DOSSIER DE POSITIONNEMENT

Au-delà de l'hygiène: vers la santé et la dignité menstruelles

2026

Préparé par le consortium **Sang pour Sang**
Uni·e·s pour la Dignité:

PSI Europe, Equipop, la Global South Coalition for Dignified Menstruation et Fòs Feminista.



France
AFD Agence Française de Développement
FÒS Feminista
EQUIPOP.ORG
Global South Coalition For Dignified Menstruation
psi Europe

Sang pour Sang Uni·e·s pour la Dignité

Le projet **Sang pour Sang Uni·e·s pour la Dignité** est une initiative mondiale visant à assurer la santé et la dignité menstruelles pour toutes les personnes menstruées. Sang pour Sang s'engage à lutter contre la discrimination menstruelle dans les pays à revenu faible et intermédiaire et à soutenir la santé et la dignité menstruelles dans le monde à travers le plaidoyer, la recherche et le soutien aux organisations féministes et aux entreprises sociales. Le projet est mis en œuvre dans neuf pays, en Afrique (Bénin, Cameroun, Côte d'Ivoire, Guinée et Nigeria), en Asie (Pakistan et Philippines) et dans les Caraïbes (République Dominicaine et Haïti).

Le consortium **Sang pour Sang** comprend Fòs Feminista, Equipop, la Global South Coalition for Dignified Menstruation et PSI Europe, et est financé par l'Agence Française de Développement (AFD).



Résumé

Cette note de positionnement appelle à la pleine reconnaissance de la santé et de la dignité menstruelles en tant que droits humains et relevant d'une priorité de santé publique, de justice sociale et d'égalité de genre. La discrimination menstruelle, ancrée dans la stigmatisation, les tabous, le manque d'accès aux produits d'hygiène et aux installations et la négligence systémique, affaiblit l'éducation, la santé, l'autonomie, la capacité d'action, la mobilité, l'autonomie financière et la participation civique de millions de personnes dans le monde.

Bien que les définitions existantes de la santé menstruelle aient contribué à identifier les menstruations comme domaine de santé publique, elles ne tiennent pas pleinement compte des dimensions basées sur les droits, comprenant la stigmatisation, la discrimination, l'exclusion et les obstacles à la participation citoyenne et économique.

S'appuyant sur les résultats des enquêtes commanditées par l'initiative Sang pour Sang Uni·e·s pour la Dignité dans neuf pays, le consortium encourage les décideurs, institutions, bailleurs de fonds et acteurs du développement à mettre en œuvre des approches inclusives fondées sur les droits et accompagnées de ressources adéquates et suffisantes en matière de santé et de dignité menstruelles. La santé et la dignité menstruelles sont essentielles à la réalisation des engagements mondiaux en matière d'égalité des sexes, de santé, d'Eau, d'Assainissement et d'Hygiène (EAH) et de droits humains. Ces enjeux sont également essentiels pour démanteler les inégalités structurelles, enracinées dans le patriarcat ainsi que l'héritage colonial et la négligence systémique, qui empêchent des millions de personnes de vivre en pleine autonomie.

Cette note propose une définition complémentaire de la santé et de la dignité menstruelles, centrée sur la dignité, l'autonomie, la participation citoyenne et les droits humains. Elle se conclut par des recommandations aux gouvernements, à la société civile, aux chercheurs et aux bailleurs de fonds pour lutter contre la discrimination menstruelle par une action intersectionnelle coordonnée, fondée sur les droits.

Définir la santé et la dignité menstruelles comme un outil de plaidoyer

La discrimination menstruelle est une violation systémique des droits humains qui empêche les filles, les femmes et d'autres groupes marginalisés de jouir pleinement de leurs droits culturels, économiques, sociaux, civils et politiques. Elle peut limiter l'accès à l'éducation et à l'emploi, mettre en danger la sécurité économique et la participation citoyenne, affecter négativement la santé physique et mentale ainsi que fragiliser l'estime de soi, l'auto-efficacité et la dignité.

Plaider pour la santé et la dignité menstruelles en tant que question de santé publique, d'égalité de genre et de droits humains est essentiel pour lutter contre la discrimination menstruelle. La définition largement reconnue de la santé menstruelle la décrit comme «[…] un état de bien-être physique, mental et social complet, et non la simple absence de pathologie ou d'infirmité, en rapport avec le cycle menstruel.»[1] Cette définition recentre à juste titre l'expérience des menstruations sous l'angle de la santé et reconnaît la stigmatisation et la discrimination comme des facteurs pouvant affecter la santé menstruelle.





1 Hennegan J, Winkler IT, Bobel C, Keiser D, Hampton J, Larsson G, Chandra-Mouli V, Plesons M, Mahon T. Menstrual health : a definition for policy, practice, and research. Sex Reprod Health Matters. 2021 Dec ;29(1) :1911618. doi : 10.1080/26410397.2021.1911618. PMID : 33910492 ; PMCID : PMC8098749.

Bien que ce cadre soit essentiel pour faire progresser la santé menstruelle en tant que problème de santé publique, il ne tient pas pleinement compte des dimensions plus larges fondées sur les droits. Une approche fondée sur les droits est nécessaire pour reconnaître que la capacité à gérer les menstruations dans la dignité est fondamentale pour la réalisation des droits humains et la pleine participation à la société.[2,3]

Cette note présente une définition complémentaire de la santé et de la dignité menstruelles pour encourager une approche des menstruations fondée sur les droits et la justice. Elle reconnaît le droit de toutes les personnes menstruées à vivre leurs menstruations avec dignité, sans stigmatisation ni discrimination ni tout autre obstacle qui limiterait leur participation à la société et la réalisation de leur potentiel.

La santé et la dignité menstruelles permettent un état dans lequel toutes les personnes peuvent gérer leurs menstruations en toute sécurité, confortablement, en toute confiance et sans stigmatisation, peur ou discrimination à tous les moments de leur vie, des premières menstruations à la ménopause. Cela comporte l'accès aux informations, aux produits menstruels, au soutien nécessaire afin d'assurer une pleine participation à la vie quotidienne et le contrôle de son corps, ces conditions étant reconnues comme des droits humains fondamentaux.

Cette définition est soutenue par le travail du projet Sang pour Sang Uni·e·s pour la Dignité, une initiative mondiale travaillant aux côtés de communautés, organisations féministes et entreprises sociales dans neuf pays d'Afrique, d'Asie et des Caraïbes. Fondé sur les connaissances et le pouvoir d'agir des personnes menstruées dans ces contextes, le consortium travaille à démanteler la discrimination menstruelle et à défendre la santé et la dignité menstruelles par le plaidoyer, la recherche, l'engagement communautaire et l'influence sur les politiques publiques. Sang pour Sang cherche à transformer les normes néfastes (dont beaucoup sont enracinées dans l'histoire coloniale et le patriarcat), à influencer les politiques, à élargir l'accès aux produits et services menstruels et à faire en sorte que toutes les personnes menstruées puissent participer à la société pleinement et dignement. Le consortium note qu'une définition et un langage communs de la santé et de la dignité menstruelles sont essentiels pour mener un plaidoyer coordonné.

2 Déclaration de l'OMS sur la santé et les droits menstruels. Disponible ici.
3 Babbar K, Martin J, Ruiz J et al. Menstrual health is a public health and human rights issue. The Lancet Public Health, 2021 ; 7, e10-e11

> *“La menstruation digne ne se résume pas aux saignements menstruels. Elle relève de la dignité humaine, de l’égalité et de changer la façon dont notre société traite les gens : par le respect, l’inclusion et la réalisation des droits humains.”*
>
> —Budhadev Chaudhary, l’un des partenaires du projet et président de quartier de la municipalité de Lalbandi au Népal

> *“La dignité menstruelle pour moi est avant tout une question de justice et d’égalité. C’est le droit pour toute personne menstruée de vivre ses règles comme un processus naturel sans être ridiculisée, sans être humiliée et sans être exclue. C’est également reconnaître la dignité menstruelle comme une question de santé humaine et garantir l’accès à des produits menstruels sûrs, à des infrastructures appropriées, à l’éducation menstruelle et, surtout, à un environnement bienveillant.”*
>
> —Aude Ndepo, directrice de Gouttes Rouges en Côte d’Ivoire

La discrimination menstruelle, omniprésente et profondément enracinée

La discrimination menstruelle est un problème répandu mais souvent invisible, qui touche 1,72 milliard de personnes dans les pays du Sud global.[4] Bien que les menstruations soient un processus biologique naturel, beaucoup sont incapables de les vivre en toute sécurité, confortablement et dans la dignité. Ce manque de dignité trouve son origine dans le croisement des barrières sociales, économiques, politiques, historiques et structurelles qui limitent l’accès à l’éducation, à la santé, aux opportunités économiques, à l’autonomie corporelle et à la pleine participation à la société.

4 Weinberger M, Eva G, Bellows N, Reidy M, Sanders R et Ahsan, S. LEAP : Landscape and Projection of Reproductive Health Supply Needs. Reproductive Health Supplies Coalition: 2024 Disponible ici.

Les données du projet Sang pour Sang Uni·e·s pour la Dignité mettent en évidence l'ampleur et la persistance de la discrimination menstruelle dans neuf pays: le Bénin, le Cameroun, la Côte d'Ivoire, la République dominicaine, la Guinée, Haïti, le Nigeria, le Pakistan et les Philippines.[5,6] Les résultats révèlent que la stigmatisation menstruelle, les tabous et les pratiques discriminatoires persistent dans tous ces contextes, tandis que la santé et la dignité menstruelles continuent de recevoir une attention limitée au sein des politiques publiques, en particulier du point de vue des droits humains.

En moyenne dans les pays étudiés, 93% des personnes menstruées ont déclaré avoir subi une forme de discrimination menstruelle, par l'exclusion d'activités quotidiennes et/ou les moqueries liées aux menstruations. Plus de la moitié ont signalé des restrictions au cours de leurs dernières menstruations, notamment l'impossibilité de toucher certains objets, de dormir dans certains endroits, de participer à certaines activités physiques, d'entrer dans certains espaces de la maison, d'assister à des événements religieux ou de socialiser comme elles le feraient habituellement. Ces résultats démontrent que la discrimination menstruelle s'étend bien au-delà de la gestion en elle-même des menstruations, et affecte de multiples dimensions de la vie quotidienne, de la participation et du bien-être.



"Être empêchée de sortir pendant mes règles m'a donné l'impression qu'elles étaient une peine de prison."

—Une personne interrogée au Nigeria

5 Le Consortium Sang pour Sang. (2025). Dignité menstruelle et discrimination: Expériences des personnes menstruées dans neuf pays d'après une étude de base auprès de la population (Rapport Transnational). Fòs Feminista. Disponible ici.
6 Le Consortium Sang pour Sang. (2025). Étude de base multi-pays auprès de la population sur la dignité et la discrimination menstruelles. Fòs Feminista. Disponible ici.

> *“Je suis souvent isolée de ma famille et de mes amis ; on me dit de rester dans une pièce séparée.”*
>
> —Au Pakistan, une autre personne menstruée

De plus, les restrictions liées à la participation à l’école et au travail sont moins fréquemment signalées que d’autres formes d’exclusion. Cela indique que la focalisation sur les questions d’éducation et de productivité peut conduire à négliger les impacts sociaux, culturels et émotionnels de la discrimination menstruelle. Une approche de la santé et de la dignité menstruelles fondée sur les droits est donc essentielle pour pouvoir prendre en compte l’entièreté de l’expérience vécue par les personnes menstruées.

Dans de nombreuses communautés, les normes culturelles définissent les menstruations comme honteuses ou impures, entraînant des formes d’exclusion sociale, des restrictions de mobilité et des pratiques discriminatoires. 70 % des personnes menstruées interrogées pendant l’étude pensaient que les menstruations étaient sales et impures. Une telle stigmatisation limite l’accès à des informations correctes et contribue à des mythes néfastes, limitant la connaissance menstruelle et l’autonomie corporelle.

Une autre personne interrogée au Bénin, a expliqué qu’elle estimait que les menstruations étaient un phénomène honteux et sale parce que «ce sont des déchets produits par les femmes». En Haïti, une répondante a déclaré: «Je n’ai pas été autorisée à entrer dans ma cuisine ni à cuisiner, car des idées fausses circulent selon lesquelles les règles sont considérées comme impures et même comme une maladie.»

L’étude a également identifié plusieurs obstacles structurels qui compromettent la santé et la dignité menstruelles. La douleur menstruelle et le manque d’accès à des traitements antalgiques efficaces, la stigmatisation persistante, l’insuffisance des infrastructures d’Eau, d’Assainissement et d’Hygiène (EAH) et l’accès limité à des produits menstruels abordables figurent parmi les défis les plus fréquemment signalés. Ces obstacles affectent non seulement le confort et le bien-être, mais limitent également la participation et le choix.



Les résultats soulignent en outre l'importance d'impliquer les hommes et les garçons dans la lutte contre la discrimination menstruelle. Alors que 52 % des hommes et des garçons interrogés ont déclaré avoir été témoins de discrimination à l'égard de personnes menstruées, seulement 8 % ont déclaré être intervenus. Cet écart suggère que pour réaliser des progrès significatifs, il est nécessaire de promouvoir un engagement social plus large et une responsabilité partagée pour lutter contre les normes et les pratiques discriminatoires.

Une personne menstruée ivoirienne a expliqué: «J'ai dû manquer l'école car la douleur était trop intense pour me concentrer sur mes études». Une camerounaise a déclaré que les personnes menstruées étaient parfois explicitement exclues, déclarant: «On m'a interdit d'interagir socialement avec les hommes, parce qu'ils considèrent les règles comme une maladie.»

Le fardeau de la discrimination menstruelle n'est pas vécu de la même manière par toutes les personnes menstruées. L'étude a mis en évidence l'intersection entre discrimination menstruelle et systèmes d'inégalité existants, notamment le racisme, la discrimination ethnique, l'identité de genre, le handicap, la pauvreté et les inégalités d'éducation. Dans plus de la moitié des pays étudiés, la situation de handicap, le niveau d'éducation et le revenu du ménage ont considérablement influencé les expériences de discrimination menstruelle documentées par l'étude. Les contextes humanitaires, l'âge et l'orientation sexuelle ont également été identifiés comme des facteurs pouvant exacerber l'exclusion et la vulnérabilité. Des données récentes suggèrent également que les personnes vivant dans des régions vulnérables au changement climatique pourraient être confrontées à un risque accru de discrimination menstruelle.[7]

Les insuffisances en termes de politiques publiques et d'investissement aggravent le problème. Dans de nombreux pays, la santé et la dignité menstruelles ne sont pas reconnues dans les politiques publiques de santé, d'éducation, d'égalité de genre, de travail ou de protection sociale. Les cadres réglementaires – tels que les normes de qualité des produits, les politiques fiscales et les dispositifs d'aide sociale – ne prennent souvent pas en compte les besoins en santé et dignité menstruelles. Cela s'explique en partie par le fait que les intérêts politiques et économiques des multinationales du secteur ont façonné les marchés, en privilégiant le profit au détriment de l'accès. Cette invisibilité politique entraîne un financement et une ingénierie de programmes fragmentés, conduisant à une discontinuité et à un sous-financement des initiatives de santé et de dignité menstruelles.



7 Muralidharan, A., Broekhuijsen, M., Lisondra, L., Guru, A., Haver, J. et Irfan, S. (2025). The ripple effect: impacts of climate change on menstrual health and paths to resilience. Frontiers in global women's health, 6, 1569046. https://doi.org/10.3389/fgwh.2025.1569046

Pris ensemble, ces facteurs font de la santé et de la dignité menstruelles une préoccupation urgente en matière de droits humains et de développement. Sans action coordonnée, les pays risquent de compromettre les progrès en matière de droits humains liés à l'éducation, à la santé, à l'égalité des sexes et à l'autonomisation économique.[8] Les investissements dans la santé et la dignité menstruelle sont également associés à des rendements économiques importants - directement en raison de l'augmentation de la productivité du travail, et indirectement en raison de la réduction des dépenses en soins de santé et de l'amélioration du potentiel économique des personnes menstruées grâce à un meilleur niveau d'éducation.[9] Le coût de l'inaction reste politique et est conséquent, non seulement pour les personnes menstruées mais aussi pour des sociétés qui s'efforcent de parvenir à un développement inclusif, à davantage d'égalité et à une plus grande résilience. Les agendas politiques et les ressources ont systématiquement négligé ce sujet. Assurer la santé et la dignité menstruelles est essentiel, non seulement pour les personnes menstruées mais aussi pour construire des sociétés plus justes, plus inclusives et plus résilientes.

Il faut agir maintenant



Répondre aux enjeux de la santé et de la dignité menstruelles est une priorité, dont les répercussions sont majeures pour les individus, les communautés, les économies et de façon plus large, pour le développement. Si la discrimination menstruelle continue à rester sans réponse, ses impacts persisteront à travers les générations : les élèves continueront à manquer l'école en raison d'un manque de produits menstruels, d'infrastructures et d'environnements favorables ; les personnes menstruées qui travaillent continueront à rencontrer des difficultés à participer et à être productives ; et la stigmatisation continuera à renforcer les inégalités entre les sexes et réduire au silence les discussions sur l'autonomie corporelle. Dans les systèmes de santé, les occasions manquées de traiter les troubles menstruels, de fournir des informations correctes et d'offrir des soins adaptés continueront de nuire au bien-être des personnes menstruées tout au long de leur vie. Les personnes menstruées continueront de se sentir inadéquates et de manquer de confiance pour participer à la vie économique, politique et civique de leurs communautés et de leurs sociétés.

8 Sanitation and Hygiene Fund. December 2023. Research Briefs on Health and Education Impact of Investment in Menstrual Health and Hygiene (MHH) on Socio-Economic Well-Being.
9 Sanitation and Hygiene Fund. December 2023. Research Brief on Economic Impact of Investment in Menstrual Health and Hygiene (MHH) on Socio-Economic Well-Being.



“La dignité menstruelle, c’est refuser le silence forcé. Il s’agit de revendiquer le droit de saigner sans être humiliée, discriminée ou reniée. C’est affirmer que toutes les personnes menstruées méritent sécurité, respect et justice, sans aucune discrimination.”

—Partenaires d’Envol au Bénin

Reconnaître la santé et la dignité menstruelles comme un droit humain est également en cohérence avec les engagements et cadres juridiques mondiaux. Faire avancer la santé et la dignité menstruelles contribue directement à la réalisation des objectifs de développement durable (ODD), en particulier ceux liés à la santé, à l’éducation, à l’égalité des sexes, à l’eau et à l’assainissement, ainsi qu’à la réduction des inégalités. La progression de ces causes répond également aux obligations internationales en matière de droits humains énoncées dans la Convention sur l’Élimination de toutes les formes de Discrimination à l’Égard des Femmes (CEDEF), le Pacte International relatif aux Droits Économiques, Sociaux et Culturels (PIDESC), ainsi que dans divers cadres relatifs à la santé et à l’égalité des genres. Alors que l’attention mondiale à la santé et à la dignité menstruelles progresse, les pays et les militants sont face à une occasion sans précédent de positionner la santé et la dignité menstruelles comme une priorité qui renforce les droits, améliore la justice sociale et soutient un développement équitable.



Comment les parties prenantes peuvent-elles contribuer?

L'initiative Sang pour Sang offre un éclairage important sur ce qui est rendu possible lorsque la santé et la dignité menstruelles sont priorisées grâce à des approches collaboratives et fondées sur les droits. Dans les neuf pays du projet, le consortium a contribué à des dialogues politiques sur la fiscalité, les normes de qualité et l'intégration de la santé et de la dignité menstruelles dans les stratégies et politiques nationales et infranationales. Les données de l'enquête de référence[10,11] conduite par le projet ont fourni des informations probantes indispensables pour guider le plaidoyer et éclairer les décisions d'investissement, démontrant le pouvoir de la recherche dans l'élaboration des programmes gouvernementaux. D'autre part, Les efforts d'éducation menés par les communautés ont remis en question les tabous de longue date, et les partenariats avec les organisations féministes, les groupes de jeunes et les entreprises sociales ont accru localement la disponibilité de produits menstruels appropriés tout en créant une dynamique en faveur des changements politiques et sociaux.

Les initiatives communautaires menées par les partenaires du projet ont démontré qu'un changement durable peut être réalisé grâce à une approche fondée sur les droits.

> En Guinée, où les menstruations restent sujettes à la stigmatisation et à la désinformation, l'organisation ELLES de Guinée a transformé son activité occasionnelle de sensibilisation à la santé menstruelle en un mouvement durable fondé sur les droits grâce à l'initiative Sang pour Sang Uni·e·s pour la Dignité. En travaillant avec des adolescentes, des parents, des enseignants et des dirigeants communautaires, l'organisation a déconstruit des mythes dangereux et a pu créer des espaces de dialogue sûrs. En conséquence, les parents sont devenus plus compréhensifs, les filles fréquentent de plus en plus l'école pendant leurs menstruations et les discussions sur le sujet se sont démocratisées.

10 Le Consortium Sang pour Sang. Enquête basée sur la population. Disponible ici.
11 Le Consortium Sang pour Sang. Résumé de l'enquête basée sur la population. Disponible ici.

Sang pour Sang a également renforcé la capacité organisationnelle d'ELLES de Guinée à travers le financement, la formation et les partenariats, leur permettant d'étendre leur travail au-delà de l'accès aux produits menstruels et de soutenir la dignité, l'estime de soi et les droits des filles.

En 2026, le quartier n°3 de la municipalité de Lalbandi est officiellement devenu la première circonscription[12] du Népal à être reconnue comme étant favorable à une menstruation digne, dans le cadre de la campagne "Dignité menstruelle pour la Santé et les Droits Sexuels et Reproductifs» menée par l'organisation Global South Coalition for Dignified Menstruation. L'intervention a réuni le gouvernement local, les écoles, les agents de santé, les groupes de jeunes et les membres de la communauté pour lutter contre la discrimination menstruelle par le biais de visites à domicile, de dialogues communautaires, d'engagement scolaire et de campagnes de sensibilisation du public. Le projet a contribué à réduire les restrictions menstruelles, à mieux faire comprendre au public que les menstruations sont une question de droits humains et à intégrer la santé et la dignité menstruelles dans les débats et la planification de la gouvernance locale. Le modèle est maintenant étendu à d'autres quartiers de la municipalité.



Dans les communautés rurales et périurbaines de Rawalpindi et de Peshawar au Pakistan, Cyntax Health Pakistan favorise l'accès aux produits menstruels grâce à un modèle d'entrepreneuriat féminin au "dernier kilomètre": les "Fempure Mini Marts" offrent un espace de proximité sécurisé pour se procurer des produits menstruels et s'informer sur la santé menstruelle sans crainte, ni stigmatisation, ni honte.

12 Le plus petit district administratif local du Népal.



“Le Fempure Mini Mart est un espace sûr et accueillant où je peux poser des questions sur mes menstruations sans gêne. J’ai acheté des culottes menstruelles et elles étaient extrêmement confortables pour un usage quotidien.”

—Sana, étudiante universitaire, Peshawar

La région se trouve au pied des montagnes de l’Hindu Kush, où les filles et les femmes doivent marcher jusqu’à 8 kilomètres pour pouvoir accéder à des produits menstruels. Ces supérettes ambulantes permettent, avec un modèle économique rentable, de résoudre un problème d’accès crucial. Elles assurent un emploi aux femmes qui les gèrent, ainsi qu’à de nombreuses autres engagées au niveau communautaire sous le nom de “Sahelis” pour mener des actions de sensibilisation.

Dans la municipalité d’Ampatuan, dans la région BARMM des Philippines, l’organisation UNYPHIL rassemble le gouvernement local, les chefs religieux musulmans, les agents de santé et les groupes de femmes pour aborder la santé et la dignité menstruelles. Grâce à des réunions de coordination, à la cartographie des leaders communautaires et à un atelier d’analyse situationnelle participatif, l’initiative a instauré un dialogue ouvert sur les menstruations, s’attaquant ainsi à la stigmatisation, au manque d’infrastructures et à l’accès limité aux produits menstruels. Les chefs religieux ont reconnu que certaines pratiques culturelles, bien que construites sur le respect de la tradition, ont contribué au silence et à l’exclusion, et ont souligné la possibilité d’une réinterprétation conforme à l’autonomisation et au bien-être. Des séances avec l’agent de santé municipal et l’unité de santé rurale ont permis de relier directement les femmes leaders aux services de SDSR existants. Un séminaire d’initiation sur les SDSR et la justice de genre dans l’islam a permis d’intégrer les hommes et les chefs religieux dans la conversation. UNYPHIL démontre

comment les traditions et le plaidoyer fondé sur les droits peuvent se renforcer mutuellement, plutôt que de s'opposer, afin de provoquer un changement durable.

Le projet a également permis de remporter de nombreuses victoires en matière de plaidoyer institutionnel, grâce à des initiatives menées par les partenaires auprès du secteur privé et des gouvernements, aux niveaux national et infranational:

- Au Nigeria, EVA a opérationnalisé la politique nationale de gestion de la santé et de l'hygiène menstruelles (Menstrual Health and Hygiene Management) du Nigeria à travers des manuels de gouvernance et l'animation de dialogues pour la création de comités infranationaux.
- Toujours au Nigeria, FSACI a influencé le projet de loi de finances de 2025 pour l'éducation de l'État de Benue, en y inscrivant la santé menstruelle comme un droit et en garantissant l'allocation d'un budget de deux millions de nairas nigérians (environ 1 250 €) pour des produits menstruels gratuits, la mise en place d'infrastructures EAH adaptées sensibles au genre et l'éducation menstruelle.
- Aux Philippines, UNYPHIL-Women a contribué à l'élaboration d'un arrêté municipal sur les menstruations dignes à Ampatuan, tandis que le WGNRR a soutenu le dépôt d'une résolution parlementaire sur la santé et la dignité menstruelles.
- Au Pakistan, Mahwari Justice a combiné le contentieux stratégique et la mobilisation citoyenne, recueillant plus de 10 000 signatures et produisant des données probantes, y compris auprès des personnes menstruées en situation de handicap, pour contester la taxe sur les produits de luxe, qui a maintenant été supprimée.
- Au Nigeria, ASVIOL a obtenu l'adhésion institutionnelle d'un hôpital privé pour concevoir une couverture santé spécifique aux menstruations. En collaboration avec la «Rise to Inspire Africa Initiative» (RIA), ASVIOL a financé et coordonné une étude coûts-avantages avec 20 entreprises du secteur privé, renforçant ainsi les arguments économiques en faveur de l'intégration de la santé et de la dignité menstruelles au travail.



Ces expériences, et bien d'autres encore, soulignent que des progrès significatifs sont réalisables lorsque les gouvernements, aussi bien en tant que pouvoir politique que bailleurs de fonds, les organisations de la société civile, les communautés et les partenaires au développement, travaillent ensemble. Ils soulignent également la nécessité d'une action globale, intersectorielle et intersectionnelle qui intègre la santé et la dignité menstruelles dans les systèmes d'éducation, de santé, de travail, de genre et de protection sociale.

En déployant à plus grande échelle les actions qui ont fait leurs preuves, en renforçant les cadres politiques et en garantissant un financement durable, les décideurs peuvent créer des environnements où les personnes menstruées sont soutenues tout au long de leur vie. Ce contexte offre une excellente occasion d'institutionnaliser la santé et la dignité menstruelles dans les programmes nationaux et mondiaux et d'assurer un changement durable.

Nous présentons ici des recommandations sur la manière dont les différentes parties prenantes peuvent faire progresser la santé et la dignité menstruelles:

GOUVERNEMENTS ET DÉCIDEURS POLITIQUES

1. Reconnaître la santé et la dignité menstruelles comme un droit humain

- Reconnaître la discrimination menstruelle comme un obstacle à la réalisation des droits humains pour les personnes menstruées.
- Intégrer explicitement la santé et la dignité menstruelles dans les lois, les politiques publiques et les réglementations liées à la santé, à l'éducation, à l'égalité de genre, à la protection sociale du travail, à l'Eau, l'Assainissement et l'Hygiène (EAH) ainsi qu'à d'autres secteurs clés.
- Veiller à ce que les politiques publiques liées à la santé et à la dignité menstruelles incluent les personnes en situation de handicap, les populations déplacées, les minorités ethniques, les personnes vivant dans des régions vulnérables au changement climatique, et autres groupes marginalisés.
- Allouer des budgets spécifiques aux initiatives de santé et de dignité menstruelles, mettre en place des mécanismes de coordination intersectorielle entre les ministères et les institutions, et garantir des mécanismes de redevabilité et de suivi assortis d'objectifs clairs et mesurables.





2. Combattre les obstacles structurels à la santé et à la dignité menstruelles

- Garantir l'accès à des produits menstruels de qualité et abordables grâce à des politiques fiscales, réglementaires et d'approvisionnement appropriées, y compris l'élaboration, l'adoption et l'application de normes de qualité, de réformes des taxes et des droits de douanes, et d'incitations commerciales pour tous les produits menstruels.
- Investir dans des infrastructures EAH inclusives, dans les écoles, les lieux de travail, les établissements de santé, les institutions publiques et les contextes humanitaires.
- Intégrer les informations sur la santé menstruelle, l'accompagnement, la gestion de la douleur et la prise en charge des troubles menstruels dans les systèmes de soins de santé primaires, la formation des professionnels de santé et la prestation de services de santé auprès des publics vulnérables.
- Intégrer une éducation à la santé et à la dignité menstruelles adaptée à l'âge dans les programmes scolaires.
- Investir dans des campagnes de sensibilisation du public pour combattre la stigmatisation et la discrimination et promouvoir l'implication des hommes, des garçons et des communautés au sens large pour faire progresser l'équité menstruelle.

BAILLEURS DE FONDS ET PARTENAIRES

1. Investir dans le changement systémique à long terme

- Investir dans les associations féministes, les groupes communautaires et les entreprises sociales qui conduisent déjà le changement, et financer en priorité les organisations du Sud global qui manquent systématiquement de ressources au regard de leur impact.
- Financer des initiatives de plaidoyer, de réforme des politiques publiques, de changement de normes sociales et de responsabilisation, ainsi que la prestation de services.
- Rediriger les financements, en réexaminant les projets de santé et de dignité menstruelles de courte durée conçus de l'extérieur, au profit d'un soutien flexible et à long terme aux projets menés par les communautés et centrés sur les expériences vécues par les personnes menstruées.
- Reconnaître et remédier aux déséquilibres de pouvoir au sein des structures de financement du développement international qui ont historiquement déterminé quelles approches de la santé menstruelle sont dotées de ressources et lesquelles ne le sont pas.



2. Financer les actions fondées sur des données probantes

- Soutenir la participation significative des personnes menstruées à la création, à la mise en œuvre et au suivi des programmes.
- Investir dans la recherche et la production de données sur la discrimination menstruelle, la dignité et l'intersectionnalité.
- Soutenir la production de données probantes à travers des approches intersectorielles qui s'attaquent aux facteurs sociaux, politiques et structurels de la discrimination menstruelle, grâce à un financement flexible et pluriannuel qui permet un impact durable.

ORGANISATIONS DE LA SOCIÉTÉ CIVILE ET PARTENAIRES

1. Intégrer une perspective fondée sur les droits dans le plaidoyer lié à la santé menstruelle

- Utiliser un langage basé sur les droits qui définit la discrimination menstruelle comme un obstacle aux droits humains, à l'égalité de genre, à l'autonomie corporelle et à la participation citoyenne.
- Plaider pour la reconnaissance de la discrimination menstruelle comme obstacle à la réalisation des droits humains pour les personnes menstruées par les gouvernements et les autorités juridiques des pays.
- Plaider auprès des gouvernements des pays pour développer des politiques publiques holistiques et fondées sur les droits qui intègrent la santé et la dignité menstruelles dans les programmes de santé, d'éducation, d'égalité de genre, du travail, du handicap, d'EAH et de protection sociale.

- Plaider pour la reconnaissance de la santé et la dignité menstruelles comme composantes intégrantes de la réalisation des droits humains au sein des instances mondiales telles que l'Assemblée mondiale de la Santé, la Conférence internationale sur la population et le développement, la Commission de la condition de la femme, l'Assemblée générale des Nations Unies, la Convention sur l'élimination de toutes les formes de discrimination à l'égard des femmes (CEDEF) et autres tribunes liées à la santé, l'égalité des genres, l'éducation et l'inclusion sociale.



- Mettre à profit des moments clés du plaidoyer tels que la Journée internationale de la menstruation digne, la Journée mondiale de l'hygiène menstruelle, la Journée internationale des droits des femmes, la Journée internationale de la fille, la Journée mondiale de la population, la Journée mondiale de la contraception, la Journée mondiale de la santé, les 16 Jours d'activisme contre les violences basées sur le genre, la Journée mondiale de l'eau, la Journée mondiale des toilettes, entre autres, pour souligner l'importance de la santé et de la dignité menstruelles en tant que composantes indissociables de la santé, de l'égalité des genres, de l'éducation, de la participation au marché du travail et de l'inclusion sociale.
- Valoriser les expériences vécues et les témoignages des personnes menstruées afin de démontrer les impacts de la discrimination et les impacts positifs des interventions menées par la communauté.

2. Élaborer et mettre en place des programmes qui intègrent la santé et la dignité menstruelles grâce à une approche fondée sur les droits

- Concevoir des interventions communautaires qui combattent la stigmatisation, les restrictions et les pratiques d'exclusion et vont au-delà de la sensibilisation, pour encourager une intervention active en cas de discrimination.
- Développer des programmes qui renforcent la sensibilisation, la redevabilité et la responsabilité partagée parmi les hommes et les garçons, les éducateurs, les parents et les leaders communautaires dans les efforts de changement de normes.
- Promouvoir des récits positifs qui normalisent les menstruations et remettent en question les croyances liant les menstruations à l'impureté ou à l'infériorité.

- Garantir que les programmes répondent explicitement aux besoins des personnes confrontées à de multiples formes de discrimination, notamment les personnes en situation de handicap, les minorités ethniques, les personnes vivant dans des contextes humanitaires et régions vulnérables au changement climatique, les personnes vivant dans la pauvreté et toutes autres communautés marginalisées.



3. Renforcer la redevabilité et la structuration du mouvement

- Construire et maintenir des coalitions féministes dans tous les secteurs, en connectant le plaidoyer pour la santé et la dignité menstruelles à des mouvements plus larges pour la justice reproductive, la justice climatique, les droits des personnes en situation de handicap, la jeunesse, la justice sociale et l'équité économique.
- Suivre les engagements du gouvernement et tenir les institutions responsables de la œuvre.
- Aider les personnes menstruées, en particulier celles des communautés marginalisées, à participer aux processus de plaidoyer et de politique par le biais de coalitions et de mouvements.

MEMBRES DE LA RECHERCHE ET DE LA COMMUNAUTÉ ACADÉMIQUE

1. Élargir les données probantes sur la discrimination menstruelle

- Aller au-delà des études axées uniquement sur l'accès aux produits et la gestion de l'hygiène menstruelle et renforcer les preuves sur la prévalence, les facteurs et l'impact de la discrimination menstruelle dans différents contextes.
- Étudier la façon dont la discrimination menstruelle affecte la santé, l'éducation, l'emploi, l'égalité de genre, la participation politique, la santé mentale, l'autonomie corporelle et l'inclusion sociale et quantifier les coûts économiques et sociaux de l'inaction face à la discrimination menstruelle.
- Développer des mesures standardisées pour évaluer la stigmatisation menstruelle, la discrimination, la dignité et la participation citoyenne.
- Prioriser la recherche impliquant des populations souvent exclues des études sur la santé menstruelle et étudier la façon dont la discrimination est façonnée par le handicap, la pauvreté, l'ethnicité, l'identité de genre, l'orientation sexuelle, l'âge, le statut humanitaire et la vulnérabilité climatique.
- S'assurer que les communautés touchées sont impliquées dans la conception et l'interprétation des études.



2. Évaluer les solutions qui répondent aux causes profondes

- Évaluer l'efficacité des interventions qui s'attaquent aux normes sociales, à la stigmatisation, aux pratiques discriminatoires et au changement de politique, y compris les approches multisectorielles qui combinent les produits, les services, les infrastructures, l'éducation et le plaidoyer. Documenter les pratiques prometteuses et les enseignements tirées des approches communautaires et féministes.
- Produire des données probantes sur la manière d'impliquer efficacement les hommes et les garçons dans la réduction des discriminations.
- Produire des données probantes exploitables, susceptibles d'orienter la législation, les stratégies nationales, les décisions de financement et les cadres de redevabilité.
- Partager les résultats prometteurs de la recherche avec les parties prenantes du plaidoyer et des gouvernements lors de forums nationaux et mondiaux.



Conclusion

La santé et la dignité menstruelles ne sont pas seulement une question de santé, mais une question de droits, d'égalité et de justice. La reconnaissance de la santé et de la dignité menstruelles comme un droit humain et la lutte contre la discrimination menstruelle sont des étapes essentielles pour permettre à toutes les personnes menstruées de vivre dans la dignité, l'autonomie et la pleine participation à la société.



Les gouvernements, les institutions, les bailleurs de fonds et la société civile doivent travailler en collaboration pour:

- Adopter des politiques publiques fondées sur les droits et sans stigmatisation, élaborées conjointement avec les communautés concernées
- Investir dans les produits, les infrastructures, l'éducation et les services
- Donner la priorité à l'inclusion et à l'équité
- Remettre en question les normes néfastes tout en respectant le pouvoir d'agir et l'autodétermination des communautés
- Intégrer la santé et la dignité menstruelles dans tous les secteurs, non pas comme une arrière-pensée ajout, mais comme un engagement structurel.

Assurer la santé et la dignité menstruelles pour tous est fondamental pour créer des sociétés plus justes, plus saines et plus égales. **C'est maintenant qu'il faut agir.**



> *"Je suis particulièrement touché par la façon dont le silence autour des menstruations alimente la honte et les risques sanitaires pour les filles de ma propre congrégation. Maintenant que je mesure pleinement la réalité grâce à ces nouvelles connaissances, me taire et ne pas agir reviendrait à commettre un crime contre les femmes et les filles de ma communauté."*
>
> —Un leader religieux du Nigeria ayant participé aux initiatives des partenaires de Sang pour Sang.





Ensemble, nous continuerons à œuvrer pour un monde où les menstruations sont accueillies avec respect, dignité et bienveillance.

Le consortium Sang pour Sang
Uni·e·s pour la Dignité
PSI Europe, Equipop, la Global South Coalition
for Dignified Menstruation et Fòs Feminista.

2026

France
AFD
FÒS FEMINISTA
EQUIPOP.ORG
Global South Coalition For Dignified Menstruation
psi Europe