

Levons les tabous des règles !

Cycle d'ateliers à destination des élèves de 6e et 5e



**REGLES
ELEMENTAIRES**



LE PROJET

Les règles concernent la moitié de la population mondiale, mais continuent souvent d'être traitées comme un enjeu exclusivement privé et intime. Pourtant, environ **75% des jeunes et 75% des parents d'élèves*** considèrent que leurs enfants devraient recevoir davantage d'éducation sur ce sujet à l'école.

Les nombreux **tabous et représentations stéréotypées** du corps, de la puberté et des règles renforcent, chez les enfants, une méconnaissance de leur corps et un manque de confiance. Ces perceptions ont alors tendance à exacerber les mécanismes d'inégalités entre les filles et les garçons dès le plus jeune âge.

En prenant conscience des tabous liés au corps et en offrant aux jeunes élèves un éveil à l'autonomie corporelle et à la santé menstruelle, l'école peut donc devenir un moteur dans la réduction des inégalités

*[Rapport d'étude Essity, 2020](#)



LES OBJECTIFS DE CET ATELIER

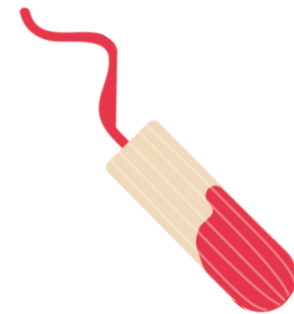


LE DÉROULÉ DES ATELIERS

Durée
2 x 2h

TEMPS DE PRÉPARATION

Rencontre avec les établissements enseignant·es



ATELIER 2

Briser les tabous des règles !

- Des représentations aux tabous : comprendre pourquoi on ne parle pas des règles
- Resituer les règles dans le phénomène de la puberté
- Physiologie et cycle menstruel
- Explication de la précarité menstruelle
- Temps de questions anonymes et bilan

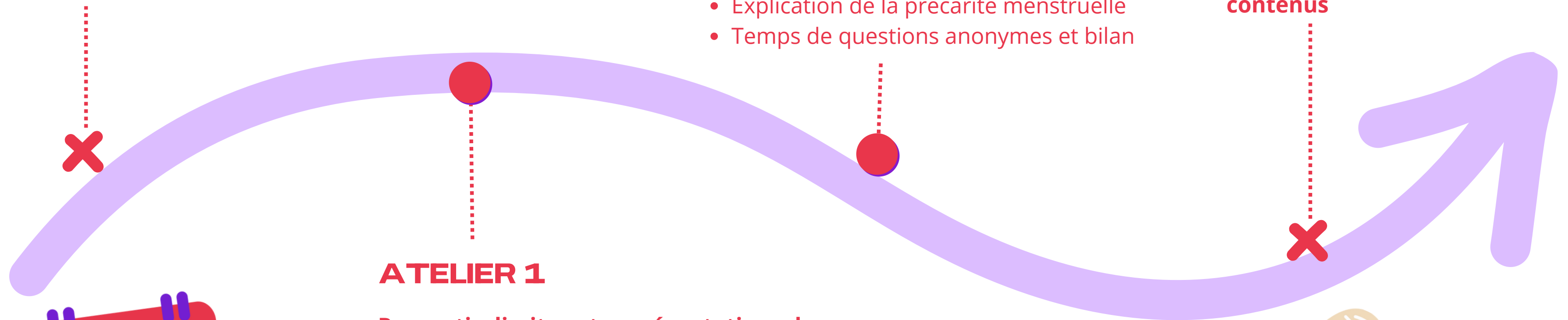
RESSOURCES COMPLÉMENTAIRES

Mise à disposition de contenus

ATELIER 1

Ressentis, limites et représentations du corps

- Fonctions du corps et ressentis
- Affirmation de soi et introduction au consentement
- Représentations du corps et perception de soi



LE DÉROULÉ DE L'ATELIER

- **Intervenant·es** : chargé·e de sensibilisation de l'équipe Règles Élémentaires
- **Nombre de participant·es** : une classe d'élèves (en mixité), 6e / 5e
- **Matériel mis à disposition** : vidéos, quizz, jeux, etc.



MÉTHODE D'APPRENTISSAGE

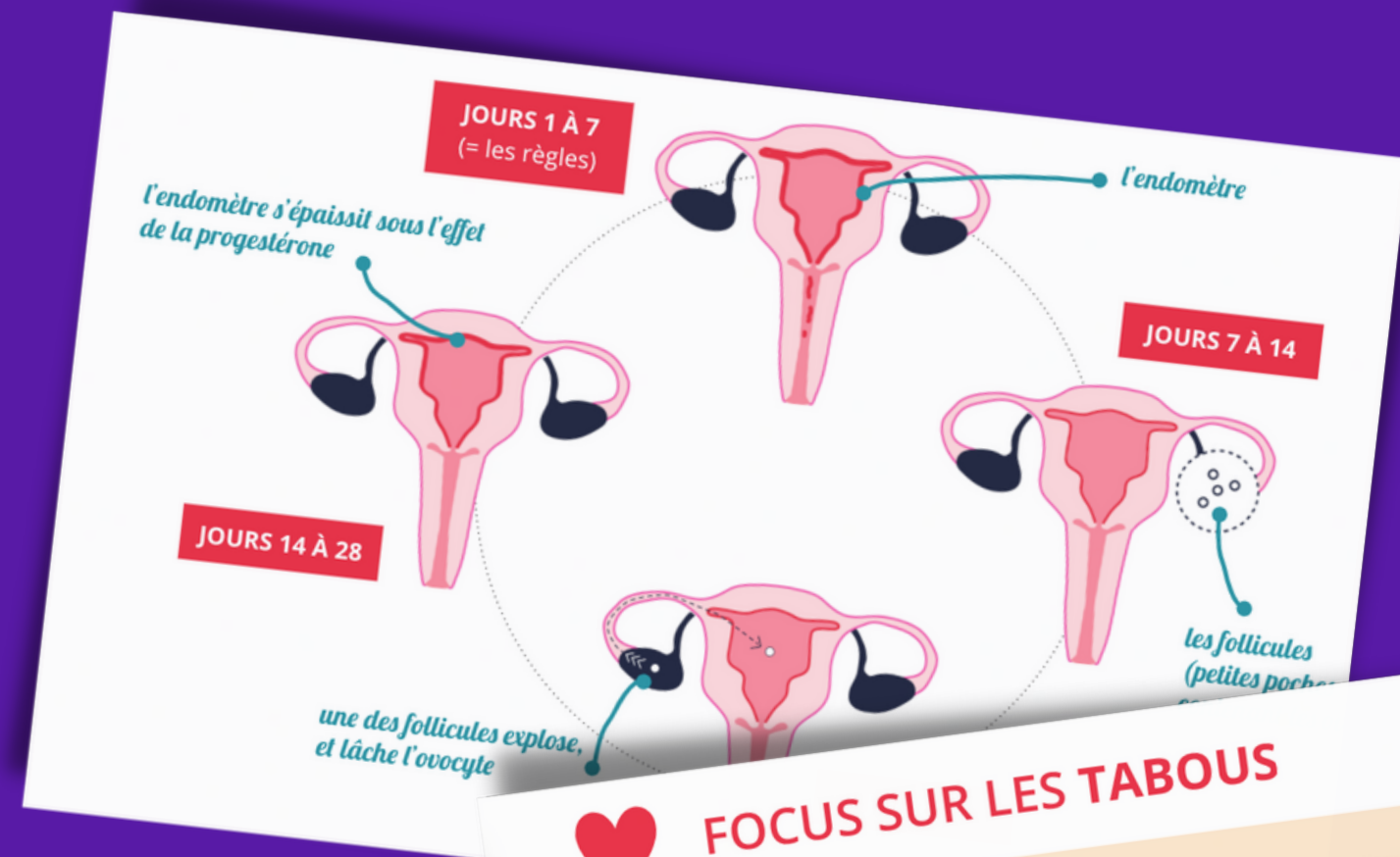
Créer un espace
bienveillant où les
élèves peuvent
s'exprimer
librement

Défendre l'inclusion
et la mixité filles-
garçons comme
vecteurs de bien
vivre-ensemble

Favoriser les
échanges avec les
animateur·rices et
entre les élèves pour
élaborer des pistes de
réflexion et d'action
concrètes

Appuyer le contenu
pédagogique par
des supports
multimédia (vidéos,
extraits de livres,
etc.)

APERÇU DE L'ATELIER



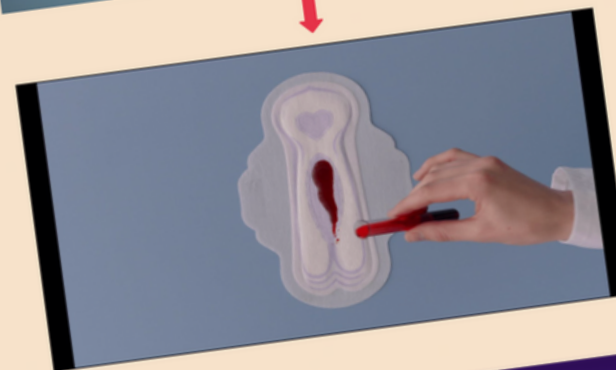
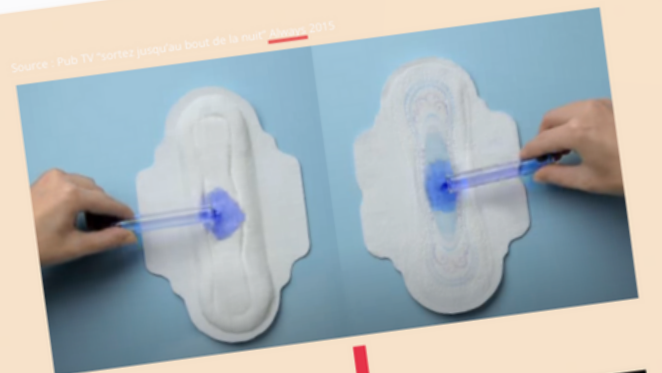
♥ FOCUS SUR LES TABOUS

Les règles censurées

Dans la publicité

Autre exemple du fait que l'on ne montre pas les règles : Jusqu'en 2018 le sang des règles été représenté par du sang bleu dans les publicités.

C'est Nana qui montre pour la première fois du sang rouge dans une publicité en 2018.



JEU : VRAI OU FAUX ?

VRAI

FAUX



Contactez-nous pour organiser un atelier :
partenariat@regleselementaires.com
contact@regleselementaires.com



WWW.REGLESELEMENTAIRES.COM

Ensemble, on peut
#CHANGERLESRÈGLES