Impact des distributeurs de protections menstruelles sur le bien-être des étudiantes françaises

Pebayle SARAH(1), Masson JULIEN(2)

(1) Université Claude Bernard Lyon 1, France., (2) Université Lumière Lyon 2, France.

DOI : https ://doi.org/10.17184/eac.9367

Résumé : La précarité menstruelle touche près de 4 millions de françaises dont bon nombre d'étudiantes. En réponse aux objectifs gouvernementaux établis en 2021, des universités installent des distributeurs de protections menstruelles.

Cette étude, menée auprès de 452 étudiant.es, permet d'appréhender l'impact des distributeurs de protections périodiques gratuites et en libre-service sur le bien-être subjectif des étudiant.es menstrué.es.

L'accès aux distributeurs est lié à plusieurs aspects des menstruations. Il est lié à la baisse du score de précarité menstruelle et à un vécu menstruel plus serein. Les indicateurs de santé sociale sont en nette augmentation tandis que les répercussions universitaires s'amenuisent. L'accès aux distributeurs de protections périodiques est lié positivement au score de bien-être pendant les menstruations. Le score de bien-être pendant les menstruations est lié positivement au fait d'avoir été informé de leur installation, d'avoir bénéficié de conférences et de distribution de produits réutilisables.

Les résultats montrent une association significative entre certaines variables associées à la précarité menstruelle et le score de bien-être subjectif pendant les menstruations. Ainsi, les difficultés d'accès aux installations et un vécu difficile des menstruations sont corrélés négativement au score de bien-être subjectif des étudiant.es lors des menstruations.

Mots-clés : distributeur de protections menstruelles, bien-être, étudiantes, menstruations

Abstract: Menstrual insecurity affects nearly 4 million French women, including many students. In response to government targets set for 2021, universities have installed dispensers for menstrual protection.

This study, carried out among 452 students, tries to understand the impact of free, self-service menstrual protection dispensers on the subjective well-being of menstruating students.

Access to dispensers is linked to several aspects of menstruation. It is associated with a reduction in menstrual precariousness score and a calmer menstrual experience. The social health indicators increased significantly, while academic repercussions are reduced. Access to sanitary protection dispensers is positively linked to the well-being score during menstruation. The well-being score during menstruation is positively related to the fact of having been informed of their installation, having received lectures and distribution of reusable products.

The results show a significant association between certain variables associated with menstrual insecurity and subjective well-being score during menstruation Thus, difficulties in accessing facilities and a difficult menstrual experience were negatively correlated with the subjective well-being score.

Keywords: menstrual protection dispenser, well-being, students, menstruation

1 Introduction

Le Collectif mondial pour la santé et l'hygiène menstruelle définit la santé menstruelle comme « *un état de complet bien-être physique, mental et social ne consistant pas simplement à une absence de maladie ou d'infirmité en relation avec le cycle menstruel* » (Hennegan *et al.*, 2021, p. 32). La précarité menstruelle, quant-à-elle, fait référence au « *manque d'accès aux produits d'hygiène indispensables pendant la période menstruelle ainsi qu'à la possibilité d'accéder à des endroits adéquats pour les utiliser, notamment les services d'assainissements de base et de recevoir des informations sur les menstruations* » (Carneiro, 2021, p. 721). Quelques études ont récemment été publiées dans des pays européens à revenu élevé (PRE). En raison de données scientifiques limitées en France, nous nous appuyons sur les résultats d'études menées dans des PRE et dans les pays à faible et moyen revenu (PFRI), tout en gardant à l'esprit que nous pouvons obtenir des résultats très différents car les contextes économiques et sociaux sont différents. Notons également que ces études ont été réalisées auprès de femmes cisgenres uniquement.

1.1 Risques d'une mauvaise gestion de l'hygiène menstruelle

1.1.1 Santé physique

Dans les PRFI, les irritations et douleurs locales sont fréquentes en l'absence de matériel ou de mésusage des produits menstruels, d'usage prolongé ou de séchage des produits réutilisables (Das *et al.*, 2015 ; Mason *et al.*, 2013). En cas de pratiques menstruelles à risque, le risque infectieux est alors majoré (Khanna et Bhawsar, 2005). Les soins médicaux sont remplacés par des « remèdes de grand-mère » (Maity *et al.*, 2020) et l'automédication (Kamel et Abdelsamea, 2017). En France, le lien entre syndrome du choc toxique et l'usage prolongé de tampons au-delà de 6 heures et au manque d'éducation au bon usage de ce dispositif a été mis évidence (Billon *et al.*, 2021).

1.1.2 Santé mentale

Les menstruations sont source de peur, de honte, de détresse, de perte de confiance en soi et de charge mentale accrue, notamment en cas de difficulté à contenir le sang menstruel (Barrington *et al.*, 2021). La charge mentale est majorée en cas de cycles irréguliers nécessitant d'être toujours « préparée », en cas de douleurs, de fatigue, d'absence d'éducation menstruelle ou d'absence de soutien des proches (Barrington *et al.*, 2021). Les personnes souffrant de précarité menstruelle ont plus de risques de présenter une mauvaise santé mentale (Marí-Klose *et al.*, 2023). Lors du premier confinement du Covid-19, les françaises en situation de précarité menstruelle présentaient davantage de symptômes dépressifs et anxieux (Gouvernet *et al.*, 2022).

1.1.3 Santé sociale

L'étiquette menstruelle persiste dans le monde (Barrington *et al.*, 2021), incitant les femmes à dissimuler les menstruations (Barrington *et al.*, 2021 ; Briggs, 2021), sous peine d'être discriminées (Barrington *et al.*, 2021) ou stigmatisées (Briggs, 2021). Elles adoptent des stratégies d'adaptation (Mason *et al.*, 2013) et évitent les situations à risque de dévoiler leur condition (piscine…) (Medina-Perocha *et al.*, 2023). Elles évitent les relations sociales (Medina-Perocha *et al.*, 2023) et intimes (Barrington *et al.*, 2021). Près de 90 % des australiennes évoquent des troubles émotionnels lors des menstruations, ce qui altère leur vie sociale (Munro *et al.*, 2022). Les hommes, quant-à-eux, oscillent entre compréhension et leur propre vécu vis-à-vis des « histoires de femmes » (Peranovic et Bentley, 2017).

1.2 Conséquences universitaires

Dans les PFRI, les menstruations affectent les performances académiques (De Sanctis *et al.*, 2016). La moitié des étudiantes se disent insatisfaites de leurs résultats scolaires en raison de dysménorrhées (Kamel *et al.*, 2017). Les menstruations affectent les capacités à travailler efficacement (Ilyasu *et al.*, 2012) et contribuent à l'inégalité de réussite entre les sexes (Maity *et al.*, 2020). L'absentéisme pour raison médicale ou par manque de produits menstruels est fréquent (De Sanctis, 2016 ; Mason *et al.*, 2013). Si l'absentéisme et le confinement au domicile sont aussi pratiqués en Espagne et au Royaume-Uni (Briggs, 2021 ; Medina-Perocha *et al.*, 2023), le présentéisme est pratiqué aux Pays-Bas (Schoep *et al.*, 2019).

1.3 Facteurs protecteurs de la santé menstruelle

Dans les PRFI, comme au Kenya, une bonne gestion de l'hygiène menstruelle (Mason *et al.*, 2013), l'accès à des sanitaires offrant des conditions d'hygiène favorables (Mason *et al.*, 2013 ; McMahon *et al.*,2021b) et la facilité à évoquer les menstruations (Munro *et al.*, 2021) améliorent la perception des étudiantes sur leurs capacités à gérer leurs menstruations. En Australie, les facteurs physiques (absence de ménorragie…), personnels (perception positive, connaissances menstruelles…) et environnementaux (lieux favorables à la gestion de l'hygiène menstruelle…) sont des prédicteurs de la confiance des étudiantes à gérer leurs menstruations à l'université (Munro *et al.*, 2022). Les programmes d'éducation à la puberté et/ou la mise à disposition de produits d'hygiène menstruelle semblent efficaces pour lutter contre l'absentéisme en Ouganda (Montgomery *et al.*, 2016).

1.4 L'éducation à la santé menstruelle

Dans les pays riches, l'éducation à la sexualité et aux besoins menstruels est enseignée mais demeure succincte puisque 30% des étudiantes américaines manquent de connaissances (Munro *et al.*, 2023, p. 4). En Australie, le discours en matière d'éducation menstruelle est contradictoire : « *les menstruations sont un évènement normal et naturel, mais elles doivent être cachées* » [traduction libre] (Stubbs, 2008a, p. 1). Dans le monde, l'évolution des normes éducatives encourage les jeunes filles considérer qu'elles ne sont plus des enfants mais des femmes et que, par conséquent, leur statut dans la société évolue (Mardon, 2009).

En France, selon la loi, les élèves doivent bénéficier de trois séances d'éducation à la sexualité par an, de la primaire au lycée (Légifrance, 2001). Au cours de l'année scolaire 2014-2015, un quart des établissements n'ont mis en place aucune action ou séance d'éducation à la sexualité. Les établissements ayant mis en place au moins une séance d'éducation à la sexualité ont axé leur intervention du point de vue des sciences : reproduction, maladies sexuellement transmissibles, contraception… (Haut Conseil à l'Egalité entre les femmes et les hommes, 2013). En 2022, moins de la moitié des Français disent avoir reçu un enseignement formel à propos des menstruations, dont 10% hors cadre scolaire (Opinion Way, 2022).

1.5 La précarité menstruelle en France

Le sujet est abordé dans les médias de masse en 2018 à la suite d'actions de santé publique à l'étranger, notamment en Ecosse (Bertyne, 2021) et à l'implication d'associations telles que Règles Elémentaires ayant pour objectifs de lutter contre la précarité menstruelle et mobiliser l'opinion publique. Dans un rapport de 2019, la sénatrice Schillinger « *préconise de mettre à disposition des populations vulnérables des protections hygiéniques gratuites : dans les centres communaux d'action sociale, dans les universités, lycées, collèges et dans les prisons* » (Règles Elémentaire, 2019). La précarité étudiante se renforce lors de la crise Covid-19 (Ladner et Tavolacci, 2022) dans un contexte de hausse constante du coût de la vie étudiante (Unef, 2020). Cette précarité altère tous les aspects de la vie (Dequiré, 2007), y compris la santé menstruelle en raison de la hausse du coût des produits menstruels (Ministère de l'Enseignement supérieur, de la Recherche et de l'Innovation), estimé entre 10 et 15 euros mensuel (Caf, 2022).

Le rapport sur la précarité menstruelle de 2021 indique que 13 % des étudiant.es ont choisi entre acheter des protections périodiques et un produit de première nécessité, 60 % ont déjà manqué le travail ou les cours pour des raisons médicales liées aux menstruations, 10 % fabriquent leurs protections périodiques et 5 % utilisent du papier toilette. Si 7 % des étudiant.es estiment être en situation de précarité menstruelle, un tiers disent avoir besoin d'aide financière pour s'acheter des protections périodiques (FAGE *et al.*, 2021).

Face à l'urgence menstruelle, qui affecte alors 2 millions de personnes et à la pression sociétale, l'Etat Français s'engage à lutter contre la précarité menstruelle qu'il qualifie d'« *enjeu important de santé publique et de solidarité par l'Etat* » (Ministère de l'Enseignement supérieur, de la Recherche et de l'Innovation, 2021). Le 28 mai 2021, à l'occasion de la Journée mondiale de l'hygiène menstruelle (Gouvernement, 2019), le gouvernement Français dévoile ses objectifs en matière de lutte contre la précarité menstruelle :

- Faciliter l'accès aux protections périodiques pour les femmes précaires à titre gratuit ou à prix symbolique.

- Contribuer à lever le tabou et la stigmatisation sur les menstruations avec des programmes de sensibilisation.

- Sensibiliser davantage et dès le plus jeune âge à l'importance d'une bonne hygiène.

- Réduire les inégalités entre les femmes et les hommes, notamment en matière d'insertion sociale et professionnelle.

Bien que ne faisant pas partie des plans de prévention (Ministre des Solidarités et de la Santé, 2018), l'Etat Français annonce la gratuité des protections périodiques dans les résidences du CROUS et les Service de Santé Universitaires (SSU) (Ministère de l'Enseignement supérieur, de la Recherche et de l'Innovation, 2021). Par leur emplacement, l'accès aux distributeurs de protections périodiques gratuites et en libre-service n'est pas universel. Des universités s'engagent alors à en installer afin de généraliser l'accès à tous.

Les distributeurs de protections périodiques gratuites et en libre-service sont-ils uniquement la mise en application d'une demande institutionnelle pour pallier les difficultés matérielles et financières des étudiant.es ou participent-ils à améliorer le bien-être subjectif des étudiant.es menstrué.es ?

2 Matériel et méthode

2.1 Population étudiée, méthode d'échantillonnage et échantillon

Pour répondre à cette question, nous avons mené une étude transversale auprès d'étudiant.es menstrué.es, majeur.es et francophones. La méthode non probabiliste au volontaire a été choisie. Les participants ont collaboré volontairement à l'étude ; ils n'ont pas été sélectionnés (Statistique Canada, 2021).

Les universités ou Services de Santé Universitaire (SSU) suivants ont relayé l'enquête aux étudiants : Université de technologie de Compiègne, Université de Franche-Comté, Universités Lyon 1 et 3, Université de Haute-Alsace, Le Mans Université, Universités Paris 1, 4 et 5, Université Savoie Mont Blanc, Université de Strasbourg, Université Jean-Monnet, Université de Toulon, Universités de Toulouse 1,2 et 3, Université de Tours et Université polytechnique Hauts-de-France. L'enquête a été postée sur les pages Facebook des groupes étudiants et l'association Réglez-moi-ça ! a relayé l'enquête.

2.2 Outils et collecte des données

La collecte des données s'est déroulée en ligne du 25 janvier au 20 mars 2023. Le questionnaire anonyme et d'une durée moyenne de 17 minutes était accessible sur LimeSurvey. L'outil respecte le règlement RGPD. Nous avons respecté les préconisations du Comité d'éthique de l'Université Lyon 1.

2.3 Questionnaire (Annexe A)

Nous avons utilisé le World Health Organization Well-Being Index (WHO-5) (INSPQ, 2019). Ce questionnaire auto-rapporté comporte 5 items relatifs à l'état de bien-être : se sentir bien et de bonne humeur, se sentir calme et tranquille, se sentir plein d'énergie et vigoureux, se sentir frais et dispos et avoir une vie quotidienne remplie de choses intéressantes. Lors de son intégration au questionnaire, nous avons écrit les items en écriture inclusive. Nous avons soumis l'outil deux fois pour deux périodes distinctes, en contextualisant dans la consigne : un WHO-5 correspondant aux deux dernières

semaines sans menstruations vécues à l'université et un autre WHO-5 correspondant aux dernières menstruations vécues à l'université.

Concernant la précarité menstruelle, à la lecture des articles cités dans les sous-parties 1.1. à 1.3., il apparait que trois thématiques principales émergent : accès aux protections périodiques, accès aux installations et vécu des menstruations. Nous avons donc généré des questions permettant d'apporter des éléments dans ces trois catégories (Annexe B). Les scores vont de 0 à 60, 0 signifie que la personne n'est pas en situation de précarité menstruelle. Plus le score est élevé, plus la personne est en situation de précarité menstruelle importante.

2.4 Traitement et méthode d'analyse

Les données ont été analysées à l'aide de Jamovi 2.3.28.

Dans un premier temps nous avons calculé une matrice de corrélations entre nos différentes variables, puis nous avons effectué une régression linéaire afin de voir quels étaient les facteurs impactant le bien-être des étudiantes.

3 Résultats

3.1 Population

Nous avons récolté 721 questionnaires dont 414 entièrement remplis. Les personnes mineures, non menstruées ou non étudiantes ont été exclues. Au terme du processus de sélection, nous avons obtenu 452 questionnaires dont 39 partielles [fig1].

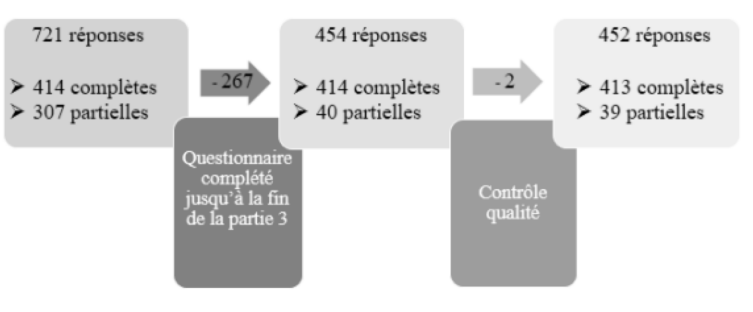


Fig. 1 : Processus de sélection

L'échantillon est composé de 431 femmes (95,4 %), 20 personnes non-binaires (4,4 %) et un homme (0,2 %), âgé.es de 18 à 48 ans dont l'âge médian est 21 ans. L'échantillon se compose d'étudiant.es de la licence jusqu'au doctorat, dans neuf domaines d'étude différents. Le détail des données socio-démographiques se trouve en annexe (Annexe C).

Dans un premier temps nous avons comparé les scores de bien-être des étudiant.es ayant ou non accès aux distributeurs.

3.2 Scores relatifs au bien-être subjectif

Le score de bien-être subjectif a été mesuré hors menstruations et pendant les menstruations, chez des personnes ayant ou n'ayant pas accès aux distributeurs [tab. 1].

TAB. 1 : Variation de la médiane du score de bien-être subjectif en fonction de la période et de l'accès aux distributeurs

	Hors menstruations	Pendant les menstruations		
	Global	Global	Sans accès aux distributeurs	Avec accès aux distributeurs
	(n = 452)	(n = 452)	(n = 424)	(n = 424)
Score bien-être (0/100)	60	42	40	44

Globalement, le score médian de bien-être subjectif est de 60/100 hors menstruations. Il chute à 42/100 pendant les menstruations et l'ensemble des items sont affectés (Annexe D). Il augmente significativement de 40/100 à 44/100 en présence de distributeurs ($\chi^2 = 69{,}2$; $p < 0{,}015$; ddl = 46 ; N = 424).

3.3 Scores relatifs à la précarité menstruelle

Parallèlement, un score de précarité menstruelle a été calculé pour chaque étudiant.e selon trois domaines identifiés : l'accès aux protections périodiques, l'accès aux installations et le vécu des menstruations [tab. 2].

TAB. 2 : Variation de la médiane du score de précarité menstruelle en fonction de l'accès au distributeur

	Global	Sans accès aux distributeurs	Accès aux distributeurs
Score de précarité menstruelle (0/60)	19	21	17
Accès aux protections périodiques (0/21)	6	6	5
Accès aux installations (0/17)	4	6	3
Vécu des menstruations (0/22)	8	9	7

Le score médian de précarité menstruelle est de 19/60. Il diminue significativement de 21/60 à 17/60 en présence de distributeurs (χ^2= 103 ; p < 0,002 ; ddl = 6 ; N = 419). En présence de distributeurs, les étudiant.es déclarent moins de difficultés à accéder aux protections périodiques, à accéder aux installations et vivent mieux leurs menstruations. Le détail de chaque critère est en annexe (Annexe E).

3.4 Accès aux distributeurs

Sur les 424 étudiant.es, 50,5 % ont accès aux distributeurs et 14,9 % ignorent y avoir accès ou non. Ils sont placés principalement dans les couloirs et les halls de toilettes mais sont moins accessibles pour les personnes à mobilité réduite que les toilettes (16,7 % contre 50 %).

Parmi les 214 étudiant.es y ayant accès (Annexe F), 50 % l'utilisent en dépannage, 6,1 % régulièrement et 1,9 % systématiquement. L'usage est le plus souvent immédiat (78,2 %). Parmi les 42 % d'étudiant.es qui n'utilisent pas le dispositif, 53,3 % disent ne pas en avoir besoin et 63,3 % disent laisser la priorité aux plus démini.es.

Dans un second temps, nous nous sommes livrés à des analyses univariées nous permettant de calculer des corrélations entre nos différentes variables.

3.5 Analyses univariées

3.5.1 Aspects menstruels et score de bien-être pendant les menstruations

Le score de bien-être subjectif pendant les menstruations est lié à différents aspects menstruels [tab. 3].

Tab. 3 : Matrice de corrélation entre le score de bien-être pendant les menstruations et les aspects des menstruations

	Paramètre	r de Pearson	p-valeur
Caractéristiques menstruelles			
Flux		-0,179	< 0,001
Durée		-0,169	< 0,001
Produit menstruel utilisé			
Produit jetable		-0,061	0,202
Produit lavable et réutilisable		0,033	0,495
	Serviette réutilisable	0,115	0,017
	Culotte menstruelle	-0,015	0,761
Papier toilette		-0,101	0,035
Usage prolongé		-0,147	0,002
Satisfaction produit utilisé			
Produit non idéal	Inconfortable	-0,251	0,001
	Contraignant à entretenir	-0,197	0,011
	Contraignant à changer	-0,114	0,140
	Tous contraignants	0,174	0,024
Malabsorption	Pas d'accord VS D'accord	-0,054	0,265
Bouge de place	Pas d'accord VS D'accord	-0,122	0,012
Vécu menstruel			
Vécu global		-0,098	0,042
Confiance	Confiante VS Pas confiante	-0,497	< 0,001
Sale, impur.e	Pas d'accord VS D'accord	-0,287	< 0,001
Répercussions universitaires			
Absentéisme		-0,176	< 0,001
Difficultés de concentration	Pas d'accord VS D'accord	-0,497	< 0,001

Moins bonne réussite aux examens	Pas d'accord VS D'accord	-0,415	< 0,001
Santé sociale			
Peur	Pas d'accord VS D'accord	-0,111	0,023
Stress	Pas d'accord VS D'accord	-0,371	< 0,001
Difficultés à gérer ses émotions	Pas d'accord VS D'accord	-0,390	< 0,001
S'isoler	Pas d'accord VS D'accord	-0,381	< 0,001
Rentrer rapidement chez soi	Pas d'accord VS D'accord	-0,440	< 0,001
Créer des excuses pour ne pas dévoiler sa condition	Pas d'accord VS D'accord	-0,159	0,001
Moqueries	Victime	-0,104	0,034
	Témoin	-0,126	0,010
Tabou menstruel	Société	-0,100	0,039
	Université	-0,162	< 0,001

*p<0,05, **p<0,01, ***p<0,001

Physiologiquement, plus le flux est abondant (r = -0,179***) et la durée importante (r = -0,169***), plus le score de bien-être diminue. L'usage de serviette réutilisable est lié à une hausse du score (r = 0,115*). Ce score diminue en cas d'usage de produits inconfortables (r = -0,251**), à risque de bouger (r = -0,112**), contraignants à entretenir (r = -0,197*), en cas d'usage prolongé (r = -0,147**) ou en cas d'usage de papier toilette (r = -0,101*).

La baisse du score de bien-être est liée au manque de confiance en sa capacité à gérer ses menstruations et son hygiène menstruelle (r = -0,497***), à la sensation d'être sale ou impur.e (r = -0.287***) et à un vécu négatif (r = -0,098*).

Le score de bien-être diminue en cas de stress (r = -0,371***), de peur (r = -0,111*), de difficultés à gérer ses émotions (r = -0,390***) lors des menstruations et à la création d'excuses pour dissimuler sa condition (r = -0,159**), mais aussi en cas d'isolement pendant les menstruations (r = -0,381***) et de tendance à rentrer rapidement au domicile (r = -0,440***).

Le score de bien-être diminue si la personne a été victime (r = -0,104*) ou témoin (r = -0,126*) de moqueries ou si elle estime que le tabou menstruel existe à l'université (r = -0,162***) ou dans la société (r = -0,100*).

Finalement, les conséquences des menstruations sur les activités universitaires sont liées à une baisse du score de bien-être : difficultés de concentration (r = -0,497***), impression de moins bien réussir les examens (r = -0,415***) et absentéisme (r = -0,176***).

3.5.2 Précarité menstruelle

Huit critères sont généralement admis lorsque l'on évoque la précarité menstruelle. Nous avons souhaité vérifier si ceux-ci sont en lien ou non avec le score de bien-être subjectif des étudiant.es [tab. 4].

Tab. 4 : Matrice de corrélation entre le score de bien-être pendant les menstruations et les critères de précarité menstruelle

	r de Pearson	p-valeur
Ne pas changer de matériel aussi souvent que souhaité	-0,186	< 0,001
Avoir peur de demander à être dépanné.e	-0,155	0,001
Choisir entre protection périodique et un autre produit de première nécessité	-0,125	0,008
Avoir déjà demandé à être dépanné.e	-0,168	< 0,001
Avoir fabriqué ses protections périodiques par manque de moyens financiers	-0,078	0,100
Juger les produits périodiques coûteux	-0,080	0,093
Avoir besoin d'une aide financière pour s'acheter des produits périodiques en quantité suffisante	-0,220	< 0,001
Estimer être en situation de précarité menstruelle	-0,193	< 0,001

Six des huit critères de précarité menstruelle sont liés à une baisse du score de bien-être pendant les menstruations. Nous n'avons pas pu montrer de lien significatif entre le score de bien-être pendant les menstruations et la fabrication de protections périodiques par manque de moyen financier, ni lorsque l'étudiant.e estime les produits périodiques couteux.

3.5.3 Accès aux toilettes

Le manque d'accès au matériel de base dans les toilettes (r = 0,164*) et des toilettes peu accueillantes (r = 0.183*) sont liés à un usage prolongé des dispositifs internes, lui-même lié à une baisse du score de bien-être (ci-dessus).

Tab. 5 : Matrice de corrélation entre le score de bien-être pendant les menstruations et les critères des toilettes

	r de Pearson	p-valeur
Privées	0,087	0,072
Fermées	0,134	0,006
Propres	0,152	0,002
Papier toilette	0,135	0,005
Miroir	0,032	0,517
Savon	0,115	0,018
Eau	-0,035	0,477
Sèche-mains	0,133	0,006

Au contraire, l'accès à des toilettes fermées (r = 0,134**), propres (r = 0,152**) avec du papier toilette (r = 0,135**), du savon (r = 0,115*) et un sèche-mains (r = 0,133**) est lié à la hausse du score de bien-être [Tab.5].

3.5.4 Liens entre accès distributeurs et menstruations

La présence de distributeur influence certains aspects menstruels [tab. 6].

Tab. 6 : Matrice de corrélation entre l'accès aux distributeurs et certains aspects menstruels

	Paramètre	r de Pearson	p-valeur
Score de précarité menstruelle		-0,373	< 0,001
Vécu menstruel			
Vécu global		0,108	0,041
Confiance	Confiante VS Pas confiante	0,176	< 0,001
Sale, impur.e	Pas d'accord VS D'accord	-0,116	0,028
Répercussions universitaires			
Absentéisme		-0,128	0,015
Difficultés de concentration	Pas d'accord VS D'accord	-0,143	0,007
Moins bonne réussite aux examens	Pas d'accord VS D'accord	-0,110	0,037
Santé sociale			
Peur	Pas d'accord VS D'accord	-0,199	< 0,001
Stress	Pas d'accord VS D'accord	-0,197	< 0,001
Difficultés à gérer ses émotions	Pas d'accord VS D'accord	-0,112	0,034
S'isoler	Pas d'accord VS D'accord	-0,114	0,032
Rentrer rapidement chez soi	Pas d'accord VS D'accord	-0,125	0,018
Créer des excuses pour ne pas dévoiler sa condition	Pas d'accord VS D'accord	-0,256	< 0,001
Moqueries	Victime	-0,105	0,047
	Témoin	-0,118	0,026
Tabou menstruel	Société	-0,049	0,354
	Université	-0,156	0,003
Parler des menstruations			
Camarade		0,183	< 0,001
Professionnel de santé		0,255	< 0,001
Etudiant relai-santé		0,214	< 0,001
Personnel administratif		0,122	0,021
Personne		0,122	0,021
Toilettes			
Privées		0,040	0,444
Fermées		0,048	0,360
Propres		0,212	< 0,001
Papier toilette		0,095	0,071
Miroir		0,141	0,007
Savon		0,141	0,007
Eau		0,028	0,590
Sèche-mains		0,198	< 0,001

L'accès aux distributeurs est lié à la baisse du score de précarité menstruelle (r = -0,373***) et à un vécu menstruel plus serein (r = 0,108*).

Il est lié à une baisse des conséquences sociales des menstruations telles que la peur (r = -0,199***), le stress (r = -0,197***), l'usage d'excuses pour ne pas dévoiler sa condition (r = -0,256***), les difficultés à gérer ses émotions (r = -0,112*), l'isolement (r = -0,114*) et le retour prématuré au domicile (r = -0,125*).

Il devient plus facile de parler des menstruations avec des camarades (r = 0,183***), des professionnels de santé (r = 0,255***), des étudiants relai santé (r = 0,214***) ou du personnel administratif (r = 0,122*). Les étudiant.es sont moins souvent témoin (r = -0,118*) ou victime (r = -0,105*) de moqueries et la sensation de tabou menstruel régresse à l'université (r = -0,156*).

Leur présence est liée à la baisse de l'absentéisme pendant la période menstruelle (r = -0,128*), à l'amélioration de la concentration (r = -0,143**) et à l'impression de mieux réussir les examens (r = 0,110*).

Structurellement, les toilettes sont plus propres (r = 0,212***) et mieux équipées en sèche-mains (r = 0,198***), en savon (r = 0,141**) et en miroir (r = 0,141**).

L'usage des distributeurs est lié au financement des produits périodiques par l'étudiant.e (r = 0,146*) et à des menstruations longues (r = 0,161*).

L'usage est d'autant plus intense que le score de privation matérielle et sociale est élevé (r = 0,167*) et que le score de précarité menstruelle est élevé (r = 0,177**).

3.5.5 Distributeurs et score de bien-être

Le score de bien-être augmente en présence de distributeur (r = 0,112*). Chez les personnes à mobilité réduite, les items « ma vie quotidienne a été remplie de choses intéressantes » (r = 0.956**) et « se sentir bien et de bonne humeur » (r = 0,894*) sont améliorés.

Moins l'étudiant.e « s'est réveillé.e en se sentant frais.che et dispos.e », plus l'usage du dispositif est important (r = -0,189**).

Le score de bien-être augmente lorsque l'étudiant.e a été informé.e de leur installation (r = 0,190**), a bénéficié de conférence (r = 0,196*) et de distribution de produits réutilisables (r = 0,206*). Au contraire, l'absence d'action de lutte contre la précarité menstruelle est liée à une diminution du score de bien-être (r = -0,221*).

Enfin, nous avons effectué des régressions linéaires afin de voir quels étaient les facteurs qui impactaient le plus le bien être des étudiant.es.

3.6 Analyses multivariées

Ici nous considérons le score de bien-être comme variable dépendante. Les autres variables indiquées dans le tableau sont indépendantes. En d'autres termes, nous voulons voir comment contribuent plusieurs facteurs dans le bien-être des étudiant.es menstrué.es [tab. 7].

Tab. 7 : Analyses multivariées concernant le score de bien-être pendant les menstruations

Prédicteur	Hors menstruations				Pendant les menstruations			
	Estimation	Erreur standard	t	p-valeur	Estimation	Erreur standard	t	p-valeur
Accès aux protections périodiques	-0,743	0,59	-1,259	0,209	-0,679	0,566	-1,2	0,231
Accès aux installations	-1,613	0,634	-2,547	0,012	-2,619	0,607	-4,31	< 0,001
Vécu des menstruations	-0,151	0,4	-0,38	0,704	-1,267	0,383	-3,31	0,001
Niveau d'étude	0,627	2,191	0,286	0,775	5,032	2,1	2,4	0,017
Religion	-0,61	0,584	-1,045	0,297	-1,489	0,559	-2,66	0,008
Privation matérielle et sociale	-0,875	0,481	-1,816	0,071	-0,584	0,461	-1,27	0,207

Hors menstruations, seul l'accès aux installations a un impact sur le bien-être des étudiant.es menstrué.es : plus l'accès y est difficile, plus le score de bien-être diminue (Estimation = -1,613*). La variabilité du score de bien-être hors menstruations peut être expliquée à 8,48 % (R2 ajusté = 0,0848) par les variables intégrées dans le modèle.

Pendant les menstruations, le bien-être est aussi influencé négativement par les difficultés d'accès aux installations (Estimation = -2,619***), par un vécu difficile des menstruations (Estimation = -1,267**) et par l'appartenance à une communauté religieuse (Estimation = -1,489**). Un niveau d'étude élevé influence positivement le bien-être des étudiant.es pendant leurs menstruations (Estimation = 5,032*). La variabilité du score de bien-être lors des menstruations peut être expliquée à 28,8 % (R2 ajusté = 0,288) par les variables intégrées dans le modèle.

4 Discussion

Cette étude avait pour objectif d'évaluer l'impact des distributeurs de protections périodiques gratuites et en libre-service sur le bien-être subjectif des étudiant.es menstrué.es.

Outre l'appartenance à une communauté religieuse et un niveau d'étude élevé, les résultats ont montré une association significative entre certaines variables associées à la précarité menstruelle et le score de bien-être subjectif pendant les menstruations. Ainsi, les difficultés d'accès aux installations et un vécu difficile des menstruations sont corrélés négativement au score de bien-être subjectif des étudiant.es lors des menstruations.

Plus précisément, certaines variables liées à la précarité menstruelle sont significativement associées aux différents items qui constituent le score de bien-être subjectif pendant les menstruations.

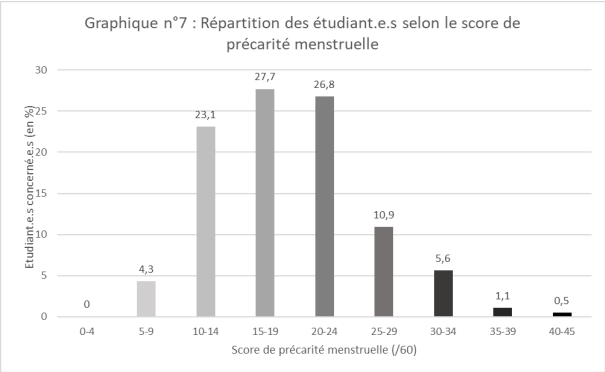


Fig. 2 : Répartition des étudiant.es selon le score de précarité menstruelle

Concernant la prévalence du phénomène de précarité menstruelle, soixante variables ont été choisies pour déterminer si une personne est plus à risque ou non d'être considérée en situation de précarité menstruelle. Plus une personne s'approche du score de 60, plus elle est à risque d'être considérée en précarité menstruelle. Il est à constater que près de la moitié (44,9 %) des étudiant.es interrogé.es ont un score supérieur ou égal à 20/60 et que 7,2 % ont un score supérieur ou égal à 30/60 [fig. 2].

4.1 Une expérience toujours aussi incommodante

Les menstruations restent une période complexe pour un quart des étudiant.es et environ la moitié se sentent sales ou impur.es. La médiane du score de bien-être chute de 18 points en période menstruelle. Il est d'autant plus mauvais que les menstruations sont longues et abondantes.

Les liens entre mauvaise gestion de l'hygiène menstruelle et symptômes locaux n'est pas spécifique aux PRFI (Mason *et al.*, 2013). Au cours de l'année passée, près de 2/3 des étudiant.es ont eu au moins un symptôme local lié à l'usage de produits périodiques au-delà du temps recommandé. Parmi ces personnes, 2/3 n'ont pas consulté, estimant cela non nécessaire. Conjointement, nous avons montré que l'accès aux protections périodiques n'impacte pas le score de bien-être. Ces données questionnent le niveau de connaissances sur les menstruations, le choix du matériel, son utilisation et le niveau de conscience vis-à-vis des risques pris. Rappelons ici que, de la maternelle au lycée, le parcours éducatif vise à développer les compétences nécessaires à des choix libres et responsables en matière de santé. En complément de l'éducation affective et sexuelle, l'éducation à la santé menstruelle pourrait faire son apparition officielle. Celle-ci pourrait également être réinvestie en milieu universitaire, par les Services de Santé Universitaires, afin de favoriser des comportements favorables à la santé, tout en s'inscrivant en tant que milieu favorable à la santé menstruelle des étudiant.es.

Socialement, notre recherche corrobore les résultats de plusieurs études. Comme en Espagne (Medina-Perocha *et al.*, 2023), les menstruations sont sources de moqueries : 2,4 % ont été victimes et 7,4 % témoins. Dans les deux cas, le bien-être est altéré. Les difficultés à gérer ses émotions est moins présente (-15 %) qu'en Australie en

2022 (Munro *et al.*, 2022). L'isolement social (Medina-Perucha *et al.*, 2023) est marqué : ¾ rentrent rapidement au domicile et la moitié préfèrent s'isoler. Ces difficultés émotionnelles et sociales engendrent la baisse du bien-être.

Les étudiant.es interrogé.es sont un peu plus nombreux.ses à éprouver des difficultés de concentration (+5,3 %) et autant à rapporter une moins bonne réussite aux examens (+0,7 %) qu'en 2016 (De Sanctis *et al.*, 2016).

La peur n'est plus l'émotion dominante (Peranovic et Bentley, 2017) : 2/3 des étudiant.es se disent stressé.es et 1/3 craignent que leur situation soit dévoilée. Finalement, on note un risque accru de dépression chez les étudiant.es menstrué.es, la médiane du score de bien-être chutant de 60/100 hors période menstruelle à 42/100 pendant les menstruations. Rappelons que le score moyen est de 70/100 en population générale, qu'un score inférieur à 50/100 est un indicateur de dépistage de dépression et qu'un score de 40/100 est celui d'une personne dépressive en attente de traitement.

4.2 L'environnement « menstrual friendly »

4.2.1 Les toilettes, l'élément indispensable

Peu de recherches concernent la qualité des infrastructures sanitaires dans les PRE. Or, une étude de 2021 a montré que l'évitement des toilettes peut mener à des troubles mictionnels définitifs chez l'enfant (Chometon *et al.*). A travers cette étude, il semblerait que l'évitement des toilettes par la personne menstruée soit également problématique.

Les toilettes sont le lieu dans lequel les personnes menstruées gèrent leur hygiène menstruelle. Or, notre recherche tend à montrer que les installations WASH ne sont pas toujours fermées, privées et propres à l'université. L'aspect rebutant des toilettes favorise l'usage prolongé des produits menstruels ainsi qu'une non-élimination des produits souillés dans les poubelles au profit d'une élimination systématique au domicile. Au-delà des conséquences directes sur le bien-être des étudiant.es, l'usage prolongé des produits menstruels engendre des symptômes locaux qui, à leur tour, altèrent le bien-être des étudiant.es.

Notre étude tend à montrer que l'accès à des toilettes fermées et propres favorise le bien-être pendant les menstruations et que l'aspect privé des toilettes favorise un item pris en compte dans l'évaluation du bien-être. Cette subtilité par rapport à la littérature peut s'expliquer par une difficulté à différencier « privé » et « fermé ». Nous avons également montré que l'accès à du papier toilette, à du savon et à un sèche-mains participe au bien-être des étudiant.es menstrué.es. Malgré son rôle dans la vérification d'une potentielle tache, la présence d'un miroir n'est pas gage d'un meilleur bien-être pendant la période menstruelle.

4.2.2 Le virage menstruel grâce aux distributeurs

L'accès aux distributeurs de protections périodiques gratuites et en libre-service est source de bien-être pour les étudiant.es menstrué.es, la médiane du score de bien-être pendant les menstruations évoluant de 40/100 à 44/100 en leur présence.

L'usage des distributeurs semble être raisonné, respectueux et à la hauteur des besoins. Il n'y a pas d'usage abusif ou non justifié, afin que chacun.e puisse bénéficier de protections périodiques en cas de besoin. En effet, les utilisateurs.trices sont majoritairement en situation de précarité menstruelle et estiment avoir besoin d'une aide financière pour acheter des produits périodiques. Ainsi, parmi les étudiant.es ayant accès aux distributeurs, seul.es 1,9 % l'utilisent systématiquement. La liberté d'esprit que procurent les distributeurs à l'université déleste les personnes menstruées qui subissent une charge mentale accrue en cette période (Barrington *et al.*, 2021).

La solidarité étudiante et la volonté de laisser le matériel à celles et ceux qui en ont besoin expliquent en partie le non-usage et l'usage raisonné de ces dispositifs. Or, des barrières psychologiques demeurent : un quart des étudiant.es ne se serviraient pas, même si leur situation le nécessitait.

L'accès aux distributeurs améliore presque tous les critères liés au vécu menstruel : moins de stress et de peur, moins de sensation de saleté ou d'impureté, meilleure gestion des émotions, plus de concentration et sensation de mieux réussir les examens. Ces éléments sont propices au bien-être lors des menstruations. De plus, avoir accès aux distributeurs diminue le score de précarité menstruelle.

La visibilité et l'emplacement des distributeurs est à double-tranchant. Si cela peut être dérangeant de se servir à la vue de tous, leur emplacement est reconnu stratégique. Les moqueries et le tabou reculent et la parole se libère au-delà du cercle proche et féminin. Plus transparent.es sur leurs menstruations, les étudiant.es s'isolent moins et vivent davantage en communauté.

Structurellement, l'installation de distributeurs au sein d'une université s'accompagne d'un accès facilité à des installations WASH propres, à du matériel pour assurer une hygiène des mains correcte ainsi qu'à un miroir. La modification de l'environnement physique contribue au bien-être des étudiant.es car elle permet une meilleure gestion de l'hygiène menstruelle (Mason *et al.*, 2013).

Cette étude soulève deux autres éléments importants. La communication sur la présence des distributeurs à l'université est faible voire absente, comme dans de nombreuses actions de santé publique (Lamoureux, 2005). L'accès aux distributeurs et aux sanitaires n'est pas assuré aux personnes à mobilité réduite, ce qui persiste à creuser les inégalités sociales de santé (OMS, 2023).

4.2.3 Vers la promotion de la santé menstruelle

L'installation de distributeurs est un moyen de favoriser l'accès aux protections périodiques dans les universités. D'autres action sont possibles afin de rendre l'environnement plus respectueux des personnes menstruées : proximité des toilettes, pauses flexibles, chaises foncées et en matière facile à nettoyer, tenues de travail ou uniformes de couleur foncée… le tout en se préoccupant de l'avis de l'équipe (The University of Edinburgh, 2023). Ces recommandations peuvent s'appliquer, à la carte, dans tous les milieux : école, université, milieu professionnel, établissement accueillant du public…Cette transition vers une meilleure santé menstruelle ne peut aboutir qu'en investissant l'ensemble des axes de la Charte d'Ottawa : élaborer des politiques pour la

santé, créer des environnements favorables à la santé, renforcer l'action communautaire, acquérir des aptitudes individuelles et réorienter des services de santé.

Depuis la fin de cette recherche, la loi de financement de la Sécurité sociale pour l'année 2024, dispose de la gratuité des protections hygiéniques réutilisables, sous conditions. De plus, la proposition de loi n° 5175 pour une réelle prise en compte de la santé menstruelle est axée sur une approche globale des menstruations alliant accès au matériel, transparence des compositions, accès à une hygiène de base, prise en compte des menstruations en milieu professionnel et formation / sensibilisation aux enjeux menstruels (Assemblée Nationale, 2022). Ces décisions remportent l'adhésion des Français, qui, au cours de l'enquête sur la précarité menstruelle étaient 80% à estimer que la précarité menstruelle est un sujet de santé publique et 60% à estimer que le rôle des pouvoirs publics était insuffisant (Opinion Way pour Règles Elémentaires, 2022).

4.2.4 Limites et perspectives

Il est à noter que cette étude présente plusieurs limites, notamment en lien avec l'utilisation d'une méthode non probabiliste introduisant des biais de sélection. Les données présentées ici doivent alors être prises avec précaution en attendant les résultats d'autres études. Celles-ci viendront nuancer ou corroborer nos résultats sur ce phénomène peu étudié en France.

Il était intéressant de questionner l'identité de genre en raison de l'aspect genré des menstruations. En raison du faible nombre de personnes non genrées ou s'identifiant comme homme, aucun traitement statistique n'a été réalisé. Il est pourtant à noter que ces personnes représentaient 4.6% de notre échantillon ; il pourrait être intéressant de mener une étude afin de déterminer en quoi l'identité de genre influence le bien-être subjectif pendant les menstruations.

5 Conclusion

Nos résultats ont montré un aspect bénéfique des distributeurs de protections périodiques gratuites et en libre-service sur le bien-être des étudiant.es pendant leurs menstruations. Les résultats quant aux bénéfices de l'usage des distributeurs doivent être démontrés à travers d'autres études, bien que les résultats soient encourageants.

Ce dispositif est un symbole pour les étudiant.es qui se sentent reconnu.es en tant que personne menstruée et qui voient en ces distributeurs le respect de leur dignité. Il est le signe d'une évolution des mentalités et de la transformation de la société vis-à-vis d'un évènement naturel longtemps ignoré et diabolisé.

Les distributeurs participent à offrir des conditions de vie descente et sont essentiels à la lutte contre la précarité menstruelle mais ils ne peuvent être une solution à eux seuls. D'autres actions de santé publique doivent y être associées afin d'atteindre tous les publics, de tous âges et de tous milieux. Il s'avère alors judicieux de s'intéresser aux résultats d'études interventionnelles déjà réalisées et celles à venir mais également aux retombées des politiques publiques à l'étranger, que ce soit en Ecosse pour la gratuité des protections périodiques, en Espagne pour le congé menstruel ou aux Etats-Unis

pour la reconnaissance des produits périodiques comme dispositifs médicaux. Les politiques publiques devront veiller à ne pas creuser les inégalités sociales de santé préexistantes, ni à en créer de nouvelles.

En conclusion, nos résultats confortent la nécessité d'agir sur les « *facteurs systémiques qui relient la menstruation à la santé, au bien-être, à l'équité, à l'éducation et aux droits* » (Unicef, 2019, p. 3). Nos résultats confirment également l'urgence d'agir en faveur de la santé des femmes, notamment sur les sujets dits « *tabous* » qui sont « *longtemps restés hors des radars de l'action publique* » en France (Ministère de la Santé et de la Prévention, 2023, p. 35).

Références bibliographiques

Assemblée nationale. (2022, mars). Proposition de loi n° 5175 pour une réelle prise en compte de la santé menstruelle, 15/03/2022. https://www.assemblee-nationale.fr/dyn/15/textes/l15b5175_proposition-loi

Barrington, D., Robinson, H., Wilson, E., & Hennegan, J. (2021). Experiences of menstruation in high income countries : A systematic review, qualitative evidence synthesis and comparison to low- and middle-income countries. *PloS One*, *16*(7).https://doi.org/10.1371/journal.pone.0255001

Bertyne. (2021, juillet). *Protections hygiéniques gratuites - Tous les pays s'engagent*, 30/07/2021. (en ligne) : https://bertyne.com/blogs/infos/protection-hygienique-gratuite

Billon, A., Gustin, M.-P., Tristan, A., Bénet, T., Berthiller, J., Gustave, C. A., Vanhems, P., & Lina, G. (2021). Association of characteristics of tampon use with menstrual toxic shock syndrome in France. *EclinicalMedicine, 21.* https://doi.org/10.1016/j.eclinm.2020.100308

Briggs, A. (2021). 'Period poverty' in Stoke-on-Trent, UK : new insights into gendered poverty and the lived experiences of austerity. *The Journal Of Poverty And Social Justice*, *29*(1), 85-102. https://doi.org/10.1332/175982720x16050132762411

Caf. (2022, juin). *Menstruations : les règles, ça coûte cher !* 15/06/2022. [en ligne] : https://www.caf.fr/allocataires/vies-de-famille/articles/menstruations-les-regles-ca-coute-cher\#\%20\%3A\%20\%20\%3Atext\%20\%3DUn\%20\%20frein\%20\%20financier\%20\%20cons\%20\%C3\%20\%A9quent\%20\%2C\%20\%C3\%20\%A0\%20\%20150\%20\%20euros\%20\%20par\%20\%20an

Carneiro, M. M. (2021). Menstrual poverty : enough is enough. *Women & Health*, *61*(8), 721-722. https://doi.org/10.1080/03630242.2021.1970502

Chometon, T., Cortey, C., Marchand-Tonel, C., Saunders, L., Cicchelero, V., Lang, T., Bouali, O., & Claudet, I. (2021) ; Troubles mictionnels et accès aux toilettes chez les enfants scolarisés : Enquête dans l'Académie de Toulouse : *Santé Publique*, *32*(5), 441-449. https://doi.org/10.3917/spub.205.0441

Das, P., Baker, K. K., Dutta, A., Swain, T., Sahoo, S., Das, B. S., Panda, B., Nayak, A., Bara, M., Bilung, B., Mishra, P. R., Panigrahi, P., Cairncross, S., & Torondel, B. (2012). Menstrual Hygiene Practices, WASH Access and the Risk of Urogenital Infection in Women from Odisha, India. *PLoS One*, *10*(6). https://doi.org/10.1371/journal.pone.0130777

Dequiré A. F. (2007). Le monde des étudiants : entre précarité et souffrance. *Pensée plurielle*, *14*(1), 95-110. https://doi.org/10.3917/p._014.0095

De Sanctis, V., Soliman, A. T., Elsedfy, H., Soliman, N. A., Soliman, R., & El Kholy, M. (2016). Dysmenorrhea in adolescents and young adults : A review in different country. *Acta Biomed.*, *87*(3), 233-246. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28112688/

FAGE, ANESF, AFEP. (2021, février) *La précarité menstruelle chez les étudiant.es en France (dossier de presse).* [en ligne] : https://www.fage.org/news/actualites-fage-federations/2021-03-05,dossier-presse-precarite-menstruelle-etudiants.htm

Gouvernement (2019, mai). *Journée de l'hygiène menstruelle : pourquoi le 28 mai*, 27/05/2019.https://www.gouvernement.fr/journee-del-hygiene-menstruelle-pourquoi-c-est-le-28-mai\#:\%20:text=Briser\%20le\%20tabou\%20autour\%20des,mondiale\%20de\%20l'hygi\%C3\%A8ne\%20menstruelle

Gouvernet, B., Sebbe, F., Chapillon, P., Rezrazi, A., & Brisson, J. (2022). Period poverty and mental health in times of Covid-19 in France. *Health Care For Women International*, *44*(5), 657-669. https://doi.org/10.1080/07399332.2022.2070625

Haut Conseil à l'Egalité entre les femmes et les hommes (2013). *Rapport relatif à l'éducation à la sexualité* (No 2016-06-13-SAN-021). https://www.haut-conseilegalite.gouv.fr/IMG/pdf/hce__rapport__education__a__la__sexualite__2016__06__15-4.pdf

Hennegan, J., Winkler, I. T., Bobel, C., Keiser, D., Hampton, J., Larsson, G., Chandra-Mouli, V., Plesons, M., & Mahon, T. (2021). Menstrual health : a definition for policy, practice, and research. *Sexual And Reproductive Health Matters*, *29*(1), 31-38. https://doi.org/10.1080/26410397.2021.1911618

Ilyasu, Z., Galadanci, H. S., Abubakar, I. S., Ismail, A. O., & Aliyu, M. H. (2012). Menstrual Patterns and Gynecologic Morbidity among University Students in Kano, Nigeria. *J. Pediatr. Adolesc.t Gynecol.*, *25*(6), 401-406. https://doi.org/10.1016/j.jpag.2012.08.006

INSPQ. (2019, mars). *Bien-être*, 19/03/2019. [en ligne] : https://www.inspq.qc.ca/boite-outils-pour-la-surveillance-post-sinistre-des-impacts-sur-la-sante-mentale/instruments-de-mesure-standardises/recommandations/bien-etre

Kamel, D., Tantawy, S., & Abdelsamea, G. (2017). Experience of dysmenorrhea among a group of physical therapy students from Cairo University : An exploratory study. *J. Pain Res.*, *10,* 1079-1085. https://doi.org/10.2147/JPR.S132544

Khanna, A., R.S. Goyal, & Bhawsar, R. (2005). Menstrual Practices and Reproductive Problems : A Study of Adolescent Girls in Rajasthan. *J. Healthc. Manag.,* 7(1), 91-107. https://doi.org/10.1177/097206340400700103

Ladner, J., & Tavolacci, M.-P. (2022). Impact de la crise sanitaire COVID-19 sur la précarité des étudiants : *Santé Publique*, 34(24c). https://doi.org/10.3917/spub.220.0024c

Lamoureux, P. (2005). Campagnes de communication en santé publique et éducation à la santé. *Tribu. Santé*, *9*(4), 35. https://doi.org/10.3917/seve.009.42

Légifrance (2001, juillet). LOI n° 2001-588 du 4 juillet 2001 relative à l'interruption volontaire de grossesse et à la contraception, 07/07/2001. https://www.legifrance.gouv.fr/jorf/id/JORFTEXT000000222631/

Maity, S., Wray, J., Coffin, T., Nath, R., Nauhria, S., Sah, R., Waechter, R., Ramdass, P., & Nauhria, S. (202). Academic and Social Impact of Menstrual Disturbances in Female Medical Student : A Systematic Review and Meta-Analysis. *Front. Med., 15*(9). https://doi.org/10.3389/fmed.2022.821908

Mardon, A. (2009). Les premières règles des jeunes filles : Puberté et entrée dans l'adolescence : *Sociétés contemporaines*, *75*(3), 109-129. https://doi.org/10.3917/soco.075.0109

Mason, L., Nyothach, E., Alexander, K., Odhiambo, F. O., Eleveld, A., Vulule, J., Rheingans, R., Laserson, K. F., Mohammed, A., & Phillips-Howard, P. A. (2013). 'We Keep It Secret So No One Should Know' – A Qualitative Study to Explore Young Schoolgirls Attitudes and Experiences with Menstruation in Rural Western Kenya. *PLoS One*, *8*(11). https://doi.org/10.1371/journal.pone.0079132

Marí-Klose, M., Julià, A., Escapa, S., & Gallo, P. (2023). Period poverty and mental health in a representative sample of young women in Barcelona, Spain. *BMC Women's Health*, 23(1). https://doi.org/10.1186/s12905-023-02328-w

McMahon S. A., Winch, P. J., Caruso, B. A., Obure, A. F., Ogutu, E. A., Ochari, I. A., & Rheingans, R. D. (2021b). « The girl with her period is the one to hang her head » Reflections on menstrual management among schoolgirls in rural Kenya. *BMC Int. Health Hum. Rights*, *11*(1), 7. https://doi.org/10.1186/1472-698X-11-7

Medina-Perucha, L., López-Jiménez, T., Jacques-Aviñó, C., Holst, A. S., Valls-Llobet, C., Munrós-Feliu, J., Martínez-Bueno, C., Pinzón-Sanabria, D., Vicente-Hernández, M. M., & Berenguera, A. (2023). Menstruation and social inequities in Spain : a cross-sectional online survey-based study. *International Journal For Equity In Health*, *22*(1). https://doi.org/10.1186/s12939-023-01904-8

Ministère de la Santé et de la Prévention. (2023). *Stratégie nationale de santé 2023-2033*. https://sante.gouv.fr/actualites/actualites-du-ministere/article/strategie-nationale-de-sante-2023-2033-ouverture-d-une-consultation-publique-en

Ministère de l'Enseignement et supérieur, de la Recherche et de l'Innovation. (2021, mai). *Journée mondiale de l'hygiène menstruelle : Le gouvernement est pleinement engagé pour lutter contre la précarité menstruelle.* (28/05/2021). https://www.enseignementsup-recherche.gouv.fr/fr/journee-mondiale-de-l-hygiene-menstruelle-le-gouvernement-est-pleinement-engage-pour-lutter-contre-47147

Ministère des Solidarités et de la Santé. (2018). *Stratégie nationale de santé 2018-2022*.https://sante.gouv.fr/IMG/pdf/dossier__sns__2017__vdef.pdf

Montgomery, P., Hennegan, J., Dolan, C., Wu, M., Steinfield, L., & Scott, L. (2016). Menstruation and the Cycle of Poverty : A Cluster Quasi-Randomised Control Trial of Sanitary Pad and Puberty Education Provision in Uganda. *PLoS* One, *11*(12). https://doi.org/10.1371/journal.pone.0166122

Munro, A. K., Hunter, E. C., Hossain, S. Z., & Keep. (2021). A systematic review of the menstrual experiences of university students and the impacts on their education : A global perspective. *PLoS One*, *6*(9). https://doi.org/10.1371/journal.pone.0257333

Munro, A. K., Keep, M., Hunter, E. C., & Hossain, S. Z. (2022). Confidence to manage menstruation among university students in Australia : Evidence from a cross-sectional survey. *Women's Health*, *18*. https://doi.org/10.1177/17455065211070666

OMS. (2023, mars). *Handicap et santé*, 07/03/2023. [en ligne] : https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/disability-and-health

Opinion Way (2022, mai). *Les règles, un tabou qui impacte la vie des français.es,baromètre exclusif mai 2022. Etude Opinion Way pour Règles Elémentaires* [en ligne], 27/05/2022. https://regleselementaires.us12.listmanage.com/track/click?u=d920a045417cea49/textsuperscript\%7Be\%7Dc8048c5f\&id=1b47/textsuperscript\%7Be\%7Dd91f2\&e=d9/textsuperscript\%7Be\%7Ddfa0927

Peranovic, T., & Bentley, B. (2017). Men and Menstruation : A Qualitative Exploration of Beliefs, Attitudes and Experiences. *Sex Roles*, *77, 113*-124. https://doi.org/10.1007/s11199-016-0701-3

Règles Elémentaires. (2023, mars). *Le nombre de femmes en situation de précarité menstruelle a doublé*, 06/03/2023. [en ligne] : https://www.regleselementaires.com/actualites/2023-03-06_le-nombre-de-femmes-en-situation-de-pr\%C3\%A9carit\%C3\%A9-menstruelle-a-doubl\%C3\%A9/

Règles Elémentaires. (2019, mai). *Remise du rapport sénatorial sur les menstruations*, 28/05/2019. [en ligne] : https://www.regleselementaires.com/actualites/2020-07-01_remise-du-rapport-s\%C3\%A9natorial-sur-les-menstruations/

Schoep, M. E., Adang, E. M. M., Maas, J. W. M., De Bie, B., Aarts, J. W. M., & Nieboer, T. E. (2019). Productivity loss due to menstruation-related symptoms : A nationwide cross-sectional survey among 32 748 women. *BMJ Open*, *9*(6). https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-026186

Stubbs, M. L. (2008a). Cultural Perceptions and Practices around Menarche and Adolescent Menstruation in the United States. *Annals of the New York Academy of Sciences*, *1135*(1), 58-66. https://doi.org/10.1196/annals.1429.008

Statistique Canada. (2021, septembre). *Échantillonnage non probabiliste* (02/09/2021). [en ligne] : https://www150.statcan.gc.ca/n1/edu/power-pouvoir/ch13/nonprob/5214898-fra.htm

The University of Edinburgh (2023, avril). *How to create a menstrual friendly workplace*, 24/04/2023. https://www.ed.ac.uk/centrereproductive-health/hope/how-to-create-a-menstrual-friendly-workplace

Unef. (2020, août) *Enquête UNEF sur le coût de la vie étudiante (dossier de presse)*, 17/08/2020. [en ligne] : https://unef.fr/17aout2020_enquete-unef-sur-le-cout-de-la-vie-etudiante_-2/

Unicef. (2019, mars). *Guidance on Menstrual Health and Hygiene*, 03/2019. [en ligne] : https://www.unicef.org/media/91341/file/UNICEFGuidancemenstrual-health-hygiene-2019.pdf

Annexe A : Questionnaire

Partie 1 : Questions générales
P1.Q1. Vous vous définissez en tant que :
☐Femme
☐Homme
☐Non binaire

P1.Q2. Etes-vous majeur.e ?
☐Oui ☐Non

P1.Q3. Quel âge avez-vous ?
[ ] ans

P1.Q4. Etes-vous une personne menstruée ?
☐Oui ☐ Non

P1.Q5. Etes-vous une personne à mobilité réduite ?
☐Oui ☐ Non

P1.Q6. Etes-vous actuellement inscrit.e en tant qu'étudiant.e à l'université ?
☐Oui ☐Non

P1.Q7. Quel est votre niveau d'étude ?
☐Licence (L1 à L3)
☐Master (M1 et M2)
☐Doctorat

P1.Q8. Quel est votre domaine d'étude ?
☐Art
☐Droit
☐Economie et gestion
☐Langues, lettres et philosophie
☐Psychologie
☐Santé
☐Sciences et technique
☐Sciences de l'éducation
☐Sciences humaines

P1.Q9. Depuis combien de temps êtes-vous étudiant.e dans l'université que vous fréquentez actuellement ?
☐Moins de 3 ans
☐De 3 à 6 ans
☐Plus de 6 ans

P1.Q10. Appartenez-vous à l'une de ces communautés religieuses ?
☐Bouddhiste
☐Catholique
☐Gitane
☐Judaïque
☐Musulmane
☐Orthodoxe
☐Protestante
☐Autre
☐ Je n'appartiens à aucune communauté religieuse

P1.Q11. Etes-vous soutenu.e financièrement par vos parents ou proches ?
☐Oui ☐Non

P1.Q12. Quelles sont vos sources de revenu ?
☐Bourse d'étude
☐Aides de l'Etat (APL, AAH…)
☐Job étudiant
☐ Autre(s)
☐Aucune

P1.Q13. à Q23. Etes-vous en incapacité financière à :

	Oui	Non
Q13. Faire face à une dépense imprévue	☐	☐
Q14. Remplacer des meubles endommagés ou usés	☐	☐
Q15. Chauffer votre logement	☐	☐
Q16. Disposer d'une voiture	☐	☐
Q17. Avoir Internet	☐	☐
Q18. Acheter des vêtements neufs	☐	☐
Q19. Posséder deux paires de chaussures	☐	☐
Q20. Manger un repas composé de viande, de poulet ou de poisson tous les deux jours	☐	☐
Q21. Partir une semaine en vacances hors de votre domicile chaque année	☐	☐
Q22. Pratiquer un ou des loisir(s) payant(s) (sport, culture…)	☐	☐
Q23. Dépenser une petite somme d'argent pour vous-même chaque semaine (petit plaisir…)	☐	☐

Partie 2 : Evaluation du bien-être général à l'université
P2.Q1. à Q5. Indiquez pour chacune des informations, laquelle se rapproche le plus de ce que vous avez ressenti **au cours des deux dernières semaines à l'université sans menstruations**.

Au cours des deux dernières semaines à l'université sans menstruations…

	Tout le temps	La plupart du temps	Plus de la moitié du temps	Moins de la moitié du temps	De temps en temps	Jamais
Q1. … je me suis senti.e bien et de bonne humeur	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q2. … je me suis senti.e calme et de tranquille	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q3. … je me suis sentie plein.e d'énergie et vigoureux.se	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q4. … je me suis sentie réveillé.e en me sentant frais.che et dispos.e	☐	☐	☐	☐	☐	☐

remplie de bonnes choses						

Partie 3 : Evaluation du bien-être général lors des dernières menstruations vécues à l'université
P3.Q1 à Q5. Indiquez pour chacune des informations, laquelle se rapproche le plus de ce que vous avez ressenti **au cours des deux dernières semaines à l'université sans menstruations**.

Au cours de mes dernières menstruations vécues à l'université…

	Tout le temps	La plupart du temps	Plus de la moitié du temps	Moins de la moitié du temps	De temps en temps	Jamais
Q1. … je me suis senti.e bien et de bonne humeur	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q2. … je me suis senti.e calme et de tranquille	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q3. … je me suis sentie plein.e d'énergie et vigoureux.se	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q4. … je me suis sentie réveillé.e en me sentant frais.che et dispos.e	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Q5. … ma vie quotidienne a été remplie de bonnes choses	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Partie 4 : Financement des produits d'hygiène menstruelle
P4.Q1. Qui finance vos protections périodiques ?
☐Moi-même
☐Mes parents ou responsables légaux (tuteurs…)
☐Autre(s)
☐Non concerné.e

P4.Q2. En dehors des dépenses liées aux protections périodiques, quelles sont les autres dépenses liées à vos menstruations ?
☐Rendez-vous chez le gynécologue ou la sage-femme
☐Achat d'anti-douleurs
☐Achat de remèdes anti-douleurs naturels (tisanes, bouillotte, homéopathie…)
☐Achat de contraception hormonale
☐Achat de médicaments pour le cycle menstruel
☐Achat de sous-vêtements neufs pour remplacer ceux tachés
☐Achat de nourriture (produits gras et sucrés réconfortants tels que le chocolat, les gâteaux…)
☐Autre(s) dépense(s)
☐Je ne fais pas de dépenses liées à mes menstruations

P4.Q3. à Q9. Pour chaque question, cochez la réponse qui correspond le plus à votre situation.

	Oui	Non
Q3. Changez-vous vos protections périodiques aussi souvent que vous le souhaiteriez ?	☐	☐
Q4. Avez-vous peur de manquer de protections périodiques ?	☐	☐
Q5. Avez-vous déjà choisi entre acheter des protections périodiques et un autre objet de première nécessité ?	☐	☐
Q6. Avez-vous déjà demandé des protections périodiques à quelqu'un car vous n'aviez pas les moyens financiers pour vous en procurer ?	☐	☐
Q7. Avez-vous déjà fabriqué vos propres protections périodiques car vous n'aviez pas les moyens financiers pour vous en procurer ?	☐	☐
Q8. Pensez-vous que les protections périodiques sont coûteuses ?	☐	☐
Q9. Estimez-vous avoir besoin d'une aide financière pour vous procurer des protections périodiques en quantité suffisante ?	☐	☐

P4.Q10. Estimez-vous être en situation de précarité menstruelle ?
☐Oui ☐Non

Partie 5 : Gestion de l'hygiène menstruelle
P5.Q1. En général, comment vivez-vous vos menstruations ?
☐Bien, je suis à l'aise avec mes menstruations et leur gestion
☐Ni bien, ni mal
☐Mal, c'est une période du mois que je redoute
☐Non concerné.e

P5.Q2. En moyenne, combien de jours durent vos menstruations ?
☐Entre 1 et 3 jours
☐Entre 4 et 7 jours
☐Plus de 7 jours

P5.Q3. Au moment où votre flux est le plus important, il est :
☐Léger
☐Moyen
☐Abondant
☐Très abondant

P5.Q4. Quel(s) type(s) de protections utilisez-vous ?
☐Serviettes périodiques à usage unique
☐Serviettes périodiques lavables et réutilisables
☐Tampons à usage unique
☐Dispositifs internes réutilisables (coupe menstruelle/cup, éponge menstruelle…)
☐Sous-vêtements menstruels (culottes menstruelles…)
☐Papier toilette, essuie-tout
☐Je n'utilise pas de protection périodique
☐Je pratique le flux instinctif libre
☐Autre(s)

P5.Q5. De manière générale, vous sentez-vous confiant.e dans le fait d'avoir les compétences nécessaires pour changer, jeter ou laver vos protections périodiques ?
Condition : Réponse à P5.Q4. « Serviettes périodiques à usage unique » ou « Serviettes périodiques lavables et réutilisables » ou « Tampons à usage unique » ou « Dispositifs internes réutilisables (coupe menstruelle/cup, éponge menstruelle…) » ou « Sous-vêtements menstruels (culottes menstruelles…) » ou « Papier toilette, essuie-tout »
☐Pas confiant.e
☐Peu confiant.e

☐Confiant.e
☐Très confiant.e

P5.Q6. Lorsque vous êtes chez vous, combien de temps gardez-vous une serviette périodique ?
Condition : Réponse à P5.Q4. « Serviettes périodiques à usage unique » ou « Serviettes périodiques lavables et réutilisables »
☐Entre 1 et 4 heures
☐Entre 4 et 8 heures
☐Entre 8 et 12 heures
☐Plus de 12 heures

P5.Q7. Lorsque vous êtes chez vous, combien de temps gardez-vous votre tampon, culotte menstruelle ou éponge menstruelle ?
Condition : Réponse à P5.Q4. « Tampons à usage unique » ou « Dispositifs internes réutilisables (coupe menstruelle/cup, éponge menstruelle…) »
☐Entre 1 et 4 heures
☐Entre 4 et 6 heures
☐Entre 6 et 8 heures
☐Plus de 8 heures

P5.Q8. Avez-vous déjà porté un produit menstruel plus longtemps que recommandé ?
Condition : Réponse à P5.Q4. « Serviettes périodiques à usage unique » ou « Serviettes périodiques lavables et réutilisables » ou « Tampons à usage unique » ou « Dispositifs internes réutilisables (coupe menstruelle/cup, éponge menstruelle…) » ou « Sous-vêtements menstruels (culottes menstruelles…) »
☐Oui ☐Non

P5.Q9. Pour quelle(s) raison(s) ?
Condition : Réponse à P5.Q8. « Oui »
☐Je n'avais pas le matériel à disposition
☐Je n'avais pas accès à des toilettes
☐Je n'avais pas le temps d'aller aux toilettes
☐Je n'ai pas ressenti le besoin
☐Autre(s) raison(s)

P5.Q10. Précisez :
Condition : Réponse à P5Q9. « Autre(s) raison(s)

P5.Q11. Trouvez-vous que les protections périodiques que vous utilisez sont idéales pour vous ?
Condition : Réponse à P5.Q4. « Serviettes périodiques à usage unique » ou « Serviettes périodiques lavables et réutilisables » ou « Tampons à usage unique » ou « Dispositifs internes réutilisables (coupe menstruelle/cup, éponge menstruelle…) » ou « Sous-vêtements menstruels (culottes menstruelles…) »
☐Oui ☐Non

P5.Q12. Selon vous, pourquoi ces protections périodiques ne sont pas idéales ?
Condition : Réponse à P5.Q11. « Non »
☐Elles coûtent cher
☐Elles sont inconfortables
☐Elles sont contraignantes à entretenir
☐Elles sont contraignantes à changer lorsque je ne suis pas chez moi
☐Toutes les protections périodiques ont des inconvénients : je choisis la mieux adaptée à la situation
☐Autre(s) raison(s)

P5.Q13. Précisez :
Condition : Réponse à P5.Q12. « Autre(s) raison(s) »

P5.Q14. Les protections périodiques que vous utilisez sont-elles biologiques ?
Condition : Réponse à P5.Q4. « Serviettes périodiques à usage unique » ou « Serviettes périodiques lavables et réutilisables » ou « Tampons à usage unique » ou « Dispositifs internes réutilisables (coupe menstruelle/cup, éponge menstruelle…) » ou « Sous-vêtements menstruels (culottes menstruelles…) »
☐Oui ☐Non

P5.Q15. Pour quelle(s) raison(s) ?
☐Elles coûtent trop cher
☐Je n'ai pas confiance dans les produits biologiques
☐J'ignorais que cela existait
☐Je n'y ai jamais réfléchi
☐Antre(s) raison(s)

P5.Q16. Précisez :
Condition : Réponse à P5.Q15. « Autre(s) raison(s) »

P5.Q17. à Q19. Pour chaque question, cochez la réponse qui correspond le plus à votre situation :

	D'accord	Plutôt d'accord	Plutôt pas d'accord	Pas d'accord
Q17. « Les protections périodiques que j'utilise sont inconfortables »	☐	☐	☐	☐
Q18. « J'ai peur que les protections périodiques que j'utilisé n'absorbent pas le sang correctement »	☐	☐	☐	☐
Q19. « J'ai peur que les protections périodiques que j'utilise bougent de place »	☐	☐	☐	☐

P5.Q20. Avez-vous déjà Eu un ou plusieurs de ces symptômes au cours de l'année écoulée ?
☐Irritation vaginale
☐Rougeurs, coupure ou inflammation génitale
☐Eruption génitale
☐Pertes vaginales inhabituelles (odeur, couleur, texture…)
☐Je n'ai eu aucun symptôme

P5.Q21. Avez-vous consulté un professionnel de santé pour ces symptômes ?
Condition : Réponse P5.Q20. « Irritation vaginale » ou « Rougeurs, coupure ou inflammation génitale » ou « Eruption génitale » ou « Pertes vaginales inhabituelles (odeur, couleur, texture…) »
☐Oui ☐Non

P5.Q22. Pour quelle(s) raison(s) n'avez-vous pas consulté ?
Condition : Réponse P5.Q21. « Non »
☐Je suis gênée de parler de mon intimité
☐J'ai la phobie d'aller chez le médecin
☐Je ne pensais pas que cela était nécessaire
☐Je n'ai pas les moyens financiers pour payer une consultation médicale
☐Autre(s) raison(s)

P5.Q.23. Précisez :
Condition : Réponse P5.Q22. « Autre(s) raison(s) »

P5.Q24. Pensez-vous que les menstruations sont un sujet tabou aujourd'hui ?
☐Oui ☐Non

Partie 6 : Gestion de l'hygiène menstruelle à l'université
P6.Q1. à Q8. A l'université, vous avez accès à :

	Oui	Non
Q1. Des toilettes privées (on ne voit pas qui est dedans de l'extérieur)	☐	☐
Q2. Des toilettes qui se ferment	☐	☐
Q3. Des toilettes propres	☐	☐
Q4. Du papier toilette	☐	☐
Q5. Un lavabo avec de l'eau	☐	☐
Q6. Du savon	☐	☐
Q7. Un essuie-main ou un sèche-main	☐	☐
Q8. Un miroir	☐	☐

P6.Q9. Où le lavabo est-il installé ?
Condition : Réponse P6.Q5. « Oui »
☐Dans les toilettes
☐Dans le hall des toilettes

P6.Q10. Avez-vous accès à des toilettes adaptées ?
Condition : Réponse P1.Q5. « Oui »
☐Oui ☐Non

P6.Q11. Lorsque vous êtes à l'université, combien de temps gardez-vous une serviette périodique ?
Condition : Réponse à P5.Q4. « Serviettes périodiques à usage unique » ou « Serviettes périodiques lavables et réutilisables »
☐Entre 1 et 4 heures
☐Entre 4 et 8 heures
☐Entre 8 et 12 heures
☐Plus de 12 heures

P6.Q12. Lorsque vous êtes à l'université, combien de temps gardez-vous votre tampon, culotte menstruelle ou éponge menstruelle ?
Condition : Réponse à P5.Q4. « Tampons à usage unique » ou « Dispositifs internes réutilisables (coupe menstruelle/cup, éponge menstruelle…) »
☐Entre 1 et 4 heures
☐Entre 4 et 6 heures
☐Entre 6 et 8 heures
☐Plus de 8 heures

P6.Q13. Lorsque vous êtes à l'université, que faites-vous de vos protections périodiques usagées ?
Condition : Réponse à P5.Q4. « Serviettes périodiques à usage unique » ou « Serviettes périodiques lavables et réutilisables » ou « Tampons à usage unique »
☐Je les jette dans la poubelle
☐Je les jette dans les toilettes
☐Je les ramène toujours chez moi pour les jeter
☐Je les ramène chez moi quand je n'ai pas de poubelles

P6.Q14. Avez-vous déjà gardé une protection périodique plus longtemps que le temps recommandé car vous n'aviez trouvé d'installations correctes (toilettes propres et sécurisées, pas de savon…) dans l'université ?
Condition : Réponse à P5.Q4. « Serviettes périodiques à usage unique » ou « Serviettes périodiques lavables et réutilisables » ou « Tampons à usage unique » ou « Dispositifs internes réutilisables (coupe menstruelle/cup, éponge menstruelle…) » ou « Sous-vêtements menstruels (culottes menstruelles…) »
☐Oui ☐Non

P6.Q15. A l'université, avez-vous déjà demandé des produits périodiques pour vous dépanner ?
☐ Oui, mais uniquement à des femmes
☐Oui, mais uniquement à des hommes
☐Oui, à des hommes et à des femmes
☐Non

P6.Q16. A l'université, avez-vous déjà dépanné une personne ayant besoin d'une protection périodique ?
☐ Oui, je dépanne toujours quand on me le demande
☐Oui, je dépanne à chaque fois que je le peux
☐Oui, il m'arrive de dépanner
☐Non, je n'ai jamais dépanné
☐On ne m'a jamais demandé

P6.Q17. Avez-vous déjà séché les cours parce que vous n'aviez pas de protections périodiques ?
☐Oui ☐Non

P6.Q18. Avez-vous accès à un distributeur de protections périodiques gratuites et en libre-service ?
☐Oui ☐Non ☐Je ne sais pas

P6.Q19. Souhaiteriez-vous que les distributeurs de protections périodiques gratuites et en libre-service soient installés dans votre université ?
Condition : Réponse P6.Q18. « Non » ou « Je ne sais pas »
☐Oui ☐Non

P6.Q.20. Où sont installés les distributeurs de protections périodiques gratuites et en libre-service ?
Condition : Réponse P6.Q18. « Oui »
☐Dans les toilettes privées
☐Dans le hall des toilettes
☐Dans un couloir ou un hall
☐A la Bibliothèque Universitaire
☐Au Restaurant Universitaire
☐Au Service de Santé Universitaire ou à l'infirmerie
☐A l'épicerie solidaire

P6.Q21. En tant que personne à mobilité réduite, avez-vous facilement accès aux distributeurs de protections périodiques gratuites et en libre-service ?
Condition : Réponse P1.Q5. « Oui »
☐Oui ☐Non

P6.Q22. Utilisez-vous les distributeurs de protections périodiques gratuites et en libre-service ?
Condition : Réponse P6.Q18. « Oui »
☐Oui, tout le temps
☐Oui, régulièrement
☐Oui, seulement en dépannage
☐Non, jamais

P6.Q23. Quel(s) usage(s) faites-vous du distributeur de protections périodiques gratuites et en libre-service ?
Condition : Réponse P6.Q22. « Oui, tout le temps » ou « Oui, régulièrement » ou « Oui, seulement en dépannage »
☐Je prends une protection périodique que j'utilise tout de suite
☐Je prends une protection périodique que j'utiliserai plus tard dans la journée
☐Je prends une protection périodique que je range dans mon sac en cas de besoin
☐Je prends un ou plusieurs protection(s) périodique(s) pour la soirée, la nuit ou le week-end
☐Autre(s) usage(s)

P6.Q24. Précisez :
Condition : Réponse P6.Q23. « Autre(s) usage(s) »

P6.Q25. Pour quelle(s) raison(s) n'utilisez-vous pas les distributeurs de protections périodiques gratuites et en libre-service ?
Condition : Réponse P6.Q22. « Non, jamais »
☐J'aurai honte car les autres auraient que j'ai mes menstruations
☐Je ne veux pas que les autres pensent que je suis pauvre
☐Je ne veux pas que les autres pensent que je profite du système
☐Je préfère laisser les produits aux personnes qui en ont le plus besoin
☐Je n'ai pas besoin
☐Si un jour j'en ai besoin, j'utiliserai le dispositif
☐Autre(s) raison(s)

P6.Q26. Précisez :
Condition : Réponse P6.Q25. « Autre(s) raison(s) »

P6.Q27. Avez-vous reçu des informations sur les distributeurs de protections périodiques gratuites et en libre-service installés dans votre université ?
☐Oui ☐Non ☐Je ne sais pas

P6.Q28. Avez-vous vécu la mise en place des distributeurs de protections périodiques gratuites et en libre-service installés dans votre université ?
☐Oui ☐Non

P6.Q29. D'autres actions ont-elles été mises en place en complément de l'installation des distributeurs de protections périodiques gratuites et en libre-service ?
Condition : Réponse P6.Q18. « Oui »
☐Oui, des conférences ou tables rondes
☐Oui, des podcasts, flyers ou affiches
☐Oui, des distributions de produits d'hygiène menstruelle réutilisables
☐Oui, autres actions
☐Non
☐Je ne sais pas

P6.Q30. Précisez :
Condition : Réponse P6.Q29. « Oui, autres actions »

P6.Q31. Souhaiteriez-vous que d'autres actions soient mises en place pour lutter contre la précarité menstruelle étudiante dans votre université ?
☐Oui, des conférences ou tables rondes
☐Oui, des podcasts, flyers ou affiches

☐Oui, des distributions de produits d'hygiène menstruelle réutilisables
☐Oui, autres actions
☐Non
☐Je ne sais pas

P6.Q32. Précisez :
Condition : Réponse P6.Q31. « Oui, autres actions »

Partie 7 : Vécu des menstruations à l'université
P7.Q1. à Q9. Indiquez pour chacune des affirmations, votre degré d'accord ou de désaccord.
Quand j'ai mes menstruations à l'université…

	D'accord	Plutôt d'accord	Indifférent.e	Plutôt pas d'accord	Pas d'accord
Q1. … j'ai du mal à me concentrer	☐	☐	☐	☐	☐
Q2. … je réussi moins bien les examens	☐	☐	☐	☐	☐
Q3. … je me sens impure ou sale	☐	☐	☐	☐	☐
Q4. … j'ai peur que les autres sachent que j'ai mes menstruations	☐	☐	☐	☐	☐
Q5. … je suis stressé.e	☐	☐	☐	☐	☐
Q6. … j'ai du mal à gérer mes émotions	☐	☐	☐	☐	☐
Q7. … je préfère être seul.e	☐	☐	☐	☐	☐
Q8. … je fais en sorte de rentrer rapidement chez moi	☐	☐	☐	☐	☐
Q9. … j'invente toujours une excuse pour ne pas dire que j'avais mes menstruations	☐	☐	☐	☐	☐

P7.Q10. A l'université, quelqu'un s'est-il déjà moqué de vous ou vous a embêté.e parce que vous aviez vos menstruations ?
☐Oui ☐Non

P7.Q11. A l'université, vous êtes-vous déjà moqué d'une personne ou l'avez-vous embêtée parce qu'elle avait ses menstruations ?
☐Oui ☐Non

P7.Q12. Avec qui vous sentez-vous à l'aise pour parler des menstruations à l'université ?
☐Avec une camarade de promotion
☐Avec un camarade de promotion
☐Avec un professionnel de santé universitaire (infirmier, SSU, SSE, SUMPPS)

☐Avec un étudiant relai santé
☐Avec quelqu'un du personnel administratif
☐Je ne parle pas de ce sujet à l'université

P7.Q13. Pensez-vous que les menstruations sont un sujet tabou à l'université ?
☐Oui ☐Non

Partie 8 : Remarques
P8.Q1. Si vous avez une suggestion ou une remarque, n'hésitez pas à m'en faire part :

Annexe B : Critères de calcul du score de précarité menstruelle
Catégorie 1 : Accès aux produits périodiques (20 critères)

Sous-catégorie	Critère
Financement et restriction	Financement des protections périodiques par l'étudiant.e
	Impossibilité financière de changer de protection périodique aussi souvent que nécessaire
	Choix entre protection périodique et autre produit de première nécessité
	Considère les protections périodiques coûteuses
	Estime être en situation de précarité menstruelle
	Estime avoir besoin d'une aide financière pour s'acheter des protections périodiques enquantité suffisante
Gestion menstruelle à risque	Fabrication de protection périodique car pas assez d'argent pour en acheter soi-même
	Utilise du papier toilette à la place de protections périodiques
	N'utilise pas de protections périodiques
	Durée serviette périodique à la maison entre 8 et 12 heures ou supérieure de 12 heures
	Durée dispositif interne à la maison supérieure à 8 heures
	Durée serviette périodique à l'université entre 8 et 12 heures ou supérieure de 12 heures
	Durée dispositif interne à l'université supérieure à 8 heures
	A déjà porté un produit menstruel plus longtemps que recommandé par manque de matériel
Solidarité entre les étudiants	Emprunte des protections périodiques car pas assez d'argent pour en acheter soi-même
	A déjà demandé des protections périodiques à l'université
Avis sur lematériel utilisé	Les protections périodiques utilisées sont jugées non idéales
	Inconfort des protections périodiques utilisées
	Fuites des protections périodiques utilisées
	Mouvements des protections périodiques utilisées

Catégorie 2 : Accès aux installations (18 critères)

Absentéisme	Avoir été absent en cours pendant les menstruations par manque de protections périodiques
Accès à des toilettes sûres et propres	Pas d'accès à des toilettes privées
	Pas d'accès à des toilettes fermées
	Pas d'accès à des toilettes propres
	A porté un produit menstruel plus longtemps que recommandé par manque d'accès aux toilettes à l'université

	A gardé une protection périodique plus longtemps que recommandé par manque d'installations correctes à l'université
Accès au matériel pour l'hygiène desmains	Pas d'accès à du savon
	Pas d'accès à un lavabo avec de l'eau
	Pas d'accès à un lavabo placé dans les toilettes privées
	Pas d'accès à un sèche-mains
Accès au matériel de base	Pas d'accès à du papier toilette
	Pas d'accès à un miroir
Accès aux services desanté	Frais en rendez-vous auprès d'un gynécologue ou sage-femme
	Achat d'anti-douleurs
	Achat d'anti-douleurs naturels
	Aucune dépense annexes
	Absence de consultation en cas de symptôme
Distributeur	Pas d'accès à un distributeur de protections périodiques (ou ne sait pas)

Catégorie 3 : Vécu des menstruations (22 critères)

Auto-Evaluation	Vécu général mauvais, c'est une période redoutée
	Peu ou pas confiance dans le fait d'avoir les compétences nécessaires pour changer, jeter ou laverses protections périodiques
Description	Durée des menstruations supérieure à 7 jours
	Flux menstruel abondant ou très abondant
Symptôme	Symptômes au cours de l'année écoulée
Tabou	Estime que les menstruations sont taboues dans la société
	Estime que les menstruations sont taboues à l'université
Impact sur la réussite universitaire	Estime avoir des difficultés de concentration durant les menstruations (Plutôt d'accord, D'accord)
	Estime moins bien réussir les examens durant les menstruations (Plutôt d'accord, D'accord)
Peur et honte	Peur que les autres sachent qu'elle/il a ses menstruations (Plutôt d'accord, D'accord)
	Peur de demander une protection périodique
	Absence d'élimination des protections périodiques usagées à la poubelle
	Créer des excuses pour ne pas dévoiler sa condition (Plutôt d'accord, D'accord)
Impureté	Se sentir impure ou sale durant les menstruations (Plutôt d'accord, D'accord)
Emotions	Être stressé.e durant les menstruations (Plutôt d'accord, D'accord)
	Avoir des difficultés à gérer ses émotions durant les menstruations (Plutôt d'accord, D'accord)
Isolement	Préférer être seul.e durant les menstruations (Plutôt d'accord, D'accord)
Moqueries	A été victime de moqueries à cause des menstruations
	A été témoin de moqueries à cause des menstruations
Parler des	Ne se sentirait pas à l'aise pour parler des menstruations avec

menstruations	des camarades
	Ne se sentirait à l'aise pour parler des menstruations avec un professionnel de santé del'université
	Ne parle pas de menstruations à l'université

Annexe C : Données sociodémographiques de la population étudiée

	Nombre de personnes concernées	%
Niveau d'étude		
Licence	237	52,4
Master	195	43,2
Doctorat	20	4,4
Domaine d'étude		
Santé	110	24,3
Sciences et techniques	107	23,7
Sciences humaines et sociales	70	15,5
Langues, lettres et philosophie	37	8,2
Sciences de l'éducation	31	6,9
Droit	27	6,0
Economie et gestion	25	5,5
Psychologie	24	5,3
Art	21	4,6
Ressources financières		
Soutien des proches	352	77,9
Prestations sociales	234	51,8
Bourse sur critères sociaux	196	43,4
Job étudiant	172	38,1
Autre source	147	32,5
Aucune	49	10,8
Privation matérielle et sociale	133	29,4

% : Pourcentage du total des répondant.es

Annexe D : Variation du score de bien-être subjectif et des items en fonction de la période et de l'accès aux distributeurs

	Hors menstruations	Pendant les menstruations		
	Global (n = 452)	Global (n = 452)	Sans accès aux distributeurs (n = 424)	Avec accès aux distributeurs (n = 424)
Médiane du score bien-être (0/100)	60	42	40	44
Items (Médianes)				
WHO-5				
Bien et de bonne humeur (0/20)	12	8	8	8

Calme et tranquille (0/20)	12	8	8	8
Plein.e d'énergie et vigoureux.se (0/20)	12	8	4	8
Réveillé.e en me sentant frais.che et dispos.e (0/20)	8	8	8	8
Vie quotidienne remplie de choses intéressantes (0/20)	12	12	12	12

Annexe E : Analyse descriptive détaillée des scores de précarité menstruelle et items

	Global		Pas d'accès aux distributeurs		Accès aux distributeurs	
	Me(e.t.)	Min - Max	Me(e.t.)	Min - Max	Me(e.t.)	Min - Max
Score de précarité menstruelle (0/60)	19(6,4)	6-41	21(6,3)	10-41	17(5,7)	6-36
Accès aux protections périodiques (0/21)	6(2,8)	1-15	6(2,7)	1-15	5(2,3)	1-13
Financement et restriction (0/6)	2(1,2)	0-6	3(1,2)	1-6	2(1,2)	0-6
Gestion menstruelle à risque (0/8)	1(1,1)	0-6	1(1,1)	0-5	1(2,1)	0-6
Solidarité entre les étudiants (0/2)	1(0,6)	0-2	1(1,7)	0-2	1(0,6)	0-2
Avis sur le matériel utilisé (0/4)	2(1,2)	0-4	2(1,8)	0-4	2(1,1)	0-4
Absentéisme (0/1)	0(0,3)	0-1	0(0,3)	0-1	0(0,2)	0-1
Accès aux installations (0/17)	4(2,2)	0-12	6(2,2)	1-12	3(1,9)	0-9
Accès à des toilettes sûres et propres (0/5)	1(1)	0-5	2(1,1)	0-5	1(1,1)	0-4
Accès au matériel pour l'hygiène des mains (0/4)	0(0,8)	0-3	1(1,8)	0-3	0(0,7)	0-3
Accès à d'autres matériels de base (0/2)	0(0,4)	0-2	0(0,5)	0-2	0(0,4)	0-2
Accès aux services de santé (0/5)	2(1,0)	0-4	2(1,0)	0-4	2(2,0)	0-4
Distributeur (0/1)	0(0,5)	0-1	0(0,0)	0-0	1(0,0)	1-1
Vécu des menstruations (0/22)	8(3,6)	1-19	9(3,6)	1-17	7(3,3)	1-19
Auto-évaluation (0/2)	0(0,6)	0-2	0(0,6)	0-2	0(0,5)	0-2
Description (0/2)	1(0,9)	0-2	1(0,6)	0-2	1(0,6)	0-2

Symptômes (0/1)	1(0,5)	0-1	1(0,5)	0-1	1(0,5)	0-1
Tabou (0/2)	1(0,9)	0-2	1(0,9)	0-2	1(0,9)	0-2
Impact sur la réussite universitaire (0/2)	1(0,8)	0-2	2(0,8)	0-2	1(0,9)	0-2
Peur et honte (0/4)	1(1,0)	0-4	1(1,0)	0-4	1(0,8)	0-3
Impureté (0/1)	0(0,5)	0-1	0(0,5)	0-1	0(0,5)	0-1
Emotions (0/2)	1(0,7)	0-2	2(0,7)	0-2	1(0,8)	0-2
Isolement (0/1)	1(0,5)	0-1	1(0,5)	0-1	0(0,5)	0-1
Moqueries (0/2)	0(0,4)	0-2	0(0,5)	0-2	0(0,3)	0-2
Parler (0/3)	1(1,0)	0-3	1(1,0)	0-3	0(0,9)	0-3

M : Moyenne ; e.t. : Ecart-type ; Me : Médiane

Annexe F : Usage des distributeurs

	Nombre de personnes	%
Fréquence d'utilisation (n = 214)		
Jamais	90	42,0
En dépannage	107	50,0
Régulière	13	6,1
Systématique	4	1,9
Type d'usage (n = 124)		
Immédiat	97	78,2
Dans la journée sur le campus	31	25,0
Réserve dans le sac en cas de besoin	35	28,2
Stock (soirée, nuit et week-end)	12	9,7

% : Pourcentage du total des répondant.es