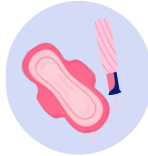


DES PROTECTIONS À TA DISPOSITION

- Plusieurs **distributeurs** sont placés dans ton école pour une période de test qui sera évaluée avec ton aide.
- **Deux types de protections** sont disponibles : des serviettes hygiéniques et des tampons (avec et sans applicateur).
- Les protections fournies sont **biologiques** et donc sans produits chimiques dans leur composition.



BONNES PRATIQUES

- N'utilise que les protections dont tu as besoin : **tout le monde doit pouvoir en bénéficier.**
- Ne jette JAMAIS tes protections usagées dans les toilettes au risque de les boucher, mais dans la poubelle prévue pour ça.
- **Garde les toilettes propres**, ce sera plus agréable pour tout le monde.
- Lave-toi toujours bien les mains après avoir été aux toilettes.



LE SAVAIS-TU ?

1 fille sur 2

a déjà manqué l'école à cause de ses règles :

- par honte, peur du regard des autres,
- parce qu'elle n'avait pas (ou pas suffisamment) de protections menstruelles,
- pour ne pas risquer de subir des moqueries,
- pour les douleurs liées aux menstruations.



LE PROJET

Ton école a été choisie dans le cadre d'un projet pilote (en phase test) qui vise à placer des distributeurs de protections menstruelles biologiques, gratuites, dans plusieurs établissements de l'enseignement primaire et secondaire de Wallonie-Bruxelles Enseignement.

Dès tes premières règles, tu pourras en bénéficier **sans stress.**

WWW.WBE.BE/SANGSTRESS

Editeur responsable : Julien Nicaise, Administrateur général WBE, Boulevard du Jardin Botanique 20-22, 1000 Bruxelles - Ne pas jeter sur la voie publique



LES RÈGLES, C'EST NATUREL



Les règles ne sont pas un tabou



Allège ta charge mentale



Des protections à ta disposition



Un accompagnement dans ton école

Pour que tu comprennes bien les objectifs de ce projet,
voici quelques explications :



LES RÈGLES NE SONT PAS UN TABOU



La question des règles concerne **tout le monde**. C'est en agissant ensemble que le tabou pourra disparaître.

Quand on parle de règles, on pense à rester discret, à cacher cette réalité qui entraîne souvent un inconfort.

Et pourtant, cela devrait être **normal** de dire

« J'ai mes règles »

sans que cela ne soit un sujet de moquerie.

Les règles, c'est naturel, et personne ne devrait en avoir honte !

ALLÈGE TA CHARGE MENTALE !

La charge mentale, c'est quoi ? C'est tout ce que tu as en tête, qui occupe ton esprit, sans même t'en rendre compte.

Quand tes règles commencent, cela ajoute de nouvelles préoccupations à celles que tu as déjà : savoir quand tes règles vont arriver, penser à acheter des protections, ne pas oublier de les prendre avec toi, etc.

Ce dispositif que nous mettons en place a pour objectif d'alléger cette charge mentale.

En effet, tu sauras que désormais, dans ton école, **tu auras accès facilement et GRATUITEMENT à des protections menstruelles**. De quoi te rassurer.



UN ACCOMPAGNEMENT DANS TON ÉCOLE

Des animations seront proposées dans ton école (en collaboration avec ton Centre PMS et l'asbl BruZelle) pour parler des règles et répondre à tes interrogations.

N'hésite pas à partager tes questions, tes peurs, tes doutes : le Centre PMS et les référent·e-s de ton école sont là pour t'aider et te rassurer, sans te juger.

On compte sur toi !

Pour que ce projet fonctionne et que d'autres élèves puissent y avoir accès, ton avis sur le dispositif est essentiel !

Tu seras invité à participer à une enquête et tes réponses permettront de poursuivre le projet au sein de toutes les écoles WBE.