

# La gestion de l'hygiène menstruelle dans les projets EAH

## 1. DE QUOI S'AGIT-IL ?

Les besoins des femmes et des filles en matière d'hygiène nécessitent de prendre en compte des spécificités liées notamment à des facteurs biologiques : c'est le cas de la **menstruation**. Les règles, phénomène naturel entraînant mensuellement des pertes de sang et utérines, peuvent ainsi être un épisode handicapant pour les filles et femmes ne bénéficiant pas d'infrastructures adaptées, de matériels adéquats ou souffrant du manque d'informations sur le sujet.

Dans la mise en œuvre de projets de développement favorisant l'accès à des services d'eau potable et d'assainissement, il est donc nécessaire de prendre en compte les **besoins spécifiques** des femmes et des filles, afin de s'assurer d'un **accès universel aux services** développés.

## 2. POURQUOI S'Y INTERESSER ?

### La prise en compte de l'hygiène menstruelle dans les ODD

**ODD3 Permettre à toutes et tous de vivre en bonne santé et promouvoir le bien-être de toutes et tous à tout âge**



« Cible 3.7 – D'ici à 2030, assurer l'accès de tous à des services de soins de **santé sexuelle et procréative**, y compris à des fins de planification familiale, **d'information** et **d'éducation**, et la prise en compte de la santé procréative dans les stratégies et programmes nationaux. »

**ODD4 Assurer l'accès de toutes et tous à une éducation de qualité sur un pied d'égalité, et promouvoir les possibilités d'apprentissage tout au long de la vie**



« Cible 4.a – Construire des établissements scolaires qui soient adaptés aux enfants, aux personnes handicapées et **aux deux sexes** ou adapter les établissements existants à cette fin et fournir à tous **un cadre d'apprentissage sûr, non violent, inclusif** et efficace.

➤ Indicateurs 4.a.1 – Proportion d'établissements scolaires ayant accès à : [...] e) une alimentation de base en eau potable, f) des installations sanitaires de base non-mixtes, g) des équipements de base pour le lavage des mains. »

L'ODD 4, relatif à l'éducation, vise également l'amélioration des infrastructures dans les écoles, y compris les installations d'eau potable et d'assainissement. Conformément à l'ODD 6, ces

infrastructures doivent favoriser un accès universel, c'est-à-dire prenant également en compte les besoins des filles et des femmes.

## ODD5 Parvenir à l'égalité entre les sexes et autonomiser toutes les femmes et les filles



« Cible 5.1 – **Mettre fin**, dans le monde entier, à **toutes les formes de discrimination à l'égard des femmes et des filles.** »

## ODD 6 Garantir l'accès de toutes et tous à l'eau potable et l'assainissement et assurer une gestion durable des ressources en eau



« Cible 6.1 – D'ici à 2030, assurer l'**accès universel et équitable** à l'eau potable, à un coût abordable. »

« Cible 6.2 – D'ici à 2030, assurer l'**accès de tous, dans des conditions équitables**, à des services d'assainissement et d'hygiène adéquats et mettre fin à la défécation en plein air, **en accordant une attention particulière aux besoins des femmes et des filles** et des personnes en situation vulnérable. »

Les caractères « universel et équitable » de l'accès aux services d'eau potable, d'assainissement et d'hygiène traduisent la nécessité de prendre en compte les besoins spécifiques des femmes et des filles, dans tous les lieux de vie. Cet aspect est d'ailleurs souligné pour les services d'assainissement.

### Les conséquences majeures d'un manque d'accès à l'hygiène menstruelle

Phénomène biologique naturel apparaissant chez les jeunes filles à l'âge de la puberté, les menstruations sont un sujet encore **tabou** dans beaucoup de cultures. Pourtant, bien qu'il concerne directement une grande partie de la population, encore peu de projets de développement prennent en compte les besoins spécifiques des jeunes filles et des femmes. Ce manque de considération affecte fortement leurs conditions de vie.

- Le manque d'accès à des infrastructures adaptées et des matériels adéquats a un impact sur la santé

L'absence d'infrastructures, de matériels et de connaissances sur la santé menstruelle conduisent souvent les femmes à adopter des **comportements mettant en péril leur santé**. En effet, le défaut d'hygiène corporelle – favorisant les risques de proliférations de bactéries –, le recours à du matériel non hygiénique et/ou changé peu fréquemment, ou encore le lavage et séchage dans de mauvaises conditions des protections, sont autant de facteurs affectant la santé des femmes. L'élimination non-hygiénique des déchets peuvent également présenter des risques pour la santé des femmes mais aussi pour celle des personnes entrant en contact avec ces déchets.

De plus, les femmes peuvent éprouver des **douleurs menstruelles et de la fatigue**, pouvant handicaper la vie quotidienne. A cela s'ajoute le fait que la période de menstruations peut être un facteur d'**anxiété** pour les femmes, en raison de la crainte de se tâcher ou des croyances locales pouvant les stigmatiser.

- Le manque d'accès à des infrastructures adaptées et matériels adéquats peut affecter la mobilité des femmes

Il est évident que les impacts sur la santé des femmes affectent leur mobilité et donc leur capacité à prendre pleinement part à la vie économique, publique et communautaire. Mais au-delà de la santé, le **manque de sécurité et d'intimité** pour pouvoir procéder à une hygiène menstruelle digne peut limiter la capacité des femmes à s'éloigner de leur domicile ou à l'inverse, les obliger à s'exposer à des risques pour s'éloigner et s'isoler pour accéder à une certaine intimité.

De plus, la crainte de se tâcher, les croyances locales et les douleurs abdominales peuvent aussi contraindre les déplacements des femmes durant leurs menstruations.

- Le manque d'accès à des infrastructures adaptées et matériels adéquats peut affecter la scolarité des filles

Au même titre que les femmes peuvent limiter leurs déplacements durant leurs règles, les jeunes filles scolarisées peuvent parfois être poussées à rester à la maison. Cet **absentéisme** peut d'ailleurs être renforcé si le corps enseignant et les élèves sont peu ou pas informés sur la santé menstruelle, et que l'établissement scolaire devient un lieu peu accueillant pour les jeunes filles en période de règles.

Ces absences répétées des jeunes filles peuvent affecter leurs performances académiques, ce qui conduit parfois à un abandon de l'école.

## Le 28 mai : Journée mondiale de l'hygiène menstruelle



Instaurée en 2014, la journée mondiale de l'hygiène menstruelle est célébrée chaque 28 mai. Cette journée a pour objectif de sensibiliser et diffuser de l'information sur le sujet pour briser les tabous qui peuvent exister, mais également interpeler les décideurs sur les conditions de vie des populations.

Le choix du jour, le 28<sup>ème</sup> du mois, a été retenu en pensant à la durée moyenne d'un cycle menstruel. Le mois de mai est quant à lui le 5<sup>ème</sup> de l'année, soit le nombre de jours moyen de la durée des règles.

### 3. COMMENT S'Y PRENDRE CONCRETEMENT ?

Les approches et solutions pour prendre en compte l'hygiène menstruelle diffèrent selon les contextes auxquels les porteurs de projets sont confrontés. Il est donc important de mener un **diagnostic préalable** pour appréhender les habitudes et croyances des populations et évaluer les possibilités locales. Un **travail de concertation** avec les filles et les femmes de la localité, mais également avec les différents acteurs locaux (autorités locales, représentants communautaires, établissements scolaires, centres de santé...) est à mener tout au long de l'intervention pour s'assurer de répondre au mieux aux besoins identifiés en amont.

Les éléments présentés ci-dessous sont des pistes pour améliorer la gestion de l'hygiène menstruelle dans les projets d'accès à l'EAH dans des lieux publics (établissements scolaires, blocs sanitaires publics...) et sont à envisager dans leur ensemble. Certains éléments peuvent aussi être transposés dans le milieu domestique. Ces activités et aménagements, pris en compte dès la conception d'un projet, sont relativement peu coûteux, mais peuvent avoir un impact positif significatif.

### Développer des infrastructures adaptées aux besoins des femmes

- Accès à de l'eau propre et du savon pour se laver et laver ses produits (point d'eau dans les toilettes ou présence de douches) ;
- Infrastructures non-mixtes (affichage clairement identifiable) ;
- Infrastructures sécurisées (présence de verrous dans les cabines, ou d'une personne préposée à l'accueil, des infrastructures trop éloignées peuvent favoriser les agressions) ;
- Infrastructures favorisant l'intimité (murs/cloisons d'intimité) ;
- Infrastructures éclairées ou laissant passer la lumière (tout en respectant l'intimité) ;
- Dispositif pour poser/accrocher des affaires (crochet, étagère) ;
- Dispositif pour gérer les déchets menstruels (de manière hygiénique, pratique et discrète) ;
- Dispositif pour nettoyer et sécher ses produits d'hygiène en toute discrétion.

### Faciliter l'approvisionnement en protections et fournitures menstruelles

- Produits d'hygiène menstruelle adaptés, abordables et disponibles localement (produits jetables, lavables, sous-vêtements...);
- Matériel pour se laver (savon, seau...) ;
- Matériel pour nettoyer et sécher ses produits (lessive, bassine, corde à linge...).

### Informez sur la santé et l'hygiène menstruelles

- Education de base à la santé menstruelle (une sensibilisation différenciée selon les catégories d'acteurs : filles, garçons, femmes, corps enseignant, agents de santé, figures d'autorité avec lesquelles les filles sont à l'aise, leaders communautaires...) ;
- Promotion de l'hygiène menstruelle (informations, éducation, communication, démonstration) ;
- Collaborer étroitement avec les centres de santé et établissements scolaires pour promouvoir la santé et l'hygiène menstruelles.

## 4. POUR EN SAVOIR PLUS

### Informations générales

- [Progrès en matière d'eau, d'hygiène et d'assainissement des ménages 2000-2022 : gros plan sur les questions de genre](#), Joint Monitoring Program, UNICEF & OMS, 2023
- [L'hygiène menstruelle et les droits humains à l'eau et l'assainissement](#), OHCHR, 2020
- [Comprendre la gestion de l'hygiène menstruelle et les droits humains qui s'y rapportent](#), Human Rights Watch, 2018
- [Why period friendly toilets matter ?](#) Infographie. Wash United, WSSCC & World Vision
- [Revue Ressources n°6, focus sur la gestion de l'hygiène menstruelle](#), pS-Eau, 2017
- [Un instrument destiné à intégrer la gestion de l'hygiène menstruelle dans la réponse humanitaire – Le mini-guide](#), Columbia University & IRC, 2017
- [Menstrual hygiene matters - A resource for improving menstrual hygiene around the world](#), WaterAid, 2012

## Infrastructures adaptées

- [Menstrual Hygiene Management Friendly and Accessible WASH Facilities for Emergencies: Manual for Template Designs](#), IFRC, Croix rouge libanaise, British RedCross, HIF, 2022 (en anglais)
- [Des toilettes publiques et communautaires adaptées aux femmes et aux filles : guide à l'intention des urbanistes et des décideurs](#), Unicef, WaterAid & WSUP, 2018

## Approvisionnement en matériels

- [Guide to menstrual hygiene materials](#), Unicef, 2019 (en anglais)

## L'hygiène menstruelle en milieu scolaire

- [La gestion de l'hygiène menstruelle à l'école](#), WEDC, 2015
- [Éducation à la puberté et à la gestion de l'hygiène menstruelle](#), UNESCO, 2014

## Ressources en ligne (sites internet recensant des articles, documents techniques et supports pédagogiques sur la thématique, dans différentes langues)

- Base de données du pS-Eau : mot-clé « hygiène menstruelle » ([documents techniques](#) et [supports pédagogiques](#))
- [Menstrualhygieneday.org](#)
- [Menstrual hygiene matters](#)

## Contacts

Liana Rajaonary, [rajaonary@pseau.org](mailto:rajaonary@pseau.org)

Réalisé avec l'appui de :

