte du principe de « saturation », défini comme l'atteinte d'un stade où les entretiens n'amènent plus de nouveaux éléments. Les élèves seront recruté.es dans diverses écoles pilotes du projet Sang Stress à travers la Fédération Wallonie-Bruxelles.

Les données seront récoltées via des entretiens semi-dirigé, c'est-à-dire une discussion avec l'investigatrice, avec une feuille de route définie à l'avance mais qui prendra en compte tous les thèmes mis en avant par votre enfant. L'entretien durera en moyenne une heure, et prendra place dans une classe de l'école. Un seul entretien sera organisé avec votre enfant.

Les données collectées concerteront le ressenti de votre enfant par rapport au programme « Sang Stress » et à la gestion de ses menstruations. Les données seront collectées via enregistrement de l'entretien, et retranscription complète des échanges. Les discours seront ensuite analysés via la technique de l'analyse thématique, c'est-à-dire l'identification de thèmes communs dans les différents entretiens, pour dégager des pistes de réponse à la question de recherche. L'enregistrement est indispensable à une bonne appréhension du ressenti de votre enfant, et a une retranscription correcte de son discours.

Les enregistrements et leurs retranscriptions ne seront étudiés que dans le cadre de cette étude, et ne seront accessibles qu'à l'investigatrice locale (CORTHOUTS Dana). Ils seront stockés sur un serveur accessible avec mot de passe. Les enregistrements seront détruits dès que la retranscription sera terminée. Les retranscriptions seront conservées sur un serveur protégé par un mot de passe, et elles seront détruites à la suite de la recherche (dans l'année suivant l'obtention du grade de master en sciences de la santé publique).

### **Risques et inconvénients**

Le plus grand risque encouru par votre enfant est de ressentir une forme d'embarras occasionné par la présence d'un thème tabou au centre des entretiens : les menstruations.

Le risque de fuite des données (« databreach » en anglais), bien que faible, est présent. Il est néanmoins couvert par l'assurance couvrant cette étude.

### **Bénéfices**

Cette recherche ouvrira la porte à une évaluation globale du programme Sang Stress, qui pourrait guider les décisions politiques concernant sa prolongation.

### **Si vous autorisez votre enfant à participer à cette recherche, nous vous demandons :**

De collaborer pleinement au bon déroulement de cette recherche et de laisser votre enfant collaborer pleinement à ce bon déroulement.

### **Contact**

Si vous avez besoin d'informations complémentaires, mais aussi en cas de problème ou d'inquiétude, vous pouvez contacter l'investigatrice locale (CORTHOUTS Dana) au numéro de téléphone suivant : 0494 48 98 23, ou par mail : dana.corthouts@student.uliege.be.

Si vous avez des questions relatives à vos droits de participant.e à une étude clinique, vous pouvez contacter le médiateur des droits du patient du CHU ULiège via le numéro de téléphone : 0498/31 11 12.

### ***« Analyse qualitative des effets du projet « Sang Stress » sur le sentiment d'autodétermination des usagères»***

### **Consentement éclairé**

### **Parent/tuteur.rice légal.e du/de la participant.e**

Je déclare que j'ai été informé.e sur la nature de l'étude, son but, sa durée, les effets secondaires éventuels et ce que l'on attend de mon enfant. J'ai pris connaissance du document d'information et des annexes à ce document.

J'ai eu l'occasion de poser toutes les questions qui me sont venues à l'esprit et j'ai obtenu une réponse satisfaisante à mes questions.

J'ai compris que la participation de mon enfant à cette étude est volontaire et que je suis libre de mettre fin à sa participation à cette étude sans que cela ne modifie mes relations avec

l'investigateur. J'ai compris que mon enfant peut à tout instant se retirer de cette étude sans mon consentement.

J'ai compris que des données concernant mon enfant seront récoltées pendant toute sa participation à cette étude et que l'investigatrice et le promoteur se portent garants de la confidentialité de ces données.

Je consens au traitement des données personnelles de mon enfant selon les modalités décrites dans la rubrique traitant de garanties de confidentialité (annexe 2).

J'ai reçu une copie de l'information au participant et du consentement éclairé.

Nom, Prénom, date et signature du parent/tuteur légal du volontaire :

#### **Investigateur**

Je soussigné, CORTHOUTS Dana, investigatrice, confirme avoir fourni les informations nécessaires sur l'étude et avoir fourni un exemplaire du document d'information au participant.

Je confirme qu'aucune pression n'a été exercée pour que le patient accepte de participer à l'étude et que je suis prête à répondre à toutes les questions supplémentaires, le cas échéant.

Je confirme travailler en accord avec les principes éthiques énoncés dans la « Déclaration d'Helsinki », dans les « Bonnes pratiques Cliniques » et dans la loi belge du 7 mai 2004, relative aux expérimentations sur la personne humaine.

Nom, prénom, date et signature de l'investigateur :

**« Analyse qualitative des effets du projet « Sang Stress » sur le sentiment d'autodétermination des usager.es »**

#### **Annexes**

##### **Annexe 1 : « Droits et protection du participant »**

##### *Comité d'Éthique*

Cette étude a été évaluée par un Comité d'Éthique indépendant, à savoir le Comité d'Éthique Hospitalo-Facultaire Universitaire de Liège, qui a émis un avis favorable. Les Comités d'Éthique ont pour tâche de protéger les personnes qui participent à une étude clinique. Ils s'assurent

que vos droits en tant que patient et en tant que participant à une étude clinique sont respectés, qu'au vu des connaissances actuelles, la balance entre risques et bénéfices reste favorable aux participants, que l'étude est scientifiquement pertinente et éthique. En aucun cas vous ne devez prendre l'avis favorable du Comité d'Éthique comme une incitation à participer à cette étude.

#### *Participation volontaire et coûts associés à votre participation*

Avant de signer, n'hésitez pas à poser toutes les questions que vous jugez utiles. Prenez le temps d'en parler à une personne de confiance si vous le souhaitez.

Votre participation à l'étude est volontaire et doit rester libre de toute contrainte : ceci signifie que vous avez le droit de ne pas y participer ou de vous retirer sans justification même si vous aviez accepté préalablement d'y participer. Votre décision ne modifiera en rien vos relations avec l'investigateur.

Si vous acceptez de participer à cette étude, vous signerez le formulaire de consentement éclairé. L'investigateur signera également ce formulaire et confirmera ainsi qu'il vous a fourni les informations nécessaires sur l'étude. Vous recevrez l'exemplaire qui vous est destiné.

Si vous décidez de participer à cette étude, ceci n'entraînera pas de frais pour vous ou votre organisme assureur.

Vous ne serez pas défrayé pour la participation de votre enfant.

#### ***Protection de votre identité/l'identité de votre enfant***

L'investigatrice possède un devoir de confidentialité vis-à-vis des données recueillies. Cela signifie qu'elle s'engage non seulement à ne jamais révéler votre nom ni celui de votre enfant dans le contexte d'une publication ou d'une conférence, mais aussi qu'elle codera vos données/celles de votre enfant (dans l'étude, vos identités seront remplacées par un code d'identification) avant de les envoyer au promoteur.

L'investigatrice sera donc la seule à pouvoir établir un lien entre les données transmises pendant toute la durée de l'étude et votre identité. Les données personnelles transmises ne comporteront aucune association d'éléments permettant de vous identifier.

#### ***Protection des données à caractère personnel***

*Qui est le responsable du traitement des données ? Le promoteur.*

Le promoteur prendra toutes les mesures nécessaires pour protéger la confidentialité et la sécurité de vos données codées, conformément aux législations en vigueur<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Ces droits vous sont garantis par le Règlement Européen du 27 avril 2016 (RGPD) relatif à la protection des données à caractère personnel et à la libre circulation des données et la loi belge du 30 juillet 2018 relative à la protection de la vie privée à l'égard des traitements de données à caractère personnel. .

*Qui est le délégué à la protection des données ?*

Monsieur Pierre-François Pirlet, délégué à la protection des données à l'Uliège, disponible à l'adresse électronique suivante : dpo@uliege.be

*Sur quelle base légale vos données sont-elles collectées ?*

La collecte et l'utilisation des informations de votre enfant reposent sur votre consentement et sur son assentiment écrits. En consentant à la participation de votre enfant à l'étude, vous acceptez que certaines données personnelles puissent être recueillies et traitées électroniquement à des fins de recherche en rapport avec cette étude.

*A quelles fin vos données sont-elles traitées ?*

Les données personnelles de votre enfant seront examinées afin d'appréhender les effets du programme à l'étude. Elles seront examinées avec les données personnelles de tous les autres participants à cette étude afin de mieux comprendre les effets du dispositif.

*Quelles sont les données collectées ?*

Le responsable du traitement s'engage à ne collecter que les données strictement nécessaires et pertinentes au regard des objectifs poursuivis à savoir votre nom, vos initiales, votre sexe, votre âge/date de naissance partielle, ainsi que les données relatives à votre santé menstruelle.

*Comment mes données sont-elles récoltées ?*

Par l'investigatrice locale, via un entretien semi-directif enregistré.

*Qui peut voir mes données ?*

Les investigateurs locaux.

Ces personnes sont tenues par une obligation de confidentialité.

*Par qui mes données seront-elles conservées et sécurisées ? Pendant combien de temps ?*

Les données sont conservées par le promoteur le temps requis par les règlementations. A l'issue de cette période, la liste des codes sera détruite et il ne sera donc plus possible d'établir un lien entre les données codées et vous-même.

Les enregistrements et retranscriptions seront détruits dans une période de maximum un an suivant l'obtention du grade de master en sciences de la santé publique.

*Quels sont mes droits sur mes données ?*

Vous avez le droit de consulter toutes les informations de l'étude concernant votre enfant et d'en demander, si nécessaire, la rectification.

Vous avez le droit de retirer votre consentement conformément à la rubrique « participation volontaire » reprise ci-avant. Votre enfant a le droit de retirer son assentiment à tout instant en contactant l'investigatrice.

Vous disposez de droits supplémentaires pour vous opposer à la manière dont les données de l'étude sont traitées, pour demander leur suppression, pour limiter des aspects de leur utilisation ou pour demander à ce qu'un exemplaire de ces données vous soit fourni.

Cependant, pour garantir une évaluation correcte des résultats de l'étude, il se peut que certains de ces droits ne puissent être exercés qu'après la fin de l'étude. L'exercice de vos droits se fait via l'investigatrice.

En outre, si vous estimez que les données de l'étude sont utilisées en violation des lois en vigueur sur la protection des données, vous avez le droit de formuler une plainte à l'adresse [contact@apd-gba.be](mailto:contact@apd-gba.be)

*Assurance*

Toute participation à une étude clinique comprend un risque aussi petit soit-il. Le promoteur assume, même en l'absence de faute, la responsabilité du dommage causé au participant (ou

à ses ayants droit) et lié de manière directe ou indirecte aux expériences réalisées. Le promoteur a souscrit un contrat d'assurance

Conformément à l'article 29 de la loi belge relative aux expérimentations sur la personne humaine (7 mai 2004) de cette responsabilité (Ethias, n°45.482.838, 04/220.31.11).

En cas de désaccord soit avec l'investigateur, soit avec l'expert nommé par la compagnie d'assurances ainsi que chaque fois que vous l'estimeriez utile, vous ou vos ayants droit (votre famille) pouvez assigner l'assureur directement en Belgique

Annexe 3 : Formulaire d'information et d'assentiment destiné aux usagères du projet Sang Stress.

### **« Formulaire d'information et d'assentiment destiné aux usagères du projet Sang Stress. »**

Titre de l'étude : « *Analyse qualitative des effets du projet « Sang Stress » sur le sentiment d'autodétermination des usagères*»

Promoteur de l'étude : Dr Maxence OUAFIK, service de Santé Publique CHU Uliège.

Comité d'Ethique : Comité éthique hospitalo-facultaire Universitaire de Liège.

Investigateurs locaux : Dr Maxence OUAFIK, Dr Nathan CHARLIER, Dana CORTHOUTS

#### **Information essentielle à ta décision de participer**

##### **Introduction**

Tu es invité à participer à une étude clinique destinée à l'obtention du grade de Master en sciences de la santé publique. Il s'agit d'un travail de fin d'études (TFE). Celui-ci consiste en une étude qualitative de type phénoménologique (étude d'un phénomène en profondeur, via le ressenti des personnes qui le vivent, c'est-à-dire, toi) et vise le projet Sang Stress, mis en place dans ton école, qui met à disposition des jeunes personnes menstruées des protections hygiéniques et propose des animations de sensibilisation aux menstruations dans les classes. La récolte de donnée et l'analyse des résultats dureront quatre mois (janvier – juin 2025), et la revue de littérature l'accompagnant a déjà eu lieu lors de l'année académique précédente. Le reste de l'année académique sera consacré à l'analyse des données.

Il est attendu de toi de participer à un entretien d'environ une heure avec une des investigatrices, et que tu partages ton ressenti concernant le projet Sang Stress, mis en place dans ton école, si tu te sens à l'aise pour le faire.

Avant que tu donnes ton assentiment à participer à cette étude, nous t'invitons à prendre connaissance de ce que cela implique en termes d'organisation, avantages et risques éventuels, afin que tu puisses prendre une décision informée. Ceci s'appelle donner un « consentement éclairé ».

Veille à lire attentivement ces quelques pages d'information et à poser toutes les questions que tu souhaites à l'investigateur ou à la personne qui le représente

(dana.corthouts@student.uliege.be). Ce document comprend 2 parties : l'information essentielle à ta prise de décision et ton assentiment écrit.

**Si tu participes à cette recherche, tu dois savoir que :**

- . Cette étude clinique est mise en œuvre après évaluation par le comité éthique hospitalo-facultaire Universitaire de Liège.
- . Ta participation est volontaire et doit rester libre de toute contrainte. Elle nécessite la signature de ce document exprimant ton assentiment, mais également le consentement de tes parents/tuteurs légaux. Même après l'avoir signé, tu peux arrêter de participer en informant le médecin investigateur. Ta décision de ne pas ou de ne plus participer à l'étude n'aura aucun impact sur tes relations avec l'investigateur. Ton assentiment à ne plus participer est indépendant du consentement de tes parents/tuteurs : tu peux le retirer sans leur autorisation.
- . Aucun frais ne te sera facturé pour les analyses liées à cette étude.
- . Les données recueillies à cette occasion sont confidentielles et ton anonymat est garanti lors de la publication des résultats.
- . Une assurance a été souscrite au cas où tu subirais un dommage lié à ta participation à cette recherche.
- . Tu peux toujours contacter l'investigateur ou un membre de son équipe si tu as besoin d'informations complémentaires.

**Description du protocole de l'étude**

**Justification et objectifs de l'étude**

Le but de l'étude est, grâce à des méthodes de recherches qualitatives, l'appréhension de ton ressenti par rapport aux menstruations. Le concept central de la recherche est l'auto-détermination concernant les menstruations, c'est-à-dire ton ressenti par rapport à ta capacité de gestion de tes règles. Le projet t'aide t'il à te sentir plus autonome ? Au contraire, te gêne t-il ?

**Déroulement de l'étude.**

Avec l'accord de tes parents et de ton école, une des chercheuses te donnera rendez-vous dans une salle de classe à un moment qui vous convient. Durant environ une heure, nous discuterons du projet Sang Stress, de ton ressenti par rapport à celui-ci et de ton expérience. Il n'y a ni bonnes, ni mauvaises réponses : ton vécu et ton ressenti sont ce qui nous intéresse vraiment.

Durant l'entretien, nous enregistrerons notre échange, pour pouvoir le retranscrire ensuite et analyser correctement ton discours. Cela est nécessaire pour une analyse correcte de ton ressenti, et pour identifier des thèmes communs ou divergents entre ton expérience et celle d'autres élèves que nous allons rencontrer.

Les enregistrements et leurs retranscriptions ne seront étudiés que dans le cadre de cette étude, et ne seront accessibles qu'à l'équipe de recherche. Ils seront détruits à la suite de la recherche (dans l'année suivant l'obtention du grade de master en sciences de la santé publique). Ton anonymat est donc garanti.

### **Risques et inconvénients**

Le plus grand risque que tu encours est un peu de gêne lorsque le thème de tes règles sera abordé. Mais tout sera mis en place pour que tu te sentes à ton aise, et tu ne dois pas hésiter à prévenir l'équipe de recherche si tu ne te sens pas armé ni à l'aise pour répondre.

### **Bénéfices**

Cette recherche ouvrira la porte à une évaluation du programme Sang Stress, qui pourrait guider les décisions politiques concernant sa prolongation.

### **Si tu participes à cette recherche, nous te demandons :**

- . De collaborer pleinement au bon déroulement de cette recherche.

### **Contact**

Si tu as besoin d'informations complémentaires, mais aussi en cas de problème ou d'inquiétude, tu peux contacter l'investigateur (Dr OUAFIK Maxence) ou un membre de son équipe de recherche (CORTHOUTS Dana) au numéro de téléphone suivant (0494 48 98 23).

Si tu as des questions relatives à tes droits de participant à une étude clinique, tu peux contacter le médiateur des droits du patient du CHU ULiège via le numéro de téléphone : 0498/31 11 12.

***« Analyse qualitative des effets du projet « Sang Stress » sur le sentiment d'autodétermination des usagèr.es »***

**Assentiment éclairé**

**Participant**

Je déclare que j'ai été informé sur la nature de l'étude, son but, sa durée, les effets secondaires éventuels et ce que l'on attend de moi. J'ai pris connaissance du document d'information et des annexes à ce document.

J'ai eu l'occasion de poser toutes les questions qui me sont venues à l'esprit et j'ai obtenu une réponse satisfaisante à mes questions.

J'ai compris que ma participation à cette étude est volontaire et que je suis libre de mettre fin à ma participation à cette étude sans que cela ne modifie mes relations avec l'investigateur.

J'ai compris que des données me concernant seront récoltées pendant toute ma participation à cette étude et que l'investigateur et le promoteur se portent garant de la confidentialité de ces données.

Je consens au traitement de mes données personnelles selon les modalités décrites dans la rubrique traitant de garanties de confidentialité (annexe 1).

J'ai reçu une copie de l'information au participant et du consentement éclairé.

Nom, Prénom, date et signature du volontaire.

**Investigateur**

Je soussigné, OUAFIK Maxence, investigateur, confirme avoir fourni oralement les informations nécessaires sur l'étude et avoir fourni un exemplaire du document d'information au participant.

Je confirme qu'aucune pression n'a été exercée pour que le patient accepte de participer à l'étude et que je suis prêt à répondre à toutes les questions supplémentaires, le cas échéant.

Je confirme travailler en accord avec les principes éthiques énoncés dans la « Déclaration d'Helsinki », dans les « Bonnes pratiques Cliniques » et dans la loi belge du 7 mai 2004, relative aux expérimentations sur la personne humaine.

Nom, prénom, date et signature de l'investigateur :

#### Annexe 4 : Guide d'entretien et retranscription de l'entretien avec Veronica Martinez.

##### A) Guide d'entretien.

1. Explication de ma recherche et d'où je me situe.
2. Veuillez-vous présenter et votre poste au sein de Bruzelle ;
3. Quand avez-vous été en contact pour la première fois avec le projet Sang Stress ?
4. Quels sont les enjeux de santé derrière ce projet ? Les objectifs ?
5. Comment fonctionne le partenariat avec WBE ?
6. Êtes-vous, dans le cadre de ce projet, en partenariat avec d'autres organismes, publics ou privés ?
7. Avez-vous participé à l'évaluation du programme ? Si oui, de quelle façon ? Si non, pourquoi ?
8. Pensez-vous qu'il existe un axe d'évaluation plus pertinent qu'un autre ? Si oui, lequel ?
9. Une remarque, une question, un contact a me proposer ?

##### B) Retranscription de l'entretien

DC : Voilà, donc je commence l'enregistrement. Ben d'abord euh, je voulais vous remercier euh d'avoir accepté de me rencontrer, c'est super sympa de votre part, donc je vous explique un peu euh le contexte je suis étudiante en master 1 de sciences de la santé publique, j'ai déjà fait un master en sciences politiques, donc euh voilà je suis vraiment intéressée euh, tous les aspects politiques, qui sont nombreux, que peut avoir la santé, et donc j'ai décidé de me lancer euh dans ce projet de mémoire qui euh évaluerait en quelque sorte l'impact qu'a eu le projet Sang Stress sur euh, les bonnes pratiques menstruelles des jeunes filles euh, qui euh, enfin des jeunes personnes menstruées qui en bénéficient, et donc euh j'ai eu l'occasion de parler avec la chargée de projet de Wallonie-Bruxelles enseignement, qui m'a donné votre contact en fait euh, tout simplement en me disant que bon vous aussi vous aviez contribué activement au projet et que vous étiez euh, vous seriez probablement intéressée d'en discuter avec moi, et donc ben voilà, nous sommes là, aujourd'hui.

VM : D'accord.

DC : Donc euh, pour commencer, si vous voulez bien je vais peut-être vous demander de vous présenter et de décrire un peu euh, ce que vous faites euh avec l'ASBL Bruzelle.

VM : Ok donc euh moi je m'appelle VM, je suis la directrice et la fondatrice de l'ASBL Bruzelle, qui est une ASBL nationale qui lutte contre la précarité menstruelle sur tout le territoire belge. Donc nous avons trois missions importantes, qui sont la distribution de produits menstruels vers euh des personnes menstruées en situation de précarité, euh, nous avons également un rôle de sensibilisation à la santé, à la précarité menstruelle et à la déconstruction du tabou autour des règles auprès des jeunes, auprès des professionnels, et auprès d'adultes sans profils particuliers, et nous avons aussi une mission de... d'expér, de partage d'expertise et d'expérience sur la thématique des règles en général. Et dans ce, dans ces missions là entrait absolument le euh, le projet qu'on a mené, le projet pilote en tout cas qu'on a mené avec WBE.

DC : Ça va super, ben merci beaucoup. Euh, quand est-ce que vous avez été en contact pour la première fois avec ce projet là ? Comment ça s'est un peu déroulé euh...

VM : J'ai pas mes notes. Euh...Euh je pourrais vous fournir les dates exactes hein mais ça j'ai vraiment pas mes notes. En fait euh nous on a été très simplement euh contactés par madame G, qui en amont avait déjà euh était en train de mettre un projet pilote, au niveau de distributeurs de produits menstruels dans les écoles qui étaient partantes pour faire ce projet pilote, dont évidemment WBE est PO euh... Une fois que elle elle a développé son projet, elle... y a eu tout de suite la question de la sensibilisation qui s'est posée. Donc de son côté elle avait deux solutions. Soit elle donnait une sensibilisation via du flyering, ou via euh la page euh, donc WBE a fait une page expressément qui s'appelle Sang Stress, ou on peut, ou les élèves et les professeurs aussi peuvent trouver des informations, y avait eu le flyering qui avait été mis en place aussi, et ou, elle pensait à des sensibilisations directement euh... en présentiel dans les classes. Et donc c'est à ce moment là qu'on a rencontré Mme G, parce qu'elle nous connaissait et elle, elle nous a demandé, tiens est ce qu'on pourrait mener ce projet pilote ensemble pour la partie des écoles qui ne souhaitent pas avoir de sensibilisation via flyering ou via consultation de la page internet euh et donc c'est on est entrés un peu dans ce projet pilote de cette façon là en fait. Donc nous on a amené une sensibilisation plus... proche des élèves et des professeurs, puisqu'on s'est rendus sur place dans les écoles qui ont été identifiées, on s'est rendues dans chacune d'elles, plusieurs fois, pour faire notre session de notre programme qui s'appelle Règle de Trois, qui justement euh déconstruit le tabou euh et toutes les toutes les stigmates autour des règles, mais aussi qui libère la parole autour des

règles. Oui autour des règles, avec les jeunes dans ce cas là puisque c'était dans des écoles, et aussi avec le personnel encadrant. Parce que c'était important de mettre euh, toute la, toutes les personnes qui forment cette, fin qui vivent dans cette école, il faut vraiment les mettre euh au courant aussi du projet, tout le monde, au plus le projet est porté au mieux il est vécu et mené à bout quoi.

DC : Oui, et donc en fait vous aviez un rôle de sensibilisation mais pas spécialement d'expertise Par rapport à la mise en œuvre du projet ?

VM : Non, du projet lui même non hein, je vais dire au niveau de l'expertise nous ce qu'on a fait c'est euh... y a des écoles et d'autres pas, qui ont demandé, soit euh à WBE soit à Bruzelle de voir où on pourrait installer les distributeurs de produits menstruels. Ça c'était plutôt pour le côté expertise. Bruzelle est surtout intervenue au niveau des sensibilisations dans les classes. Ou nous on a, on avait à l'époque une personne chez Bruzelle, qui c'est, voire deux, qui étaient vraiment dédiés juste à ça. Aller dans les écoles qui était ré, qui étaient euh, qui faisaient partie de ce projet pilote, et on allait, on menait notre animation règle de trois auprès des élèves d'années différentes euh ou de classes différentes.

DC : Ok, d'accord, merci c'est gentil. Euh... pour vous, c'est quoi les enjeux de santé et les objectifs derrière le projet Sang Stress ?

VM : Alors euh, y en a plusieurs évidemment, y a tout d'abord euh ben la mise à disposition de produits menstruels euh, dans les écoles, puisque là c'est vraiment euh, une lutte pour plus de sécurité menstruelle dans les écoles, donc je pense que le, ce qui est très important c'est de pouvoir mettre ces produits menstruels à disposition, parce que ça, ça répond à une question de santé menstruelle dans un premier temps mais ça répond aussi à une question d'allègement de la charge mentale évidemment. Euh donc c'est à dire que quand on est à l'école, quand son cycle commence plus tôt, finit plus tard, euh, les règles arrivent une première fois à l'école, ça arrive assez souvent, on a une solution à l'école. Donc ça c'est une première chose, donc ça répond à deux, à deux questions, effectivement la santé menstruelle, euh, la santé, enfin l'allègement de la charge mentale, mais je pense que, je ne sais pas si au niveau d'écoles ça pourrait, ça pourrait arriver, mais je veux dire c'est quand même, une façon de mieux, euh, comment je vais dire, de mieux prendre part à tout ce qui se passe à l'école, je vous dit ça parce que quand on était justement chez euh, lors d'un, d'une rencontre avec une

école avec WBE, ben on a entendu une prof qui disait, y a des élèves en classe on sait très bien qu'elles ne vont pas, pas venir en sortie scolaire parce qu'elles n'ont pas assez de produits menstruels avec elles pour tenir une journée complète. Donc ça c'est, c'est important au niveau de la santé euh, tout court j'ai envie de dire la santé menstruelle, mais aussi au niveau de la, je peux pas, on peut pas appeler ça de la santé mentale je ne sais pas, à vrai dire, mais en tout cas on, ça répond à un besoin d'allègement de, de charge, de charge mentale en tout cas, ça oui.

DC : Ok, et euh... vous, vous avez, aviez-vous d'autres enjeux en tant qu'assoc à participer à ce projet ?

VM : Oui. On avait vraiment, puisque la part de la distribution, dont s'occupe Bruzelle s'occupe pour d'autres profils et dans d'autres projets, était prise en charge par WBE, nous ce qui était très important pour nous c'était de rencontrer les élèves et de rencontrer les professeurs pour les sensibiliser à toutes ces questions de santé et de précarité menstruelle et de déconstruire le tabou autour des règles avec les jeunes et avec tout le personnel encadrant qui travaille dans les écoles. Parce que on s'est rendus compte que, le tabou il est vraiment très très, le tabou des règles est encore très ancré, euh que souvent les élèves sont stigmatisés euh, par rapport euh, ben leur crainte majeure par exemple c'est d'être stigmatisés, un vêtement taché c'est vraiment euh, le, le, y a pas plus, fin pour les élèves qui nous ont parlé ya pas pire honte en classe ou à l'école que d'avoir un vêtement taché et de devoir toute la journée se le trimballer euh parce qu'on a pas une autre solution quoi. Et donc nous on avait une élève qui nous avait euh, raconté un, une anecdote, où elle me disait, j'ai fait toutes mes années dans une école, en humanité, toutes mes humanités dans la même école, la première année j'ai eu un, justement mes règles sont arrivées quand j'étais à l'école, j'ai eu mon vêtement taché de sang menstruel, bien pendant les six années, tout ce que les élèves ont retenu de moi c'est que j'étais la fille qui en première humanité avait eu son pantalon taché de, de sang menstruel. Donc elle ça l'a sûrement marquée, les autres aussi j'imagine, mais elle elle dit c'est vraiment, je me suis vraiment sentie stigmatisée toute mes études quoi. Et on a, elle elle n'a pas trouvé la façon de se défaire de ce, de cette stigmatisation qui l'a collé pendant 6 ans dans la même école.

DC : Oui, et donc vos animations c'est vraiment une façon de passer au-dessus du tabou, au-dessus de la stigmatisation.

VM : Oui, on a pas cette présomption, cette prétention là hein...

DC : On essaye en tout cas

VM : ...mais l'idée c'est celle-là en tout cas. Tout à fait c'est vraiment ça, c'est dire, fin après je viendrais plus en détail dans, pour expliquer ce qu'est le programme Règle de trois, mais l'idée ici c'est ça, c'est libérer la parole, c'est de, que tout le monde puisse s'exprimer s'il le souhaite ou pas, on est, y a pas d'obligation de produire quoi que ce soit, euh mais c'est surtout expliquer que les règles c'est naturel euh, que c'est pas quelque chose de sale, qu'il y a pas de raison a priori que ce soit tabou, et donc c'est surtout, c'est surtout le, c'est surtout ce, la dessus qu'on veut mettre l'accent et on se rend compte aussi que quand on ; en deux temps donc quand y a une installation de distributeur de produits menstruels dans une école, et que Bruxelles vient faire une sensibilisation par exemple, le projet dans son ensemble est beaucoup mieux compris par les élèves et on constate qu'il y a moins d'abus, moins de vandalisme euh de, euh de ces distributeurs qui sont mis à disposition également. Une fois que le projet est compris, et on vient l'expliquer à quoi ça sert et à qui ça sert, vraiment c'est quelque chose qui est euh... qui est euh, bien compris et bien respecté, et d'autant plus que parfois y a vraiment des élèves qui veulent lutter contre ce, ce tabou des règles et donc on, du côté de Gerpinne je pense mais je suis pas certaine que ce soit là, par exemple un distributeur de produits menstruels a été installé dans la classe même. Pour dire que c'est pas, et alors ça a été rangé, ça a été posé là où on, les élèves vont aussi chercher des kleenex, des mouchoirs en papier, c'est pas pire ni mieux qu'autre chose on a besoin de quelque chose, on va le chercher, que ce soit pour se moucher ou que ce soit pour se changer.

DC : Oui, et c'était à l'initiative des élèves ca ?

VM : C'était un souhait des élèves tout à fait. Après je ne sais pas si c'est Gerpinne, ça peut être si vous retournez vers Mme G elle va vous le confirmer, mais y a vraiment une classe ou ça a été souhaité par les élèves que le distributeur soit dans la classe pour ces raisons là. Pour dire c'est pas pire que d'aller chercher autre chose, un mouchoir, un kleenex euh mais voilà après évidemment euh, la majorité ça reste dans les toilettes, on va pas euh, on... majorité dans les toilettes, quelques écoles je sais on a installé aussi mais je n'ai pas pu le vérifier,

auprès des bureaux des éducateurs éducatrices aussi, parce qu'ils parle que les élèves passent souvent par là aussi évidemment, ça dépend un peu, en général quand les écoles n'ont pas trop d'idées, elles elles, quand on va les rencontrer dans le cadre de Sang Stress on... on a on fait parfois le tour des écoles avec euh, avec Mme G, où les profs nous disent ben en fait on va peut-être l'installer ici, l'installer là qu'est-ce que vous en pensez, donc on peut encore un peu euh, repréciser ou redonner des idées, parce qu'évidemment in fine l'école fait ce qu'elle veut, elle installe où elle veut, mais ça peut se faire encore à ce moment là, mais euh je dirais qu'en général, les toilettes et euh proche des bureaux des éducateurs.

DC : Ok. Vous avez eu des réticences ? De la part des écoles.

VM : Non. Au niveau de la sensibilisation vous voulez dire ?

DC : Oui au niveau de la sensibilisation et même de l'installation euh des, des distributeurs.

VM : Ok, donc pour l'installation peut être retourner vers Mme G, parce que nous on gérait pas du tout l'installation des distributeurs, ni le réachalandage, tout ce côté technique on va dire c'est vraiment elle qui s'en est occupée, nous on a pris à notre charge la sensibilisation. Et donc nous peu importe les écoles ou on se soit rendus euh le type d'école je veux dire, ou le, ou la ville, on a toujours été très bien accueillis. Y avait une grosse demande, et y a toujours une grosse demande de sensibiliser sur la thématique des règles parce que c'est quelque chose qui n'est pas euh, pas courant voire qui ne se fait pas du tout. Donc y a bien sûr des animations EVRAS, mais qui passent un petit peu en revue les règles vraiment dans leur cadre de l'animation EVRAS mais c'est, c'est survolé, mais nous, vraiment notre programme à nous il est beaucoup plus poussé, beaucoup plus précis, euh et donc y a vraiment une demande euh, y a vraiment une demande. De sensibiliser, en classes mixtes ou pas, ca c'est une, c'est une demande claire, y a de la mixité, y a de la non mixité. Nous on prône plutôt la mixité parce qu'on se dit que les règles c'est l'affaire de tous, mais voilà, parfois, finalement ce sont les écoles et les profs qui connaissent bien leur classe, et qui nous disent « vraiment cette classe là ne le faisons pas en mixité sinon ça va être le brain en classe et on a rien à y gagner », mais c'est plutôt rare en général on essaie de le faire en mixité ça se passe en général bien. Mais donc des réticences, on a pas eu, le, la seule et c'est pas une réticence hein, on est en train de démarrer, ici vraiment on sort un peu hors sujet, parce que ça concerne pas euh, Sang Stress, mais on a démarré un projet pilote chez les élèves de primaire parce qu'il y a une grosse

demande en 5 - 6eme aussi parce que les jeunes filles vont commencer tout doucement à avoir leurs règles si elles ne les ont déjà pas, là je sais qu'il y a certaines écoles, donc on, on mène le projet pilote pour le moment avec les trois écoles Bruxelloises, je sais que sur les trois y en a au moins une qui a demandé aux parents si ils étaient ok pour qu'on le fasse. Euh je n'ai pas eu des retours de ce qui a été accepté ou non, euh, parce qu'on y a pas encore non plus fait de session de Règle de trois. Par contre dans deux, les deux autres écoles, les, la direction nous a dit que les parents ont signé pour un ROI et que dans ce cas là ils ont reçu euh les animations en plus de ce qui serait fait euh des cours traditionnels et ils étaient d'accord avec ça, donc elle ne voyait pas pourquoi elle devait encore en remettre une couche et demander si euh, y avait des parents qui n'étaient pas d'accord. Par contre en off, [REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

DC : On garde ça en off.

VM : Voilà. Si on vous le demande ben vous le savez [REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

DC : Ok, ça va. Et donc vous, vous faites ces animations dans le cadre du programme Règle de trois, vous pouvez un peu m'en parler ?

VM : Oui, bien sûr. Donc Règle de trois c'est un programme euh modulaire donc qui contient quatre modules, euh... et donc en amont il a d'abord, on a, donc Règle de trois comme tous les projets était d'abord un projet pilote, et donc pour qu'il puisse voir le jour, je dirais que pendant un an et demi ou deux ans, on a été à la rencontre des jeunes, euh... parce que il nous semblait important de parler de la thématique des règles, parce nous même on voyait, on

trouvait pas vraiment de... de formation qui était déjà en place, qui était bien en place, qui était claire, qui était un peu fun aussi pour les élèves tout en étant sérieuse je veux dire hein mais quelque chose d'agréable à partager avec eux, et donc on a pris le parti d'aller s'intéresser à eux directement, en leur disant voilà, nous on a envie de parler des règles parce qu'on trouve que c'est important, ça fait partie des missions de Bruzelle, par contre on s'adresse à vous parce que vous êtes les premiers concernés, à cette époque là on pensait juste s'adresser aux jeunes, après d'autres profils sont venus se greffer au projet, au départ c'était vraiment pour les jeunes, et finalement pendant pratiquement 1 an et demi 2 ans, on est allés à leur rencontre là où ils se trouvaient, donc forcément tout, dans tout le milieu scolaire, euh, les primaires on les a pas sollicités, mais humanités, euh université, école de promotion sociale, les hautes écoles, fin partout où les jeunes se trouvent, euh les mouvements de jeunesse, les clubs sportifs, fin là, tout là où tu peux en trouver, pour le, avec cette question en fait on dit voilà, on a envie de sensibiliser sur la santé menstruelle, euh, de quelle façon vous aimeriez que ça soit fait si vous deviez assister à une euh, à une session de Règle de trois. Et forts de tout ce qu'on a récolté pendant 1 an et demi 2 ans, on a mis tout ça dans un... pot commun et de, de cette réflexion est sorti notre programme Règle de trois. Alors ici évidemment je vais vous parler de quatre modules il y aurait pu en avoir d'autres, il en a fallu 4 parce que il a fallu arrêter un moment donné quelque chose de concret pour pouvoir en faire un flyer et démarrer sur un projet. Mais ça ne veut pas dire que peut être l'année prochaine, en plus de ces 4 ci, y en aura euh, y en aura d'autres évidemment. Mais aujourd'hui on en a 4, et donc je, je, mh, je pourrais vous envoyer aussi par mail euh, on a une brochure, on a une écorchure aussi règle de, règle de trois.

DC : Oui je veux bien.

VM : Qu'on partage aussi avec les écoles, je vous l'enverrai.

DC : C'est gentil.

VM : Je vous l'enverrai comme ça vous, vous aurez tout le détail y a pas de soucis, donc y a 4 modules donc le premier module c'est le module éducatif, et donc ce module lui il est obligatoire. Peu importe les, les trois autres modules qu'on choisira, celui là est obligatoire, on a estimé qu'il était obligatoire pourquoi ? Parce c'est plutôt le module qui va être un peu le module partie biologie explications, donc c'est quoi l'appareil génital féminin, comment ça

fonctionne, c'est quoi le cycle menstruel, c'est quoi le sang menstruel, y a beaucoup, y a énormément de mythes autour du sang menstruel euh... comment fonctionne, c'est, c'est quoi ce sang c'est quoi, on explique l'endomètre donc c'est quoi l'endomètre, deux trois questions sur l'endométriose, mais la par contre c'est nous qui survolons parce qu'on est vraiment pas euh, on a pas de compétences au niveau de l'endométriose puis on a des ASBL qui font ça aussi donc y a pas de raison de, d'aller marcher sur les plates-bandes de, d'autres associations qui le font déjà mais y faut quand même qu'on parle de l'endomètre évidemment parce que c'est quand cet endomètre se, se, sous l'effet des hormones, se désagrège, pour appeler ça comme ça, c'est ça, le flux menstruel c'est celui-là. Donc nous on essaye aussi à travers ces, ces sessions, de mettre une sémantique en place, qui est euh, qui est importante aussi. Donc là on va, lors de cette éducative, tout ce que je viens de t'expliquer, et puis aussi par exemple on va faire un tour de tous les produits menstruels qui existent : les jetables, les réutilisables, les internes, les externes, combien de temps, le choc toxique. On fait tout un, on fait tout un update si tu veux, y a toujours des gens qui savent, y a toujours des gens qui ne savent pas, y a toujours des élèves ou des jeunes qui pensaient savoir et je crois que c'est le plus dangereux, c'est quand tu as la mauvaise information. Je crois que le mieux c'est de ne pas avoir d'information du tout du coup, et alors tu reçois une information de qualité, parce que le plus compliqué c'est quand une mauvaise information est installée et il faut la détricoter avec eux. Parce que ça ça nous challenge énormément évidemment hein, parce qu'on doit pouvoir expliquer, on doit pouvoir expliquer euh... Pourquoi est-ce que c'est pas la bonne explication. Et donc c'est pas tellement au niveau des produits, euh on y viendra plus tard dans la conversation, c'est surtout au niveau des mythes qui tournent sur les règles. Ça c'est très euh, très ancré. Donc je dirais que l'éducatif est vraiment, il est obligatoire. Qu'on ait une classe qui soit vraiment ou des jeunes ou des personnes qui sont informées ou pas, ça nous permet au pire, je veux dire au pire tu as tu n'apprends rien, au mieux t'apprends quelque chose mais ça fait partie du truc, donc il est obligatoire. A côté de ça y en a trois autres, donc y a un, un module qui s'appelle le module situationnel, qui est le plus utilisé quand on se rend dans les écoles, et donc là c'est le visionnage d'une expérience sociale en caméra cachée. Donc c'est une personne qui se promène en ville avec une énorme tache de sang menstruel sur son pantalon et en caméra cachée sont filmées les réactions des personnes. Donc on projette ça avec les personnes qui assistent en général ce sont des élèves, on projette jusqu'au bout puis on ouvre le débat "ah ok, qu'est-ce que vous avez remarqué,

euh, qu'est-ce qui vous a frappé, qu'est-ce qui vous a choqué, qu'est-ce que vous auriez fait si vous étiez d'un côté ou de l'autre, comment vous l'auriez vécu, pourquoi est-ce que c'est si stigmatisant d'avoir une tache de sang menstruel sur son pantalon, pourquoi est-ce que c'est si gênant, pourquoi est-ce que des gens se moquent, pourquoi est-ce qu'il y a des gens qui aident, pourquoi, moi ça m'avait marqué personnellement y a euh, un moment donné on voit un couple qui voit ce qui se passe, mais c'est monsieur qui voit mais qui envoie madame, pourquoi ? Euh, donc c'est, tout après avoir visionné, on fait, on mène une espèce de débat, avec les élèves ou si les élèves sont preneurs parce que toutes les classes ne sont pas preneuses, quand ça prend bien, on fait des petits, on dit ok, on fait des petits groupes, chacun prend une réaction et la travaille entre eux dans ce petit groupe puis vient dire aux autres « ben tiens nous on a remarqué ceci, peut-être on aurait pu faire, voilà ce qu'on aurait pu mettre en place pour que ça n'arrive pas » ou alors « se moquer c'est pas cool, parta, filmer partager non plus ça se fait pas » euh, pourquoi et, pourquoi est-ce que c'est si stigmatisant et si honteux d'avoir une tache de sang menstruel sur son pantalon ? Et euh là on a vraiment des réactions très très intéressantes. Et donc, à nous de, parfois on doit un peu animer le débat, et parfois pas du tout, ils parlent vraiment entre eux, ils viennent vers nous pour avoir pour que ça soit validé, ou si y a une question, et c'est, c'est une façon de mener le débat qui fonctionne vraiment très bien parce qu'on leur demande leur avis et ce qu'il en ressort très souvent, c'est que les jeunes nous disent « on est vraiment contents que vous veniez en, nous en parler et que vous nous demandiez notre avis. Parce que souvent » ils disent « ces cours qu'on a en dehors des cours scolaires on va dire, ce sont des cours en général des sessions qui nous sont données genre ex cathedra qu'on pourrait être une, une, par (incompréhensible) parce que là ils sont aussi sollicités, mais ils doivent juste gober la matière et puis c'est tout quoi ». Voilà. Et je pense sincèrement que Règle de trois fonctionne bien parce que ils sont a, a, on a on a pas scrupuleusement parce qu'on a pas pu tout faire mais on a vraiment mis un point d'honneur à ce, à ce que ce qui ressort de Règle de trois face partie à au moins 90% des demandes qui nous ont été faites par les jeunes quoi. Et je crois que c'est pour ça, le succès de règle de trois il vient de là.

DC : D'accord donc...

VM : Donc pour les, pardon excuse moi.

DC : C'est un dispositif que vous utilisez vraiment dans beaucoup de milieux, pas seulement à l'école ?

VM : Tout à fait. Je termine juste avec les deux et après je t'expliquerai les...

DC : Oui oui allez-y.

VM : Donc euh oui excuse moi je te tutoie je suis déjà passée au tutoiement.

DC : Non non mais allez-y c'est moi qui euh, je, je vouvoie beaucoup moi.

VM : Euh, donc euh le, le situationnel est vraiment, celui-là il est bien aussi, je voulais dire aussi ça se passe en classe, les élèves ils sont dans leur milieux, ils sont assis ça, c'est avec un projo, tu, tout le matériel est déjà sur place, y a rien, ya pas trop à chambouler tu vois dans le, dans l'organisation ni de l'école ni des cours. A côté de ça, tu as un programme ludique. La ça va être plutôt basé sur des jeux, des quizz, des vrai/faux justement c'est là où on va démonter tous les mythes autour des règles et toutes les stigmatisations qui sont faites autour des règles, pourquoi? Donc ça va être ça et là on, on donne et on distribue aux élèves, aux personnes auxquelles on, on s'adresse, je parle beaucoup d'élèves parce que une grosse partie se passe souvent dans les écoles et faut garder en tête que c'est pas que les élèves hein y a d'autres profils dont on va parler juste après. On leur donne une carte vrai faux tu vois un, un vert ou une croix rouge, on dit ah est ce que, par exemple j'ai déjà entendu que on peut pas faire monter la, on peut pas faire une mayonnaise quand on a ses règles, est ce que c'est vrai, est ce que c'est pas vrai. Et bon, nous fin, j'espère que tu sais que ce n'est pas vrai (rires)

DC : Ça va je suis quand même un peu renseignée (rires)

VM : Mais y en a elles savent pas, ou alors pour le fun ils savent très bien, et ils disent viens on va dire pour voir ce que Bruzelle va nous dire, et la euh évidemment c'est là qu'on explique que ça n'a rien à voir, que les règles c'est euh, une question de cycle menstruel, d'hormones qui agissent sur le corps euh, c'est souvent ces hormones arrivent par le cerveau, et que ça n'a rien à voir avec le fouet qu'on tient en main quand on bat des œufs pour faire monter une mayonnaise. Mais par contre on leur explique que, faire monter la mayonnaise ou d'autres choses dans d'autres cultures, ce qu'il faut retenir c'est l'exclusion de la femme fin de la personne menstruée, c'est ça, c'est surtout ça. Donc on essaye aussi d'aborder le truc un peu de façon de nouveau un peu sympa je veux dire pour que les élèves accrochent, donc on leur

dit ah ben euh y en a qui ne peuvent pas être en contact avec d'autres personnes, y a des cultures où on pense que c'est contagieux, que ça porte malheur euh, que tu peux pas faire monter la mayonnaise donc que tu peux pas rentrer dans une cuisine parce que entre guillemets tu es considéré comme impur, donc pas toucher la nourriture que d'autres vont manger, c'est ça que ça veut dire derrière hein, et donc on en arrive à, pourquoi est-ce que les personnes, dans certaines sociétés et dans les cultures, dans les cultures et sociétés patriarcales en général, pourquoi est-ce que les personnes menstruées sont mises au ban quoi ? Et donc c'est surtout ça qui est, c'est surtout ça qui est euh important, tu vois d'expliquer. (Regarde hors du champ) Excuse-moi deux petites minutes.

DC : Oui hein pas de soucis.

VM : Tu m'excuses une petite minute ? Excuse moi hein !

DC : Pas de problèmes !

VM : Excuse moi c'est parce que j'ai mon petit euh, j'ai mon petit fils à la maison, pardon excuse moi. Il voulait voir ce que je faisais.

DC : Ah.

VM : Donc voilà, ça c'est pour les vrais faux, donc on va vraiment donner on laisse la parole aux jeunes hein, on dire « c'est quoi votre avis », puis après on déconstruit avec eux puis on reconstruit euh le on redonne la bonne information si tu veux. Et ça crée beaucoup d'interactions avec nous, mais entre eux aussi. Donc euh et alors enfin le dernier c'est le module créatif, et donc là c'est vraiment par le dessin, par le collage du découpage de, des paroles parfois, de l'écriture, on, on part souvent sur une phrase qui est « pour moi, les règles c'est », ou si la personne est pas menstruée « pour moi je pense que les règles c'est », et le groupe choisit la façon dont il a envie de s'exprimer de façon créative. Et moi je rêvais d'écrire un slam sur les règles, je pense que tu es liégeoise c'est ça hein ?

DC : Oui !

VM : En tout cas tu fais tes études à Liège, donc je suppose que tu connais Lisette Lombe, euh, qui euh voilà qui aussi a, a slamé sur les règles aussi, qui a, avec qui on travaille, fin on se connaît bien. Moi je connais moins Lisette du côté de poésie mais plutôt quand elle travaillait encore à la Barricade, donc on est moins en contact, mais je sais qu'elle a beaucoup

écrit sur les menstruations aussi, voilà, on a mené par exemple un, un travail avec une haute école d'art à Bruxelles où on a fait un fanzine sur les règles aussi. Ce sont des toutes, ce sont toutes des activités qui peuvent être menées en amont. Donc l'éducatif, le situationnel, le ludique et le créatif.

DC : Ok.

VM : Tu auras ça plus en détail dans le document que je t'enverrai hein.

DC : Merci.

VM : Euh, pour répondre à tes questions de profil, alors la majorité ça reste quand même dans les écoles parce que c'est là qu'il y a eu la plus grosse demande, c'est très clair. Euh au niveau de la santé menstruelle et de l'information autour des règles, mais à côté de ça, on va s'adresser à des jeunes dans des AMO, dans des maisons de jeunes, des mouvements de jeunesse, dans des clubs sportifs. On a mené toute une session de règles de trois par exemple à l'union saint gilloise, euh tant au niveau des joueuses du 13 et du 16 que au niveau du coach sportif, du kiné, on les a, pour leur amener les bonnes pratiques par rapport aux personnes qui sont menstruées et qui se retrouvent sur le terrain, par exemple on peut leur, on peut les sensibiliser les coachs par exemple au niveau des performances sportives. Parfois tu peux ou pas, d'ailleurs parce que j'ai, j'ai ma collaboratrice J qui joue au foot, elle me dit moi quand j'ai mes règles je suis hyper euh, justement encore plus en forme, plus d'attaque, ça me motive vraiment, ça me donne du boost, alors qu'il y a euh, y a d'autres personnes menstruées peut-être qui font du sport et qui font, c'est peut-être leur période un peu down tu vois ? Donc que les coachs tiennent compte de ça, que tu pourrais avoir besoin d'un matériel pour euh, dans les toilettes, en tout cas en D1 je sais pas comment ça se passe, en tout cas J qui travaille, qui joue en niveau provincial, elle dit euh nos toilettes sont sûrement pas équipées de distributeurs de produits menstruels et encore moins de poubelles pour jeter tes produits menstruels euh, c'est très très précaire, et donc mettre aussi l'accent sur que les, que les vestiaires soient friendly tu vois ? Des distributeurs, qu'il y ait une poubelle, que les robinets fonctionnent, qu'il y ait du papier toilette, que les douches soient, au moins avec un peu d'eau chaude... Ça paraît énorme quand je te dis ça comme ça mais vraiment c'est pas, c'est pas une majorité.

DC : Oui, même dans les écoles aussi.

VM : Oui bien sûr, bien sûr surtout j'ai envie de dire. Mais par exemple tu vois auprès des coachs on leur a dit aussi par exemple est ce qu'il y a des tenues qui sont adaptées quand les joueuses sont euh, menstruées est-ce que par exemples elles ont des tenues, tu sais des shorts un peu plus longs, un peu plus amples euh, des vareuses un peu où elles se sentent plus à l'aise, un peu tu vois ce genre de choses. Et donc parfois, on arrive toujours à, bon parfois y a un peu d'étonnement, parfois on dit « ouais mais Bruzelle vous exagérez parfois », mais l'idée c'est nous on impose rien, on vient avec des constats, on vient avec des bonnes pratiques, et puis si euh quelque chose est retenu de ce qu'on vient amener et apporter comme info, et bonnes pratiques ben on est contentes. Je vais dire après on a une réunion bien sur après de notre passage et ce sera retenu et appliqué ce qu'ils auront décidé je veux dire nous on a plus de mainmise là-dessus tu vois. Mais on vient, on ne va que quand, nous on fait pas de prosélytisme hein on ne va que quand on est les bienvenues. On va proposer, si tu nous dis bien non ça ne nous intéresse pas on va pas venir toquer à ta porte, tu vois ce que je veux dire. Et donc de tout ça dépend la qualité aussi, tu comprends ce que je veux dire ?

DC : Oui, oui.

VM : Donc euh on est en train maintenant de prendre des rendez-vous aussi avec le Standard de Liège. Au niveau des joueuses et au niveau des coachs également. On a pas encore mis en place de date si de Règle de trois mais c'est en train de se mettre en place donc, parce que le, le projet qu'on a mené avec l'USG c'était vraiment vraiment très porteur parce que je pense aussi que ça a été amené d'abord par les supporters supportrices. Qui ont voulu faire une collecte de produits menstruels pour Bruzelle au sein de l'USG, donc ils ont mis une boîte de collecte dans le, le clubhouse, ils ont collecté, emmené chez Bruzelle pour redistribuer aux personnes dans la précarité menstruelle indépendamment que ce soit euh dans le milieu sportif ou pas euh et à la suite de ça euh nous on a quand même euh proposé que les prochaines collectes se trouvent dans les toilettes de supportrices et de cette réflexion là est arrivée à, ah sensibiliser les joueuses et aussi les coachs sportifs.

DC : Oui. Effet boule de neige.

VM : Parce que donc c'est en sensibilisant tout le monde que ce projet sera le mieux porté.

DC : Oui. Et en fait ce projet Règle de trois il existait bien avant euh Sang Stress.

VM : Ah oui, tout à fait, tout à fait.

DC : Ok.

VM : Mais par contre, je dois, je dois pouvoir dire et ça il faut vraiment le placer, parce que euh, on a eu une collaboration absolument fantastique avec euh avec euh Mme G, en toute transparence, et ça nous a permis même si on avait déjà démarré Règle de trois cette expérience de WBE avec des endroits où on pouvait aller de manière répétée euh avec un travail si tu veux qui avait déjà été préparé en amont puisqu'on a pas dû chercher les écoles, ça nous a permis de vraiment nous, renforcer notre expérience au niveau des élèves, au niveau des écoles, au niveau des villes, au niveau du, de la, de la mise en route du projet Règle de trois mais de façon beaucoup plus récurrente tu vois. Là on était quand même au début et si on en était plus à des sessions ici et là parce que c'était quand même déjà fort demandé, le... on a fait beaucoup beaucoup de règles de trois avec WBE. Donc oui on était déjà, règle de trois existait déjà avant, mais cette collaboration assez, assez chouette, vraiment très très chouette avec euh, avec WBE nous a permis de parfaire si tu veux notre règle de trois quoi.

DC : Donc vous diriez que le partenariat s'est plutôt bien passé.

VM : Ah, formidablement bien passé vraiment. Et très très, beaucoup de transparence, beaucoup d'échanges, des réunions, quand y avait des petits couacs, parce qu'il y en a évidemment parce que c'est un projet pilote tu en trouveras toujours, toujours une écoute, rechercher des solutions en commun, vraiment euh... moi je suis vraiment très très satisfaite de la collaboration vraiment.

DC : Tant mieux ! Euh dans le cadre du projet vous êtes en partenariat avec d'autres organismes que WBE ?

VM : Qu'est-ce que tu veux dire par partenariats ?

DC : Euh ben je sais bien par exemple que l'ASBL Ne tournons pas autour du pot est venue en soutien euh au projet pour visiter les toilettes des écoles tout simplement, est ce que ben par exemple vous avez eu des liens avec elle, est ce que vous avez eu euh, des contacts avec l'ONE peut être sur la question aussi, qui est quand même assez présente pour la santé à l'école, avec les centres PMS ?

VM : Ok, alors euh, de nouveau je ne sais... fin ta réponse demande de, des fin ta question demande beaucoup de réponses et donc j'espère que tu vas trouver une sol, fin la réponse que tu attends dans ce que je vais te dire parce qu'il y a beaucoup de choses à dire évidemment, tu préleveras ce que tu trouves important euh.... les, l'ONE nous on a pas de contact avec l'ONE, euh... Parce que je crois que euh, dans un premier temps c'est axé bien sur sur les bébés mais aussi sur les mamans, donc c'est complètement hors cadre ce que je vais te dire, dont nous l'ONE fait appel à nous et ne le fait pas souvent mais l'a fait quelques fois, c'est surtout pour qu'on distribue des, des petites trousse de produits menstruels aux mamans qui sont dans la précarité. Nous on est rentrés à l'ONE par cette porte là.

DC : D'accord.

VM : Donc parce que évidemment je t'ai pas dit euh je sais je présente très, j'adore mon projet mais je présente très mal Bruzelle (rires). Donc Bruzelle dans la lutte, dans le cadre de la lutte contre la précarité menstruelle, distribue des trousse de 20 serviettes menstruelles.

DC : Ok.

VM : Et si tu passes sur le site internet tu auras euh, tu auras tous ces détails là. Donc les, les associations font appel à nous, les associations qui travaillent avec des personnes qui sont dans la précarité menstruelle font appel à nous nous en amont avec des bénévoles on organise des ateliers de couture pour coudre la trousse mais aussi de remplissage de trousse, donc ces trousse une fois qu'elles sont cousues avec des bénévoles on les remplit de 20 serviettes menstruelles et les associations qui nous les ont demandées les redistribuent à leur public.

DC : Et vous fonctionnez avec un système de don ou vous êtes financés pour acheter les serviettes menstruelles ?

VM : Regarde bien comme on sort hors cadre (rires).

DC : (rires) Oui mais c'est bien c'est riche je trouve !

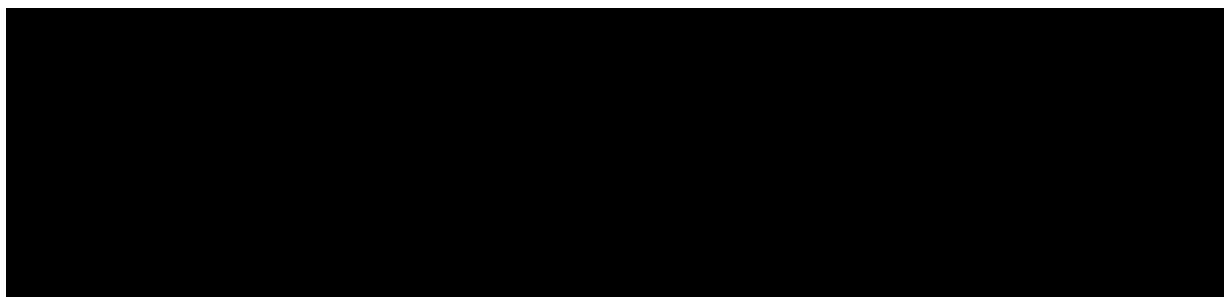
VM : Garde tes questions, garde tes questions parce qu'on va y revenir après ! Euh donc euh alors on fonctionne avec des dons. Donc le, Bruzelle est comme je te dis en début de réunion est répartie sur toute la Belgique, on fonctionne avec des boîtes de collecte. Donc des gens viennent déposer, donc sur le site internet de Bruzelle, à euh y a un onglet euh qui doit être à mon avis « points de collecte », tu cliques là dessus, tu rentres ton code postal ou tu habites,

ou tu travailles peu importe et tu vois où se trouve le point de collecte le plus proche en tout cas de ton code postal. Les gens vont déposer des serviettes menstruelles euh emballées individuellement dans ces boîtes de collecte qui sont souvent marrainées par une ou deux personnes bénévoles qui va aller voir s'il faut les vider, remettre des flyers, les ramener les produits menstruels qui sont collectés, soit chez Bruzelle si c'est à Bruxelles, soit dans les antennes en Flandre ou en Wallonie qui sont référentes pour ces boîtes de collecte.

DC : D'accord.

VM : A côté de ça, on a des partenariats. Donc par exemple ça fait deux ans qu'on a un partenariat avec Always, qui dans son cadre de lutte contre la précarité menstruelle étudiante nous fournit des serviettes menstruelles.

DC : Ok.



DC : D'accord. Ça reste en off.

VM : Ca c'est le genre de choses que tu, que je te le dis à toi mais ce, ce n'est que pour toi.

DC : Ça ne sera que pour moi je vous rassure.

VM : Voilà, mais par exemple c'est ça, donc nous nos distributions c'est les boîtes de collecte, euh, et les partenariats avec des marques. Et donc aujourd'hui, depuis, j'ai créé Bruzelle en octobre 2016, on est à près de 3 millions de produits menstruels distribués euh depuis 2017, vraiment parce que j'ai fondé en octobre 2016 mais vraiment les premières distributions ont commencé en janvier 2017, donc tu peux considérer qu'entre aujourd'hui et octobre 2017 on a, on est proche des 3 millions de produits menstruels distribués.

DC : C'est pas trop mal.

VM : Pas trop mal.

DC : Mais donc, revenons à nos moutons : vos partenariats avec les PMS avec d'autres associations...

VM : Oui, voilà ! Donc ONE comme je te disais, pas pour le, pas via les enfants mais parfois via les mamans quand les centres ONE se trouvent parfois dans des communes ou c'est vraiment plus compliqué pour les, pour les mamans dont là on peut distribuer donc c'est vraiment très épisodique. Donc au niveau des écoles on est souvent euh contactés soit par les éducateurs éducatrices soit effectivement par les centres PSE, ou le centre PSI donc c'est souvent des infirmières euh les centres PMS souvent aussi ça arrive, ça arrive par là. Euh, bon, qu'est ce qui fait encore...

DC : Et donc c'est des écoles qui ne font pas partie du projet pilote mais qui font appel à vous.

VM : Tout à fait.

DC : Et vous les redirigez vers le projet ?

VM : Alors si ce sont des écoles dont les, dont le PO est WBE, je renvoie toujours d'abord vers euh Mme G, toujours, parce que c'est elle qui voit avec eux si c'est ok pour installer un distributeur ou pas parce que souvent c'est la première question qui arrive. « Nous on fait partie », le mail type c'est « Notre école fait partie du PO euh WBE est ce qu'on est, est ce qu'on est euh est ce que c'est ok pour nous de pouvoir bénéficier d'un, de la mise à disposition de ce distributeur. » Nous on a pas, on a pas cette réponse là, c'est pas notre euh, c'est pas notre travail et donc dans un premier temps on renvoie toujours vers D, qui va répondre dans un premier temps, et si un distributeur est, si ils arrivent à l'accord d'un distributeur alors D les renvoie vers nous et on, on met en place un, une sensibilisation euh en présentiel si c'est souhaité. Parce que si l'école souhaite pas qu'on vienne expressément sur place, alors on peut ren, D peut renvoyer soit vers la page internet soit vers du flyering au sein de l'école.

DC : D'accord, ok. Et donc les PMS PSE mais à part ça, pas d'autres euh... pas d'autres associations notables.

VM : Alors si tu veux souvent le groupe type, quand c'est une école le groupe type qui nous contacte c'est : tu as toujours dedans une infirmière, une personne qui fait partie du PMS, un éducateur ou une éducatrice qui porte le projet souvent un professeur souvent un professeur de sciences, et parfois une direction, mais pas toujours. Mais ça c'est vraiment le, le panel

souvent de base qui va, quand on va aller à une première réunion, c'est ce profil là, les réunions d'école hein je parle bien c'est souvent ce profil là qu'on va retrouver autour de la table. Et parfois un élève ou deux qui ont envie de porter le projet c'est pas toujours mais ça peut arriver aussi.

DC : Oui. Et donc quand c'est les autres PO alors c'est vous qui intervenez directement.

VM : Exactement.

DC : Ok.

VM : Exactement, la par exemple on a la semaine passée j'ai eu une réunion avec les, avec euh tous les services de santé des PO de, des écoles de, de la ville de Bruxelles, mais la par exemple hein les professeurs, y avait pas d'éducateur qui pouvait représenter toutes les écoles de Bruxelles parce qu'il y en a quand même beaucoup évidemment, par contre la réunion elle était faite essentiellement avec des infirmières des PSE des PSI parce que euh c'est elles qui souvent sont en première ligne quand, et qui rencontrent les jeunes filles quand elles sont menstruées ou quand elles ont besoin d'un dépannage de produits menstruels, c'est souvent vers l'infirmérie qu'on se tourne, et c'est pour ça que d'abord c'est d'abord et surtout ces profils de personnes font partie de ces réunions si tu veux.

DC : D'accord, ok d'accord merci. Euh vous en êtes ou ici dans votre collaboration avec WBE, vous allez continuer à intervenir sur le terrain quand le projet ne sera plus pilote mais sera proposé à toutes les écoles qui veulent en faire partie ? Ou vous allez...

VM : Alors, ça c'est, c'est le nerf de la guerre. Je dirais que de façon utopiste, oui on rêverait de faire ça évidemment, il faut voir comment ça va être financé.

DC : Oui, les élections arrivent.

VM : Parce que évidemment ici en termes de projet pilote y a pas de problèmes on était tous gagnants, WBE souhaitait proposer en, en termes de sensibilisation, différentes façons de sensibiliser dont celle de Bruxelle, donc nous on était partantes parce que nous on allait acquérir un max de, un max d'expérience, et WBE allait, allait bénéficier entre autres de la sensibilisation de règle de trois via Bruxelle, on était tous gagnants. Parce que c'était un projet pilote, on avait tous, on avait tous quelque chose à apprendre si tu veux. Ici on est vraiment dans une période charnière où je pense que tout doucement le projet pilote se termine et va

devenir un service. Ce service, je n'en sais rien, je ne suis pas dans les petits papiers de WBE, je ne sais pas si ils ont un financement pour le, pour le mettre pour passer de la phase pilote à la phase service tu vois, ça j'en sais rien. Mais si ça passe, euh ben il faudra euh, et que on, les écoles souhaitent que y ait des Règles de trois qui soient, fin qui continuent à sensibiliser les élèves, ça devra, ça devra être financé c'est sûr. C'est sûr parce que nous on doit pouvoir payer en salaire les personnes qui vont faire des Règles de trois dans le cadre de WBE ou pas d'ailleurs hein. Mais dans le cadre de, de WBE il faudra trouver des accords avec les pouvoirs subsidiaires, qui nous donnerons x euros, x milliers d'euros pour pouvoir financer un salaire, et on continuera à faire du Règle de trois comme on l'a fait en projet pilote si tu veux.

DC : Ok.

VM : Notre, notre souhait ça serait de continuer parce que ça nous amène quand même une expérience phénoménale et ça nous ouvre à plein d'endroits ou euh, ou voilà on ne serait peut-être pas allés tu vois, parce qu'on essaye aussi, même si on essaye par exemple nous on fait du Règle de trois en Wallonie, ben les demandes qui viennent le plus en Wallonie par exemple c'est tout ce qui est en province du Luxembourg ou ils nous disent par exemple, personne ne vient chez nous, c'est tellement loin et les, les frais de déplacement sont tellement, soit élevés, soit là, les transports en commun sont tellement pas organisés qu'y a, y a jamais rien qui est organisé chez nous. Nous on, ça fait un moment qu'on est euh, pas avec WBE hein mais on est occupés avec du Règle de trois sur Bastogne, Florenville euh, qu'est ce que tu as par là Bouillon euh...

DC : Oui les endroits les plus reculés de notre pays.

VM : C'est ça. La ruralité est complètement oubliée en fait hein. Et donc euh, et donc il faudra, oui, continuer nous on rêverait de ça, mais ça va devoir être repensé on est plus un projet pilote, il va falloir le financer.

DC : Oui.

VM : Donc il faut voir ce qui est prévu chez WBE, si y seront eux-mêmes financés pour continuer, pour que ce projet devienne, se termine en projet pilote et devienne un service et voir comment on pourrait alors financer le, les sensibilisations règle de trois par Bruxelles si c'est souhaité enfin.

DC : D'accord, ben merci euh, pour votre honnêteté sur la question.

VM : Oui, ben oui, faut, faut travailler encore en toute transparence évidemment hein, nous on rêverait de pouvoir le faire et si on pouvait le faire sans faire entrer des, des montants euh du financement ben tu sais que c'est pas possible je veux dire, ça euh, les salaires faut les payer quoi hein.

DC : On peut pas exploiter les gens même si c'est pour la bonne cause.

VM : Et de toute façon je m'y opposerai je veux dire, ça doit être financé, ça doit être financé, de façon, euh respectueuse je veux dire, on paye pas les gens au lance pierres quoi.

DC : exactement. Euh... je vais passer sur un thème un peu...

VM : (interrompt) : Est-ce que c'est concret ce que je te dis? Je sais pas si...

DC : Oui oui, mais non mais c'est super je trouve que c'est super riche ce que vous me dites et y a plein d'infos hyper intéressantes et j'ai hâte de me repencher sur mes notes suite à notre entretien.

VM : Ah ça va.

DC : Donc je vais passer sur quelque chose d'un peu différent, mais le projet a été évalué, par WBE, l'évaluation n'est pas encore publique, mais euh apparemment euh ça a été une évaluation euh quali, euh quantitative qui a euh concerné quasiment toutes les écoles pilotes : est-ce que vous avez pris part à cette évaluation ? Si oui de quelle façon, si non, pourquoi ?

VM : Oui on y a pris part bien sûr. Donc euh effectivement c'était, c'était qualitatif euh, comme tu disais on en a retiré vraiment, vraiment beaucoup de bénéfice et d'expérience, euh moi je n'ai pas de, moi je n'ai pas vraiment de griefs autres que ben au niveau organisationnel mais bon ca WBE n'y peut rien évidemment mais on a appris beaucoup de choses, on a pris beaucoup de, beaucoup d'expérience, mais euh moi j'ai pas de, j'ai pas vraiment de retour euh j'ai pas vraiment de retour euh négatif, si ce n'est que euh et ça n'a rien à voir avec WBE, par exemple pour te donner un exemple nous on habite toutes à Bruxelles, et si tu veux le premier, les premières sessions de Règles de trois qu'on a fait c'était à Grâce-Hollogne, et on a pas du tout prévu le coup, et on a eu des demandes qui sont en première heure et on a pas du tout prévu le coup du trajet par exemple. Si bien que les premières sessions on a dû, on a

dû démarrer à Bruxelles à genre 6 heures du mat quoi, pour être sûres avec les bouchons et tout d'être à l'école à huit heures quoi. Et donc ça, mais ça ça n'a rien à voir avec euh WBE je vais dire ça c'est notre organisation interne notre popote, des trucs qu'on a, auxquels on a pas prévu, et qui par contre ont été réajustés en phase 2 par exemple tu vois ? Ce sont, ce, ça ce sont des choses qu'on a apprises, après c'est vrai que de nouveau ça ne dépend pas de WBE mais on a eu des écoles qui étaient hyper preneuses et une fois que t'es sur place... ça s'est un peu dégonflé comme un, comme un cake tu vois ? Les gens te disent qu'ils sont là pour t'accueillir pour te guider d'une classe à l'autre et puis en fait finalement pas, ah, t'arrives un, tu t'es tapé Bruxelles euh, je, je sais pas moi, une, une, un une ville à Liège, du côté de Liège et finalement y a grève des profs tout le monde le savait mais personne t'a prévenu, ben... t'es moyennement content.

DC : Oui c'est les aléas de fonctionner avec l'enseignement.

VM : Oui c'est ça parce que finalement avec WBE, enfin avec WBE c'est beaucoup dire, moi je, on était en contact avec Mme Gérard je vais dire, et la, la la le par contre le, c'était très très qualitatif vraiment mais c'est plutôt le niveau des écoles tu vois ? Ou alors y a une é, y a, y a des profs qui disent « oui on sera là à la troisième heure pour venir t'accompagner de la classe dans laquelle tu es vers la classe ou tu dois aller » et tu termimes ta session y a personne qui est là, personne ne répond, t'as un téléphone de contact mais personne ne répond, c'est ce genre de couac tu vois ? mais euh... non, non on était assez contentes je dois dire. Et surtout on est surtout contentes parce que malgré tout ça, tout ça est effacé parce que les retours qu'on a des profs et des élèves où ils nous disent « vraiment merci parce que c'est vraiment vraiment nécessaire ».

DC : Oui, et vous pensez, fin c'est peut-être pas une question à laquelle vous pouvez répondre mais est-ce que vous pensez que vous avez réellement eu un impact, déjà fin sur les pratiques des usagères du dispositif et sur le, le tabou euh, l'espèce de stigmatisation dont sont victimes les jeunes filles ? Fin les jeunes personnes menstruées.

VM : Ca je pense que c'est une question que tu vas peut être poser à Mme G, parce que au niveau de l'utilisation, elle pourra te dire, moi je n'ai pas de chiffres de ce qui a été utilisé en termes de produit, et elle je sais qu'elle avait un comptage, qui était assez bien foutu, un comptage de ce qu'elle avait amené et de ce qui était consommé, et je, à vérifier avec elle

mais il me semble qu'il y avait une réunion qui était faite tous les six mois à peu près d'évaluation pour voir un peu ce qui est utilisé et comment c'est utilisé. Donc ça peut être voir un peu avec elle. Alors est ce que, est ce qu'on a l'impression que ça travaille au niveau du tabou, je pense que, de nouveau c'est plutôt avec elle que tu dois voir parce que nous on a pas vraiment de retour avec les élèves, je, j'ai envie, en toute modestie, j'ai difficile de te répondre, parce que on, parce que je suis modeste, mais, de, je crois que oui, on peut dire que ça a quand même fait bouger les choses. Parce que sinon alors, si j'avais l'impression que ça ne bougerait, que ça ne ferait pas bouger les choses, y aurait, y aurait pas non plus un intérêt, y aurait pas un intérêt de nous faire venir et y aurait pas un intérêt de nous remercier après en disant vraiment, vous avez... parce que euh lutter contre les tabous c'est, c'est défoncer une porte ouverte hein. Les gens savent que c'est tabou ils savent pourquoi c'est tabou, c'est juste devoir mettre les mots et expliquer, expliquer les choses. Mais je pense, je pense que honnêtement oui on fait bouger les choses, je peux te le dire sans fausse modestie vraiment.

DC : Oui, y a dix ans on aurait pas fait ces animations là je pense.

VM : Ça n'aurait pas été accepté, je pense que non. Mais tu as, tu es au sein d'une même école, tu peux avoir deux classes où une ça se passe nickel parce qu'il y a pas de problèmes, une ou y va rien se passer, c'est neutre parce que personne osera ouvrir euh, le débat, et des classes où ça va pas bien se passer du tout, y a un réel mal être, et le réel mal être via les élèves ça se passe qu'ils foutent le bordel en classe quoi. C'est tout, c'est ça, c'est une gêne pour venir mettre si tu veux un couvercle sur ce qu'ils n'ont pas envie d'entendre, c'est ça tu vois.

DC : Oui ok. Ben écoutez, je pense que notre échange a été déjà très très riche, et euh je vous remercie. Avant qu'on clôture, est ce que vous avez quelque chose que vous voulez ajouter, quelque chose dont vous voulez me parler ?

VM : Non, je voulais juste euh, je ne sais pas si euh ton étude porte sur les écoles WBE dans l'ensemble ou celles qui ont participé à Liège uniquement ?

DC : Euh ben je vais essayer de me renseigner sur un peu toutes les écoles pilotes pour avec des retours euh des élèves de toutes les écoles. Je suis plus dans une approche quali donc il va falloir que je fasse un choix au bout d'un moment mais je vais essayer de pas me cantonner à Liège pour que ça soit quand même un peu plus euh divers et riche.

VM : Ca j'allais te dire parce que parfois tu vas vraiment avoir euh, c'est tu vois je te posais la question parce que moi, parce que nous je prends l'exemple de Bruzelle évidemment j'étais à, j'étais à Bruxelles mais on s'est dit que c'était important d'avoir des antennes régionales si sont elles-mêmes euh, prises en charge par des bénévoles du coin si tu veux, parce que chaque, chaque antenne chaque province a sa spécificité et donc tu, tu pourrais être passablement étonnée de ce qu'on te dit par exemple sur les écoles sur Liège, que celles dans le Hainaut, tu te dirais « ben ça n'a rien à voir » ou dans le Namurois, et c'est assez intéressant de, de déjà de challenger dire pourquoi est-ce que c'est différent, ou pourquoi c'est semblable aussi, mais c'est assez intéressant mais tu verras parce que nous on se rend compte que ça ne fonctionne pas du tout de la même façon en, dans nos différentes, dans nos différentes antennes régionales. C'est pas pareil en Flandre qu'en Wallonie mais bon ça c'est vrai qu'on, pour d'autres raisons, mais c'est pas pareil par exemple on a une antenne à Liège, on a une à Ath, on est en train d'en développer une du côté de Tournai, on a une dans le Brabant Wallon, et les retours même si y a un tronc commun qui est semblable quand tu rentres dans les, la finesse du truc, c'est parfois très très différent. Donc c'est très intéressant si tu peux mener plutôt ton, ta recherche et ton étude sur plusieurs écoles, euh tu pourras pas tout faire évidemment mais prendre quand même quelques écoles des PO WBE dans, dans différents endroits en tout cas.

DC : Ben merci du conseil, je le suivrai. Euh... est ce que vous avez d'autres personnes à me recommander qui sont pour vous des personnes ressources sur le sujet à part euh Mme G dont j'ai déjà le contact.

VM : ....

DC : Si vous avez personne euh c'est pas grave hein.

VM : Non de nouveau en toute modestie euh, Bruzelle est la, est la seule ASBL en Belgique qui lutte contre la précarité menstruelle et qui fait de la sensibilisation comme nous on le fait en, en termes de santé et de précarité menstruelle, donc je veux dire je n'ai pas vraiment quelqu'un vers qui te renvoyer.

DC : D'accord ça va.

VM : Euh... Non, par contre tu pourrais peut-être avoir des lectures, par exemple je sais que le CFFB donc le Conseil des Femmes francophones a fait une euh, a fait un travail en, donc nous

avaient sollicités pas trop mais un peu sur la précarité menstruelle la tu vas surtout pas trouver aussi forcément des, des jeunes, mais tu vas trouver une idée globale de la précarité menstruelle, ce qui se fait sur euh... sur Bruxelles et la Wallonie, puisque c'est euh, c'est couvert par euh, c'est Bruxelles et la Wallonie, euh...

DC : Oui, je connais bien le CFFB, j'ai travaillé pour eux en fait.

VM : Ah ben voilà! Euh... J'avais un, j'avais lu y a pas très longtemps un travail aussi, justement quelqu'un de l'ULG aussi qui avait travaillé sur la précarité menstruelle.

DC : Oui, je l'ai trouvé dans la base de données des mémoires de l'Université de Liège.

VM : Ok, donc y a ça aussi, il était quand même pas mal rédigé aussi j'ai quand même bien aimé je le trouvais intéressant, et sinon tu peux simplement aussi te renseigner euh, mais bon de nouveau c'est pas pour les jeunes mais tu peux te renseigner euh auprès de, par exemple de maisons médicales, simplement la maison médicale que tu fréquentes si tu en fréquentes une, tu peux te renseigner auprès du euh, du planning familial de ton université aussi, je suis sûre qu'ils ont déjà rencontré des élèves à l'ULG qui sont euh, qui sont dans la précarité menstruelle, on en a distribué euh des quantités astronomiques de trousse à l'ULG, euh via le, via le COMAC euh... D'ailleurs euh un des slogans de Bruzelle c'est je mange ou je saigne et ça devient une ça vient d'une des étudiantes de l'ULG, que j'ai gardée euh, qui m'a beaucoup touchée et que je garde et je le replace chaque fois que je peux parce que c'est vraiment ça. Euh, voilà et peut-être simplement, je sais pas dans, dans quelle mesure tu dois aller dans quel timing tu dois rendre ton travail mais, peut être en discuter entre vous, entre étudiantes aussi. Mais voilà.

DC : Oui, ben.

VM : Tu pourrais avoir des pensées intéressantes. C'est moins formel que des études évidemment mais finalement quand tu regardes, des études sur la précarité menstruelle y en a pas beaucoup hein. Ben y en a pas en Belgique.

DC : Non surtout on en parle beaucoup dans les PVD mais dans les pays industrialisés on fait comme si ce n'était pas un problème.

VM : C'est ça, alors que ça en est un, je t'assure hein euh, en question de santé mentale, euh de santé euh, santé globale je veux dire, mais non le problème en Belgique, je sais pas euh

ailleurs partout mais le problème en Belgique c'est que le... il faut focaliser, il faut vraiment expliquer au politique que la santé menstruelle, la précarité menstruelle ça doit se gérer de façon holistique. Tu peux pas dire « ah moi je suis politique je mets de l'argent sur la table pour acheter des produits menstruels, distribuez les gratuitement comme ça on couvre la précarité menstruelle », mais gérer la santé menstruelle de façon holistique, c'est beaucoup plus que juste distribuer des produits menstruels, ça c'est le plus facile du truc, tu vois?

DC : Oui, à quoi ça sert de distribuer des serviettes hygiéniques si on a pas de toilettes ou pas de poubelles dans les toilettes.

VM : Pas de toilettes, pas de toilettes qui fonctionnent, pas de toilettes qui ferment, pas de, d'éducation à la santé menstruelle, à l'hygiène menstruelle, tu vois, ça c'est vraiment quelque chose que moi je me dis pour en avant je dis ok c'est bien parce que en 2016 quand j'ai fondé Bruzelle y avait même pas, donc on peut pas dire, je dis les politiques on peut souvent les critiquer, mais je dois dire qu'il y a quand même ces deux grosses actions via le fédéral et le régional, ça a été fait, ça a été dit et ça a été fait, on peut pas revenir là-dessus et vraiment c'est, c'est une bonne idée, mais ce ne sont quelque part entre guillemets « que » de la distribution tu vois?

DC : Oui, il faut un travail plus global.

VM : Mais vraiment, et en plus malgré tout ce qui est fou c'est que malgré tout, chez Bruzelle ça n'a pas empêché qu'on a continué à distribuer, et parfois plus ! Donc ça veut bien dire que y a des, y a des couches, y a des cases qui ne sont pas, qui n'ont pas accès à ces mannes de produits menstruels tu vois? donc là y a vraiment un souci. Et à côté de ça par exemple, tu parlais justement de PVD, c'est très contradictoire aussi, parce que, on est très souvent sollicités par les pays d'Afrique, d'Afrique subsaharienne pour qu'on forme des personnes à des produits menstruels réutilisables parce que ça on fait aussi tu vois on fait des ateliers couture pour coudre le petit pochon mais aussi pour apprendre à coudre ta propre serviette menstruelle lavable ou pour customiser ta culotte classique on va dire en culotte menstruelle mais en contrepartie on leur dit, évidemment que c'est intéressant parce que c'est des personnes qui n'ont pas les moyens d'acheter des produits menstruels, mais c'est aussi des personnes qui n'ont pas accès à l'eau ! Et attention parce que si tu dois donner des produits menstruels qui doivent être lavés, entretenus dans de bonnes conditions euh et que tu leur

dit ok à un moment donné on va vous donner la connaissance pour pouvoir créer vous-mêmes vos serviettes menstruelles...

(coupure de WIFI)

DC : Oula je ne vous entendis plus. Allo allo...

VM : Sans accès à l'eau tu vois ?

DC : Ah voilà.

VM : Tu vois ce que je veux dire ?

DC : Oui, je vous ai perdue un instant mais je vous ai retrouvée.

VM : Pas de soucis, donc ce que je veux dire c'est que, dans les PVD, y a un gros problème de précarité menstruelle, on en est bien, et de santé menstruelle sûrement, mais ce qu'il y a c'est que on peut leur donner des conseils, des bonnes pratiques pour les créer pour les entretenir mais souvent ces personnes n'ont pas accès à l'eau.

DC : Mais en fait j'ai l'impression qu'on limite le terme précarité menstruelle à l'accès aux produits d'hygiène menstruelle mais que ça devrait aussi englober tous les besoins qui entourent euh les règles. Le fait d'avoir euh l'accès à l'eau, d'avoir les connaissances...

VM : Bien sûr, et sans parler des pays d'Afrique ni de, d'un pays qu'on ne sait pas citer enfin situer sur le mappemonde, je veux dire, rien qu'à Bruxelles par exemple, Bruxelles c'est une « ville sèche », je veux dire, ça veut dire que tous les endroits pour les personnes sans chez soi qui ont besoin d'un accès à l'eau courante, c'est pas évident, donc la précarité menstruelle elle est souvent accompagnée de précarité hydrique, que ce soit à Bruxelles ou que ce soit à Tombouctou ou au Mali ou, que sais je, euh, c'est elles sont souvent liées en fait hein, parce que nous par exemple on distribue énormément dans les squats, ok les personnes ont un toit sur leur tête dans un squat, mais elles n'ont pas forcément accès à l'eau, ou pas toujours, ou de temps en temps, tu vois ? Et donc ces personnes là elles nous disent « ah oui on aimerait bien des produits réutilisables parce que ça nous intéresse, ce qui nous enlève une charge mentale et une charge financière de les acheter tous les mois », mais parfois on a pas l'accès à l'eau pour pouvoir bien, bien euh laver pour pouvoir s'en servir par la suite. L'idée, ce que j'essaie de te faire comprendre, c'est de, de ne pas donner un, un bon produit à une personne

qui en a besoin pour des raisons x ou y et que cette personne ait pas les moyens de bien entretenir ce produit, du coup elle pourrait mal l'utiliser et in fine lui créer des infections ou pire encore tu vois ce que je veux dire ?

DC : Oui c'est vraiment le dicton il faut apprendre à l'homme à pécher et pas lui donner un poisson quoi.

VM : Exact, exactement. Donc t'as des personnes pour qui les serviettes menstruelles lavables, les cups, les tout ce que tu veux ça va aller nickel parce que tu vois elles ont de l'eau, elles ont, elles ont du matériel pour l'entretenir pas de problèmes, et t'as d'autres personnes qui la solution de, de réutilisable serait intéressante parce qu'elles n'ont pas les moyens financiers nécessaires, mais souvent parce qu'elles n'ont pas les moyens financiers nécessaires elles n'ont pas accès à tout le reste non plus. Du coup les produits menstruels lavables sont pires que bien, tu vois ce que je veux dire ?

DC : Oui je vois ce que vous voulez dire.

VM : Et ça, tu n'entends ça dans aucun débat. La charge mentale des produits menstruels réutilisables et lavables, que tu sois dans la précarité ou pas dans la précarité, personne n'en parle. Alors évidemment ici, j'ai tout le côté politique, écolo ado, donc tu fais ce que tu veux de cette information, mais la réalité c'est celle-là.

DC : Ben merci, merci beaucoup. Pour votre franchise.

VM : Mais, oui, mais parce que nous on rencontre, on rencontre tout le temps, c'est quelque chose qu'on rencontre en permanence, vraiment.

DC : c'est important de toute façon d'être euh, d'être honnête par rapport à ces sujets.

VM : Oui, mais tu vois par exemple je vais aller euh, je vais aller parler dans une conférence, j'ai été invitée au parlement européen y a pas très longtemps euh par les verts européens, ben je l'ai dit, ça a été moyennement bien accepté évidemment.

DC : Oui c'est des réalités qu'on a pas envie d'entendre.

VM : Oui, ça et puis pour elles c'est que « puisque vous travaillez avec des gens dans la précarité menstruelle, proposez leur des produits lavables et réutilisables comme ça elles ne doivent pas racheter des produits chaque fois et du coup ça, ça répond à cette précarité

financière » tu vois ? mais je dis oui, mais ça c'est une vue euh biaisée, ces personnes là qui sont précaires elles n'ont pas accès à l'eau, elles n'ont peut-être pas un toit et ça elles, c'est, ça percute pas quoi hein.

DC : Oui, c'est compliqué, c'est compliqué de faire percoler euh cette, ce problème là euh à l'agenda politique.

VM : Et quand tu es dans euh, c'est quand tu es sur le terrain que tu te rends compte de ça hein.

DC : Oui.

VM : Parce que si tu te, si tu te bases à la réflexion de base, ben oui t'as un problème financier, comment se règle le problème financer tu fournis des produits réutilisables et normalement ça devrait fonctionner, mais c'est pas comme ça. Ça serait bien, mais sans compter qu'en plus y a des personnes, en plus la cup, un moment donné euh, en, vers 2018 2019, c'était la cup pour tout le monde. Y a des personnes qui ne veulent pas, qui ne peuvent pas, qui ne souhaitent pas utiliser une cup, c'est pas la solution à tout non plus.

DC : Oui, il faut aussi que les personnes gardent le, le choix des produits menstruels qu'elles utilisent.

VM : Bien sûr, et c'est le contrôle de ton corps, c'est le consentement, regarde tout à l'heure on parlait de tabou, dans les écoles par exemple la question qui nous revient pratiquement pas à chaque session, mais très souvent au moins une fois par semaine c'est « est ce que je suis obligée d'avoir un rapport sexuel pendant mes règles ». Et je leur dis « vous n'êtes jamais obligées d'avoir un rapport sexuel ». Vos règles ou pas vos règles, tu vois ça c'est une question qui sort hors contexte de Règle de trois, mais je peux pas ne pas répondre à ça.

DC : Oui ben évidemment, c'est un enjeu trop important.

VM : Oui, puis évidemment on vient dans le, le dans la, on revient dans la dans, dans le sujet de notre réunion mais je veux dire par exemple tu as toutes les questions qui viennent lors des sessions de Règle de trois on parle surtout des règles, et des, parfois y a des questions sur les rapports non protégés mais tu vois tout de suite, des questions sur l'épilation, euh les questions sur le, le consentement, et pas que les filles les mecs aussi hein, et c'est là que tu vois que les jeunes sont très vite amenés à voir de la pornographie par exemple. Y a une

question de, euh d'endurance, de je sais pas comment est-ce qu'on peut appeler ça, et les garçons disent parfois, nous vraiment ça nous fait un peu peur parce que on, euh, on est pas sûrs qu'on est capables de, de tenir le coup comme ce qu'on peut voir, mais parfois t'as des jeunes déjà en première humanité avec ces questions là hein, ou les filles qui nous disent « nous on voit des films avec les filles entièrement épilées est ce qu'on doit s'épiler ? » Non, non, non vous n'êtes pas obligés, faites ce que vous voulez c'est votre corps il vous appartient. Tu vois et ça, ici on sort du cadre avec l'histoire des poils mais l'histoire du consentement à un rapport sexuel avec les règles, c'est quelque chose qui revient très souvent. Alors, leur crainte c'est d'être rejetées par euh, par leur compagnon si jamais elles refusent tu vois ?

DC : Oui on est dans un enjeu plus large euh de, c'est de l'EVRAS quoi.

VM : C'est ça, c'est ça. Je te parle avec des mots du terrain, mais tu retraduis mais c'est tout à fait ça. Je devrais moi aussi d'ailleurs, euh, j'aurais dû enregistrer aussi pour renoter deux trois de tes phrases parce que je suis contente que tu comprennes ce que je veux te dire mais euh, mais les règles et le consentement ça va de pair, on va devoir faire quelque chose sur le consentement parce que ça revient à chaque fois. Les profs de gym qui conseillent entre guillemets d'utiliser un tampon pendant les cours de piscine, ça passe pas. Personne ne peut t'obliger à utiliser un produit que tu n'as pas envie, tu vois ? Alors elles me disent « mais alors on se ramasse un zéro ». Ben oui. Mais ça c'est pas juste.

DC : Oui non, c'est pas du tout normal. Et vous voyez à terme le, les animations... Règle de trois rentrer plus largement dans les animations EVRAS ?

VM : Ben nous on est déjà labellisés EVRAS hein par la FWB on est labellisés EVRAS en jeunesse. En EVRAS jeunesse, donc on est labellisés, je ne sais pas, je ne connais pas comment fonctionne l'EVRAS j'ai l'impression qu'elles ont déjà beaucoup de boulot euh donc je sais pas, l'idée de Règle de trois n'est pas de rentrer dans une session EVRAS.

DC : D'accord.

VM : Moi je crois que, que Règle de trois, ce qui est intéressant c'est que soit avant soit après une animation EVRAS, si y a un intérêt pour les règles, que Bruzelle viennent compléter plutôt, plutôt ça. Parce que, parce que EVRAS c'est vraiment plus élargi, mais par exemple qu'on va d'abord faire un spot sur le consentement dans Règle de trois il va falloir. Maintenant on est pas encore prêts mais un moment donné je pense qu'à la rentrée scolaire il va falloir se

remettre autour d'une table, qu'on reconsulte des jeunes, pour créer peut être un autre module, qu'on va appeler module consentement pour pas réinventer la roue, parce que en tout cas euh ce qu'on va faire à la rentrée c'est qu'on va continuer à faire des sessions Règle de trois, et c'est ce qu'on fait maintenant tu vois on liste toutes les questions qui ne sont pas vraiment reprises dans Règle de trois et un moment donné on va toutes les lister et se dire « ah oui consentement ça revient souvent, questions sur l'endométriose ça revient souvent » tu vois, et peut être refaire un module, un autre module je sais pas comment on l'appellera mais qui pourrait reprendre ces questions qui reviennent souvent tu vois aussi? Mais, le module, c'est vivant si tu veux, rien n'est arrêté.

DC : Évidemment (pause). Ben écoutez moi je... moi j'ai posé toutes mes questions, vous m'avez donné énormément d'infos c'était trop chouette, c'était très riche merci beaucoup, si vous n'avez rien à ajouter euh, pour moi on peut en rester là pour aujourd'hui.

VM : Si jamais quand tu mets tes notes tu vois des trucs qui sont pas clairs ou pas cohérents, n'hésite pas euh à me, à me contacter euh, parce que je préfère évidemment que tout soit bien clair dans ce que tu vas écrire, parce que évidemment c'est ton travail mais c'est aussi, la visibilité de Bruzelle évidemment.

DC : Évidemment, c'est logique.

VM : Je ne demande pas à voir ton travail hein je dis juste que si t'as des trucs, quand tu relis si tu te dis ben ça j'ai pas bien compris ou elle m'a pas bien expliqué, si toi ça ne te semble pas cohérent, n'hésite pas à revenir vers moi et on passe en revue ce que a pas été compris.

DC : Si jamais vous êtes intéressée je pourrais aussi, mais de toute façon mon mémoire c'est l'année prochaine donc j'ai encore le temps mais si jamais vous êtes intéressée je pourrais aussi euh vous le transmettre sans problèmes hein.

VM : Ah oui je suis intéressée, ça serait super vraiment.

DC : Et donc n'hésitez pas à m'envoyer par mail les documents dont vous m'avez parlé.

VM : Oui, je t'enverrai euh, mais probablement lundi.

DC : Sans soucis.

## Annexe 5 : Guide d'entretien et retranscription de l'entretien avec Delphine Gérard

### A) Guide d'entretien

1. Pouvez-vous vous présenter ainsi que votre poste au sein de WBE ?
2. Parlez-moi des débuts du projet Sang Stress : comment a t'il démarré, qui a initié le projet ?
  - 2.1 Quand l'hygiène menstruelle est-elle devenue une priorité de WBE ? Quels éléments l'ont poussé en tant que priorité à l'agenda ?
  - 2.2 Dans quelle mesure pensez-vous que le contexte général de « libération de la parole » autour des règles a joué un rôle dans la mise en place de ce projet ?
3. Comment le projet se déploie t'il actuellement ?
4. Comment fonctionne le partenariat avec l'ASBL Bruzelle ?
  - 4.1 Pourquoi a-t-elle été choisie ?
  - 4.2 Sa base bruxelloise entraîne t'elle des complications institutionnelles pour le fonctionnement en Wallonie ?
5. Êtes-vous en partenariat avec d'autres organismes, publics, privés ou associatifs ? Lesquels ? Comment fonctionnent ces partenariats ? (Je pense notamment à l'ONE).
6. Votre site internet mentionne la possibilité d'une évaluation du programme par un questionnaire auprès des bénéficiaires. Ce travail a t'il déjà été réalisé ?
  - 6.1 Si oui, quels en sont les résultats généraux ?
  - 6.2 Si non, quels éléments ont empêché ce travail d'évaluation ?
7. Que pensez-vous de la possibilité d'un travail d'évaluation qualitatif sur l'impact de santé publique du projet Sang Stress ?
8. Une remarque, une question ?

### B) Retranscription de l'entretien

DC : Donc euh, voilà, je vais quand même un peu me présenter et présenter mon projet, donc je m'appelle Dana Corthouts, je suis actuellement étudiante en master 1 euh, de santé

publique donc j'ai un parcours un peu particulier, j'ai d'abord fait mes cinq années de science po, donc mon bachelier mon master, et je fais la santé publique pour euh vraiment compléter euh, compléter ma formation parce que j'ai vraiment envie de travailler en santé et je pense que ça fait du sens avec la science politique. Et donc euh, je suis très intéressée par tout ce qui est promotion de la santé à l'école, santé des jeunes, santé des jeunes femmes aussi, j'ai rendu un mémoire l'année passée sur euh la vaccination contre le papillomavirus, donc voilà le, le, le cadre promotion de santé à l'école m'a toujours intéressée, et euh, j'ai vu votre projet Sang Stress et je me suis dit « oh tiens, est ce qu'il y aurait quelque chose à, à creuser pour un mémoire, notamment peut être au niveau d'une, une évaluation d'impact sur la santé publique que peut avoir ce genre d'initiative ». Donc euh d'abord j'aurai peut-être bien voulu que vous vous présentiez, et, votre fonction au sein de Wallonie-Bruxelles enseignement.

DG : Ok. Donc euh moi je suis Delphine Gérard, et euh je suis cheffe de projet euh, donc au sein de la DGSI, donc c'est la direction générale stratégie et innovation, qui euh, coordonne des, différents projets qui soient à destination des écoles ou en support au sein de nos services administratifs etc. fin des projets euh divers et variés, et Sang Stress fait partie d'un de mes projets, eumhhh, voilà ici on arrive en fin de phase projet parce qu'on a tout finalisé et c'est un service qu'on va mettre à disposition de nos écoles, donc c'est, c'est l'enseignement officiel uniquement euh, donc en général c'est tout ce qui est athénée, mais on a aussi de l'enseignement supérieur, et euh des écoles artistiques, l'enseignement de promotion sociale, et on a des centres PMS aussi donc c'est vraiment une grosse grosse euh machine on a euh 30000 membres du personnel et 200000 élèves potentiellement euh, qui pourraient être touchés par le projet. Eumhh voilà j'avance peut-être un peu par rapport à votre question (rires).

DC : Pas de soucis, à votre aise (rires). Euh j'aurais bien voulu que vous me parliez du projet, comment il a débuté, et qui a initié ce projet.

DG : Alors c'est euh, ben un projet qui répond à un besoin de terrain, parce que donc les, les choses évidemment se faisaient déjà avant que on ait l'idée, mettre à disposition des protections, c'est à dire qu'on a tous connu l'éducateur ou quoi ou euh, ou l'infirmier que sais je donc qui avait un paquet de protections dans son bureau et il fallait aller demander au cas où machin fin la personne qui osait. Donc il y avait déjà euh quelque chose qui se faisait comme pour d'autres, allez d'autres apponts qui ne sont pas nécessairement toujours le rôle

premier de l'école mais en tout cas ils s'organisaient face à leur réalité, et euh y a pas mal de, donc en tout cas au niveau de certains pays à l'étranger donc on a entendu euh l'Ecosse notamment qui euh a mis en place en fait ses produits euh, gratuitement, donc qui sont accessibles gratuitement à l'ensemble de la population. Et en France euh, ça c'était dans le milieu scolaire, donc ils avaient déjà développé ça a plus grande échelle, euh et en Belgique ben on a commencé à en parler au niveau politique en fait hein donc euh c'est devenu un sujet qui a été abordé euh au sein ben euh eumhh du Parlement de la Fédération Wallonie-Bruxelles mais également le parlement de Wallonie au niveau de, de la santé en tout cas je sais cette partie là euh, et eumh et donc voilà. Euh, donc euh WBE a décidé, donc de, de mettre ça dans son contrat de gestion. Donc un contrat de gestion donc on est une, eumh, on est un service public autonome donc on rend, on doit rendre des comptes, au gouvernement et donc on a vraiment une feuille de route hein donc toute une série de, de choses à mettre en place eumh, que ce soit pour nos élèves ou de se structurer au niveau de notre administration, et donc ça s'appelle un contrat de gestion et dans le contrat de gestion y avait tel quel en fait « mettre en place un projet pilote de mise à disposition gratuite de protections menstruelles ». Et donc à partir de ça, mais donc y avait pas grand chose d'autre qui était indiqué, euuh, on a, on a pensé avec toute une équipe projet hein donc différents profils, à se dire mais tiens voilà, qu'est-ce que finalement, comment répondre au mieux à la demande ? Donc on a d'abord rencontré évidemment des, des experts euh de, de, du, du secteur euh qui sont pas nombreux en fait y a une ASBL (rires). Bruxelles, euh, on, on, on a cherché pour voir pour avoir d'autres avis mais en fait on a trouvé qu'eux, et à leur connaissance ils sont les seuls, donc euh qui couvrent maintenant en fait toute la Belgique vu qu'ils sont euh, développés également hein en Flandre et donc eux c'est parti d'un constat donc euh, plus, plus loin que l'enseignement, que les écoles, c'est euh, vraiment, la, la femme en général, et surtout la femme qui est précarisée voire qui vit dans la rue. Donc c'était vraiment ça la, la première démarche, de se dire comment, comment elles font, et de là euh voilà y a tout euh, tout un système de bénévoles qui a, qui a été mis en place, de mise à disposition de protections donc d'abord pour les femmes dans la rue. Et très vite, euh, ben ils ont demandé pour avoir des budgets parce qu'ils ont vu que la demande était énorme, et là ça a commencé un peu à percoler et ils se sont rendus compte que, euh, parfois c'était des très jeunes femmes qui ne vivaient pas nécessairement dans la rue, mais qui euh, voilà faisaient passer cet aspect là en second plan et donc avaient recours à des euh systèmes D quoi, mais parfois vraiment très interpellant

hein donc euh, du papier journal euh des choses comme ça. On pensait que c'était euh assez anecdotique euh donc on a voulu voir dans nos écoles comment, comment ça se passait, et donc on a, développé le, le projet d'abord dans 5 établissements parce qu'on, on naviguait vraiment en eaux troubles, on ne savait pas du tout combien ça allait nous coûter fin on était vraiment partis de rien, euh... donc on a dû contacter des sociétés françaises parce qu'en belgique en fait les sociétés euh qui vous livrent, parce que logiquement ben on s'est dit ben celles qui livrent du papier WC et des sacs hygiéniques ben j'imagine qu'elles vont livrer des protections ben pas du tout en Belgique ça n'existe pas encore.

DC : (Rires) Voilà.

DG : Donc ça c'était, ben oui ça c'était déjà très interpellant. Donc en parlant à ces représentants des sociétés, ils ont dit « mais voilà, en appoint une femme consommerait », donc en appoint donc euh que ce soit euh, au travail, fin donc tout ce qu'elle oublie de prendre et ce qu'elle aurait besoin c'est 4 protections par mois par jeune fille, donc évidemment ça ne, par personne menstruée parce que voilà, attention à euh, aux termes utilisés, eumh, donc on est parti sur, on s'est dit « ok on va partir sur cette euh estimation là », et puis donc on a lancé euh, euh eumh donc euh un appel aux écoles qui voulaient euh, euh ben euh être pilotes en disant, en, en annonçant clairement les choses c'est que tout était à tester quoi hein donc il fallait être euh, voilà qu'ils allaient essuyer des plâtres parce que tout était à tester, aussi bien donc au niveau euh ben de l'approvisionnement, des quantités, de la localisation du distributeur, du type de protections mises à disposition, et donc ce qui était important c'est d'évaluer évidemment ce qu'on était entrain de faire. Et donc c'est là que au premier constat donc on interroge évidemment les élèves de façon tout à fait anonyme mais donc on a leur âge et leur sexe, et euh là euh on s'est vraiment rendu compte qu'il y avait une méconnaissance sur le sujet, ce que, ce que sont les règles. Euh... pas de, très peu de place pour savoir où on en parle. Finalement euh ben euh, oui donc à la maison euh, à l'école et tout en fait on se rend compte que pour beaucoup de, si on en parle pas à l'école ben ils savent pas où en parler. Tout le monde n'ose pas parler à son groupe d'amis donc les, les constats étaient quand même un peu eumh effrayants à ce niveau là de se dire que finalement y avait une grande solitude par rapport à ce sujet avec des conséquences parfois euh, euh graves, donc on a eu une école donc où y a eu des témoignages, donc du papier journal et des choses comme ça, là je me dis c'est, c'est juste pas possible c'est dangereux pour la santé. Eumh, et

puis on, on a eu aussi donc euh des euh, plus de, de souffrance eumh, qu'on nous a appris finalement à accepter les règles ça fait mal et c'est comme ça. Ben, oui et non, c'est à dire qu'il y a jusqu'à un certain point, et donc y a des jeunes filles qui finalement ont eu recours à des systèmes D et se sont brûlées, alors que elles avaient l'endométriose quoi. Donc c'est vraiment informer pour dire euh, dans dans dans certains milieux, et puis on est étonnés euh qu'en fait euh c'est c'est un sujet encore fort tabou donc c'est pas lié spécialement à la précarité mais dans certains milieux on en parle pas, et donc euh avec tous les risques que cela comporte. Et donc ça, on s'est vraiment pris ça en pleine tête parce que euh c'est très très prégnant. Euh donc ça a donné du sens au projet, évidemment ben euh tout le monde était du coup d'autant plus motivés, donc euh le projet déjà à la base motivait les équipes parce qu'on, en fait on prend tous conscience qu'on se dit « ben c'est dingue, c'est on est, on constitue quand même la moitié de la population, y a du papier WC partout, par contre euh nous euh, si on a un souci euh on doit se débrouiller dans son coin et limite hein pas trop le montrer parce que bon hein »

DC : Oui, restons cachés.

DG : Oui oui, évidemment, donc on doit, on doit se cacher et tout et c'est vrai que ça a éveillé aussi au sein de, ben de voilà des, et même des, des hommes en fait hein qui se sont dit mais c'est vrai en fait c'est, ce n'est pas, c'est pas normal. Et donc y a vraiment eu je dirais une une, une... ça faisait l'unanimité en fait ce projet et donc ça a été assez facile à mener en place au niveau en tout cas de on travaillait tous dans le même sens, donc ça, ça c'était vraiment positif. Donc dans les écoles, ça s'est très très bien passé. Euh... la crainte première des directions évidemment parce qu'il a fallu chaque fois les rencontrer, les sensibiliser au projet, voir euh ou pouvaient se situer les risques etcetera et tous chaque fois avaient peur de, du vandalisme en fait, de retrouver euh des serviettes scotchées au mur et des machins comme ça. Et c'est grâce à Bruxelles qui nous a dit écoutez euh non quand on forme et qu'on informe, il faut informer. Quand on fait quelque chose pour quelqu'un il se rend compte de euh, là, l'importance etcetera du respect du dispositif etcetera. Et on leur a fait confiance, on a essayé de convaincre aussi les directions, eh ben il se fait qu'ils ont raison. On a eu aucun souci, maintenant on est à 27 écoles et rien, rien rien. Et des écoles vraiment de, de tout type d'enseignement, de tout type euh de, d'élèves euh, de tout type d'in, d'indice socio-économique, fin c'est vraiment, très très diversifié, et on a eu aucun problème nulle part. C'est

même plutôt assez bien accueilli, surtout par les élèves, aussi bien filles que garçons. Après la sensibilisation y a pu euh y avoir des moment gênants, parce que voilà je pense que quand on sensibilise des élèves en première secondaire, deuxième, troisième...

DC : Oui.

DG : Ben, alors euh voilà, c'est, c'est pas facile et je me mets à leur place, j'aurai réagi pareil c'est pas toujours euh, évident, mais en général ça se passe très bien et en tout cas ils ont l'info et ils savent que même si ils ont pas voulu en parler comme ça devant tout le monde ce que je peux comprendre, mais ils savent vers qui ils peuvent se tourner maintenant. Parce qu'on a essayé d'impliquer les CPMS d'emblée, euh, euh sans les obliger mais en disant « ben voilà euh, c'est intéressant pour vous aussi que vous soyez relai parce qu'à un moment où à un autre vous allez peut être avoir des élèves qui vont revenir vers vous avec des questions par rapport à ça donc sachez que, voilà ce qu'on met en place ». Euh, comme le projet a commencé, eumh, est à destination des cinquième primaire jusqu'au sixième secondaire, cinquième primaire parce qu'il y a pas mal d'études qui montrent que ça reste encore une minorité mais que les premières règles peuvent survenir vers 10 11 ans et que c'est d'autant plus euh, euh, euh

DC : Oui c'est d'autant plus isolant.

DG : Tout à fait. De se retrouver face finalement avec euh des petites filles et de se dire mais qu'est ce qui est entrain de se passer. Donc on s'est dit que c'était pas plus mal, alors évidemment il faut adapter la, la sensibilisation, euh ce qui a été fait par nos centres PMS euh, et ils ont vraiment parlé de, de la puberté et de ce qui allait se passer euh etcetera et ils ont dit "ben voilà sachez que si ça devait arriver à l'école y a un distributeur" donc les choses sont amenées évidemment différemment.

DC : Et donc à chaque fois que vous installez un distributeur y a une animation de sensibilisation auprès des élèves concernés ?

DG : Tout à fait. Alors là c'est vraiment tout ce qui fait la spécificité du projet, parce que des distributions de protection euh, y en a, c'est fait par ailleurs, et c'est très bien. Sauf qu'en fait nous les objectifs du projet c'est vraiment de travailler sur le tabou, sur la charge mentale que cela représente, et pas seulement sur l'aspect précarité en fait. Et mettre à disposition sans sensibilisation on travaille pas sur euh tout ce qui est lié au tabou, eumh et à l'information liée

à la santé et à la charge mentale parce que c'est vraiment une prise de conscience aussi bien pour la jeune fille de dire on sait, on, on comprend. Si en plus de tout le reste tu dois aussi euh évaluer tes cycles parce que si tu n'es pas euh et voilà si tu n'as pas une contraception t'as pas nécessairement des cycles réguliers donc c'est un peu prise de tête quoi donc en gros faut toujours en avoir sur toi, eh ben non en fait c'est pas fun, c'est une charge, et donc, de, de, de se dire on comprend, on le reconnaît, de le faire comprendre aussi sur des sensibilisations donc chaque fois en groupe classe aussi bien fille garçon de dire « voilà comme ça tu sais ce que c'est, euh, que c'est normal que c'est naturel, euh ben que c'est même souhaitable finalement à certains moments de notre vie d'avoir nos règles quand on veut euh des enfants ou quoi », eumh, donc euh voilà c'est plutôt un peu de démysterifier le truc, eumh, donc, donc voilà c'est, c'était euh, la sensibilisation pour nous elle était un élément important, et d'ailleurs c'est pour ça que c'est euh, on travaille beaucoup pour le moment, eumh à la mise en place du service, vu qu'il sera possible via notre site de passer commande, mais on veut qu'il y ait une sensibilisation. Peu importe laquelle, parce qu'on a vraiment laissé, euh les écoles libres de se dire « voilà c'est eux qui connaissent leur école, leur type de population », donc ils, ils mettent en place ce qu'ils veulent. Si ils ont de bonnes relations avec le CPMS, ben tant mieux faites ça. Si vous pensez que les premières ils ont déjà trop d'infos, certains nous ont dit « écoutez les premières ils n'en peuvent plus ils ne retiennent rien dans ce qu'on leur dit parce que euh c'est beaucoup trop pour eux en début d'année. On va plutôt faire ça en deuxième ». Ok c'est votre choix en fait tant qu'il y en a une. Donc la sensibilisation vraiment type animation ça prend du temps donc toute les classes ne sont pas visées, donc c'est vraiment l'école qui choisit un peu euh la cible, par contre il y a une communication euhm, qu'on a développée euh locaux et dépliants, ça par contre c'est diffusé à grande échelle dans toute l'école et y a un courrier qui est envoyé aux parents également, voilà, euh on les encourage à communiquer sur euh leurs réseaux euh donc Facebook et compagnie à mettre l'info sur leur site internet. Donc la communication de base est donnée à tout le monde, par contre la séance de sensibilisation on espère arriver à un cycle vertueux, c'est-à-dire que si tous les ans on sensibilise les deuxièmes ben évidemment que voilà...

DC : Oui au bout d'un moment tout le monde va être sensibilisé.

DG : C'est ça. Donc c'est vraiment, c'est comme ça qu'on a, envisagé les choses, parce qu'il y a une école qui avait vu grand et c'était chouette, mais en fait euh ça a été ingérable, eumh, puisqu'ils ont voulu sensibiliser euh, tout le premier degré, donc 1 - 2 - 3, mais sachant que c'était un paquebot cette école quoi donc y avait 800 élèves, euh mais donc ils se sont épuisés en fait dans les sensibilisations. Et donc là maintenant on dit euh, attention euh vaut mieux commencer petit et, et et voilà, et faire évoluer le, le truc et puis les élèves ils parlent entre eux hein.

DC : Oui.

DG : Faut pas croire (rires). Y en a un qui a eu la sensibilisation, ce que je me souviens quand moi j'allais assister aux premières pour voir un peu comment ça se passait, eumh, ben j'entendais clairement euh des élèves qui me disaient dans les couloirs « ah et vous allez venir chez nous aussi? » et je disais « je ne sais pas t'es en quelle année ? » Donc voilà c'était un peu euh l'attraction.

DC : Oui oui ils se disent entre eux quand même.

DG : Oui oui, donc euh y a de ça aussi. Et le dispositif l'école peut aussi choisir où ils le mettent. Alors ça peut sembler bizarre mais je vous assure qu'il y a toutes sortes d'approches. Eumh, les élèves eux donc quand on les a interrogés évidemment ils sont plus demandeurs pour les WC et euh, les salles de gym. Euuh, par contre l'école en général c'est euh plutôt dans les couloirs, euh et j'ai même une école qui les a mis dans les classes. Euh, donc voilà, euh et ça l'école elle choisit, et y en a par contre où ça marche vraiment bien, ils sont en... Allez euh ils parlent de ça en, en conseil en fait, ils ont un conseil des élèves euh, fin y a plein d'instances en fait qui se développent au niveau euh, des écoles et euh et donc y, y parlent de ce, de ce sujet en fait ils créent un peu leur projet. Et donc c'est ça vraiment qu'on met en place ici donc c'est un accompagnement donc un service avec donc euh sensibilisation et euh, et mise à disposition des protections, mais ils ont aussi tout un guide méthodologique, qu'on essaye de rendre euh très euh, très facile mais en fait euh, « si je dois mobiliser » euh, « qui je dois sensibiliser », « quelle personne mettre autour de la table », « à quoi je dois penser » enfin toutes des choses comme ça, et donc c'est à ça pour le moment qu'on travaille et ça sera prêt pour la rentrée.

DC : Oui donc ce guide là il est pas encore euh terminé ?

DG : Mais euh en fait il faut... La rédaction si mais maintenant il faut que, il faut tout mettre joli quoi, faut tout euh...

DC : Oui, mettre en page. Et donc il sera prêt pour que le projet se, s'étende à toutes les écoles maintenant ?

DG : Tout à fait. Oui, oui oui.

DC : Ok, ça va. Et vous ?

DG (interrompt) Et alors y a aussi... Oui ?

DC : Non non allez-y, allez-y.

DG : Y a le problème du financement aussi euh, pour le moment. C'est à dire que euh, fin, notre, euh, donc on est un pouvoir organisateur donc qui a décidé de prendre en charge évidemment le projet pilote, et y a eu euh, ils ont débloqué un peu de financement pour euh, euh supporter encore 20 écoles cette année. Mais par contre euh voilà, pour que le projet perdure ben, je je ne suis pas sûre que ce sera encore euh nous, WBE qui va continuer euh à payer donc c'est possible que ce soit sur fonds propres. Après au niveau euh du gouvernement de la fédération ben ils, ils en parlent en fait de débloquer euh, du financement pour ça. Vu la conjoncture économique, j'avoue que voilà j'ai un doute, mais, donc ça c'est un élément important quand même du projet, puisque pour une école moyenne, on est, ça représente un budget entre 2000 et 3000€ par an.

DC : Oui, donc c'est pas négligeable vu le nombre d'écoles qu'il y a.

DG : C'est pas négligeable en fait malheureusement en fonction de l'école. Donc pour certaines écoles elles ont vraiment des financements totalement différents hein donc y a vraiment certaines écoles qui ont beaucoup de ressources et qui les gèrent comme ils les souhaitent, et puis euh, et puis y en a d'autres où c'est cata quoi ils sont vraiment limite. Donc euh voilà.

DC : Et avec le changement de majorité gouvernementale qui s'annonce vous avez pas peur que le projet soit complètement bloqué ?

DG : Ben, alors, c'est ça, c'est, on a pas eu de chance non plus parce que évidemment on est arrivés puisque...

DC : Oui niveau timing...

DG : Oui, puisque ben évidemment sur papier on est euh hyper soutenus par la ministre Désir, hyper soutenus euh par euh le Ministre Dardenne ministre du budget enfin bon ils nous soutiennent tous, du coup je me suis dit ben je vais demander un rendez-vous et donc euh je les ai vus à plusieurs reprises parce qu'ils étaient très intéressés par le projet, et euh, et par contre ben c'est sûr que ben j'ai rien eu, puisqu'il disaient « ben on est là maintenant, de toute façon on peut plus rien vous donner ».

DC : Ben oui.

DG : Et j'étais là « oui je sais » et ils m'ont dit « on va pas engager les suivants ». Après euh, les socialistes m'ont dit que, ils avaient mis ça dans leur programme. J'ai pas eu le programme en main donc je ne peux que les croire, mais donc ils avaient mis euh le financement de et ben c'est pas parce que c'est au programme que voilà ça sera forcément voté hein on sait bien comment ça marche, mais en tout cas euh y a une volonté politique de le faire et y a encore régulièrement des questions parlementaires sur le sujet, y a un mois je crois qu'il y avait encore un membre du PTB qui euh, interrogeait la ministre et qui disait « ben il en est où ce projet pilote euh est ce que vous allez débloquer des sous » mais bon à chaque fois elle botte un peu en touche parce que maintenant, ils ont demandé euh que WBE euh fasse une analyse en fait de ce que cela pourrait euh représenter comme coût total. Sachant que c'est pas vraiment notre rôle de faire ça non plus, je veux dire moi je travaille pour WBE et les écoles de WBE, je travaille pas pour toutes les écoles de la Fédération Wallonie-Bruxelles donc hein je vais pas faire leur travail à leur place.

DC : Oui c'est compliqué avec les deux réseaux. Fin les deux, les réseaux.

DG : Ah oui oui, donc y a plusieurs euh, y a plusieurs réseaux donc euh donc oui, c'est c'est compliqué évidemment, la Ministre si elle débloque du financement et c'est normal c'est pour toutes les écoles, donc ça, où alors en fonction de l'indice socio-économique comme ils font pour d'autres, pour euh d'autres dispositifs quoi, je pense aux, aux cantines scolaires, euh, les les repas gratuits c'est en fonction de l'indice socio-économique, donc voilà ca je me dis que c'est sans doute euh, envisageable, alors y avait quelque chose qui est entrain de se... de s'organiser aussi, c'est la Ministre Linard qui s'est engagée, et donc qui a un bureau de

consultance BDO qui travaille dessus, à estimer les besoins eumh dans, alors dans tous les services, dans tous les lieux relevant de la compétence de la Fédération Wallonie-Bruxelles. Donc évidemment, oui donc en fait on a l'enseignement, on a des infrastructures sportives hein euh genre ADEPS et compagnie il me semble, donc je ne sais pas tout mais il y a des lieux culturels je crois aussi enfin j'imagine qu'ils ont fait une liste et donc eux leur, le travail qu'ils mènent pour le moment c'est ça. Donc à mon avis on aura une estimation euh...

DC : Oui en sachant que ça coince déjà au niveau du budget pour toutes les écoles...

DG : Tout à fait. Mais en fait elle s'est engagée à ça euh, je, je, elle s'est engagée à ça auprès de ce... de, de son gouvernement hein donc des autres euh de ses collègues, et donc elle mène le truc mais donc en fin de législature donc ce sera pour le prochain et qu'est-ce qu'il fera de ça ? Euh, voilà fin moi dans un monde idéal j'aimerai bien, parce que je trouve ça dommage en fait de lier eumh, nous on voulait vraiment éviter de ne lier la mise à disposition que à la précarité qui est certes quelque chose fin c'est, c'est dramatique évidemment ca hein mais, ici euh le combat est au-delà quoi je veux dire on parle vraiment de tabou on est plus ici dans les droits de la femme en général dans, on, on est dans de la santé aussi fin on est, on dépasse vraiment le fait de ne pas avoir les moyens, y a pas avoir les moyens euh d'accéder à l'info. Enfin voilà ; et c'est là que nous en, que nous en sommes.

DC : D'accord, ben déjà merci pour votre réponse super complète, vous me donnez beaucoup de matériel. Donc euh, j'aurais bien voulu savoir comment fonctionne le partenariat avec Bruxelles, donc ben pourquoi elle a été choisie ça vous m'avez un peu expliqué mais, est ce que ça pose, ça a pas posé problème le fait qu'elle aie une base bruxelloise, pour agir sur le territoire de la Fédération Wallonie-Bruxelles ?

DG : Alors, oui et non. C'est à dire que c'est euh, comme tout, c'est compliqué. Eumh donc eux évidemment toutes ces euh, allez, tous tous ces freins euh hein bon, donc évidemment ils étaient, ils sont ouverts à toute collaboration quoi hein. Ils ont envie, eux ils sont là, ils se battent pour euh pour une cause quoi. Donc euh directement là, l'accueil a été super sympa, et euh, j'ai contacté en fait le, le ministère pour prendre connaissance de leur arrêté de subvention et euh du contenu en fait vu que euh eux ont été demander euh voilà à être financés par différents donc ils reçoivent des financements de différents ministres en fait. Heureusement ce type de financement eumh nous permettait de s'intégrer euh, de bénéficier

de leurs services. Donc je m'explique y avait un financement en tout cas qui venait de notre ministre du budget et qui est par ailleurs le ministre de tutelle de WBE et qui conditionné euh donc le versement était conditionné au fait justement de rendre des services euh aux...aux organismes relevant de la FWB. Et il s'avère que nous sommes un organisme autonome financé par la FWB, donc...

DC : Ça se mettait bien.

DG : Ils se sont dit, oui ça se mettait bien. Euh, ils reçoivent aussi une subvention de la loterie nationale enfin je vous passe c'est euh, un mic mac fin faut noter pour s'y retrouver parce que c'est vraiment euh, c'est complètement éclaté. Et donc, parce que là on aurait pu croire ben donc c'est Fédération Wallonie-Bruxelles, donc on a quand même le, le territoire ici et plus spécifiquement, pour un programme qui s'appelle Règle de trois. Et c'est le programme de sensibilisation dont on bénéficiait. Donc chaque fois on a coché toutes les cases. Après évidemment comme ils avaient plus l'habitude euh à l'époque de travailler sur Bruxelles vu que leur euh, ils, ils avaient déjà un point mais rien qu'avec des bénévoles en, en Wallonie, et donc c'est vrai que leur cible première était euh Bruxelles mais du coup ce qu'on a proposé c'est de prendre en charge tous leurs frais de déplacement. Parce que là ça devenait euh, ça peut paraître bête, mais le train ne va pas partout, nous on a des écoles euh jusqu'à Vielsalm et Stavelot et tout donc nous on couvre euh, on est partout, et des lieux où en fait on ne sait pas venir en transport en commun. Et donc on s'est dit ok ça on va faire une convention avec vous euh pour euh prendre en charge euh vos, vos frais de déplacement. Et ça ça a bien fonctionné aussi, parce que c'est vrai que ça pouvait représenter des montants importants. Euh, voilà.

DC : Et en fait Bruxelle venait onner son expertise, venait, venait quoi ? Visiter les écoles pour voir si c'était faisable ou venait donner des animations dans les écoles?

DG : Alors y a eu les deux donc euh ils, ils étaient demandeurs pour accompagner les équipes au préalable euh justement pour attirer l'attention vers 2 - 3 trucs « tiens est ce qu'on peut aller voir les toilettes dans quel état elles sont ? »

DC : Oui.

DG : « Tiens euh voilà euh », donc euh et, et se présenter c'est toujours mieux de, de voir et des animations. Donc c'était chaque fois ils ont proposé les deux. Un accompagnement par rapport à des questions parce que parfois, certaines personnes euh ben, nos centres PMS aussi parfois se disaient « ben écoutez j'aimerais bien aller les contacter, parce que moi j'ai l'habitude de travailler avec tel et tel outils, mais j'aimerais avoir leur avis par rapport aux outils que j'utilise » parce qu'il y a pas mal de choses qui existent quand même hein, on ne faisait pas rien avant hein nos centres PMS euh, parlaient, parlaient aussi hein de cela euh la puberté, l'adolescence, euh voilà, tout, tout ça c'était eumh, c'était des sujets déjà euh, euh abordés mais c'est vrai que voilà, y, y remettaient parfois en question euh leurs propres outils euh, voilà. Donc euh, y a vraiment eu un travail de, de conseil mais aussi vraiment purement d'animation parce qu'il y avait des écoles qui disaient « mais écoutez nous on est hyper retirés notre CPMS on le voit jamais euh on a pas de contacts avec eux parce que euh ils sont fort pris par ailleurs par d'autres tâches » on disait pas de soucis alors Bruxelles vous prend en charge totalement.

DC : Ok.

DG : Donc euh voilà, euh vraiment tout.

DC : Ok, ça va. Est-ce que vous êtes en partenariat avec euh d'autres organismes ? Je pense par exemple à l'ONE qui, peut-être pourrait avoir un rôle là dedans, est ce que vous collaborez avec eux ou ?

DG : Non, on a, donc on a toujours été ouverts à tous les contacts puisque euh, je pense que c'est important en fait qu'on parle tous euh, du, de ce sujet, mais l'ONE en particulier euh pas. Euh, l'ONE d'ailleurs, si je ne me trompe, c'est plutôt la petite enfance, non ?

DC : Mais je sais bien qu'en fait ils gèrent aussi tout ce qui est promotion de la santé à l'école, donc je me posais la question.

DG : Ouais, ouais, parce que nous donc on travaille avec nos CPMS euh, et les, et les PSE hein donc nous on a aussi euh nos propres médecins, et donc, mais alors, parce que l'ONE est aussi un organisme public autonome, on a le même statut euh que nous. Par contre on a eu des contacts avec la croix rouge qui évidemment a pas du tout le même scope d'intervention, mais c'était justement pour voir clair dans ce que nous on, on mettait en place, puisque eux font ce que les... ce que l'Etat ne, devrait faire mais ne fait pas par défaut. Et donc quand c'est géré

par l'Etat ils n'interviennent pas et donc c'était ça l'idée aussi de notre collaboration, euh « Ne tournons pas autour du pot» aussi on a vu l'ASBL, euh « en pour voir comment justement euh faire des ponts entre nos deux euh, en, entre les, les les les démarches en fait...

DC : C'est une ASBL qui se spécialise dans quoi?

DG : Alors c'est plus compliqué que ça. Eux ils bénéficient euh, de fonds de la Fondation Roi Baudouin du coup, oui c'est ça, et euh eux c'est vraiment pour sensibiliser aux sanitaires.

DC : D'accord.

DG : Parce que ça fait aussi énormément de, de dégâts en fait

DC : Oui des sanitaires de mauvaise qualité euh, c'est pas, ça ne favorise pas l'hygiène menstruelle.

DG : Non, non. Et donc euh, voilà. Et là dedans dans, nos projets se, se recoupaient vu que ben euh, voilà il fallait une certaine logique, si les sanitaires sont pas en bon état ben voilà. Parce que on, on voit de tout malheureusement dans les écoles puisque on arrive à parfois euh certaines écoles sont surpeuplées donc y a pas assez de toilettes, donc pour maintenir une hygiène c'est quasi impossible à part si y avait quelqu'un qui était là tout le temps quoi. Eumh, donc voilà ça c'est vraiment un peu leur cheval de bataille donc on a pas mal discuté avec eux pour que nous on puisse aussi sensibiliser les écoles par rapport à, à ce sujet, et euh, faire en sorte aussi de, de les faire connaître. Y a des subsides à aller euh chercher chez nous aussi vu qu'on a tout euh un service qui gère en fait les bâtiments et la logistique, donc sensibiliser chez nous notre service aussi à dire, tiens d'ailleurs c'est euh, c'est, on travaille ensemble quoi sur tous les aspects logistiques et euh, et de bâtiments aussi euh, voilà.

DC : D'accord, ok. Euh, j'ai vu sur votre site internet, fin sur le site Sang Stress, que euh y avait le, le but euh de faire une évaluation auprès des usagères. Est-ce que ça a été fait, si oui, quels sont les résultats, et si non, pourquoi est-ce que ça n'a pas pu être fait ?

DG : Alors, oui ça a été fait euh, et donc ça a demandé un travail euh colossal parce que on a beaucoup discuté de savoir si on allait les interroger euh, ben euh via un QR code etc. ou version papier. Alors il se fait qu'évidemment ben toutes les écoles n'ont pas la même politique par rapport au smartphone et ce qu'on voulait être sûrs, c'est que de soit complété en classe, peu importe le support. Eumh, il a été un peu malheureux de constater que toutes

les écoles préféraient avoir euh un, une version papier. Donc nous on a dû refaire tout un travail d'encodage en fait par la suite. Mais donc l'évaluation a, a été faite. Et on a les résultats.

DC : Ok, d'accord, et elle est, elle est disponible quelque part cette évaluation ou ?

DG : Pour le moment elle est pas encore publique. Elle a été euh, voilà, elle est, elle est pas encore euh publique telle quelle, je pense qu'on la rendra euh publique mais, mais à ce stade pas encore, c'était vraiment pour nous, pour voir si on était dans le bon.

DC : Pour voir si vous étendiez le projet ou pas ?

DG : Tout à fait. Eumh, donc déjà on a un retour euh par rapport à la localisation des distributeurs. On a un retour aussi par rapport au souhait, euh à la pertinence des sensibilisations, donc les élèves sont demandeurs, on a interrogé aussi bien les filles que les garçons hein donc toujours euh... On a interrogé aussi par rapport, eumh, vraiment à l'aspect euh tabou aussi donc euh ou, ou crainte, peur, donc on a voulu vraiment évaluer euh la pertinence de, de nos messages donc euh, euh « est ce que tu as déjà raté par exemple, parce que tu avais tes règles ou par peur de manquer de protections » « est ce que tu as déjà eu des vêtements tachés etc. » Et donc la question était toujours posée donc si c'était un garçon qui répondait « est ce que tu as déjà entendu euh... » voilà hein, euh « une copine euh, voilà », donc il pouvait euh, faire ben que lui ça le concernait pas mais qu'il avait déjà entendu que euh, quelqu'un avait manqué l'école pour cette raison. Et donc tout ça a été euh évalué oui.

DC : Ok, ça va. Euh... Moi je, je... Voilà dans le cadre de mon mémoire en santé publique je pensais peut-être évaluer euh l'impact de santé publique de la mesure de façon un peu plus qualitative, est ce que vous pensez que c'est pertinent ? Notamment au niveau de la charge mentale euh, fin je sais pas trop exactement dans quel angle je me dirige mais, vous pensez que c'est pertinent comme évaluation ou que ce sera une redite ?

DG : Ben, je pense que du coup il faut, il faut approfondir cette question, parce que nous, tout ce qu'on a déduit de la charge mentale, c'est euh « ben as-tu déjà raté l'école par crainte de pas avoir de protection ou des choses comme ça » donc euh, voilà, nous nous nos questions donc, donc ça se voulait euh c'était une page recto verso donc pas trop trop long donc oui moi je pense qu'il y a toujours, il faut approfondir, ici c'est, c'est une première évaluation qui vaut ce qu'elle vaut quoi c'était pas assez euh, c'était pas assez approfondi. Euh, nous on en avait

besoin pour savoir si le projet avait du sens et je pense que, notre travail à ce stade ci s'arrête. Mais au niveau de la recherche oui moi je crois qu'il faut continuer à approfondir chacune des questions d'ailleurs. Parce que je, je pense qu'il y a des choses qui se cachent en fait eumh, encore derrière euh des, allez des habitudes qui sont eumh, qui sont ancrées chez nous tous et qu'on estime normales en fait on le voit par rapport à d'autres sujets aujourd'hui hein euh on fait maintenant euh « les femmes » euh je caricature « se plaignent toutes euh de, allez voilà de, pas d'agression, pas nécessairement d'agressions sexuelles mais de remarques etc. » donc euh ben oui mais en fait euh c'est pas que y en a plus, c'est qu'en fait avant on, on se taisait. Fin parce que tout le monde trouvait ça normal, entre guillemets, et voilà on savait bien que, et donc, et je pense qu'ici on est, on est dans les mêmes euh, on commence à peine à en parler, donc oui moi je pense qu'il faut vraiment approfondir le sujet.

DC : Et vous pensez que cette libération de la parole elle aidera encore plus l'éducation à la santé ?

DG : Complètement, puisqu'on le voit aussi, trop souvent on le dit, et y a de plus en plus de conférences sur euh l'endométriose qui est un problème parmi d'autres hein je rappelle quand même, mais... on, on dit quand même depuis très jeune "c'est normal, tu as mal c'est normal tu as tes règles". Ben bof quoi en fait euh, jusqu'où, non, non en fait il faut consulter, il faut le dire et même au niveau médical hein, euh, fin c'est, c'est quand même récent euh prendre euh en cause cette possibilité de l'endométriose et maintenant qu'on commence à se pencher dessus on voit que c'est, ben c'est plus courant qu'on ne le pense, même au niveau euh, allez de là, de l'identification de la maladie euh fin, faut une intervention chirurgicale pour avoir le pour avoir le constat, fin je sais pas à l'heure d'aujourd'hui hein c'est quand même un peu, c'est dingue quoi euh...

DC : Oui c'est des problèmes de femmes et donc on ne travaille pas vraiment dessus.

DG : On ne travaille pas dessus alors que c'est quand même la moitié de la population donc oui moi je crois que il y a encore énormément à faire, on est qu'au début en fait. On est qu'au début. Et vraiment ce fait d'intégrer euh, le fait de « je dois vivre ça toute seule » on le voit hein chez euh, chez les jeunes filles donc euh, « c'est mon problème », non en fait. C'est pas ton problème, c'est un, c'est un sujet de santé qui en fait concerne tout le monde puisque je le rappelle c'est ça qui mène à la vie quoi. Donc, c'est un problème qui concerne tout le monde,

vu qu'on, allez voilà euh, je, donc y a vraiment énormément hein un changement des mentalités. Et d'ailleurs euh, ça, ça c'est là où le bât a parfois un peu blessé euh au niveau du projet, c'est les, les personnes euh euh, allez de, de, de l'entretien en fait hein le personnel ouvrier qui dit, qui parfois me disait euh « ah non mais on va quand même pas changer les poubelles euh, avec ça dedans ». Donc on a eu dans quelques écoles où c'était très problématique. Oui mais alors, non non mais donc moi je, il faut surtout pas s'énerver parce que sinon les gens le font encore moins, mais je me dis mais « allez qu'est-ce qu'elles font maintenant les jeunes filles? Elles mettent ça dans leur sac et elles attendent la première poubelle publique ou de rentrer à la maison ? »

DC : Et puis surtout y en a toujours, y a toujours eu des, des serviettes hygiéniques utilisées dans les poubelles et des tampons usagés, c'est juste que c'était pas institutionnalisé, mais y en avait.

DG : Eh ben justement, on met pas de poubelles dans les toilettes. Regardez bien en secondaire.

DC : C'est vrai qu'à l'école secondaire y avait pas de poubelles dans les toilettes...

DG : Et du coup, bon moi là ça date quelque peu mes secondaires, mais je pense que moi je suis déjà retournée avec des protections dans mon sac à dos. Je pense que je faisais une grosse boule et j'attendais. Fin c'est, ce n'est pas possible, c'est pas acceptable, c'est de nouveau...

DC : C'est inadmissible.

DG : Voilà, c'est dire vraiment euh, allez « tu te caches, gère ton problème, tu gère ton truc ». Comment on peut ? Et d'ailleurs dans le projet, de nouveau, on a fait un autre lot de poubelles et de sacs hygiéniques parce que donc on, j'ai quand même été étonnée, alors c'est, des écoles euh, qui étaient demandeuses du projet, personne n'a été obligé parce que sinon ça marche vraiment pas, mais qui m'ont dit « est ce qu'on pourrait avoir des, des, des poubelles hygiéniques? ». C'est, fin... Elles faisaient quoi avant ? Mais j'ai jamais posé la question parce que je me suis dit ils vont mal le prendre. Et donc je, je n'aurai jamais la réponse parce que je n'ai pas posé la question, mais franchement, je trouve ça, c'est affligeant.

DC : Ben écoutez si jamais un jour j'ai la réponse je vous tiendrai au courant.

DG : Oui (rires). C'est, c'est, ce serait bien. C'est vraiment occulter en fait, rendre.. Oui, c'est, c'est occulter euh une réalité de, de la, de la femme.

DC : Qui touche tout le monde en plus.

DG : C'est, très choquant, oui. Et donc même les gens de bonne volonté hein. Toutes les écoles ont accédé à ce marché. Bon. Donc euh voilà. Y a encore beaucoup à faire.

DC : Est-ce que vous craignez des réticences quand le projet sera généralisé? De la part de certaines écoles.

DG : Oui. Oui, clairement. Euh... beaucoup, parce que euh, bon c'est sur base volontaire donc évidemment les écoles réticentes ne le feront pas, mais on a eu le cas d'une école où y a une forte population euh, (génée), d'immigrés, et euh... les sensibilisations euh, les élèves boycottait la sensibilisation. Ils ne venaient pas.

DC : Oui parce qu'on ne parle pas de ça, c'est, c'est pas normal...

DG : On ne parle pas de ça, c'est ça, ouais. C'est sale, ou alors on a encore eu des réflexions du genre « pourquoi vous allez en parler aux garçons ». Ça a tout son intérêt, on sensibilise les deux. Si eux sont pas au courant euh...

DC : Oui c'est dans l'intérêt général qu'on le fait.

DG : Oui, oui. Et attention c'était très théorique hein, on était pas euh dans... on était, là, la sensibilisation n'était pas là pour être mal à l'aise hein, c'était vraiment euh bien pensé, c'était vraiment plutôt très euh, technique quoi hein donc des choses bien faites, donc c'était pas du tout euh gênant etc. Donc, oui je... Non y a encore beaucoup de travail et on l'a vu euh, par rapport aux réactions qu'il y a eu euh, par rapport à l'EVRAS hein donc euh, le décret qui était euh, voilà. Y a des gens qui sont pas, qui veulent pas parler de ça, et des, y a des courant euh, pour moi extrémistes qui, qui ne veulent pas avancer là dessus, et donc il suffit que ils soient présents dans certaines écoles d'une façon ou d'une autre, aussi bien des élèves, des parents que des enseignants hein, faut pas croire hein y a aussi euh, les enseignants sont pas toujours euh....

DC : Oui, y a des fermés d'esprit partout.

DG : Oui, c'est ça, oui, oui. Et donc euh, parce que là je parlais euh religion mais on a aussi euh les extrémistes cathos aussi hein donc euh on a de tout hein on a un retour en arrière sur euh sur énormément de choses, je, oui, pour, fin pour moi d'ailleurs on retourne en arrière sur beaucoup de choses il faut être prudents donc euh, oui non tout est à faire. Ici c'est vraiment une première petite goutte euh...

DC : Oui. Et le fait que ce soit sur base volontaire ça va créer une inégalité de fait entre les, les personnes menstruées dans les écoles. Est-ce que ça va pas poser problème à un moment ?

DG : Je suis tout à fait d'accord, et donc ça nous tient euh vraiment, vraiment à cœur c'est que... mais pour moi le, le rôle la se situe du coup euh au niveau du gouvernement. Parce que, ici au niveau du PO on se demande si c'est à, si c'est à un pouvoir organisateur qui doit financer ce genre de projet. Euh, si du coup ça doit être pris sur les dotations des écoles, mais les écoles ont une autonomie par rapport à l'utilisation de leur dotation ça reste encore, euh voilà, chacun a, chacun a son rôle en fait. Et je trouve que pour que ce soit vraiment euh un projet égalitaire surtout dans le paysage institutionnel dans lequel on est, pour moi il faut absolument que ce soit au niveau du gouvernement que ça se joue. Parce que quand bien même WBE euh, déciderait de, de le faire son, hein pour son euh, pour son réseau, ben ça n'est pas juste pour les autres fin une personne menstruée est une personne menstruée. Et donc moi je me bats vraiment pour ça surtout dans le milieu scolaire parce que, pour moi c'est, c'est là euh, c'est, c'est là où pas tout se joue, mais énormément. Et c'est là où on rattrape, ou on a, où l'Etat a l'occasion de rattraper euh, ben, les pas de chance dans la vie quoi hein genre euh ben non t'es peut être pas né d'un super bon côté, mais l'école elle va te montrer plein d'autres choses quoi et t'aura l'occasion de faire tes propres choix euh... et donc oui, pour moi c'est important, mais euh, on y est pas encore.

DC : Oui, ben espérons. Euh... Ben écoutez, moi pour moi vous avez répondu à toutes mes questions, est ce que vous auriez d'autres personnes contact à me proposer ?

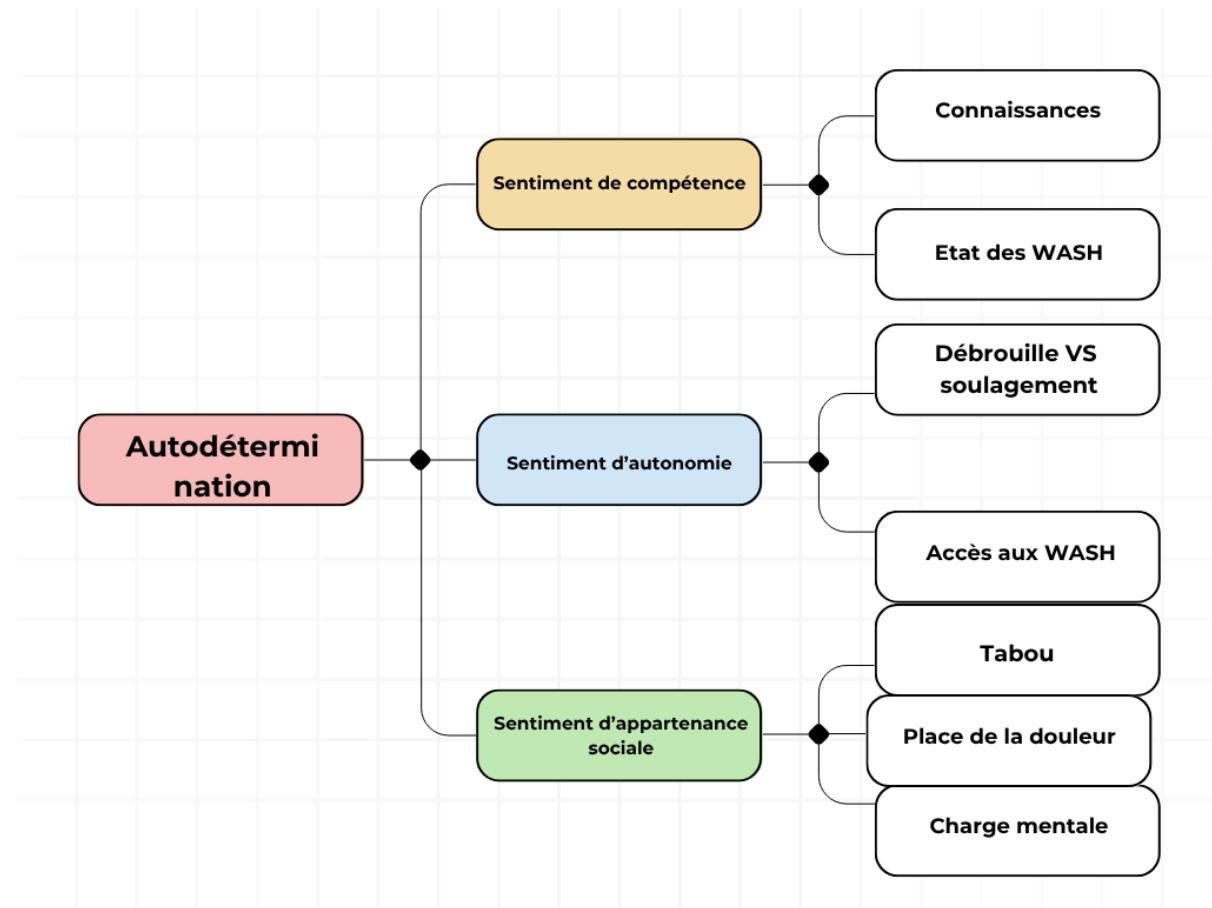
DG : Oui oui, Bruxelles il faut vraiment les contacter.

Annexe 6 : Guide d'entretien des rencontres informelles avec les directions d'écoles.

1. Se présenter, son institution et sa position au sein de celle-ci.
2. Comment êtes-vous devenus école pilote du projet Sang Stress ?
3. Comment les choses se passaient-elles avant ?
4. Quels sont, selon vous, les objectifs du projet pilote ?
5. Quels sont les effets observés, selon vous, du projet sur les élèves ?
6. Comment ont-ils réagi à l'instauration du projet ?  
Comment sont reçues les animations/flyers Bruzelle ?  
Quelle est leur réaction face aux protections hygiéniques gratuites ?
7. Comment le projet a t'il été accepté par les membres du personnel ?
  - Les professeurs
  - Les éducateurs
  - Le personnel technicien de surface
  - La direction
8. Voyez-vous un impact général au projet, au niveau « sociétal »? Dans le sens où les comportements sont changés par l'instauration du projet, dans un sens positif ou négatif.
9. Quels sont, selon vous, les obstacles au projet ?
10. Quels sont, selon vous, les avantages du projet ?
11. Quelles sont vos relations avec WBE concernant le projet pilote ?
12. Quelles sont vos relations avec l'ASBL Bruzelle concernant le projet pilote ?
13. Une remarque, un contact à me fournir, un mot de la fin ?

## Annexe 7 : Analyse thématique.

### A) Représentation visuelle des catégories d'analyse



### B) Analyse thématique complète

#### Catégorie connaissances :

« qu'on nous a appris finalement à accepter les règles ça fait mal et c'est comme ça. Ben, oui et non, c'est à dire qu'il y a jusqu'à un certain point, et donc y a des jeunes filles qui finalement ont eu recours à des systèmes D et se sont brûlées, alors que elles avaient l'endométriose quoi. Donc c'est vraiment informer »

« y a toujours des élèves ou des jeunes qui pensaient savoir et je crois que c'est le plus dangereux, c'est quand tu as la mauvaise information. Je crois que le mieux c'est de ne pas avoir d'information du tout du coup, et alors tu reçois une information de qualité, parce que

le plus compliqué c'est quand une mauvaise information est installée et il faut la détricoter avec eux. Parce que ça nous challenge énormément évidemment hein, parce qu'on doit pouvoir expliquer, on doit pouvoir expliquer euh... Pourquoi est ce que c'est pas la bonne explication. Et donc c'est pas tellement au niveau des produits, euh on y viendra plus tard dans la conversation, c'est surtout au niveau des mythes qui tournent sur les règles. Ca c'est très euh, très ancré. »

« D : Et toi t'as l'impression que ca serait bénéfique euh d'avoir une animation, qu'on t'en parle un peu plus qu'on t'explique pourquoi, comment, pourquoi c'est normal, pourquoi il faut pas se moquer ?

B : Ouais, maintenant en troisième par exemple euh une élève comme moi ben je me dis la plupart des filles de ma classe ben on les a donc il aurait peut être fallu faire ça avant, maintenant euh pas non plus trop tot mais par exemple la première secondaire ça serait bien je pense.

D : Oui, est ce que toi t'as l'impression d'avoir des bonnes connaissances par rapport à tes règles, de savoir comment ça fonctionne etc ?

B : Oui, ben moi je pense que euh ben de toute façon je connais un peu mon corps donc je sais comment ca va etc, par exemple je sais que quand elles sont pas là ben c'est pas grave je dois pas m'inquiéter parce que (incompréhensible) »

« du coup j'ai fait des recherches et tout sur les réseaux sociaux et vraiment pour dire que le point ou j'avais mal c'est que c'était vraiment genre pas normal du tout du tout »

« Je pense que j'en sais trop peu pour ce que c'est, parce que en fait euh personne n'en parle comme c'était tabou alors que, genre toutes les femmes ont leurs règles, c'est pas du tout tabou! Et euh... Ouais j'ai l'impression qu'en fait euh on nous dit pas tout direct, on nous dit juste qu'on perd du sang mais pas vraiment, jusqu'à y a deux ans je savais pas pourquoi on perdait du sang, je savais pas pourquoi euh, je savais pas ce que c'était les règles, ça venait d'où ?

D : Et c'est qui qui t'a expliqué tout ça ?

E : Ma mère.

D : Et y a personne à l'école qui est venu euh discuter un peu de, c'est quoi les règles ?

E : Non.

D : Et tu penses que ça serait chouette ?

E : Mh, oui ça pourrait être utile »

« G : Euh, je pense qu'au niveau des règles ça va. Je, j'ai pas en fait j'ai pas beaucoup de questions, je sais que c'est du mauvais sang et je sais que c'est après la période d'ovulation, je sais le sang un peu qui se décape au niveau des parois de l'utérus, et euh ben je sais que c'est chez les femmes quoi clairement et euh, non je pense que...

D : Et tu as appris tout ça où, c'est qui qui t'en a parlé?

G : Euh... A l'école, j'en ai parlé à l'école, euh ben entre copines on en a déjà parlé, fin voilà ben c'est bête mais les premières fois que j'ai eu euh ben mes règles quoi, ben avec mes cousines on en a parlé quoi mais j'ai eu mes règles pour la première fois, on en parle un peu on se dit un peu ce qu'on sait etc, donc euh, c'est des connaissances quoi en parlant. »

« Je pense que euh, ben par exemple moi je sais ce que c'est et j'ai pas vraiment de questionnement, mais je pense que certaines filles dans la classe pourraient avoir des questionnements. Après, on est en quatrième secondaire, donc je pense que on est toutes pour la plupart réglées, je pense qu'on sait un peu tous de quoi il s'agit, mais je pense que ça serait quand même pas mal parce que je pense que... ben même euh, y en a certaines ben peut-être qui ont des questions qui osent pas, qui ont pas des bons rapports avec leurs parents, qui osent pas poser des questions ou euh, ou même se renseigner etc, et je pense aussi, au niveau des, des plus jeunes quoi, première, deuxième secondaire, peut-être y en a qui sont pas encore réglées et je pense que elles ça serait peut-être bien de... de parler de ça pour qu'elles euh, pour que si elles ont des craintes parler etc je pense que ça pourrait être bien. Je pense. »

« I : Parce que en fait un jour j'ai fait un malaise, c'était mon premier malaise, fin j'en ai plus fait depuis, et euh ben en fait, on m'a dit que c'était un malaise vagal, mais comme par hasard c'était le jour où j'ai le plus eu mal et où j'ai le plus perdu de sang aussi.

I : Non mais je pense c'est parce que j'avais perdu beaucoup de sang, et euh ben, ouais.

D : Après, le sang de tes règles c'est pas du sang de ton corps hein tu le sais

I : (hésitante) oui ca je le sais

D : Donc ce n'est pas lié. T'as l'impression de pas être au courant de ce genre de choses?

I : Ouais, un peu. »

« D : Est ce que t'as l'impression d'avoir des bonnes connaissances sur les règles toi?

J : Bof, je sais pas. A moitié fin, je sais ce que c'est mais.... Je sais pas vraiment, je sais pas, j'en sais rien (gênée).

D : T'as l'impression qu'on t'en, qu'on te parle pas en profondeur?

J : Ben on m'a, je sais pas je sais pas trop comment dire je sais pas expliquer fin oui on a, on en a parlé mais je vas dire euh je sais expliquer ce que c'est les règles, mais je sais pas, je sais pas si je les connais fin si je connais vraiment bien le sujet quoi. »

« D : Et est ce qu'on t'a déjà dit que avoir mal c'était normal (d'avoir mal)?

J : Ouais.

D : Et qu'est ce que t'en penses?

J : Ben (gênée), je sais pas (rire). Fin ça dépend de certaines femmes aussi donc je sais pas vraiment je sais pas. »

« ben oui qu'on nous parle de, de ce que c'est euh d'être euh une femme et de devoir par exemple acheter etc ses serviettes et puis euh comme on dit les distributeurs dans les toilettes ça c'est vraiment sympa, fin voilà ce genre de choses quoi. »

« D : Parce que je sais que quand on parle des règles on parle parfois à l'école de reproduction, de contraception etc?

J : Ben on nous parle limite que de ça quand on fait les... quand on a eu les deux trucs sur les, avec le PMS, c'était beaucoup sur la reproduction euh que sur les règles. »

« En réalité si euh avec notre famille on a pas vraiment, on parle pas vraiment de ce sujet, ben ça peut être bien de dire, ben par exemple si une personne garde une serviette toute une

journée, voilà, il faudrait peut être en parler du coup avec euh ca euh avec du coup quelqu'un qui viendrait à l'école et qui expliquerait euh »

« D : Et donc euh qu'est ce que tu sais des règles, est ce que t'as l'impression d'avoir des bonnes connaissances?

K : Mh, oui, fin... ca dépend.

D : Dis moi.

K : Ben, je sais pas trop en fait.

D : T'as l'impression que tu comprends comment ça fonctionne biologiquement?

K : Oui. Ben... on a nos règles euh quand c'est la période d'ovulation... et euh ben c'est une seule partie des ovules, qui... qui a les règles et l'autre partie c'est le mois d'après.

D : Et c'est qui qui est venu te parler de ça?

K : Euh, c'est la prof de sciences qui m'en a parlé.

D : Ok donc c'était très scientifique.

K : Hmhm. »

« K : Ben on en parle plus sur les réseaux, et euh ben on en parle plus avec les filles et tout.

D : Sur les réseaux, quels types de réseaux?

K : Ben par exemple sur Tiktok ou Instagram.

D : T'aurais tendance à te tourner vers les réseaux pour avoir des infos sur les règles?

K : Oui plus facilement. »

« D : Ok, euh est ce que t'as l'impression d'avoir des bonnes connaissances sur les règles? Comment on t'en parle? Est ce qu'il y a des adultes qui t'en parlent?

L : Oui oui.

D : Tu m'expliques un peu?

L : Euh ben, moi quand c'est arrivé on m'a tout de suite expliqué comment euh il fallait gérer etc donc ça c'est bien passé.

D : Et t'as l'impression de connaître comment ça fonctionne, d'être armée si tes règles arrivent euh au milieu de la journée ou quoi?

L : Oui oui.

D : Et c'est qui qui t'en a parlé? C'est à l'école, dans la famille?

L : Un peu des deux. C'est vraiment les deux. »

« L : Euh ben parfois je vois des, des vidéos qui en parlent et du coup je reste sur les vidéos.

D : Et y a pas mal de vidéos sur la santé menstruelle aussi?

L hoche la tête.

D : Du style sur quoi?

L : Ben qui nous explique comment gérer ça et tout ça, à l'école et tout ça.

D : Ok, on parle aussi de tout ce qui est maladie liées à la santé menstruelle etc?

L hoche la tête. »

« Je suis quand même assez informée avec les réseaux sociaux je pense (hésitante), et c'est... on est plus informés qu'à l'époque, et euh....

D : Tu t'informes via quels réseaux sociaux?

M : Euh.... ben, Tik Tok c'est peut être pas une source très fiable mais... C'est surtout là dessus.

D : Et c'est toi qui cherches des contenus, ou c'est des contenus qui apparaissent dans ton feed et tu te dis "oh je vais regarder"?

M : C'est des contenus qui apparaissent dans mon feed et je regarde du coup.

D : Et t'aurai plus tendance à te référer à Tiktok que euh à des adultes autour de toi par exemple?

M : Euh..... Ca dépend qui. Mais je sais que par exemple ben ma grand mère et ma maman ben elles ont pas du tout la même vision que nous maintenant fin, par rapport à

l'endométriose etc déjà ben à leur époque c'était vraiment pas connu et nous maintenant on en parle plus donc euh.... En vrai je pense quand même plus les réseaux sociaux. »

« D : Tu penses pas? On en a parlé en cours de sciences peut-être?

M : Un tout tout petit peu en deuxième secondaire, mais très vite.

D : C'était plutôt biologique?

M : Oui voilà c'était, comment calculer euh avec un tableau comment ça va, quand ça va arriver etc mais maintenant y a des applications donc euh moi je m'embête pas à calculer.

D : Tu utilises une application pour tenir compte?

M : Ouais, Flow.

D : Et ça fonctionne comment?

M : En fait euh le premier jour de tes règles t'enregistres tes règles, et après euh, ça calcule quand est ce que tu vas avoir tes règles la prochaine fois, ça calcule ton humeur ou tu vas avoir plus ou moins mal et quand, par exemple je sais que trois jours avant ben mon application elle me dit "est ce que vous avez, est ce que vous êtes sensibles à vos seins aujourd'hui" etc, voilà.

D : Ok.

M : Et ça calcule aussi quand on est fertile, quand on est très fertile, quand on est moyennement fertile et quand on l'est pas. »

« D : Vous êtes plusieurs à m'avoir parlé de l'application flow, c'est un truc que vous vous refiler entre copines ou vous avez trouvé ça sur internet?

N : Ben on se le refile entre copines et, et même sur les réseaux sociaux on le voit euh sur les réseaux sociaux euh comme quoi ils font la publicité de, de flow quoi.

D : Tu t'informes beaucoup euh sur les règles sur les réseaux sociaux?

N : Pas trop. Pas trop euh, ça...

D : Tu t'informes via quoi sur tes règles?

N : Euh...

D : Si tu t'informes.

N : Ben de temps en temps c'est parfois je vois des tiktoks passer ou quelque chose comme ça mais aussi non ben je regarde de temps en temps sur l'application flow sinon je m'informe pas trop.

D : Et t'as l'impression d'avoir des bonnes connaissances sur les règles?

N : Un petit peu.

D : C'est à dire?

N : C'est à dire euh par exemple ben pour le cycle, le nombre de jours que j'ai mes règles et le, le décalage euh des trucs euh...

D : Ca tu sais?

N : Ca je sais oui.

D : Mais sinon?

N : Mais sinon, je sais pas, pas plus quoi.

D : Ok, et on t'en a parlé à l'école?

N : Oui, ça oui on en a parlé de trucs de, de contraception fin même avec la pilule comme quoi c'est plus régulier avec ça et euh oui on... ouais un petit peu. »

« Euh, si je m'en rappelle bien je crois que oui, ben c'est encore avec le truc des contraceptions, mais aussi non ici euh ben à l'école avec la biologie ici ben le programme là on commence à avoir euh tout doucement euh pour le cycle menstruel et tout. »

« Oui je pense que ça pourrait être bénéfique pour euh, ben pour euh les plus jeunes par exemple qui arrivent ou même fin je sais pas si en primaire ils ont, ils commencent déjà à avoir leurs règles ou quelque chose comme ça mais je pense que à partir de la première secondaire ça serait bien qu'il y aie des personnes qui viennent expliquer un peu euh pour euh, pour les règles savoir. »

« D : Et quel genre de contenu est ce que tu voudrai que l'animation aie?

N : Ben comment gérer déjà euh ses premières règles, par exemple euh, peut être fin savoir quel type de serviette acheter ou quelque chose comme ça, comment gérer en cas euh... en cas euh si par exemple on a une tache ou quoi, en cas de problème. Euh... euh... si on ressent

des douleurs ou quelque chose comme ça euh par ce que comme y a l'endométriose ou des choses comme ça voir pour que ça soit pris quand même à temps mais que ça soit pris euh... pris euh... »

**Catégorie Etat des WASH :**

« j'ai quand même été étonnée, alors c'est, des écoles euh, qui étaient demandeuses du projet, personne n'a été obligé parce que sinon ça marche vraiment pas, mais qui m'ont dit "est ce qu'on pourrait avoir des, des, des poubelles hygiéniques?". C'est, fin... Elles faisaient quoi avant? Mais j'ai jamais posé la question parce que je me suis dit ils vont mal le prendre. Et donc je, je n'aurai jamais la réponse parce que je n'ai pas posé la question, mais franchement, je trouve ça, c'est affligeant.

DC : Oui, à quoi ça sert de distribuer des serviettes hygiéniques si on a pas de toilettes ou pas de poubelles dans les toilettes. »

« VM : Pas de toilettes, pas de toilettes qui fonctionnent, pas de toilettes qui ferment, pas de, d'éducation à la santé menstruelle, à l'hygiène menstruelle, tu vois, ça c'est vraiment quelque chose »

« D : Ok, ça va. Et au niveau des toilettes, c'est comment ? C'est propre ? Tu te sens à l'aise? T'as de l'eau pour te laver les mains? Du papier ?

B : Ben on a tout, ici mais euh moi c'est vrai que je suis pas très à l'aise de base d'aller dans des toilettes publiques, mais euh, ça va, c'est pas... catastrophique, je trouve c'est plutôt propre etc donc ça va. »

« E : Donc euh, on a les toilettes, qui sont dans l'autre bâtiment.

D : Y a pas de toilettes dans tous les bâtiments?

E : Ben dans ce bâtiment ci euh y en a la mais c'est pour les primaires, donc faut, en fait faut aller dans le bâtiment en face. »

« D : Et y a de l'eau et du savon pour se laver les mains ?

E : Eau, du savon pas tout le temps mais y a de l'eau et des papiers. »

« vraiment on ouvre, le clapet se remonte, on met la serviette, on ferme et la serviette tombe dans la poubelle du coup. Je pense que pour les odeurs et tout ils ont mis ça. Ou juste pour pas voir euh, ce qu'il y a dans les toilettes. Et ça en vrai c'est bien. Ça c'est bien. Mais y a déjà eu des fois, ou en fait euh, les garçons ont fermé leurs toilettes parce qu'il y a eu des gros travaux dans leurs toilettes et du coup ils étaient obligés de venir dans les toilettes des filles. Et y en a eu des qui ont ouvert les poubelles, pour regarder ce qu'il y avait dedans. Des garçons quoi. »

« mais oui y a toujours du savon, euh on a toujours accès à l'eau, euh... généralement oui les toilettes sont propres, généralement. »

« H : Y a souvent pas de papier.

D : D'accord. Et niveau propreté ?

H : Tout pile, tout pile, tout pile.

D : Oui, c'est pas la gloire. Et t'as l'impression que c'est vraiment un frein pour que les filles se sentent bien?

H : Oui, un peu.

D : Tu as l'impression que ça impacte quand même un peu ta qualité de vie, notamment quand tu as tes règles ?

Hoche la tête. »

« I : Oui oui, papier juste un peu chiant parce que, le papier il est en dehors des toilettes.

D : Comment ca?

I : Ben en fait le papier euh, par exemple il y a des toilettes là bas, ils sont tout le temps devant les toilettes et du coup ben, c'est un peu chiant parce que si t'oublies d'en prendre tu te retrouves....

D : Oui un peu bête.

I : Oui fin oui.

D : Ben tu penses que c'est pour quoi? C'est un peu bizarre comme...

I : Hm hm, je trouve ça très très bizarre parce que fin, pourquoi faire ça genre mettez les directement dans les toilettes ou genre comme euh, les toilettes fin, tu mets juste à côté un truc de papier toilette.

D : Oui un rouleau de papier quoi.

I : Ouais. »

« Ben du savon pour se laver les mains ben y a des fois ou y en a pas mais c'est vraiment rare, euh ou sinon le papier, ca dépend des toilettes d'en haut ou d'en bas mais généralement y en a toujours euh assez ou alors y en a derrière fin, non franchement ca ca y a vraiment, les toilettes sont propres et.... franchement y a rien à dire les toilettes sont hyper propres. Je pense que la femme de ménage passe tous les soirs donc euh, les toilettes sont vraiment euh, non elles sont vraiment propres.

D : Et aux toilettes c'est propre? Tu as du savon pour te laver les mains, du papier?

K : Oui. »

« par contre c'est un peu dommage qu'elles soyent pas en haut et euh en bas au réfectoire.

D : Elles sont où en fait les serviettes?

K : Elles sont ben euh aux toilettes ici.

D : Ok, et y a des toilettes aussi en haut et là y en a pas?

K : Hmhm.

D : Donc si t'as un accident en haut ben tu dois descendre.

K : Ouais. »

« D : Ok. Tant mieux pour toi. Et euh y a des poubelles dans les toilettes pour jeter euh...

K : Oui.

D : Des poubelles faites exprès pour ça ou?

K : Hmhm.

D : Ok. Donc tu ne dois pas repartir chez toi avec tes serviettes euh..

K : Non. »

« D : Et les toilettes pour toi elles sont adaptées pour avoir des règles, elles sont propres, tu peux te laver les mains, il y a des poubelles?

L : Oui oui oui

D : Du papier?

L : Oui oui »

« D : Et y a de quoi se laver les mains dans les toilettes, y a de quoi jeter les serviettes etc?

M : Oui, donc en fait euh... en face de la toilette y a une euh, y a un dispositif avec des petits sachets, et alors quand on a fini ben on met dans le sachet et y a des poubelles exprès avec euh... un... comment dire? Un dispositif qui fait que ça glisse...

D : Ça tombe direct, tu dois pas ouvrir toute la poubelle?

M : Oui voilà c'est ça.

D : C'est bien pensé, c'est bien fichu.

M : Et pour se laver les mains ben y a un robinet sur 6 qui fonctionne mais on peut se laver les mains quand même quoi.

D : Et t'as du savon quand même?

M : Oui oui. »

#### **Catégorie débrouille VS soulagement :**

« on a tous connu l'éducateur ou quoi ou euh, ou l'infirmier que sais je donc qui avait un paquet de protections dans son bureau et il fallait aller demander au cas ou machin fin la personne qui osait. Donc il y avait déjà euh quelque chose qui se faisait comme pour d'autres, allez d'autres appoints qui ne sont pas nécessairement toujours le rôle premier de l'école mais en tout cas ils s'organisaient face à leur réalité»

« donc en appoint donc euh que ce soit euh, au travail, fin donc tout ce qu'elle oublie de prendre et ce qu'elle aurait besoin c'est 4 protections par mois par jeune fille »

« D : Et t'as l'impression d'être plus tranquille et plus à l'aise de pas tout le temps devoir réfléchir ?

A : Oui, c'est bien. »

« Quand je les ai pas, les miennes, je prends celles de l'école et ca m'est déjà arrivé que ca transperce du coup j'ai pris celles de l'école, et quand j'ai pas envie de prendre dans mon sac ca m'est déjà arrivé de les prendre là sinon euh oui. »

« Oui, c'est vrai, parce que quand y en avait, quand y en avait pas, parce que ça m'est déjà arrivé que j'en avais pas et euh, qu'il y en avait pas à l'école, et je crois que c'était même une prof qui devait m'en donner parce que y en avait pas, donc c'est vrai que, je sens, pour aller à la gym ou un truc comme ça je me sens allez un tout petit peu plus euh, fin apaisée quand j'ai mes règles quoi. »

« fin je me doutais un peu qu'il y en allait avoir parce que c'est, c'était un peu normal qu'il y en ait quand même dans les écoles, mais là si y en avait toujours pas, je serai quand même un peu inquiète je vais dire parce qu'il faut quand même qu'il y en aie etc, donc à, fin là y en a eu donc je m'inquiète pas, mais si la maintenant y en avait pas, je stresserai quand même un peu, parce que pour les filles, même pour moi et voilà. »

« Ben moi il faut savoir que je les ai pas régulièrement, elles sont un peu euh dispersées comme ça et euh quand je les ai ça fait mal et euh ben je m'y attends pas parce que du coup je sais pas quand elles peuvent arriver mais... à l'école ca va du coup parce on a les distributeurs etc donc euh quand on en prend pas ben c'est plus trop euh problématique parce qu'on peut et tout, et moi je suis plus serviettes aussi, que les tampons. »

« D : Ok, donc, tu penses que c'est normal d'être, fin est ce que ca t'embête d'être irrégulière et?

B : Non, c'est juste que ça surprend du coup et... c'est dur de s'organiser.

D : Ok, et tu trouves que c'est normal dans ta vie quotidienne que tu aies des difficultés à t'organiser comme ça? A cause de ça?

B : Mh, non, mais au final tant que j'ai toujours mes précautions et tout ben ca va, surtout à l'école. »

« Euh, je pense que le projet s'est vraiment mis en place l'année dernière du coup, et donc euh les autres années ben euh, je prenais les serviettes à moi, et quand j'en avais pas ben du coup c'était problématique, mais euh, je pense qu'il y avait quand même moyen de demander à l'accueil et parfois y avait toujours quelqu'un une copine ou quoi qui en avait, et sinon ben, il fallait en prendre soi même.

D : Et tu dirais que tu te sens comment de savoir qu'il y a des serviettes maintenant à l'école ?

B : Ben euh c'est plus trop du stress parce qu'imaginons ça m'arrive là maintenant ben je sais qu'il y en a et que je peux aller en chercher quand je veux donc pas de soucis. »

« Ben moi je la vis bien, faut juste que je sois euh quand même un petit peu informée de à peu près quand ça va se passer et quand ça va se terminer aussi. »

« ben c'est par rapport du coup aux règles, et euh ben, comment on va dire on peut faire pour euh arrêter ça, euh pour pas que ça coule comme sur l'image.

D : D'accord, et tu penses que c'est juste pour pas que ça coule ?

C : Ben pour se sentir mieux on va dire la journée euh... »

« D : Et tu as l'impression de te sentir sereine qu'il y a cette solution là si jamais t'as un problème ?

C : Oui !

D : Avant tu te débrouillais comment ? Si t'avais un souci et qu'il y avait pas les serviettes à l'école ?

C : Ben je demandais à une copine. »

« Et puis ben maintenant, comme j'ai été en... déréglée pendant deux ans, j'ai un calendrier où je marque tout, le début et la fin euh du coup ça m'aide un peu à me stabiliser, pour voir à peu près quand je les ai. »

« Euh ouais, je prends des serviettes mais euh quand j'en ai pas du coup je prends au distributeur, ça m'a quand même beaucoup de fois sauvé la vie »

« Du coup y a des moments genre ou je suis en cours et j'ai mes règles d'un coup donc euh, et j'ai pas forcément des serviette sur moi, du coup la machine elle m'a quand même soulagée plusieurs fois »

« j'ai, donc euh, ça m'est arrivé euh, je pense que le distributeur il est arrivé y a un ou deux ans, et euh, un an je pense et avant euh je demandais à mes copines et si personne avait ben je mettais du papier.

D : Ok.

E : J'avais pas trop le choix.

D : Est ce que tu as l'impression de te sentir rassurée maintenant qu'il y a ce dispositif là?

E : Ouais beaucoup plus parce que, ben dès qu'il y a un, dès qu'on sent qu'on a nos règles on peut vraiment aller se servir, et puis même quand on a plus de serviettes, fin franchement ça sauve la vie. Maintenant que, on l'a je pense que y a plein de filles qui se voient pas sans, donc franchement c'est super intéressant de l'avoir. »

« Ben c'est rassurant parce que la au moins on a quelque chose parce que si on doit demander à des copines et qu'on en a, fin qu'elles en ont pas ben, c'est un peu...

D : Avant le projet tu faisais comment?

F : Ben souvent je prenais beaucoup dans ma mallette et je mettais dans mon casier, fin...

D : C'était moins pratique

F : Voilà! »

« D : T'as l'impression que ta vie est restée la même?

G : Oui, parce que ben j'en avais quand même avant donc euh.

D : T'étais déjà quelqu'un d'organisé?

G : Voilà

D : Mais tu devais y penser tout le temps?

G : Voilà (rires).

D : Et t'as l'impression d'y penser moins ou pas du tout ?

G : Euh, moins.

D : Au niveau du cours de gym aussi, tu le vis de la même façon ou si jamais euh

G : Non ça c'est pas toujours facile parce que mes pertes sont fortes du coup euh c'est pas toujours très pratique.

D : Et donc le fait d'avoir à l'école de quoi te changer ça peut t'aider?

G : Oui! »

« Euh déjà je prends toujours des médicaments sur moi, parce que j'ai, j'ai des règles super douloureuses, donc euh j'ai souvent mal euh et elles sont pas réglées, donc euh c'est un peu compliqué. Dans la vie de tous les jours je prends toujours euh ben une serviette ou deux dans mon sac ou quoi, mais pour venir à l'école ben euh y a des distributeurs de serviettes donc j'en prends pas, honnêtement. »

« ben le matin je suis quelqu'un qui est très euh, j'ai beaucoup, c'est pas vraiment que j'ai la tête en l'air mais par exemple le matin je dois toujours me dépêcher pour pas oublier ma tenue de gym etc et donc ben des fois oui ca m'est déjà arrivé que, j'oublie quoi et ben des fois il en restait dans mon sac mais des fois ben j'en avais pas euh, et donc ben, quand je suis réglée du coup ben c'est rassurant parce que je me dis "j'ai pas besoin de penser à ça", je suis pas dans le bus en me disant euh "ah mince j'ai oublié d'en prendre", je sais qu'il y en a à l'école, donc ca y a pas de soucis quoi. Donc oui je trouve que quand même c'est rassurant. »

« D : Et avant quand y avait pas à l'école tu faisais comment si ca arrivait?

H : Ben euh, moi j'ai eu mes premières règles en première secondaire et dans mon ancienne école y avait pas du tout. Mais euh.... du coup généralement euh je prenais en plus dans mon sac.

D : Ok et tu devais pas demander à des copines ou quoi euh...

H : Non j'essayais de me débrouiller.

D : Et tu te sens rassurée maintenant de savoir que t'as ça si t'as un problème?

H : Oui. »

« je sais que, comme ca, que du coup que si un jour c'est un peu plus abondant que prévu euh ben j'ai ça. »

« Ben ils ont mis des distributeurs dans l'école, avec des serviettes hygiéniques, et euh quand on en a, quand on en a pas sur nous et que même, qu'on a nos règles et qu'on savait pas, parce que moi aussi elles sont irrégulières, et bah... Ca sert un peu les serviettes pour pas qu'il y ait une tâche, et que... fin voilà pour euh, pour changer de serviette si on a oublié et tout. »

« fin, si t'as oublié, t'as tes règles comme je disais tantôt, c'est, ca peut être gênant pour la personne d'avoir une grosse tache, fin de se lever et d'avoir une tache et tout, et je trouve ça plutôt bien moi.

D : Tu te sens plus sereine de savoir que t'as ça?

I : Oui, comme ca moi je suis rassurée si j'ai oublié.

D : Et avant tu faisais comment quand y avait pas les serviettes à l'école ?

I : Mh ben je les prenais avec moi, et euh ben ca m'est arrivé une ou deux d'oublier, mais j'ai eu de la chance donc ca va. »

« I : Ben, genre c'est moins, fin je sais pas comment dire... euh, c'est ... moins dangereux fin genre, c'est plus rassurant. »

« Non, pas à chaque fois, c'est juste vraiment euh si par exemple je regarde pas vraiment dans ma trousse et que mince je me dis il m'en reste une et que du coup j'ai vraiment pas le choix de les utiliser la je les utilise, mais ça m'est arrivé pas énormément de fois sur l'année quoi, mais c'est hyper pratique du coup! »

« Ben pfft, je sais pas parce que ben ca me, ca me serait arrivé du coup que j'aurai eu euh surement plein de sang sur mon pantalon quoi mais et au moins deux trois fois quoi.

D : Et tu aurais voulu rentrer chez toi à ce moment là?

J : Oui, oui. »

« Ben pfft, je ferai beaucoup plus attention à du coup euh ce que je mets dans mon sac du coup parce que du coup y a le... mes serviettes du coup je pense que je ferai plus attention et que je regarderai plus souvent pour voir si euh du coup j'ai mes serviettes dedans, mais euh

un petit peu quand même parce que du coup j'aurais plus peur de... au cas où si jamais j'oublie, mais après en soi y a quand même les copines etc qui ont elles aussi des serviettes et donc. »

« Ben euh c'est bien parce que si on a oublié qu'on avait nos règles ou qu'on était pas au courant et qu'on a rien dans notre mallette eh ben c'est bien parce que on a un libre accès euh aux serviettes et aux tampons »

« D : Ok. Si y avait pas la boîte tu ferais comment?

K : Ben j'ai toujours une pochette dans ma mallette euh avec euh ce qu'il faut.

D : Tu n'as jamais oublié ta pochette.

K : Si, une fois. Mais ça va je les avais pas.

D : Heureusement.

K : Oui! »

« euh y a trois ans j'étais déléguée déjà et on avait demandé à ce qu'il y ait ce dispositif, ça faisait quelques années du coup euh, ben Mme R, je pense que c'est elle qui l'avait moi, ou Mme H, fin je sais plus! Mais elles l'ont mis et je trouve ça vraiment sympa parce que ben quand on a une panne ou qu'on a pas sur nous, une copine n'a pas ben, c'est vraiment très, très bien. »

« M : Ben c'est vrai que avant j'avais toujours le réflexe d'avoir une trousse avec plusieurs serviettes au cas où, et depuis qu'il y a la machine c'est vrai que j'ai un peu arrêté cette habitude, mais sinon quand on avait pas euh la machine, on pouvait aller demander à l'accueil et là y avait une trousse de secours avec des serviettes de secours.

D : Tu te sens plus soulagée de savoir que t'as ça?

N : Oui voilà je me sens plus soulagée qu'il, qu'il y aie un distributeur à disposition dans les toilettes. »

« D : Tu n'as jamais utilisé même une fois en appoint par exemple si tu avais tes règles euh

N : Non, non parce que je... je prépare toujours euh, fin moi personnellement je, je

D : Tu es très prévoyante?

N : Oui voilà.

D : Mais ca, est ce que tu penses que ca pourrait t'arriver, tu hésiterai à les utiliser ou pas?

N : Non pas du tout si vraiment là j'ai... j'ai des règles abondantes ou quelque chose comme ça qui, qui fait que ma, ma serviette serait plus utilisable ben la j'irai chercher euh, j'irai chercher euh la une serviette au distributeur.

D : Donc c'est quand même pratique d'avoir accès à ca.

N : Oui c'est, c'est très pratique d'avoir accès à ça. »

#### **Catégorie Accès aux WASH :**

« La crainte première des directions évidemment parce qu'il a fallu chaque fois les rencontrer, les sensibiliser au projet, voir euh ou pouvaient se situer les risques etcetera et tous chaque fois avaient peur de, du vandalisme en fait, de retrouver euh des serviettes scotchéées au mur et des machins comme ça »

« après euh, y a des, y a des moments en fait où ils ferment les toilettes. Pour pas qu'on y aille. C'est déjà arrivé.

D : Quels genres de moments ?

E : Ben euh, en fait les, les filles elles sèchent en allant dans les toilettes. Du coup ils ferment les toilettes sauf que des filles qui ont vraiment des problèmes elles sont coincées. Donc euh, c'est déjà arrivé pendant des intercours, mais je pense que des gens se sont plaints parce que c'est pas possible de fermer les toilettes fin y a des, y a des besoins urgents fin si tu dois vomir ou même quand t'as tes règles et tout...

D : Ou si tu dois faire pipi tout simplement.

E : Ouais ou alors juste quand on doit faire pipi, fin... donc je, je pense qu'il y a des gens qui se sont plaints donc ils ont réouvert »

« y a une machine devant le bureau des éducateurs. »

« est ce que tu peux y aller, juste lever la main dire "je dois aller aux toilettes" est ce qu'on te laissera y aller?

G : Euh je pense que oui mais ça dépend certains professeurs parce que y en a des plus sévères que d'autres »

« parce que, y a des professeurs des fois qui disent non pour aller aux toilettes, et ben comment dire par exemple moi l'année passée y avait une fille qui était dans, dans ma classe et euh ben elle venait d'avoir ses règles en classe et euh, et elle a demandé pour aller à la toilette, et on lui a dit euh non tu vas pas à la toilette et elle a dit "madame c'est important euh, ben je dois aller à la toilette", elle a bien insisté, c'était une fille etc donc on se doute quoi euh quand la personne insiste un peu, et euh après euh je pense que la fille s'est levée et a dit "ben si je vais quand même à la toilette" donc elle lui a dit "ben c'est bon va à la toilette" mais elle a du forcer quand même quelques fois, je pense en tant que fille, on doit pouvoir se comprendre et... »

« qu'il y a plus un règlement strict si on peut dire ça envers des professeurs qui laissent plus euh, voilà après si c'est une personne forcément qui veut tout le temps aller se balader euh, aller à la toilette pour rien etc je peux comprendre que là, la professeur dise non, mais euh, voilà.

D : Et tu te sens comment toi en tant que fin, je veux dire tu n'as que 15 ans mais tu es un adulte en devenir, de te dire "ben je dois demander l'autorisation pour aller aux toilettes et si on me dit non c'est non". Tu te sens comment toi par rapport à ça?

G : Ben moi je trouve ça un peu n'importe quoi. franchement je trouve ça, je trouve que ça a pas trop de sens, parce que ben je comprends que voilà imaginons je viens d'avoir mes règles je le vois j'ai pas envie de dire clairement "madame je viens d'avoir mes règles" quoi euh, j'ai pas trop envie de la dire. Si j'ai pas le choix je le dirai, ou alors euh ben franchement euh et je pense qu'il y en a plus d'une qui l'ont déjà fait, elles sont parties de la classe tout simplement et elles sont allées à la toilette sans même demander leur avis quoi euh, et je pense que à ce moment là, ben par exemple si ça se passe comme ça ben que la fille se fasse pas sanctionner parce que c'est normal. »

« je comprends qu'il y a des limites à tout c'est normal hein mais euh... mais je trouve que par rapport à ça c'est un peu, c'est un peu limite moi je trouve. Donc je pense que ça serait ça plus qu'il y ait un protocole un peu plus mis en place au niveau de ça parce que ben voilà euh... clairement ben que après je pense que si on est plus ouverts à ça en gros ben d'aller à la toilette

etc ben ca mettrait moins mal à l'aise les filles etc donc euh je pense que ca ca serait bien. Et au niveau des professeurs et des élèves oui je trouve ça, je trouverai ça bien. Donc voilà. »

« H : Ben, quand on a nos règles, on devrait aller aux toilettes quand on veut, même pendant le cours.

D : Ouais. Ici c'est pas ok, quand tu demandes tu peux pas y aller?

H : Ben, ben des fois quand vraiment euh, on vient d'arriver en, en cours et qu'on revient d'une récré ou alors euh, ou alors quand c'est vraiment quand on est à cinq minutes de la fin du cours, y a certains profs qui veulent pas.

D : Et c'est plutôt les hommes, plutôt les femmes ou tous ?

H : Surtout les hommes.

D : Et t'as l'impression que tu seras plus sereine si on te laissait juste aller aux toilettes quand tu veux ?

Hotement de tête.

D : Et pourquoi ils veulent pas que tu ailles aux toilettes. Tu sais, ou t'as une idée ?

H : .... Parce qu'ils pensent que des fois on, on abuse un peu et que euh, et qu'on veut juste euh éviter un peu leur cours.

D : Mais toi tu sais que tu ferais pas ca pour exagérer, que tu en as besoin.

H : Ouais.

D : Donc tu trouves ca un peu... Comment tu te sens par rapport à ça ?

H : hm... Sous estimée. »

« I : Mh, ben parce que en fait on fait plus trop confiance aux élèves maintenant parce que quand elles demandent d'aller aux toilettes, ben c'est plutôt pour euh aller voir leurs potes ou euh pour sécher pour revenir une heure après donc, du coup ils font plus confiance.

D : Mais toi tu sais que si un jour t'as tes règles, ben t'irais aux toilettes, tu changeras ta serviette et tu reviendras.

I : Oui, moi je... mes potes sont tous en cours donc euh je vais pas aller les rejoindre.

D : Oui donc c'est vraiment une minorité qui s'en va de...

I : Hm, hm, ouais

D : Donc c'est dommage que tout le monde soit impacté.

I : Ouais. »

« D : Et si par exemple t'es en cours et que tu sens que tes règles vont arriver, est ce que tu peux lever la main et demander à y aller ou, c'est plutôt non?

J : Pfft, ca dépend, ca dépend certains cours.

D : C'est à dire?

J : Ben y a des cours là où on a plus peur des professeurs donc on ose pas vraiment demander, y a des cours ou oui littéralement si je, je sens que c'est, c'est la je demande et du coup y a aucun problème, ca m'est déjà arrivé de demander euh au professeur pour aller. »

« D : Et vous y avez accès par exemple entre les intercours etc on va pas fermer les toilettes?

J : Ouais non, ils les ferment pas, mais euh on peut pas vraiment y aller euh dans les intercours tu dois vraiment aller en cours ou sinon euh ben tu peux pas aller euh aux toilettes etc...

D : Tu devrais d'abord peut-être aller demander au professeur?

J : Ouais, tu dois arriver en classe et dire est ce que je peux aller aux toilettes s'il vous plaît? Et alors là on peut y aller, mais tu peux pas, ou alors entre certains cours quand si c'est par exemple un bloc de deux heures et que y a une intercours entre tu demandes pour aller aux toilettes et la oui on peut y aller, mais si c'est une intercours euh vraiment entre deux cours différents on doit demander aux profs qu'on a l'heure d'après pour euh, du coup aller aux toilettes. »

« J : Ouais, fin, je pense que, fin... si tu le fais à chaque cours, oui à chaque cours je dois aller aux toilettes juste avant ben non à la fin on te dira non mais, franchement non c'est, on peut y aller quand on veut quoi mais les intercours faut vraiment éviter. »

« D : Ok, euh est ce que quand tu es à l'école, par exemple aujourd'hui mettons tu as tes règles maintenant. Tu peux demander à un professeur euh "est ce que je peux aller aux toilettes", et y aller comme ça?

K : Oui.

D : En plein milieu d'un cours?

K : Oui.

D : En général ils sont, ils sont ok de dire oui?

D : Et aux toilettes c'est propre? Tu as du savon pour te laver les mains, du papier?

K : Oui.

D : Donc tu dirais que ton accès aux toilettes il est quand même relativement bon, tu te sens pas stressée par ça en plus d'être stressée par tes règles?

K : Hmhm. »

« ben on peut pas partir pendant que on a cours, fin on peut pas aller aux toilettes et c'est un peu compliqué parfois de gérer parce que on a que les récréations euh pour euh changer.

D : Tu peux vraiment pas par exemple même si tu demandais...

L : Ben en fait ça dépend des profs, du coup euh ben y en a ou on peut mais y en a euh c'est un peu plus strict et ils disent qu'on doit prendre nos précautions à la récré. »

« ca m'est jamais arrivé à moi mais une copine elle avait, elle a eu ça et la prof l'a laissée partir mais elle nous a dit à nous que "oui il faut prendre ses précautions etc". »

« D : Même par rapport au fait de, de pouvoir changer ta serviette régulièrement etc?

M : Oui non, non j'y vais aux pauses. En fait on a droit euh normalement on a pas le droit, mais on a quand même le droit.

D : Puis maintenant t'es en rhéto donc voilà.

M : Oui, voilà! Ben on a une pause à chaque heure, donc je peux aller la changer à chaque heure si j'ai un problème, et euh je me souviens quand on avait pas le droit, mais qu'on avait

quand même le droit, on demandait on nous laissait aller on disait qu'on avait un problème de femme et on nous laissait aller. »

« D : Et t'as l'impression que tu peux aller aux toilettes quand tu veux ou tu dois demander, et parfois on ne te donne pas l'autorisation?

N : Ben, pour nous, pour nous les filles on peut demander quand on veut a mon avis ce qui est un peu normal mais pour les garçons ben c'est un peu différent mais pour nous on nous autorise à aller aux toilettes.

D : Donc tu as quand même un bon accès quoi?

N : Oui voilà.

D : Mais tu dois toujours demander, tu ne peux pas te lever spontanément?

N : Oui, non voilà il faut toujours qu'on demande euh demande l'accès euh pour euh aller aux toilettes. »

#### **Catégorie tabou :**

« ben c'est dingue, c'est on est, on constitue quand même la moitié de la population, y a du papier WC partout, par contre euh nous euh, si on a un souci euh on doit se débrouiller dans son coin et limite hein pas trop le montrer parce que bon hein »

« fin pour les élèves qui nous ont parlé ya pas pire honte en classe ou à l'école que d'avoir un vêtement taché et de devoir toute la journée se le trimballer euh parce qu'on a pas une autre solution quoi »

« ce sont les écoles et les profs qui connaissent bien leur classe, et qui nous disent "vraiment cette classe là ne le faisons pas en mixité sinon ca va être le brain en classe et on à rien à y gagner" »

« on essaye aussi à travers ces, ces sessions, de mettre une sémantique en place, qui est euh, qui est importante aussi. »

« donc on en arrive à, pourquoi est ce que les personnes, dans certaines sociétés et dans les cultures, dans les cultures et sociétés patriarcales en général, pourquoi est-ce que les personnes menstruées sont mises au ban quoi ? »

« C'est à propos euh ben des trucs des filles etc c'est ça ?'

« C'était juste euh aussi à propos des, des emplacements des serviettes hygiéniques c'est que c'est bien aussi de les mettre euh vraiment dans les toilettes parce que à l'extérieur c'est... Fin y en a beaucoup qui ont pas trop envie que ça soit à l'extérieur mais euh, avoir mis euh l'emplacement des serviettes hygiéniques c'est super. Et euh, fin les mettre à l'extérieur par exemple euh, là-bas à l'entrée, près des éducatrices, y en a un euh disposé comme ça. Mais je crois que tout le monde voudrait dans les toilettes, et voilà.

D : Parce que vous vous sentez un peu gênées, vous avez l'impression qu'on vous regarde ?

B : Ben c'est pas gênée, mais c'est mieux pour nous aussi quoi, parce que la comme ca c'est un peu, fin bizarre, y a personne je pense qui va prendre là »

« elle est revenue ici de nous demander de marquer sur un petit papier ce qu'on pensait sur les relations aussi amoureuses et sur ça, sur les règles etc, et euh je pense que elle n'est pas revenue dans notre classe parce qu'il y avait pas beaucoup de questions mais que si on avait un problème on pouvait aller près d'elle »

« ben franchement moi j'ai eu encore de la chance parce que ça m'est arrivé encore y a pas longtemps ça avait transpercé et y a un garçon de, euh une amie à moi dans ma classe et le garçon il a dit « mais c'est pas ta copine ca devant ? » et euh, il a dit euh « regarde elle a des taches rouges derrière elle » et tout, et euh, je crois, c'était le seul à pas rigoler parce que fin voilà c'est comme ca, sinon les autres euh fin c'est pas qu'ils se moquaient, mais ils savaient pas quoi dire, quand ils voient ça etc, et du coup ben voilà, fin je trouve que, moi je m'en fous personnellement si ils me critiquent ou, si des trucs comme ça je m'en fous c'est comme ça et c'est la vie. »

« D : Ok. Et vous vous entraidez entre filles quand y a un souci ?

B : Ben franchement oui. Oui, oui, oui. Pas toutes évidemment parce que y en a certaines elles sont gênées sur ça alors que moi franchement pas du tout, donc voilà.

D : Tu trouves qu'il y a toujours quand même une gêne ?

B : Ben oui quand même, c'est normal. »

« même si ils les mettent à disposition comme ça, même si les garçons ils voyent que j'en ai une en main ou que ils voyent dans les toilettes, fin moi ça me, y aura toujours une gêne mais c'est pas la fin du monde, fin pour moi c'est normal et c'est comme ça. »

« Ben quand on rentre dans les toilettes, ben euh un peu derrière la porte ils y sont et euh, ben y a un côté tampons et un côté serviettes »

« Donc euh je pense que ca serait bien de leur expliquer aussi un petit peu. Peut être pas tout mais une partie.

D : Peut être pas tout. Pourquoi ?

C : Ben, parce que du coup ils sont pas concernés par tout, ca pourrait juste les ennuyer etc »

« D : Ok. Euh est ce que tu penses que dans la société aujourd'hui ça reste un tabou de parler des règles.

C : Parfois oui, parfois non. Moi je dirai surtout à l'école. Euh, mais sinon, avec ses copines et d'autres femmes etc ca va en vrai.

D : Et pourquoi à l'école c'est tabou ?

C : Je sais pas mais moi chaque fois que j'en parle ou qu'on en parle entre nous etc ben y a quand même un aspect de gêne, je sais pas pourquoi. (...) Ben maintenant ça dure depuis toujours donc je sais pas si on a pas trouvé de solution, parce que tout le monde sait que c'est normal. Donc si c'est un tabou euh, encore maintenant je sais pas. »

« Ben ca dépend parce que y a des serviettes et des tampons un peu, allez y a des serviettes qui sont on va dire dans les couloirs de l'école du coup ca c'est on va dire un peu plus gênant d'y accéder »

« ben, la disposition juste des tampons c'est en plein milieu du couloir et que du coup allez celle qui met des tampons c'est plus compliqué pour elle mais sinon, non. »

« Après quand c'est des hommes, donc encore une fois c'est un peu plus... en fait c'est malaisant de dire "j'ai mes règles genre laissez moi sortir" à un homme genre alors qu'à une femme genre c'est beaucoup plus fluide, parce que toutes les femmes ont leurs règles. Après y a des aigries hein qui veulent pas mais euh sinon euh ouais ils sont, fin les profs euh en tout cas dans mon année sont vraiment beaucoup plus compréhensifs. »

« Je pense que j'en sais trop peu pour ce que c'est, parce que en fait euh personne n'en parle comme c'était tabou alors que, genre toutes les femmes ont leurs règles, c'est pas du tout tabou »

« D : Et y a personne à l'école qui est venu euh discuter un peu de, c'est quoi les règles ?

E : Non.

D : Et tu penses que ça serait chouette ?

E : Mh, oui ça pourrait être utile mais après pour les garçons je sais pas si... ça serait vraiment super intéressant, mais pour les filles oui ça pourrait vraiment être utile pour certaines genre celles qui ont des parents moins fin... plus... renfermés, qui sont pas forcément ouverts sur ce sujet là, je pense que ça pourrait être intéressant.

D : Toi tu serais plutôt intéressée par euh une animation euh que les filles ?

E : Ouais. Parce que aussi y a des filles elles sont super mal à l'aise d'en parler devant les garçons donc euh ouais ça serait peut-être plus chouette de le faire qu'entre filles. »

« E : Si si si, euh c'est quand même important que, qu'ils savent? Sachent?

D : Sachent.

E : Que les garçons sachent euh, ce qui se passe aussi dans notre corps, mais après euh, je parlais par rapport aux filles qui sont, par exemple si on pose des questions, qu'on demande des informations et tout, je pense que les filles seraient plus mal à l'aise d'en parler si c'était devant des garçons que si c'était juste entre elles entre filles, donc euh. Ca concerne aussi les garçons mais je pense qu'il faudrait plus approfondir avec les filles. »

« Et quand on rentre du coup c'est euh, sur le côté, derrière la porte »

« Ouais quand on dit, quand on dit à nos profs qu'on a nos règles ils font toujours des têtes en mode euh, dégoutés ou je sais pas, quand c'est des garç, en fait c'est quand c'est des hommes parce que quand c'est des femmes elles s'en foutent je pense, parce que voilà, elles ont été à notre place, elles sont plus compréhensives, mais euh quand c'est des hommes, quand on leur demande et tout ils font toujours des têtes un peu écoeurées et dégoutées, c'est super malaisant! Ou alors euh... euh, ouais quand, quand on dit euh, genre par exemple j'ai un groupe d'amis garçons, ben quand je dis j'ai mes règles ben ils me regardent en mode euh "qu'est ce que tu racontes " alors que, c'est des règles genre... on s'en fiche. »

« en fait je pense que c'est chez les hommes en fait.

D : Et tu penses que c'est pourquoi?

E : Parce qu'ils sont pas concernés. Qu'ils connaissent rien et que pour eux c'est juste du sang en fait. Le sang je peux comprendre que ca... ça ne réjouisse pas, mais euh, de là à faire les dégoûtés euh c'est ridicule. C'est parce que c'est du sang qui coule, c'est pour ça qu'ils sont... »

« même si parfois c'est un peu plus gênant de prendre devant tout le monde, mais voilà. »

« F : Ben en fait euh oui y a, y a une machine devant le bureau des éducateurs.

D : Ok, et la tu te sens pas particulièrement à l'aise d'y aller?

F : Non mais parfois y a personne du coup euh j'y vais quand même.

D : ok, mais quand y a des gens...

F : Ben je prends en discret.

D : t'as l'impression que c'est un sujet dont on peut pas vraiment parler?

F : Si mais c'est pas... Fin c'est quand même... Fin je trouve ça un peu fort intime. »

« Fin, c'est parce qu'en fait avec mes parents on parle pas forcément de ca, du coup c'est pas toujours euh simple de parler avec les autres. »

« Si je me lève et que je vais au bureau je dis ben "les trucs de filles" quoi ils me laisseront sortir donc euh...

D : Et tu te sens à l'aise de dire que tu es réglée?

G : Non, pas trop. Non, quand même pas.

D : Pourquoi?

G : Je sais pas, fin je trouve quand même fin pour moi c'est pas un sujet tabou mais je sais que c'est un peu... fin y a pas tout le monde qui en parle ouvertement quoi donc euh...

D : C'est intime.

G : Oui voilà c'est un peu ça, après moi ca va je suis pas mal à l'aise mais euh... par exemple avec mes copines et tout ca je vais leur dire clairement ben je suis réglée fin si je dois le dire quoi, mais euh... mais pas eux professeurs et tout ca quand même pas. Je suis pas assez à l'aise. »

« ben ma maman fin voilà m'a un peu expliqué quand je les ai eues quoi euh mais sinon non on en parle pas vraiment.

D : Elle ne t'en avait pas parlé avant que tu aies tes règles?

G : Euh... Non pas vraiment parlé euh mais elle m'a jamais caché ce que c'était quoi euh, je savais ce que c'était même avant que je les aies quoi. »

« Euh, ils sont placés euh ben du coup euh dans les toilettes des filles, euh derrière la porte »

« Mais après je me dis, peut être que certains garçons aussi peut être qu'entre guillemets faudrait un peu qu'on leur explique pour pas qu'ils se disent "han, les règles c'est dégueulasse, c'est quoi les règles" après je pense que maintenant on est un peu, je trouve que en tout cas maintenant euh fin c'est un peu bizarre ce que je vais dire, dans notre année fin on est en 2025 euh, beaucoup de choses ont évolué etc on est un peu beaucoup moins tabou par rapport à ce genre de choses, je pense que la plupart des garçons savent clairement ce que c'est, mais je pense qu'il y en a quand même qui sont un peu euh genre "les règles c'est dégueulasse" ou aussi "les règles ça fait pas mal, nous euh on a des, des parties intimes, ça fait plus mal" »

« Oui ou je dirais plus ben, quelque chose, plus une animation pour les garçons du coup et plus une animation pour les filles parce que je pense que même si des filles elles ont des questions etc je sais pas si elles poseraient vraiment les questions si y aurait des garçons. »

« ben les hommes voilà je pense déjà ils s'y intéressent pas vraiment, ils s'en foutent un peu, et je pense que... euh... ben parce que des hommes, pensent bizarrement, fin je sais pas. »

« c'est je pense que beaucoup de, fin dans beaucoup de familles par exemple on parle avec notre maman et le garçon arrive ben c'est "c'est pas tes affaires, c'est entre filles", je pense que ben ça fait partie aussi de l'éducation, il faut un peu les faire rentrer dans le sujet »

« Oui, je pense, comme ça ben, en fait quand on grandit avec la chose, qu'on en parle ouvertement ben forcément c'est moins tabou. »

« je pense par exemple moi voilà quand je prends une serviette je suis toujours un peu, je la prends vite et je vais dans la toilette quoi je vais pas... »

« D : T'es contente que le distributeur soit dans les toilettes et pas en dehors?

E : Oui, oui. Quand même. »

« E : Oui je trouve que c'est bien fait que les, que les distributeurs soient vraiment à l'intérieur des toilettes, ça je trouve ça vraiment bien fait, parce que ben voilà, je pense que même si on normalise la chose je pense qu'il y a toujours ce petit truc euh un peu mal à l'aise je pense, je pense. »

« ben je comprends que voilà imaginons je viens d'avoir mes règles je le vois j'ai pas envie de dire clairement "madame je viens d'avoir mes règles" quoi euh, j'ai pas trop envie de la dire. Si j'ai pas le choix je le dirai »

« D : Toi t'as l'impression que c'est un sujet dont tu préfères pas parler en général ?

F : Oui, voilà.

D : Et pourquoi ça ?

F : Parce que je suis un peu pudique.

D : hm hm. Et tu penses que c'est pas normal d'en parler euh...

F : Ben euh si mais euh, je préfère juste pas en parler. »

« D : T'es une chanceuse. (rires). Euh est ce que euh par rapport à la position des appareils, tu m'as dit que c'était près du, du bureau des éducs, est ce que tu as l'impression parfois d'être un peu gênée d'aller te servir devant tout le monde ou pas du tout ?

F : Euh.... oui je suis un peu gênée.

D : Ok, et donc tu préfères le faire quand y a pas, quand y a personne ou?

F : Ouais. »

« I : Ben, ils ont donné un papier ou ils expliquaient tout, je trouve que c'est mieux comme ça, fin c'est juste que quand y a des gens fin les, par exemple les garçons qui ont pas ça, et après ils vont faire des, faire des manières et tout c'est chiant. Je préfère, fin on a reçu un papier et je trouve ça très bien.

D : Et toi tu préférerais qu'on vienne vous parler juste aux filles?

I : Juste aux filles ouais parce que les garçons... y a des garçons qui, qui se moquent de ça alors qu'ils ont jamais ça, fin »

« I : Non! Non, non c'est juste les garçons vraiment, genre un moment y avait ma pote qui avait eu des règles, ses règles et euh mhhh elle était au ramadan, du coup elle faisait pas le ramadan quand on avait nos règles, et y a un mec qui est venu il a dit euh "ah elle a ses règles" devant tout le monde ben, fin...

D : Ca ne regarde personne.

I : Ben oui »

« I : Ouais ca je m'en fous un peu honnêtement que les gens ils voyent que j'ai pris une serviette fin c'est pas... de toute façon elles sont bien cachées donc ça va. »

« I : Mh, en cours de gym oui, euh mais en, ca m'est jamais encore arrivé de dire mais au prof que je devais aller changer ma serviette parce que je change tout le temps. Mais euh, je pense je serai capable oui. Si c'est une fille. Si c'est un, si c'est un garçon je...

D : Tu te sentirais moins à l'aise de le faire?

G : Oui voilà ».

« Ah oui à la maison ben on en parle quand même euh un petit peu. A l'école, pas vraiment, fin peut être un peu avec les, fin les copines mais euh, sinon euh les professeurs etc dans le cadre des cours on en parle pas vraiment non spécialement quoi. »

« Ben y a des cours là où on a plus peur des professeurs donc on ose pas vraiment demander, y a des cours ou oui littéralement si je, je sens que c'est, c'est la je demande et du coup y a aucun problème, ca m'est déjà arrivé de demander euh au professeur pour aller. »

« on en parle pas trop. »

« J : Ben, je sais pas peut être une femme qui, ben parce que là déjà c'est vrai que je sais que y en a ca dérange que y ait les garçons, donc ça c'est vrai que déjà ils pourraient peut être faire peut être un truc pas mixte, donc ça serait peut être déjà bien, et puis euh du coup euh nous poser nos questions, fin puis nous qu'on puisse poser des questions vraiment euh sur tout et puis euh aussi euh, ben oui qu'on nous parle de, de ce que c'est euh d'être euh une femme et de devoir par exemple acheter etc ses serviettes et puis euh comme on dit les distributeurs dans les toilettes ça c'est vraiment sympa, fin voilà ce genre de choses quoi. »

« je sais pas, peut être que, nous quand on parle des fois quand nous on parle des règles avec les garçons fin que nous on en parle, parce que nous on reste quand même souvent avec les garçons de notre classe, parce que y a, fin voilà, et euh donc du coup euh ouais quand euh on en parle peut être ils sont un peu gênés ou ils se demandent pourquoi ont est à l'aise de parler de ça mais voilà c'est parce que, je sais pas comment dire, c'est "normal" fin, c'est... »

« D : Tu penses qu'il faudrait les responsabiliser par rapport à ça?

J : Ouais! Ça, ça serait vraiment bien. Euh parce que bon, ils comprennent pas toujours tout, donc ca serait peut être bien euh.

D : Et pourquoi tu penses qu'ils comprennent pas toujours tout?

J : Ben... déjà c'est des garçons donc voilà et puis euh ils sont moins matures par rapport à ça et je pense que ca peut etre bien pour euh même eux leur euh, savoir si plus tard quand ils auront une copine fin voilà comme ca ils savent un peu le sujet au lieu de, c'est peut être bien.

D : De faire les dégoutés et de pas être sereins.

J : Ouais voilà (rires). »

« D : Mais par exemple, mettons, fin tu fais de, de l'athlétisme, euh si un jour t'es vraiment mal à cause de tes règles à l'athlétisme, est ce que t'hésiterai à en parler à ton prof d'athlétisme, ou est ce que tu lui dirai euh.

J : Non je lui dirai, litté, fin après ça dépend encore une fois de l'entente que, on a avec les personnes avec qui on s'entraîne etc, mais oui oui même si c'est un homme je lui dirai parce que, fin voilà on a une bonne entente mais c'est encore différent. »

« K : Ben euh des fois ça peut être stressant, parce que on peut pas directement savoir quand elles arrivent et euh ben des fois on a des, on a des moqueries parce que si jamais on a une tache ou quoi ».

« K : Euh on a fait ça avec les filles, que entre filles et puis après c'était avec les garçons.

D : Ok et t'en as pensé quoi du fait que vous soyez séparés au début et puis ensemble?

K : Ben c'était mieux.

D : Pourquoi?

K : Ben parce que on se sentait moins jugés.

D : T'as l'impression que les garçons ont du jugement par rapport aux règles?

K : Oui.

D : Tu peux m'expliquer un peu euh?

K : Ben des fois ils en rigolent et c'est pas très sympa.

D : Ok, et tu penses que c'est pourquoi? Qu'ils en rigolent?

K : Je sais pas. »

« D : T'aurais tendance à te tourner vers les réseaux pour avoir des infos sur les règles?

K : Oui plus facilement.

D : T'aurais plus facilement tendance à te tourner vers les réseaux où à demander à une personne de référence?

K : Plus facile à me tourner vers les réseaux.

D : Pourquoi?

K : Parce que on a pas à avoir un jugement un petit peu.

D : Donc tu penses qu'il y a quand même toujours un tabou.

K : Ouais. »

« D : Et quoi, en fait euh si par exemple t'es vraiment pas bien à la natation à cause de tes règles est ce que c'est quelque chose que tu te sens à l'aise d'aborder avec euh ton... on appelle ça un moniteur de natation?

K : Oui

D Avec ton moniteur de natation ou?

K : Oui parce que c'est une femme.

D : Et si c'était un homme, tu serais moins...?

K : Oui!

D : Pourquoi tu serais moins à l'aise avec un homme?

K : Je sais pas (panik).

D : parce qu'il a pas ses règles peut être?

K : Oui peut être. »

« L : Ben au pire si y en avait pas j'aurai demandé à Mme W mais...

D : T'aurais été un peu plus gênée de le faire?

L : Oui je pense.

D : Pourquoi?

L : Je sais pas, je sais pas c'est... je sais pas (rire nerveux). »

« M : Oui. J'ai aucun problème à sortir une serviette ou un tampon pour aller aux toilettes, euh fin ça me gène vraiment pas et euh voilà. Nous on en parle entre nous euh, y a aucun problème avec ça.

D : Tu te sens plutôt décomplexée toi par rapport à ça.

M : Ah oui oui totalement. Ben c'est naturel tout le monde les as au bout d'un moment euh. »

« M : Ben euh, en fait elles ont déjà fait des, des animations sur les MST par exemple, ben c'était vraiment bien parce qu'on en a appris beaucoup, donc y avait un power point et y avait des petits jeux. Donc ca ca serait bien sur les règles, et surtout vis-à-vis des garçons je pense parce qu'ils sont un petit peu réticents euh face à ça alors que fin c'est normal quoi! »

« M : Ben parce que je pense que des fois ils comprennent pas forcément euh comment nous on peut se sentir quand on les a parce que ben on peut être de mauvaise humeur ou plus triste et du coup euh ça devient une normalité "gneugneu t'es chiante t'as tes règles", voilà, la phrase typique! Mais en vrai dans notre, on est une très très bonne classe, et du coup ben ici ca va, mais je pense que y a des mentalités chez les garçons qui sont plus fermées, quand on en parle ils sont plus "berk, berk" alors que, fin...

D : Est ce que tu penses que c'est peut être parce que c'est tabou?

M : Oui un peu. Moins maintenant, mais je pense que c'est toujours un peu tabou. Ils sont vite dégoutés quoi.

D : Et pourquoi tu penses que c'est toujours un peu tabou?

M : Ca, c'est une bonne question. Euh... ben parce que c'est quand même dans des parties génitales et que voilà. On parle de nénette donc c'est compliqué. »

« M : Y a pas eu de changement, franchement euh ben elle est là elle est là. Après j'ai jamais vu personne en prendre dedans quoi. Est ce qu'ils se cachent, est ce qu'ils y vont quand euh quelqu'un n'est pas là, c'est possible aussi quoi. Je sais pas du tout comment les autres, fin dans ma classe oui je sais mais on est pas beaucoup donc euh voilà, je sais qu'on a aucun problème avec ça mais...

D : Tu en prendrais devant tes copines mais tu serais toujours gênée de le faire devant des étrangers ou toi ca va?

M : Non pas du tout, non. j'ai déjà été euh j'en ai pris et voilà quoi.

D : Mais tu penses que les autres sont peut être gênés d'aller se servir ou quoi?

M : Ouais peut être, ouais.

D : Parce que ça reste quelque chose d'intime pour elles?

M : Ouais peut être, ouais je pense. »

« parfois j'ai peur que, qu'on remarque que j'ai une tache quelque chose comme ça »

« N : Ben à l'école c'est euh... ca va, mais on a toujours peur euh de, d'avoir une tache, fin euh que ça déborde de notre serviette ou quelque chose comme ça mais aussi non ca va mais, comme, comme la c'est des fois on est à l'école et quand on ne sait pas qu'on va avoir nos règles ben c'est seulement quand on se rend compte que ça coule que la ça devient un peu plus compliqué. »

« D : Et euh, tu penses que c'est des animations qui devraient être faites que avec les filles ou avec les filles et les garçons?

N : Ben ça serait bien aussi que ça soit avec les garçons, pour euh leur montrer quand même ce que, ce que, pas on subit mais ce, ce que ça fait aussi que des fois quand, quand ils nous disent qu'on est énervées quelque chose comme ça "ah ben t'as tes règles" et tout quoi, donc euh c'est pour montrer un peu le truc euh comme quoi faut pas, faut pas, oui on peut de temps en temps rigoler ou quoi mais faut pas tout le temps sortir cette phrase, cette phrase là parce que c'est pas... c'est pas très rigolo. »

« N : Oui parce que... ben il y a certaines filles qui, qui sont un peu gênées de parler de ça, elles se sentent pas à l'aise de, de parler des règles elles trouvent ça gênant de, de dire ah ben oui j'ai mes règles et des choses comme ça alors que c'est tout à fait normal d'avoir ses règles c'est, c'est notre corps il a été conçu comme ça donc y a pas de gêne à avoir de, de parler des règles, c'est, c'est je veux dire c'est naturel.

D : Et pourquoi tu penses que ça reste un tabou pour certaines personnes?

N : Parce que elles sont pas à l'aise euh. »

« mais euh par exemple celle qui vit euh rien qu'avec leur papa ou par exemple leur grands parents ou quelque chose comme ça on ne sait pas la situation mais qui vit avec une autre personne euh, qu'elle euh qu'elle fait pas confiance ou quelque chose comme ça ben ça peut être gênant d'en parler euh avec euh cette personne là quoi. Par exemple moi ici j'ai pas de gêne d'en parler avec mon papa parce qu'on a, on est sans gêne avec mon papa mais par exemple si c'était avec euh je dirai mon grand père ben là ça me gênerait d'en parler euh des règles.

D : Parce que tu as l'impression qu'il ne connaît pas le sujet ou que ça ne le concerne pas?

N : Ben ça ne le concerne pas. Pour moi ça ne le concerne pas donc euh... »

#### **Catégorie Place de la douleur :**

« qu'on nous a appris finalement à accepter les règles ça fait mal et c'est comme ça. Ben, oui et non, c'est à dire qu'il y a jusqu'à un certain point, et donc y a des jeunes filles qui finalement ont eu recours à des systèmes D et se sont brûlées, alors que elles avaient l'endométriose quoi. Donc c'est vraiment informer »

« D : Et on t'a pas dit que avoir mal c'était normal ?

C : Si, ça oui.

D : Ok, et tu te sens comment par rapport à ça.

C : Rire géné. Ben, euh... ben comme c'est normal euh je m'inquiète pas trop mais euh, c'est...

D : T'as pas l'impression de te dire ben « c'est quand même pas cool euh »

C : Ben si, parce que ben le début de mes périodes ça fait très très très mal, mais... Sinon ben voilà. Sans plus. »

« Ben euh c'est vrai que à l'école ils sont moins compréhensifs parce que euh par exemple y a des jours où je peux pas venir parce que en fait je sais pas marcher donc euh je vais pas venir à l'école si c'est pour tomber à chaque fois que je me lève de ma chaise et c'est vrai que euh ça c'est des justifications pour les absences parce que je vais pas aller chez le médecin pour ça parce que fin c'est la même chose tout le temps quoi et c'est vrai qu'ils sont pas très compréhensifs et ils prennent pas ça comme excuse valable pour ne pas venir à l'école donc c'est vrai que ça c'est... c'est super embêtant parce que du coup on se retrouve avec des

absences et absences injustifiées, des contrôles à repasser, plein de trucs qui gênent dans le, dans le dans le déroulement scolaire ; sinon aussi euh, au niveau des, douleurs franchement c'est, avec les médicaments qu'il y a maintenant c'est beaucoup plus gérable. »

« F : Ben euh au début j'étais un peu euh déçue qu'on m'aie penti parce du coup vu que c'est mon corps je trouvais que je pouvais savoir euh si c'était normal quoi, mais euh mon père il est... ostéopathe. Et il m'a dit que euh lui des femmes qui avaient des douleurs de règles qu'il devait soigner il en avait beaucoup et que c'était pas normal d'avoir mal, parce que c'est pas mon médecin qui me l'a dit du coup c'est lui et euh... j'étais un peu euh choquée du coup j'ai fait des recherches et tout sur les réseaux sociaux et vraiment pour dire que le point ou j'avais mal c'est que c'était vraiment genre pas normal du tout du tout donc euh... en fait j'étais euh j'étais pas en colère mais j'étais déçue parce que vu que c'est mon corps j'avais le droit de savoir »

« mais elle aussi elle est un peu euh en colère entre guillemets que, que à l'école en fait on prenne pas ça comme excuse valable, ca c'est vraiment un truc qui me dérange.

D : T'as l'impression que t'es pas prise au sérieux?

F : Ouais. Parce que en fait euh, c'est pas méchant mais, c'est c'est vraiment genre euh négliger qu'on ait mal et dire que c'est pas valable alors que c'est des hommes donc ils le vivent pas, pour moi c'est ridicule. Fin euh, si, si c'était des femmes dans la direction j'aurai

pas dit mais là c'est un homme qui dit que c'est pas valable donc euh ... En gros c'est qui lui pour dire que c'est pas valable ? »

« H : Ouais je sais que dans certains pays, les femmes qui ont leurs règles peuvent, elles ont quand même euh quelques jours de congé.

D : Hm hm. Et t'en penses quoi? Tu penses que c'est une bonne chose ? T'aimerais bien qu'on mette ça en place ici à l'école ?

H : Y a, ben des fois c'est, y a trop de flux ou c'est vraiment trop mal.

D : Et pourquoi tu penses qu'on met pas en place chez nous ?

H : Parce que y a, y a beaucoup trop d'hommes aux commandes et qu'ils savent pas c'est quoi. »

« Est ce que t'as l'impression que les garçons se rendent plus compte que c'est normal grâce à ça ou ?

H : Ben j'ai, j'ai l'impression qu'ils le savent mais qu'ils s'en foutent quand même.

D : Ok. Ca les intéresse pas parce que c'est un problème de filles ?

H : Voilà. »

« Comment tu te sens par rapport à ça ?

H : hm... Sous estimée.

D : Tu te sens infantilisée ?

H : Ouais. »

« C'est normal de faire un malaise carrément?

D : Non, c'est pas normal

I : Ah ok

D : C'est pas normal de faire un malaise quand on a ses règles.

I : Parce que en fait un jour j'ai fait un malaise, c'était mon premier malaise, fin j'en ai plus fait depuis, et euh ben en fait, on m'a dit que c'était un malaise vagal, mais comme par hasard c'était le jour où j'ai le plus eu mal et où j'ai le plus perdu de sang aussi. »

« chaque femme est différente, donc euh voilà mais euh, je sais pas je trouve, dire "oui c'est normal d'avoir mal" ben y en a qui ont leurs règles et qui ont pas forcément mal y en a qui ont vraiment très mal quoi . »

« D : Ok, et on t'as parlé du fait que c'était normal d'avoir mal ou pas?

L : Oui, je crois. Je sais plus.

D : Et comment tu te sens par rapport au fait qu'on dise que c'est normal.

L : Ben je sais pas parce que ca fait mal du coup ca a pas l'air normal (rire gêné). »

« J'ai vraiment pas beaucoup de douleurs, sauf le premier jour j'ai très mal mais je prends un médicament, un perhofemina et ben, c'est bon. Et j'ai plus mal pour toute la semaine, donc voilà. »

« par rapport à l'endométriose etc déjà ben à leur époque c'était vraiment pas connu et nous maintenant on en parle plus donc euh... »

« M : Euh moi on m'a toujours dit que ça devait vraiment pas faire mal. Fin dans ma famille en tout cas, mais par exemple, j'ai une grande soeur qui a très très mal et du coup elle a du prendre la pilule à cause de ça, mais euh fin moi j'ai, j'ai mal le premier jour mais sinon euh... »

D : Ok. Oui donc on ne te normalise pas la douleur dans ton entourage?

M : Oui, non. »

« on devrait faire, vous avez déjà eu euh sur les réseaux sociaux les... les patch qu'on colle aux hommes et alors ça leur fait sentir la sensation de règles? »

D : Oui j'ai déjà vu ça.

M : On devrait leur faire faire ça.

D : Tu penses que ca leur mettrait un peu du plomb dans la cervelle?

M : Et leur mettre un pampers avec du mouillé dedans, comme ca ils seraient un petit peu gênés.

D : T'as l'impression qu'ils se rendent pas compte, qu'ils ont moins de soucis que nous?

M : Ouais, je pense. »

« M : Oui, après comme j'ai dit euh, j'ai pas des, j'ai pas les pires règles du monde donc je pense que quelqu'un qui à très très mal des fois ben il aimerait pas être là forcément »

« Euh... euh... si on ressent des douleurs ou quelque chose comme ça euh par ce que comme y a l'endométriose ou des choses comme ça voir pour que ça soit pris quand même à temps mais que ça soit pris euh... pris euh... »

D : Pris en charge?

N : Pris en charge parce que y en a beaucoup qui souffrent de ça quoi. »

« D : On t'a parlé de la douleur des règles?

N : Oui.

D : Et on t'en a parlé comment?

N : Ben on.... ben, comme on parle toutes ensembles avec les filles on dit que ça fait vraiment mal quoi ça.... ça, ça nous tortille le ventre, on a l'impression que ça nous met des couteaux, puis surtout euh, dans le dos aussi ça fait, ça fait super mal aussi et tout, même les douleurs qui descendent dans les jambes et des choses comme ça.

D : Et on t'a dit que c'était normal d'avoir mal?

N : Des fois, fin on se dit que oui c'est normal d'avoir mal fin c'est comme ça, c'est notre, c'est le corps qui fait que...

D : Et t'en penses quoi du fait que ça soit normal d'avoir mal, t'es d'accord, t'es pas d'accord?

N : ben pfft, pas trop parce que c'est quand même, ça fait quand même mal quoi, des fois on peut en pleurer ou... vraiment ça, on peut rester cloîtrée au lit à cause de ça donc euh... je sais pas trop comment expliquer mais...

D : Oui, tu te dis que ça serait peut être intéressant qu'on ne s'habitue pas à la douleur?

N : Oui, ça serait plus, plus intéressant, parce que des fois faut qu'on prenne des médicaments pour euh soulager euh ça et ou, il faut qu'on, qu'on mette parfois y en a qui mettent une bouillotte sur euh, sur soi et qu'après on se brûle carrément parce que ça, ça nous soulage donc euh... »

#### Catégorie Charge Mentale :

« Les profs de gym qui conseillent entre guillemets d'utiliser un tampon pendant les cours de piscine, ça passe pas. Personne ne peut t'obliger à utiliser un produit que tu n'as pas envie, tu vois? Alors elles me disent "mais alors on se ramasse un zéro". Ben oui. Mais ça c'est pas juste. »

« et du coup ben voilà, fin je trouve que, moi je m'en fous personnellement si ils me critiquent ou, si des trucs comme ça je m'en fous c'est comme ça et c'est la vie. »

« c'est vrai, parce que quand y en avait, quand y en avait pas, parce que ça m'est déjà arrivé que j'en avais pas et euh, qu'il y en avait pas à l'école, et je crois que c'était même une prof qui devait m'en donner parce que y en avait pas, donc c'est vrai que, je sens, pour aller à la gym ou un truc comme ça je me sens allez un tout petit peu plus euh, fin apaisée quand j'ai mes règles quoi. »

« maintenant que je les ai quand y a eu le projet j'étais, j'étais contente, donc voilà. »

« mais si la maintenant y en avait pas, je stresserai quand même un peu, parce que pour les filles, même pour moi et voilà. »

« il faut savoir que je les ai pas régulièrement, elles sont un peu euh dispersées comme ça et euh quand je les ai ça fait mal et euh ben je m'y attends pas parce que du coup je sais pas quand elles peuvent arriver mais... à l'école ca va du coup parce on a les distributeurs etc donc euh quand on en prend pas ben c'est plus trop euh problématique parce qu'on peut et tout, et moi je suis plus serviettes aussi, que les tampons. »

« D : Ok. Et euh quand t'es en classe y a pas de souci à ce que tu demandes "est ce que je peux aller aux toilettes?" ou parfois on te dit non?

B : Euh ben je demande pas forcément moi j'anticipe souvent d'aller le matin, à la récré, à la récré du midi puis euh ben quand je rentre chez moi directement.

D : Tu dois quand même t'organiser.

B : Ouais. »

« B : Non, c'est juste que ça surprend du coup et... c'est dur de s'organiser.

D : Ok, et tu trouves que c'est normal dans ta vie quotidienne que tu aies des difficultés à t'organiser comme ça? A cause de ça?

B : Mh, non, mais au final tant que j'ai toujours mes précautions et tout ben ca va, surtout à l'école. »

« C : Ben euh je les utilise des fois parce que ben quand je m'y attends pas ben des fois j'utilise celles de l'école mais sinon j'ai toujours sur moi.

on va dire au début de ma, des périodes on va dire ben là je suis moins à l'aise parce que j'ai très mal et tout mais à la fin, ça va. »

« dérégliée pendant deux ans, j'ai un calendrier ou je marque tout, le début et la fin euh du coup ca m'aide un peu à me stabiliser, pour voir à peu près quand je les ai. »

« D : Et tu vas chez le médecin pour ces douleurs là ou?

E : Ben j'ai été euh chez la gynécologue, qui m'a dit que euh, fallait prendre la pilule »

« je sais plus ou moins quand vont tomber mes règles mais c'est pas fiable a 100%. Du coup y a des moments genre ou je suis en cours et j'ai mes règles d'un coup donc euh, et j'ai pas forcément des serviette sur moi, du coup la machine elle m'a quand même soulagée plusieurs fois, mais euh ouais, je prends je prends beaucoup de chez moi parce que ben ici euh, des filles qui ont moins les moyens parce que ca coute quand même cher, les serviettes ça coûte quand même super cher donc y a des filles qui ont pas les moyens qui prennent dans la machine et euh.... C'est normal, fin après c'est un peu embêtant pour nous, mais c'est normal donc on se plaint pas, mais du coup il reste souvent que les tampons et tout. Donc que je suis vraiment euh en déche je prends les tampons mais. »

« je prends mes serviettes avec moi et je me change avant et après la leçon parce que vu que euh ca bouge un peu fin faut changer mais sinon euh non ca va. »

« Ben souvent je prenais beaucoup dans ma mallette et je mettais dans mon casier, fin...

D : C'était moins pratique »

« D : T'étais déjà quelqu'un d'organisé?

F : Voilà

D : Mais tu devais y penser tout le temps?

F : Voilà (rires).

D : Et t'as l'impression d'y penser moins ou pas du tout ?

F : Euh, moins. »

« déjà je prends toujours des médicaments sur moi, parce que j'ai, j'ai des règles super douloureuses, donc euh j'ai souvent mal euh et elles sont pas réglées, donc euh c'est un peu compliqué. Dans la vie de tous les jours je prends toujours euh ben une serviette ou deux dans mon sac ou quoi, mais pour venir à l'école ben euh y a des distributeurs de serviettes donc j'en prends pas, honnêtement. Et... Qu'est ce que je fais pour gérer? Je fais le stock de serviettes chez moi on va dire (rires). »

« quand je suis réglée du coup ben c'est rassurant parce que je me dis "j'ai pas besoin de penser à ça", je suis pas dans le bus en me disant euh "ah mince j'ai oublié d'en prendre", je sais qu'il y en a a l'école, donc ça y a pas de soucis quoi. Donc oui je trouve que quand même c'est rassurant. »

« Ben c'est bien parce que, parce que des fois ça arrive comme ça en plein cours et euh et on a rien. »

« si t'as oublié, t'as tes règles comme je disais tantôt, c'est, ca peut être gênant pour la personne d'avoir une grosse tache, fin de se lever et d'avoir une tache et tout, et je trouve ça plutôt bien moi. »

« Mh ben je les prenais avec moi, et euh ben ca m'est arrivé une ou deux d'oublier, mais j'ai eu de la chance donc ca va. »

« je change tout le temps. »

« mais euh en réalité à l'école, ben c'est pas vraiment compliqué, j'ai juste une petite trousse avec euh des, des affaires euh du coup euh des trucs hygiéniques, et euh du coup ben je vais aux toilettes pendant les, les récrés quoi. Après des fois ça m'arrive que ca soit pendant les intervalles ou du coup ça c'est un peu embêtant. Du coup je vais dans les toilettes puis voilà, et je reviens en cours. »

« une fois j'avais oublié le matin et j'en avais mis une le matin et du coup ben je sais que ça absorbait moins que celle que j'avais et du coup j'allais changer plus régulièrement sur la journée que... »

« D : Et je voulais te demander si un jour on retire le distributeur est ce que ca t'impactera ?

J : Ben pfft, je ferai beaucoup plus attention à du coup euh ce que je mets dans mon sac du coup parce que du coup y a le... mes serviettes du coup je pense que je ferai plus attention et que je regarderai plus souvent pour voir si euh du coup j'ai mes serviettes dedans, mais euh un petit peu quand même parce que du coup j'aurais plus peur de... au cas ou si jamais j'oublie, mais après en soi y a quand même les copines etc qui ont elles aussi des serviettes et donc. »

« K : Ben euh des fois ça peut être stressant, parce que on peut pas directement savoir quand elles arrivent et euh ben des fois on a des, on a des moqueries parce que si jamais on a une tache ou quoi. »

« K : Ben j'ai toujours une pochette dans ma mallette euh avec euh ce qu'il faut. »

« K : Ben des fois à la natation c'est un peu embêtant parce que ben... des fois euh ca, ca coule du coup ben c'est embêtant. »

« ils disent qu'on doit prendre nos précautions à la récré. »

« une copine elle avait, elle a eu ca et la prof l'a laissée partir mais elle nous a dit à nous que "oui il faut prendre ses précautions etc". »

« L : Euh ben j'avais toujours une petite trousse avec moi ou y avait euh des serviettes etc.

Euh avant euh c'était trop chiant avec euh la serviette une serviette c'était insupportable je le sentais tout le temps. »

« M : Ben c'est vrai que avant j'avais toujours le réflexe d'avoir une trousse avec plusieurs serviettes au cas ou, et depuis qu'il y a la machine c'est vrai que j'ai un peu arrêté cette habitude »

« M : Ouais je pense. C'est quand même très impactant euh ben, c'est une semaine sur le mois ou euh déjà on la redoute tout le mois, on est la "oh putain dans deux jours j'ai un mariage je vais avoir mes règles c'est chiant je vais avoir mal, je vais avoir tchik". Et eux ben, ils ont rien quoi.

D : T'as l'impression de devoir tout le temps y penser et calculer? Par exemple par rapport à la tenue que tu vas mettre ou?

M : Oui, totalement. Euh, ben déjà au sport c'est quand même chi, fin c'est chiant, ca va c'est supportable, mais quand j'ai un match je me dis purée c'est le premier jour je vais avoir mal ben voilà. Parce que des fois j'ai pas toujours mes médicaments sur moi aussi donc euh.

D : Oui, ça peut venir par surprise et...

M : Oui aussi faut prévoir aussi d'avoir toujours quelque chose sur soi en dehors de l'école parce qu'on a pas le dispositif partout, donc voilà.

D : C'est quelque chose qui reste lourd euh dans la vie quotidienne?

M : Oui quand même. Ben je préférerais ne pas avoir mes règles. »

« N : Ben c'est un peu compliqué par exemple euh... même si on a une application ben euh flow ou quelque chose comme ça pour suivre nos règles ben des fois l'application n'est pas, pas très cohérente avec les jours où on va avoir nos règles, par exemple, ils me disent que je vais par exemple avoir le mardi mais euh je vais l'avoir le dimanche quoi donc ça, ça me perturbe un peu et puis je m'en rends seulement compte quand, une fois quand je sens que ça, ça coule mais aussi non euh, sinon c'est un peu compliqué, ben à l'équitation aussi euh... ben c'est compliqué. »

« Ben c'est en termes de confort, par exemple la serviette ca, ben avec les frottements et tout ben c'est, c'est un peu gênant mais... »

« c'est un peu de l'inconfort euh. »

« on a toujours peur euh de, d'avoir une tache »

« et je trouve que ca, ca s'est bien parce que imaginons on part en retard et on a oublié de préparer la veille euh, de, nos serviettes, ben on sait qu'il y en a à l'école et on sait en prendre directement »

## Annexe 8 : Brochure « Règle de Trois »

**module éducatif**

Après une brève présentation de BruZelle, le module éducatif propose une sensibilisation à la précarité menstruelle ainsi qu'une introduction à la santé et à l'hygiène menstruelles.

Ce module se base sur des outils pédagogiques développés sur mesure qui présentent les sujets de manière simple et visuelle. Les jeunes ont ensuite l'opportunité de poser leurs questions en rapport avec les sujets présentés.

**module situationnel**

Les mises en situation s'appuient sur des supports audio-visuels en lien avec les thématiques de la précarité menstruelle et du tabou autour des règles.

Les jeunes sont invité·e·s à réagir aux situations qui leur sont proposées et à débattre autour de celles-ci, ainsi que par rapport à des situations similaires auxquelles ils auraient été confronté·e·s.

**module ludique**

Le jeu a pour objectif de placer les jeunes dans un état d'esprit participatif et interactif.

Au travers de jeux de rôle, de cartes, de plateau ou de questions/réponses, les jeunes sont amené·e·s à découvrir activement un ensemble d'informations et à s'interroger sur des faits, des raisonnements ou des chiffres afin de les aider à déconstruire les mythes et les tabous autour des règles.

**module créatif**

Les jeunes ont l'occasion d'exprimer leur vision des règles et leur ressenti durant la période de menstruation. L'expression créative permet de positiver les règles et le cycle menstruel sous forme de dessins, collages, textes ou dialogues.

Avec leur accord, les créations réalisées alimenteront l'exposition annuelle organisée à l'occasion de la journée mondiale de l'hygiène menstruelle.

BruZelle est une association qui lutte activement contre la précarité menstruelle sur tout le territoire belge depuis 2016.

BruZelle a deux missions principales : la distribution gratuite de produits menstruels et la sensibilisation à la santé et la précarité menstruelles auprès de tout public.

BruZelle organise des ateliers participatifs, créatifs et éducatifs axés sur la précarité menstruelle par l'invitation au débat, la revalorisation du tissu et la confection de produits menstruels durables.

BruZelle a un rôle de conseil et d'expertise afin de sensibiliser les milieux éducatifs, professionnels, culturels et sportifs à la déconstruction du tabou autour des règles.

BruZelle asbl  
rue Locquenghien 19  
1000 Bruxelles  
[www.bruzelle.be](http://www.bruzelle.be)  
[info@bruzelle.be](mailto:info@bruzelle.be)

+32 478 81 54 24 (Bruxelles)  
+32 478 81 13 70 (Wallonie)  
+32 468 49 60 96 (Flandre)

**Règles de 3**

Sensibilisation à la santé et la précarité menstruelles

Brisons les tabous autour des règles auprès des jeunes

**Règles de 3**

libérer la parole autour des règles

**Description**

Règles de 3 est un programme éducatif destiné aux jeunes à partir de 12 ans en milieu scolaire et parascolaire.

L'objectif est de sensibiliser les jeunes à la santé et la précarité menstruelles et déconstruire ensemble le tabou autour des règles.

Ce programme s'appuie sur différents projets pilotes et fait appel à des outils pédagogiques adaptés aux différentes tranches d'âge.

**méthodologie**

Règles de 3 s'articule autour d'une combinaison de modules interactifs : éducatif, situationnel, ludique et créatif.

Le module éducatif est obligatoire.

Option 1: Educatif + 1 module (50 min)  
Option 2 : Educatif + 2 modules (1h40)

Des produits menstruels sont distribués gratuitement aux jeunes à la fin de chaque session de sensibilisation.

Contactez-nous pour plus d'informations.

## Pourquoi ce projet ?



En raison du coût des protections, non négligeable.



De l'absentéisme scolaire des personnes menstruées qui font le choix de rester à la maison à cause des douleurs et/ou par manque de protections menstruelles adaptées.



De la charge mentale qui pèse sur les épaules des personnes menstruées à l'école.



De la difficulté de prévoir le moment des cycles et de la gêne occasionnée.

## Rétrospective...

- #1 Janvier-Juin 2023 : La phase 1 a vu l'installation du dispositif dans cinq de nos établissements.
- #2 Septembre-Décembre 2023 : La phase 2 intègre davantage d'établissements, avec une évaluation en début et en fin de processus.
- #3 La thématique sera, à terme, intégrée aux référentiels scolaires et à la formation initiale et continue des enseignants.



Pour plus d'informations :  
[wbe.be/sangstress](http://wbe.be/sangstress) ou  
[communication@w-b-e.be](mailto:communication@w-b-e.be)



# *Les règles, c'est naturel !*



## **Les règles ne sont pas un tabou !**

Parce que les règles sont encore bien trop souvent un tabou, source de stigmatisation et de discrimination auprès de nombreux.ses jeunes, Wallonie-Bruxelles Enseignement a lancé en janvier 2023 un projet pilote à visée sociale, économique et pédagogique : « Sang Stress. Les règles, c'est naturel ».

## **L'objectif du projet ?**



Mettre gratuitement à disposition des élèves de 5-6e primaires et de l'enseignement secondaire des protections menstruelles certifiées 100% bio grâce à des distributeurs placés dans les établissements.



Leur installation est accompagnée d'une sensibilisation et/ou d'une information de l'ensemble des élèves et du personnel (direction, enseignants, personnels administratif et ouvrier...), avec l'aide du CPMS et /ou l'expertise du monde associatif.

