



Table de concertation de Laval  
en condition féminine

# FAITS SAILLANTS SÉCURITÉ MENSTRUELLE

*Droit à la santé des lavalloises: Afin que plus aucune ne soit exclue*

## POURQUOI S'Y INTÉRESSER?

Les menstruations ne sont ni une maladie, ni une réalité à cacher! Au contraire, c'est une expérience partagée par les femmes et personnes menstruées qui mérite d'être considérée comme un enjeu de santé publique et d'égalité des genres. C'est une question d'équité et de dignité pour toutes.

Les menstruations font partie du quotidien des femmes et des personnes ayant un utérus de la puberté à la ménopause. **Il est injuste qu'elles portent seules le fardeau d'avoir des produits menstruels en tout temps et en tout lieu. Au contraire, ces produits devraient être reconnus comme essentiels et être accessibles, gratuits et disponible partout!** Faut de cela, nombreuses sont celles qui vivent des situations de **précarité menstruelle** de manière régulière ou occasionnelle.

### La précarité menstruelle peut être causée et aggravée par:

- La stigmatisation des menstruations
- Le manque d'accès à des installations d'hygiène
- Le manque d'accès à l'éducation sur la santé sexuelle et reproductive

## IMPACTS SUR LA SANTÉ ET LE BIEN-ÊTRE

- Répercussions psychologiques et sociales
- Absence au travail ou à l'école
- Absence à des activités sportives et sociales
- Difficultés de concentration et baisse de participation active

## RECOMMANDATIONS

1. Offrir des **produits menstruels gratuits dans tous les lieux publics de Laval**
2. Reconnaître les produits menstruels comme un **besoin essentiel**
3. **Démystifier les tabous** entourant les menstruations et les produits menstruels

## POURQUOI PARLER DE « PRODUITS MENSTRUELS »

**Protection:** est-ce que les règles sont dangereuses?

**Hygénique:** est-ce que les règles sont sales ou non hygiéniques?

**Féminine:** est-ce que toutes les personnes menstruées sont des femmes?



# FAITS SAILLANTS SÉCURITÉ MENSTRUELLE

*Droit à la santé des lavalloises: Afin que plus aucune ne soit exclue*



Table de concertation de Laval  
en condition féminine

## QUELQUES CHIFFRES SUR LES MENSTRUATIONS

- Au Canada, les femmes et personnes avec utérus dépensent en moyenne **6000\$** en produits menstruels au cours de la vie.
- Au Québec, **34%** ont déjà dû sacrifier d'autres dépenses pour pouvoir payer leurs produits menstruels
- Près de **60%** des femmes interrogées dans une enquête pancanadienne (2019) ont manqué occasionnellement ou régulièrement une activité en raison des menstruations ou de la crainte de ne pas avoir accès à des produits menstruels ou des installations sanitaires adéquates

## DE LA PRÉCARITÉ À LA SÉCURITÉ MENSTRUELLE

**Les femmes et personnes menstruées les plus touchées par la précarité menstruelle ont souvent un faible revenu**, en plus de vivre à l'intersection de plusieurs identités et réalités qui peuvent augmenter leur précarité. Par exemple, elles peuvent être :

- Cheffes de familles monoparentales
- Étudiantes
- Autochtones
- LGBTQIA2E+
- En situation d'itinérance, visible ou cachée



En 2025, la Ville de Laval offre pour la première fois une subvention de 50\$ pour les produits menstruels durables (ex. coupe, culotte menstruelle, serviettes réutilisables) aux personnes qui en font la demande. C'est un premier pas important pour alléger le fardeau financier des femmes et personnes menstruées. **Malheureusement, cette mesure ne bénéficie pas à celles qui vivent le plus la précarité menstruelle.**

**La sécurité menstruelle permet un accès gratuit et universel aux produits menstruels pour toutes les femmes et personnes menstruées.** Par exemple, les écoles, les CLSC, les bibliothèques et les centres communautaires peuvent être des points de distribution de produits menstruels gratuits fournis par la municipalité et le gouvernement. Ces lieux offrent déjà un accès à des installations adéquates, accessibles, hygiéniques et sécuritaires pour l'ensemble de la population.

Mobilisez-vous à nos côtés la sécurité menstruelle à Laval!