



Les inégalités liées aux règles



Ok. Tout était calculé au centime près...

Mais apparemment les promos ne sont plus d'actualité...

Je vais devoir revoir tout mon plan, moi.

Ô, joie!



Ah, comme c'est gai d'être une personne qui a ses règles et qui doit manger!

Bon, vite payer et je file aux cours!



Oh là là

Comment est-ce possible d'avoir oublié mes antidouleurs ?



Mon dieu, je ne sais plus dans quelle position me mettre moi...

Bon, ce rapport!

Allez, plus que ça ma vieille!



Franchement, c'est bizarre. Tu penses que c'est un nouveau type de yoga?

C'est peut-être une nouvelle mode sur Tik Tok?



Bon, je n'ai clairement pas assez de sous pour en acheter...

C'est la cata!

Essayer d'en « emprunter »? Bof



Ça risque de faire pire que mieux...

Donc plutôt trouver du papier, mais où?

Euh pardon madame?

Je voulais juste vous donner ceci pour si jamais.



Wow!



Alors ce cycle vient de se terminer...

Donc mes prochaines règles vont tomber...

...le 25!

Bon, j'espère qu'elles me rendront moins grincheux la prochaine fois!



Aller hop! On va noter tout ça histoire de ne pas se faire avoir!

Vive l'organisation!

Hop! Hop!

Ah, voilà!



Oh non!

Vous l'avez peut-être déjà remarqué ?

IL Y A TOUT UN TAS D'INÉGALITÉS LIÉES AUX RÈGLES!

Et là, il est grand temps d'en parler!

Le premier grand souci, c'est la CHARGE MENTALE!

C'est tout le travail de préparation, de prévision et d'organisation que les personnes menstruées doivent réaliser juste parce qu'elles sont menstruées.

Vraiment désolé d'ailleurs...

C'est à dire de prévoir... Les produits menstruels

Un lieu pour les jeter si nécessaire

Ouais, je suis plus efficace qu'un sac à mains pour stocker les déchets!

Et, surtout, un accès à un lieu pour se changer! Un lieu qui soit...

Propre

Sécurisé

Équipé

Ou tout simplement existant! 4

Si ceci n'est déjà pas simple, quand le type et/ou le lieu de travail n'est pas adapté, la vie des personnes menstruées devient vraiment compliquée!

Ça oui! En tant qu'infirmière je peux vous dire que c'est chaud!

Les toilettes ne sont pas adaptées, et les shifts sont super longs!

En plus, nous n'avons presque pas de temps de pause. Et quand je dois m'absenter pour changer ma cup, j'ai toujours l'impression de prendre trop de temps!

Franchement, je me dis que si c'est si dur pour nous ici, mais qu'est-ce que ça doit être pour les personnes qui travaillent dans la construction ou les transports ?

Ça me stresse de me dire que les gens se demandent ce que je fabrique...

Lorsqu'on souffre d'un TPDM* la situation devient encore plus difficile!

C'est simple, la seule manière pour moi de m'en sortir, c'est de TOUT prévoir selon mon cycle.

Par exemple, je dois éviter tous les trucs stressants et sociaux la semaine avant et pendant mes règles.

Et prévoir 2-3 jours sous la couette lorsqu'elles arrivent.

Vous imaginez l'impact sur ma vie privée et professionnelle ?

*Trouble dysphorique prémenstruel

C'est dingue non? Et pourtant, ce n'est pas tout...

À cette charge mentale, il faut ajouter une CHARGE ECONOMIQUE!

Et ce n'est pas rien!

Sur une vie, on estime que chaque personne menstruée va dépenser entre 2.500 et 3.500€ pour acheter les produits menstruels dont elle/il aura besoin.*

Ah, ben oui! Pas surprenant que ce soit chaud tous les mois...

*N'oubliez pas qu'une partenaire peut participer!

Et ça, ce n'est que pour les produits, car en réalité il faut aussi compter...

- Les consultations médicales et gynécologiques
- Les antidouleurs
- Les culottes et les draps tachés à remplacer

Tout ceci entraîne de nombreuses personnes dans une forme de PRÉCARITÉ MENSTRUELLE.

Une réalité qui concerne 500 millions d'êtres humains dans le monde!

La précarité menstruelle, c'est quand on rencontre des difficultés à avoir accès à un ou plusieurs des points suivants, et ce, de manière régulière ou pas.

- Des sanitaires pour se changer
- Des produits menstruels
- Des soins dignes et abordables
- De l'information sur les cycles et les problématiques liées à ceux-ci

Les personnes menstruées ne devraient jamais se retrouver dans une telle situation...

Et heureusement, il existe des asbl comme BruzELLE ou des projets comme Sang Souci pour les aider.

Mais ce n'est clairement pas assez...

Ce qu'il nous faut, c'est que le monde politique s'empare du sujet!

Voici ce qu'on demande:

- Soutien financier aux projets et aux associations
- Adopter des lois permettant:
 - Gratuité des produits
 - Une meilleure circulation de l'info!

Une prise de conscience politique semble d'ailleurs se dessiner en Belgique.

Par exemple, on parle de mettre à disposition des produits menstruels dans les écoles secondaires et supérieures.

Le sujet est donc sur la table des politiques!

A nous de nous assurer qu'elles/ils ne lâchent rien! Et pour ça il faut...

Partager l'info!

Et continuer à déconstruire les tabous qui entourent les règles. C'est la meilleure défense contre les inégalités!

On compte sur vous!