

DOCUMENT DE PLAIDOYER

PROJET D'APPUI A LA GESTION DE L'HYGIÈNE MENSTRUELLE (GHM) CHEZ LA JEUNE FILLE EN MILIEU SCOLAIRE AU CAMEROUN



LA PRISE EN COMPTE DE LA GESTION DE L'HYGIÈNE MENSTRUELLE DANS LES CURRICULA DE L'ENSEIGNEMENT SECONDAIRE DOIT ÊTRE EFFECTIVE POUR LE DEVENIR DE LA JEUNESSE CAMEROUNAISE

**Horizons Femmes: Siège Social Melen, Mini-ferme.
Rue 938 BP: 8480 Yaoundé-Cameroun
Tél: 222 314 302 E-mail:horizons_femmes@yahoo.fr
Antenne du Littoral: Carrefour Nelson Mandela (Elf Axe lourd) Douala
Antenne de l'Ouest: Carrefour Auberge Bafoussam.
Site web: www.horizonsfemmes.org**

SOMMAIRE

Première partie

I.	INTÉRÊT HUMAIN DES INTERVENTIONS SUR LA QUESTION DES MENSTRUATIONS.....	P.2
A.	LES MENSTRUATIONS UNE RÉALITÉ INCONTOURNABLE POUR LA JEUNE FILLE ET LA FEMME.....	P.2
B.	LES MENSTRUATIONS: UN PHÉNOMÈNE NATUREL.....	P.2
II.	ÉTAT DES LIEUX DE LA GHM DANS NOS ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES	P.2
A.	GHM, UN FACTEUR CONTRIBUANT À L'ÉCHEC SCOLAIRE.....	P.2
B.	CADRE NORMATIF CONCERNANT LA GHM.....	P.3
III.	IMPACT D'UNE MAUVAISE GESTION DE L'HYGIÈNE MENSTRUELLE SUR L'ÉVOLUTION DE LA JEUNE FILLE.....	P.3
A.	SUR LE PLAN SCOLAIRE.....	P.3
	- La problématique de la déperdition scolaire	
B.	SUR LE PLAN SOCIAL.....	P.4
	- Frustration/déséquilibre émotionnel	
	- Repli sur soi	
C.	SUR LE PLAN GYNÉCOLOGIQUE.....	P.4
D.	SUR LE PLAN DES RAPPORTS DE GENRE.....	P.4

Deuxième partie

I.	UNE TASK FORCE DE LA GHM EN ACTION DANS TROIS RÉGIONS DU CAMEROUN	P.5
A.	DIVERSITÉ DES ACTEURS IMPLIQUÉS DANS LE PROJET.....	P.6
B.	SENSIBILISATION AUPRÈS DES ÉLÈVES DANS LES ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES.....	P.6
C.	DE LA CELLULE FAMILIALE AUX PLUS HAUTES INSTANCES PUBLIQUES.....	P.6
D.	QUELQUES BONNES PRATIQUES DÉJÀ VISIBLES.....	P.6
II.	INTÉRÊT D'UNE BONNE GESTION DE L'HYGIÈNE MENSTRUELLE EN MILIEU SCOLAIRE	P.7
A.	ASPECT GENRE.....	P.7
B.	ASPECT ÉDUCATIF.....	P.7
C.	ASPECT CULTUREL.....	P.7
III.	NÉCESSITE D'UNE SYNERGIE D' ACTIONS DANS LA GHM	P.7
A.	LA COMMUNAUTÉ ÉDUCATIVE/SOCIÉTÉ CIVILE/SECTEUR PRIVE LUCRATIF ET NON LUCRATIF.....	P.8
	- Aux parents d'élèves	
	- Aux élèves	
	- Aux enseignants / service APPS	
B.	LES MINISTÈRES	P.8
C.	LES COLLECTIVITÉS TERRITORIALES DÉCENTRALISÉES.....	P.8

EDITORIAL par:

“Le temps du changement est arrivé”

J’ai accueilli, à la fois avec intérêt et enthousiasme, l’initiative prise par l’association Horizons Femmes en faveur de nos jeunes filles, au titre de son projet sur la Gestion de l’Hygiène Menstruelle en milieu scolaire. Il s’agit d’une initiative louable, dont l’étape actuelle ne devrait à mon avis constituer qu’une phase pilote, compte tenu de l’immensité de la tâche, concernant l’ensemble de nos filles, scolarisées et non scolarisées. En bon connaisseur des difficultés auxquelles ces dernières sont confrontées tout au long du processus d’éducation sexuelle, j’ai tout de suite accepté comme un important devoir de l’élue que je suis, la proposition qui m’a été faite de commettre l’éditorial du présent document de plaidoyer.

En effet, le syncrétisme culturel, né de la rencontre entre nos coutumes et les réalités du monde occidental, n’est pas toujours bénéfique aux actions de santé communautaire, à l’instar de celles concernant la Gestion de l’Hygiène Menstruelle. Celle-ci évolue aujourd’hui dans un contexte de tiraillement entre une tradition dont les aspects positifs sont en déperdition ; et une modernité dont nos peuples n’ont pas toujours la possibilité de suivre ce qu’elle propose de meilleur. Entre la gestion sobre, mais quelquefois peu hygiénique des menstrues qui a prévalu dans nos traditions, et l’adoption des serviettes hygiéniques confortables, mais coûteuses actuellement à la mode, nos enfants se trouvent tiraillés. Finalement, les menstrues restent considérées comme une souillure, un tabou, une chose sacrée et défendue. Elles représentent pourtant un phénomène normal et naturel qui devrait être accepté et traité comme tel par tous. De plus, compte tenu de la charge émotionnelle et des difficultés sociales et économiques qu’elles engendrent, nous devrions nous positionner du côté de nos jeunes filles afin de les aider à adopter une bonne gestion de leur hygiène menstruelle. Il me semble que tel est le pari qui se dégage des actions prises par l’association Horizons Femmes. Soit des actions louables et courageuses, concernant un sujet resté jusque-là fermé. A ce titre, cette association mérite tout notre soutien. A mon avis, ce soutien doit être multiforme ; et doit s’inscrire au moins vers trois directions phares :

1/- Au niveau de la cible principale que constituent la femme et la jeune fille. Ici, il ne faut pas lâcher prise. Ce sont des rencontres de sensibilisation menées à tous les niveaux qui vont contribuer à briser les barrières des tabous. Il ne faut pas hésiter à débattre de cette question en public, sous forme des rencontres de counseling, d’accompagnement et d’échanges mutuels.

2/- Des actions plus institutionnelles sont aussi nécessaires. De ce point de vue, j’en appelle à une régulation des prix des serviettes hygiéniques, afin de les rendre plus accessibles sur nos marchés à travers des mécanismes qui en assureront la promotion auprès des couches sociales féminines défavorisées. Il convient aussi sous un angle normatif, de promouvoir des modèles d’infrastructures d’hygiène et d’assainissement qui soient sensibles au genre ; et d’y ajouter une disponibilité continue en eau potable, dans toute la mesure du possible.

3/- Dans les établissements scolaires qui constituent le creuset d’éducation de notre jeunesse, j’en appelle à l’amélioration des conditions d’hygiène et d’assainissement ; ainsi qu’à la prise en compte de la GHM dans les enseignements scolaires et para-scolaires. C’est par là qu’on pourrait amener nos enfants à comprendre le bien-fondé de la GHM sur la santé, l’épanouissement physiologique et psychologique de la jeune fille en particulier et de la femme en général.

Le Sénat en tant qu’institution légaliste respecte l’égalité des chances entre les jeunes filles et les jeunes garçons. C’est pour cela que ce projet, qui tend à rétablir une égalité de chances dans la société, a tout notre soutien. Le Sénat ne lésinera pas sur les moyens, afin que l’égalité de chances entre la jeune fille et le jeune garçon ne soit pas mise en mal, du fait par exemple de problèmes engendrés par la gestion des menstrues.

Mais je tiens à dire que cette responsabilité nous appartient également en tant que parents, pédagogues, autorités, en vue de promouvoir une culture de bonnes pratiques en matière de Gestion de l’Hygiène Menstruelle dans la société camerounaise, voire africaine. La balle est dans notre camp à tous.

PREMIERE PARTIE

I. INTÉRÊT HUMAIN DES INTERVENTIONS SUR LA QUESTION DES MENSTRUATIONS **A. LES MENSTRUATIONS UNE RÉALITÉ INCONTOURNABLE POUR LA JEUNE FILLE ET LA FEMME**

Les menstruations ou règles sont un écoulement vaginal de sang chez la femme qui survient chaque mois de la puberté à la ménopause. La perte de sang provient de la désagrégation progressive et irrémédiable de la couche superficielle de l'endomètre en l'absence de grossesse. Les menstrues durent généralement entre 3 à 7 jours, puis s'arrêtent pour recommencer le mois suivant. La gestion de l'hygiène menstruelle s'intéresse aux stratégies mises en place par les femmes durant la période des règles. Elle couvre la façon dont les femmes restent propres et en bonne santé pendant les menstruations et comment elles acquièrent, utilisent et se débarrassent des serviettes hygiéniques usagées. La problématique de l'hygiène menstruelle fait partie intégrante de la santé de la femme et de l'enfant, en même temps qu'elle influence grandement la situation globale de la femme. Il ressort d'une étude récente que les implications individuelles et sociétales de cette réalité bio-physiologique de la femme sont importantes. En effet, les menstruations ont un impact sur la santé, l'équilibre émotionnel et psychologique, le rendement scolaire et professionnel de la femme et de la jeune fille, la gestion de l'environnement et plus globalement, les indicateurs de développement

B. LES MENSTRUATIONS SONT UN PHÉNOMÈNE POURTANT NATUREL ET NORMAL

Depuis toujours les menstruations sont entourées d'un grand mystère et font l'objet de nombreux mythes, or il s'agit d'un phénomène naturel, associé à travers les cultures et les siècles, à différents tabous, à la honte ainsi qu'à de nombreuses informations erronées. Cette vision négative des menstruations est fortement intégrée au quotidien des femmes et fait partie de la culture populaire. Dans certains contextes, les menstruations doivent être cachées, à la limite niées. Environ 52 % de la population féminine mondiale est en âge de procréer or, dans de nombreuses cultures, les menstruations sont synonyme d'isolement et même de restrictions alimentaires. Le silence et la honte qui entourent les menstruations font passer au second plan la recherche des solutions à la question de la gestion de l'hygiène menstruelle. La vulgarisation de l'histoire des menstrues permettrait aux femmes de s'inscrire dans une démarche de démystification de cette thématique et d'acquérir une meilleure estime d'elles

II. ÉTAT DES LIEUX DE LA GHM DANS NOS ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES **A-LA RÉALITÉ DE LA GHM DANS NOS ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES,** **UN FACTEUR CONTRIBUANT À L'ÉCHEC SCOLAIRE**

Une étude effectuée au début du projet dans 60 établissements issus des 03 régions sites du projet a permis de faire un bref état des lieux de la situation de l'Hygiène Menstruelle en milieu scolaire. Il en ressort, que les jeunes filles ont des difficultés à gérer leurs menstruations à l'école. Elles sont confrontées à des problèmes pratiques, sociaux, économiques et culturels. Les principales difficultés qu'elles rencontrent sont:

- Le manque de serviettes hygiéniques dans l'enceinte des établissements (lorsqu'il y en a, celles ci sont commercialisées à hauteur de 100 FCFA/ pièce),
- Le manque d'eau pour se laver ou se nettoyer (le réseau CDE lorsqu'il existe est très souvent non fonctionnel),
- Des toilettes sales, désagréables à utiliser et non hygiéniques (un système de nettoyage des toilettes n'est pas institué. Les toilettes s'entretiennent au gré des punitions des élèves);
- L'inadéquation des installations servant à la gestion des déchets (des vieux seaux font office de poubelles et ne sont pas couverts);
- Le manque des ressources pour le lavage des mains comme du savon ou des bassines;
- Un manque de connaissances sur la thématique;
- Les peurs liées aux mythes et aux croyances traditionnelles;
- Un sentiment d'embarras et une faible estime de soi;
- L'absence de soutien de la part de certains hommes.

B-CADRE NORMATIF CONCERNANT LA GHM

Les principales lois qui régissent l'hygiène et l'assainissement en milieu scolaire sont les suivantes:

1. « *S'abstenir de percevoir le moindre frais indu de vendre ou d'autoriser la vente d'objets divers au sein des établissements scolaires conformément aux instructions de la circulaire No21/11/C/MINESEC/CAB du 27 juin 2011* » ;
2. « *Veiller au strict respect de la circulaire No 32/B2/146/ MINEDUC/SG/DSCAPPS/SSSS du 13 novembre 2001 fixant les modalités de gestion du fonds d'appui à la santé scolaire et à la répartition de la quantité de la contribution exigible affectée aux activités sportives* »
3. « *Rendre accueillantes et propices à l'épanouissement intellectuel les infrastructures scolaires de base à travers la lutte contre l'insalubrité de l'environnement: peinture, désherbage, refection des toilettes, tableaux et tables bancs.* »
4. « *impliquer d'avantage les parents d'élèves dans le suivi et l'encadrement des élèves par une sensibilisation accrue à travers les médias (tranche d'antenne en langue nationales), les APEE et dans le cadre des causeries éducatives.* »
5. « *Veiller à l'éducation sanitaire, morale et civique lors des rassemblements des élèves à l'occasion des cérémonies des levées de couleurs* »

III. IMPACT D'UNE MAUVAISE GESTION DE L'HYGIÈNE MENSTRUELLE SUR L'ÉVOLUTION DE LA JEUNE FILLE

Selon un rapport de l'organisation des Nations Unies pour l'Éducation la Science et la Culture, (UNESCO) en Afrique sub-saharienne, une fille sur dix (1/10) ne va pas à l'école pendant ses règles, ce qui correspond d'après certaines estimations à 20 % du temps scolaire perdu sur une année. La gestion de l'hygiène menstruelle désigne l'accès à des informations, une préparation et un soutien adapté qui permettent aux jeunes filles de gérer leurs menstruations de manière hygiénique avec dignité et en toute sécurité. En période des règles les filles sont sujettes à certaines difficultés perceptibles à trois niveaux:



A. Au niveau scolaire

- La problématique de la déperdition scolaire

Les menstruations ont une influence cumulative non négligeable sur la dynamique scolaire des adolescentes. L'absentéisme dû aux menstruations est une combinaison de plusieurs facteurs:

- 1- Les élèves n'ont pas de protections hygiéniques;
- 2- Les dysménorrhées (règles douloureuses);

3- Des installations sanitaires et un approvisionnement en eau non appropriés.

B. AU NIVEAU SOCIAL

Sur le plan social, la gestion des menstruations reste encore un sujet obscur qui à terme peut induire à des maux tels que:

- Les frustrations

La jeune fille /l'élève qui rencontre des difficultés dans la gestion de son hygiène menstruelle rentre souvent en conflit avec la culture/la tradition. Elle devient un objet de frustration durant cette période qu'elle n'a pourtant pas choisit de vivre, ni d'en être l'actrice principale. Le regard des élèves de sexe masculine, les railleries dont elle devient l'objet sont également un motif de frustration.

Les restrictions culturelles manifestées par les préjugés dépendent aussi des régions et des tribus. En tout état de cause, Les menstruations sont encore entourées de multiples croyances et de tabous sociaux qui rendent difficile la communication sur ce sujet.

- Le repli sur soi

La jeune fille qui n'a pas suivi une bonne préparation de l'arrivée des menstrues peut connaître des frustrations à leur arrivée.

Témoignage: A. élève au lycée bilingue de Bonaberi, (qui s'exprimait pendant le partage d'expérience lors de la formation des Jeunes Elèves leaders) « *quand j'ai eu mes règles j'ai perdu une année scolaire parce que je n'arrivais pas à accepter que je suis déjà une femme* »

Dans différentes cultures, les menstrues, considérées comme un sujet tabou ont des dénominations multiples ne s'apparentant pas à la réalité mais utilisées davantage comme, un code, un référent. Ainsi, cette période des menstrues prendra plusieurs denomination selon les contexte: **la lune, les madras, la mer rouge...**

C. SUR LE PLAN GYNÉCOLOGIQUE

(Quels sont les conséquences d'une mauvaise gestion de l'hygiène menstruelle dans le long terme chez la jeune fille?)

Une mauvaise Gestion de l'Hygiène Menstruelle peut avoir des conséquences négatives sur la Santé Sexuelle et Reproductive de la jeune fille. La ménarche peut être considérée comme un moment critique, c'est-à-dire un de ces moments dans le déroulement de la vie de la jeune fille dont la mauvaise gestion peut entraîner des maladies dues au mauvais usage de la serviette hygiénique. En effet au lieu d'être un moyen d'éliminer les bactéries de l'utérus, la menstruation est une période propice pour la contamination bactérienne. D'autre part 90 % de femmes avec les trompes de Fallope

fonctionnelles ont des menstruations rétrogradées, le sang menstruel contenant des débris et détritux est renvoyé dans les tubes de la cavité pelvienne aussi bien que dans le vagin. Les deux sens directionnels des menstrues facilitent un autre mécanisme pour les bactéries de transiter de la cave génitale inférieure vers les tubes de Fallope. Ce qui explique à souhait pourquoi les symptômes des infections génitales apparaissent le plus souvent justes après la fin des règles.

Le syndrome du choc toxique: Ce sont des toxines qui viennent du staphylocoque doré 30% de la population, environ 4% de femmes en ont dans la flore vaginale et 1% est porteuse d'une souche particulière de staphylocoque qui peut produire la mauvaise toxine. Chez certaines d'entre elles au moment des règles, le fluide menstruel va être en

contact avec ce staphylocoque dans le vagin. Si la jeune fille a mis un tampon, le fluide va rester bloqué et les règles vont devenir un milieu de culture pour les bactéries. Les bactéries vont alors se multiplier très rapidement pour finir par produire « cette méchante toxine » qui va ensuite passer dans la circulation sanguine. Dès lors l'infection va se propager dans le corps donnant lieu à des symptômes proches de ceux d'une gastro-entérite. Toutes ces combinaisons de facteurs démontrent à souhait qu'il est important et primordial que la question d'une bonne gestion de l'hygiène menstruelle soit prise en compte, afin d'apporter des solutions durables pour l'épanouissement de la jeune fille.

DEUXIEME PARTIE

III. UNE TASK FORCE DE LA GHM DÉJÀ EN ACTION DANS TROIS RÉGIONS DU CAMEROUN

A. DIVERSITE DES ACTEURS IMPLIQUES DANS LA GHM

À travers *«le projet d'Appui à la gestion de l'hygiène menstruelle chez les jeunes filles en milieu scolaire au Cameroun»*, la thématique de la Gestion de l'Hygiène Menstruelle a vu naître une « TASK FORCE » véritablement engagée.

Bien qu'embryonnaire sur l'étendue du territoire national, ce mouvement de la GHM existe dans trois régions du triangle national à savoir au Centre, à l'Ouest et dans le Littoral. Formés et déployés au sein de 18 établissements scolaires des 3 régions ci-dessus mentionnées, 18 volontaires et 60 jeunes élèves leaders sont aujourd'hui comptés parmi les fervents activistes de la GHM. L'on compte également parmi ces acteurs de véritables champions engagés dans le plaidoyer en faveur d'une bonne GHM en milieu scolaire, à travers l'octroi de dons et des actions de lobbying en faveur d'une amélioration des infrastructures disponibles au sein des établissements.

B. LES SENSIBILISATIONS AUPRÈS DES ÉLÈVES DANS LES ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES

Des jeunes élèves leaders (JEL) animent semaine après semaine des causeries éducatives dans leurs établissements respectifs sur des thèmes suivants : le décompte du cycle menstruel, le comportement de la jeune fille pendant les menstrues, les techniques d'évacuation des déchets, etc. Par ailleurs, il se tient chaque mois au moins un laboratoire GHM dans les établissements sites du projet, le but étant de passer de la théorie (sensibilisation en causerie éducative) à la pratique, en montrant à la jeune fille comment fabriquer des serviettes hygiéniques lavables, les entretenir et les évacuer.

C. DE LA CELLULE FAMILIALE AUX PLUS HAUTES INSTANCES PUBLIQUES

Le plaidoyer institutionnel est en marche depuis le début du projet, avec l'implication des 18 volontaires qui militent pour une amélioration au sein de la cellule familiale et des établissements, et des associations partenaires impliquées dans le projet qui mènent des actions de plaidoyer au niveau des collectivités territoriales décentralisées. Des lettres en vue de la participation aux Conseils Municipaux Elargis aux Sectoriels (COMES) ont été initiées.

D. D'AUTRES ORGANISATIONS DE LA SOCIÉTÉ CIVILE PRENNENT LE PAS

Certaines organisations de la société civile partenaires, sont impliquées dans les actions en faveur de la GHM. On peut observer après un renforcement de capacité de ces dernières par Horizons Femmes, que certaines de ces organisations (AFEL, ASDI, DYNAMIQUES FEMMES) mènent des activités en lien avec la GHM de manière autonome (laboratoire GHM, causeries éducatives, etc.)

E. QUELQUES BONNES PRATIQUES DÉJÀ VISIBLES

Des actions de lobbying ont été engagées par les Jeunes Elèves Leaders, ainsi que les volontaires du projet. Quelques résultats (bonnes pratiques) sont déjà observables:

- ◆ Des toilettes entièrement construites avec des infrastructures sensibles au genre (séparation des toilettes entre filles et garçons) au genre au lycée de Mendong
- ◆ Des clubs GHM existant au sein de plusieurs établissements sites du projet, garantissant la pérennité de l'action du projet.
- ◆ Les « Dames piss »: concept mis en place dans un établissement de la ville de Douala, dont le rôle est de veiller à ce que les toilettes soient toujours propres et ravitaillées en eau.
- ◆ Au lycée de Nkoabang à Bafoussam, la réalisation d'un ouvrage (coffret fixé au mur) permettant de conserver les stocks de serviettes hygiéniques et visibles,
- ◆ Mise en place des services GHM au sein des établissements (services psychosociaux, serviettes hygiéniques gratuits)
- ◆ La dotation en outils de GHM par des élites engagées dans les actions de plaidoyer: seaux poubelles avec couvercle dans les toilettes, serviettes hygiéniques, savons, détergents, etc.
- ◆ Le fichier d'heure d'absence de certains établissements (lycée général de Monatélé et lycée de Tsinga) a connu une nette amélioration du fait de la disponibilité des serviettes hygiéniques)
- ◆ L'aspect GHM a intégré une partie de l'ordre du jour du conseil d'établissement du lycée général de Monatélé chaque début d'année
- ◆ Le taux de grossesse précoce en baisse dans certains établissements
D'autres établissements sollicitent des causeries éducatives dans leurs établissements.

II. INTÉRÊT D'UNE BONNE GESTION DE L'HYGIÈNE MENSTRUELLE EN MILIEU SCOLAIRE

La bonne gestion de l'hygiène menstruelle passe par la rupture du silence autour des règles en promouvant la compréhension du cycle menstruel comme un fait de la vie et un élément biologique féminin, dont les femmes doivent être fières, et non honteuses.

Les uns et les autres doivent de ce fait être encouragés à s'exprimer et à discuter de ce phénomène biologique de manière enrichissante et positive afin de préparer psychologiquement et physiquement les jeunes filles à l'apparition de leurs règles et aux périodes de menstruations à venir. Les enjeux de telles initiatives se situent à plusieurs niveaux à savoir:

A- L'ASPECT GENRE

Selon l'organisation **Water supply and sanitary collaborative council (WSSCC)** l'ignorance des besoins des femmes qui ont leurs règles représente une violation de leurs droits. Pour faire tomber le tabou qui entoure ce phénomène, il faut tout d'abord transmettre aux femmes et aux filles même en milieu scolaire, les informations et les connaissances qui leur permettront de parler librement de leurs menstruations. Ensuite, satisfaire leurs besoins d'ordre pratique liés à leurs règles, tels que l'intimité, les outils de première nécessité (savon et eau), et des infrastructures adéquates en milieu scolaire où les filles et les femmes pourront facilement se mettre à l'aise. Ceci implique également la fourniture des installations adaptées pour l'élimination décente des serviettes souillées. Le cadre scolaire doit être conçu en tenant compte des spécificités liées à chaque sexe afin que chacun puisse mieux s'épanouir.

B- L'ASPECT ÉDUCATIF

Les résultats de l'étude menée en 2015 par Horizons Femmes, ONU-FEMMES et le Conseil de Concertation pour l'Approvisionnement en Eau et l'Assainissement montrent qu'une majorité de fille (95,9%) continue d'aller à l'école pendant la période menstruelle. Cependant, les nombreuses gênes causées lors des règles affectent la participa-

tion aux enseignements chez les jeunes filles. Le rendement scolaire de cette dernière pourrait être inférieur à celui du garçon. Ceci pourrait avoir un impact sur sa performance et conduire à un échec scolaire. Plus d'une fille sur 10 (12%) n'a pas pu achever une journée de classe, à cause des règles. Les filles sont ainsi amenées, soit à abrégé leur journée à l'école pendant les menstruations, soit à quitter précocement la salle de classe pour gérer les coulées menstruelles.

C- L'ASPECT CULTUREL

Plusieurs stéréotypes gravitent autour de ce phénomène biologique que sont les menstruations. Avoir ses règles, c'est avoir l'espoir d'être mère, c'est avoir l'espoir de porter un enfant et d'en être heureuse dans la vie. Cependant les menstruations demeurent un tabou dans de nombreuses sociétés, les attitudes et croyances culturelles négatives leurs sont encore associées. Les femmes et filles en période de menstruation sont encore souvent considérées comme «sales» ou «impures», ce qui peut aboutir à des situations d'isolement forcé, de mobilité réduite et de restrictions alimentaires. Par ailleurs, les femmes et les filles en période de menstruation peuvent être exclues de la participation aux activités sociales quotidiennes. Certaines croyances culturelles autour des menstruations renforcent les inégalités de genre et ont un impact négatif sur la dignité, la santé et l'éducation des femmes et des filles; raisons pour lesquelles, il est important de déconstruire certains préjugés.

« J'ai eu mes menstrues à l'âge de 11ans je faisais la classe de 5ème je suis allée voir maman qui m'a donné des serviettes hygiéniques et m'a rassuré que cela allait finir mais, grande avait été ma surprise que le lendemain elles étaient encore là puis le surlendemain ne pouvant supporter je suis tombée malade. Mes parents ont parcourus plusieurs hôpitaux avec moi, fait plusieurs examens jusqu'au scanner, en vain. C'est dans un hôpital religieux que mon problème a été décelé car je souffrais d'un problème psychologique et j'ai pu avoir l'aide donc j' avais besoin mais finalement j'ai perdu une année scolaire. Revoir mes camarades de promotion dans la classe supérieure me fais encore de la peine jusqu'au jour d'aujourd'hui. » Douala



III. POUR UNE PRISE DE CONSCIENCE ET UNE SYNERGIE D' ACTIONS COLLECTIVES

La problématique de la gestion de l'hygiène menstruelle (GHM) chez la jeune fille en milieu scolaire interpelle tous les acteurs intervenant dans le secteur éducatif et chacun peut jouer un rôle en faveur d'une bonne GHM chez la jeune fille.

A. A LA COMMUNAUTÉ ÉDUCATIVE



•Aux parents d'élèves

La famille est le premier maillon de socialisation des enfants et par conséquent des élèves. Les parents ont donc un rôle et une responsabilité de premier ordre dans l'éducation et le bien-être de leurs enfants en général. En effet, notre conception de la vie et notre comportement sont très souvent tributaires de l'éducation que nous avons reçu de nos parents. Ainsi, pour une bonne GHM et pour le bien-être des jeunes filles scolarisées, les parents devraient veiller de prime abord à briser le silence et les tabous autour des menstruations en communiquant sur le sujet avec leurs enfants en général et les filles en particulier. Ensuite, ils pourraient contribuer à déconstruire les préjugés et les stéréotypes autour des règles en s'informant et en transmettant des informations de qualité sur le sujet à leurs filles. Enfin, il est de la responsabilité des parents, notamment des mères de s'assurer que leurs filles disposent du nécessaire (trousse hygiénique)

pour aborder sereinement les périodes de menstrues. Cela implique pour les parents (les mères en particulier) au-delà de la mise à disposition de ressources auprès de leurs filles, d'instaurer des espaces de dialogue sur la santé sexuelle et reproductive dans l'optique de mieux connaître le fonctionnement physiologique de leur enfant.

•Aux élèves:

Les élèves de sexe féminin sont les premières concernées par la problématique de l'hygiène menstruelle en milieu scolaire. Cependant, celles-ci manquent très souvent de bonnes informations et n'osent pas aborder librement la question des menstrues avec leur entourage ou le cas échéant les personnes vers qui elles se tournent ne disposent pas toujours d'informations pertinentes.



Cependant, pour une bonne GHM il importe aux élèves de sexe féminin avant toute chose, de s'atteler à maîtriser leur cycle menstruel ; ensuite de toujours prévoir à l'approche des règles une trousse hygiénique dans leur sac ; enfin de veiller à se débarrasser des serviettes hygiéniques usagers dans des endroits adéquats prévus à cet effet.

Par ailleurs, les élèves filles ne doivent pas hésiter à rechercher la bonne information auprès de per-

sonnes ressources qui leur sont proches (parents, enseignants, infirmiers). Les élèves de sexe masculin quant à eux ne sont pas en reste et ont également un rôle important à jouer, notamment en évitant de stigmatiser (moqueries, railleries) leurs camarades filles, ce qui contribuerait à préserver l'estime de soi, et à réduire la gêne et les absences de ces dernières pendant leurs menstruations.

•Aux enseignants /services APPS:

Les enseignants ont la lourde responsabilité d'éduquer et d'instruire les élèves. En tant que modèles et référence de ces derniers, ceux-ci doivent prendre la mesure de la contribution qui peut être la leur pour une bonne gestion de l'hygiène menstruelle de la jeune fille en milieu scolaire. Il s'agit essentiellement pour les enseignants de garantir le respect de la dignité des jeunes filles, de briser le silence sur les menstrues en abordant cette question comme un sujet normal. Il s'agit par ailleurs de transmettre aux élèves des informations de qualité et par conséquent de déconstruire les idées reçues sur les menstrues. Enfin, une bonne compréhension du contexte local et des sensibilités culturelles par les enseignants, principalement ceux dispensant des cours relatifs à la santé sexuelle et reproductive (SSR), est nécessaire afin d'adapter le contenu des enseignements en SSR aux différentes sensibilités culturelles. Les services APPS pour leur part, pourraient dans la même lancée organiser des laboratoires GHM à l'occasion d'activités qu'ils organisent (semaine culturelle, fête de la jeunesse ...) et particulièrement lors de la journée Mondiale de l'hygiène menstruelle célébrée le 28 Mai .

B. AUX MINISTÈRES

L'hygiène menstruelle chez la jeune fille en milieu scolaire touche à la problématique de l'eau, de l'hygiène et de l'assainissement (WASH).



Dans les établissements scolaires, la mauvaise gestion de l'hygiène menstruelle a souvent comme causes: le manque de points d'eau opérationnels au sein des établissements et un déficit du paquet minimum de services de GHM dans les infirmeries ainsi que d'un personnel sensibilisé et formé sur cette question. A cet effet, les différents ministères concernés par la problématique WASH, en l'occurrence le Ministère de l'eau et de l'énergie (MINEE) et celui de la santé publique (MINSANTE) peuvent entreprendre des actions dans ce sens. Il s'agit par exemple pour le MINEE de veiller à ce que les établissements scolaires aient accès à de l'eau (approvisionnement par le réseau CDE, Forages électriques) et pour le MINSANTE, de mettre à la disposition des établissements un paquet minimum de GHM (paquets de serviette hygiénique, savon et eau de javel) et de renforcer les capacités des infirmiers travaillant en milieu scolaire.

En outre, les problèmes que rencontrent les élèves de sexe féminin dans la gestion de leur hygiène menstruelle, sont également tributaires d'un déficit d'informations de qualité sur la question dans les curricula de formation. De même, les enseignants ne sont pas suffisamment sensibilisés et outillés pour aborder aisément cette question. Le Ministère des enseignements secondaires (MINESEC) pour sa part peut intégrer la GHM dans les programmes scolaires et envisager des programmes extrascolaires dispensés par des professionnels de la santé et autres professionnels

(associations, ONG) formés sur la GHM pour animer au sein des établissements, des sessions de renforcement des capacités des enseignants et des élèves. Enfin, dans le cadre du budget d'investissement public (BIP), le MINESEC pourrait s'assurer que les établissements scolaires disposent au fil des années, d'infrastructures sanitaires de qualité, sensibles au genre et proportionnelles au nombre d'élèves. Par ailleurs, l'une des difficultés que rencontrent les jeunes filles est liée au coût des serviettes hygiéniques. À cet effet, le Ministère du commerce pourrait agir en instaurant des mécanismes visant la réduction des prix des serviettes hygiéniques commercialisées sur toute l'étendue du territoire national.

C. AUX COLLECTIVITÉS TERRITORIALES DÉCENTRALISÉES

Avec le processus de décentralisation en cours au Cameroun, l'Etat délègue progressivement certaines de ses compétences aux autorités territoriales décentralisées. Au niveau des municipalités, il importe de prendre en compte la GHM en milieu scolaire lors de l'élaboration des plans communaux de développement (construction de toilettes sensibles au genre dans les établissements, dotation de paquets minimum de GHM et aménagement de points d'eaux dans les établissements).

D. AUX MÉDIAS



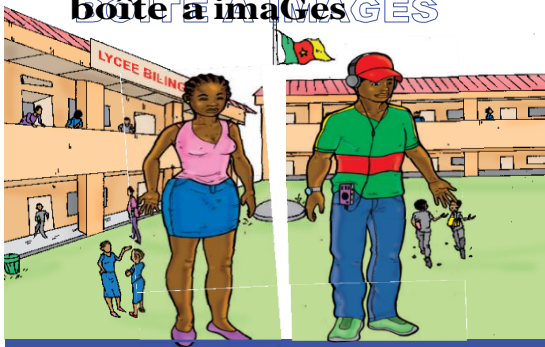
Les médias peuvent également jouer un rôle important pour l'amélioration de la GHM en milieu scolaire dans la mesure où ils sont rangés parmi les agents de socialisation et par conséquent ils participent à l'éducation, à l'information et à la formation des individus. De plus, ils sont un moyen de transmission des valeurs culturelles d'une société qui présentent l'avantage de pouvoir toucher un très grand nombre d'individus. Dans le cadre de la GHM chez la jeune fille en milieu scolaire, les acteurs de médias peuvent se saisir de cette question notamment à l'occasion de la célébration de la journée mondiale de l'hygiène menstruelle, le 28 mai, pour briser le silence qui pèse sur les règles et attirer l'attention du public sur ce sujet dans l'optique de déconstruire la vision négative que certaines personnes ont des menstrues.

Moqueries et frustrations

« Lorsque je voyais du sang sur la tenue d'une fille ou de ma sœur, ma première réaction était de rire, ce qui mettait la fille en larme. » dit Eric âgé de 14 ans

Projet GHM

boîte à images



Horizons Femmes AMPLIFYCHANGE Minproff Minesec

Projet GHM

Gestion de l'Hygiène menstruelle chez la jeune fille en milieu scolaire au Cameroun

COMMENT BIEN GERER MON HYGIENE MENSTRUELLE ?



Horizons Femmes AMPLIFYCHANGE Minproff Minesec
 Siège social : Melan, Mini Forme Rue 938 Yaoundé-Cameroun • BP : 8480 Tél : +237 22214302 • E-mail : horizons.femmes@yahoo.fr
 Antenne : Littoral Carrefour Nelson MANDELA (Elif axe lourd) • Antenne de l'Ouest, carrefour Auberge • Site Web : www.horizonsfemmes.org

MON CALENDRIER ET MON CYCLE MENSTRUEL

Cycle entre 23 et 25 jours			
La PF se situe entre le 3 ^{ème} et le 18 ^{ème} jour du cycle			
1 ^{er} jours	3 ^{ème} jour - 18 ^{ème} jour	19 ^{ème} jour - règles	
7 ^{ème} jour			
Règle	Eviter rapport sexuel	Zone libre	
Cycle normal : 28 jours			
La PF se situe entre le 8 ^{ème} et le 21 ^{ème} jour			
1 ^{er} jours	6 ^{ème} jour - 21 ^{ème} jour	22 ^{ème} jour - règles	
7 ^{ème} jour			
Règle	Rapports sexuels probables	Rapports sexuels probables	Zone libre
Cycle de 29 et 35 jours			
1 ^{er} jour	9 ^{ème} jour - 29 ^{ème} jours	29 ^{ème} jour - Règles	
8 ^{ème} jour			
Règle	Rapports sexuels probables	Eviter rapport sexuel	Zone libre

Ce support a été réalisé grâce à l'appui de Amplify Change
 Selon un rapport de ONU sida, 800 millions de femmes voient leurs règles par jour.
 Selon l'ONU, quelque 272 millions de jours de classe sont manqués par des enfants dans le Monde en raison de maladies liées à cette problématique.
 Sur les 69 pays qui ne rempliront pas les Objectifs du Millénaire pour le Développement correspondant à l'assainissement, 37 sont situés en Afrique subsaharienne.

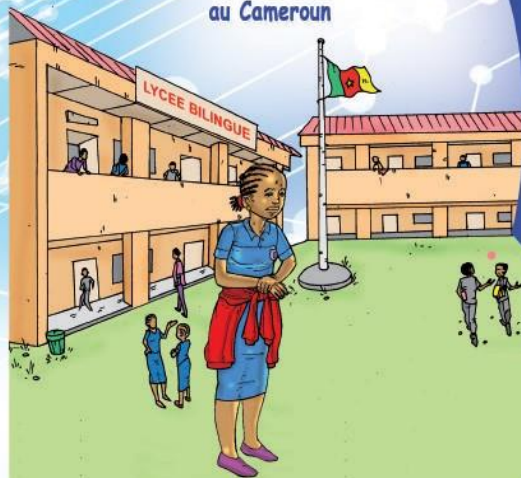
ADRESSES UTILES

Siège social : Melan, Mini Forme Rue 938 Yaoundé-Cameroun
 BP : 8480 Tél : +237 22214302
 E-mail : horizons_femmes@yahoo.fr
 Antenne : Littoral Carrefour Nelson MANDELA (Elif axe lourd)
 Antenne de l'Ouest, carrefour Auberge
 Site Web : www.horizonsfemmes.org

Horizons Femmes AMPLIFYCHANGE MINESEC MINPROFF

PROJET GHM

Appui à la Gestion de l'Hygiène Menstruelle chez la jeune fille en milieu scolaire au Cameroun



BRISER LE SILENCE QUI PÈSE SUR LES REGLES !