

# FAIRE FACE À LA RÉALITÉ SAIGNANTE: L'HYGIÈNE MENSTRUELLE COMME PRIORITÉ POUR LA RÉALISATION DE L'ÉGALITÉ DES GENRES

INGA T. WINKLER ET VIRGINIA ROAF\*

## EXTRAIT

Une menstruation régulière est un signe de santé et de fécondité chez une femme. Pourtant, les menstruations sont entourées d'un halo de honte, de secret, d'embarras, de peur, d'humiliation, de silence, de tabou et de stigmatisation. Liées à ce tabou, de nombreuses normes culturelles et religieuses, souvent fondées sur des postulats patriarcaux, cherchent à empêcher tout contact avec les femmes et les filles en période de menstruation afin d'éviter une « contamination » ou de « devenir impur ». Dans une certaine mesure, cette perception de la menstruation est un paradoxe, étant donnée que la maternité est glorifiée. Cependant, la menstruation n'est pas perçue comme « féminine » et elle ne se conforme pas au rôle et au comportement stéréotypés des femmes. Ces stéréotypes exigent des femmes qu'elles soient belles et sublimées, désodorisées et propres, et non pas sanguinolentes et malodorantes. De ce fait, les femmes et les filles sont censées cacher leur menstruation et faire beaucoup d'efforts pour la dissimuler.

Dans ce contexte, cet article explore les défis en termes d'hygiène menstruelle au niveau pratique et politique. Il examine la position de l'hygiène menstruelle dans le cadre des droits humains, notamment concernant l'égalité des genres, ainsi que la manière dont elle peut se définir en termes de droit humains et la manière dont l'utilisation du cadre des droits humains et l'égalité de fait pourraient contribuer à donner une plus grande visibilité à l'hygiène menstruelle et à prioriser l'élaboration de stratégies et de solutions appropriées.

Le tabou et le silence entourant la menstruation fait de cette dernière un problème invisible. Bien que la population soit constituée pour moitié de femmes, les besoins de ces dernières sont oubliés et négligés, parfois même délibérément ignorés. Cette faible priorité et ce défaut d'attention à tous les niveaux, depuis la politique internationale jusqu'à la sphère privée, ont des impacts dévastateurs sur le quotidien des femmes et des filles. Ils empêchent les femmes d'atteindre leur plein potentiel et de réaliser l'égalité des genres. Les femmes et les filles manquent des jours d'école et de travail, ce qui a de profondes implications sur leur éducation, leur bien-être et leurs moyens de subsistance. Elles sont victimes de préceptes culturels qui peuvent s'apparenter à des pratiques préjudiciables.

La contribution du cadre des droits humains est d'attirer l'attention sur le sort des femmes et des filles qui ne sont pas en mesure de gérer leur menstruation de manière adéquate, en soulignant les obligations et les responsabilités des États et des autres acteurs en termes de menstruation et de gestion hygiénique. Le principe des droits humains et l'égalité de fait exigent de garantir aux femmes l'exercice et la jouissance de leurs droits fondamentaux sur le principe de l'égalité. Il faut éradiquer l'hygiène menstruelle inadéquate, la stigmatisation et les pratiques culturelles, sociales ou religieuses qui limitent la capacité des femmes et des filles à travailler, étudier ou participer à la vie de la société en période de menstruation. Le fait de considérer la menstruation pour ce qu'elle est, à savoir une réalité de la vie, et d'intégrer ce point de vue à tous les niveaux contribuera à permettre aux femmes et aux filles de gérer leur menstruation de manière adéquate, sans sentiment de honte ou d'embarras, avec dignité.

## Sommaire

I. Introduction : lever le tabou .....	3
--	---

II.	Les défis de l'hygiène menstruelle .....	10
A.	Comment les femmes et les filles font-elles face ?.....	10
B.	Une priorité moindre dans la politique et la pratique .....	18
III.	Situer l'hygiène menstruelle dans le cadre des droits humains .....	21
A.	Dignité humaine et droit à la vie privée.....	22
B.	Égalité des sexes .....	23
C.	Non-discrimination et égalité : intersectionnalité.....	28
D.	Le droit humain à l'éducation.....	29
E.	Le droit humain au travail et à des conditions de travail justes et favorables .....	30
F.	Le droit humain à la santé.....	31
G.	Les droits humains à l'eau et à l'assainissement. ....	33
IV.	Définir l'hygiène menstruelle en termes de droits humains .....	34
A.	Matériaux pour absorber le sang.....	35
B.	Un espace privé pour se changer et se laver .....	37
C.	Installations d'élimination .....	39
D.	Informations, éducation et sensibilisation.....	40
V.	Identifier des stratégies appropriées en se fondant sur les obligations relatives aux droits humains.....	40
A.	Garantir les droits humains dans la sphère privée .....	40
B.	Créer un environnement propice.....	41
C.	Assurer la participation .....	43
D.	Adapter les solutions techniques et les installations .....	45
E.	Sensibiliser et éduquer .....	45
F.	Briser le tabou qui entoure la menstruation .....	48
G.	S'assurer que les préceptes culturels n'entraînent pas de pratiques préjudiciables	49
H.	Impliquer les hommes et les garçons .....	54
I.	Intégrer l'hygiène menstruelle dans les politiques et les programmes .....	55
VI.	Conclusion .....	59

## I. INTRODUCTION : LEVER LE TABOU

Une menstruation régulière est un signe de santé et de fécondité chez une femme. Au cours de sa vie, une femme vivra en moyenne 3 000 jours de menstruation.<sup>1</sup> Les femmes et les

---

\* Dr. Inga Winkler est chercheuse au Center for Human Rights & Global Justice et conseillère juridique auprès du Rapporteur spécial des Nations Unies sur le droit humain à l'eau potable et à l'assainissement. Virginia Roaf est consultante indépendante et conseillère auprès du Rapporteur spécial des Nations Unies sur le droit humain à l'eau potable et à l'assainissement. Le présent document reflète leur opinion personnelle et pas nécessaire celle de l'Institut allemand ou du Rapporteur spécial. Les auteures voudraient remercier Lucinda O'Hanlon, Marni Sommer, Ina Jurga, et Archana Patkar de leurs précieux commentaires sur une version précédente de cet article. Elles souhaiteraient également remercier Mona Niemeyer et Sarah Hartnett de leur excellente aide à la recherche, ainsi

filles en âge d'avoir leur menstruation représentent environ un quart de la population mondiale.<sup>2</sup> Le début de la menstruation chez une fille marque le début de la puberté, un moment célébré dans de nombreuses cultures à travers le monde et qui s'accompagne de rituels, de cérémonies et de rites de passages.<sup>3</sup>

Pourtant, la menstruation reste un tabou dont on parle au moyen d'euphémismes. Dans de nombreuses cultures, les femmes et les filles en période de menstruation sont considérées comme « malodorantes », « sales », « honteuses », « impures » ou même « contaminées ». Beaucoup de femmes ont intériorisé la stigmatisation qui entoure la menstruation, décrivant qu'elles se sentent sales, impures et honteuses pendant leur menstruation.<sup>4</sup> Il est paradoxal que « ce phénomène naturel, responsable de la naissance et de la régénération de l'humanité, soit enveloppé de honte, de silence et d'indignité ».<sup>5</sup>

La menstruation fait partie intégrante de l'identité féminine. Pourtant, elle est cachée et dévalorisée par un double silence. La menstruation n'est pas perçue comme féminine. Elle va à l'encontre des attributs « féminins » en étant sanguinolente, malodorante et naturelle.<sup>6</sup> De manière plus globale, le tabou qui entoure la menstruation est un indicateur de la dévalorisation

---

que Fareda Banda et Pamela White de leurs contributions utiles à la recherche de cet article. Toutes les erreurs et omissions relèvent de leur responsabilité.

<sup>1</sup> Rokeya Ahmed & Kabita Yesmin, *Menstrual Hygiene: Breaking the Silence*, dans BEYOND CONSTRUCTION: USE BY ALL: A COLLECTION OF CASE STUDIES FROM SANITATION AND HYGIENE PROMOTION PRACTITIONERS IN SOUTH ASIA, 283, 283 (2008), disponible à <http://www.ircwash.org/resources/beyond-construction-use-all> [ci-après Ahmed & Yesmin, hygiène menstruelle].

<sup>2</sup> *Id.* p. 283.

<sup>3</sup> Elizabeth Arveda Kissling, *On the Rag On Screen: Menarche in Film and Television*, 46 SEX ROLES 5 (2002).

<sup>4</sup> Janet Lee, *Menarche and the (Hetero) Sexualization of the Female Body*, dans THE POLITICS OF WOMEN'S BODIES: SEXUALITY, APPEARANCE AND BEHAVIOR 85, 85 (Rose Weitz ed. 2003) [ci-après Lee, Menarche].

<sup>5</sup> Archana Patkar, citée dans ROSE GEORGE, CELEBRATING WOMANHOOD: BREAK THE SILENCE! 20 (Conseil de concertation pour l'approvisionnement en eau et l'assainissement) éd., 2013), disponible à [www.wsscc.org/sites/default/files/content/Research\\_article\\_files/mhm\\_-\\_celebrating\\_womanhood\\_final\\_report.pdf](http://www.wsscc.org/sites/default/files/content/Research_article_files/mhm_-_celebrating_womanhood_final_report.pdf).

<sup>6</sup> Cf. Tomi-Ann Roberts, Jamie L. Goldenberg, Cathleen Power & Tom Pyszczynski, « *Feminine Protection* »: *The Effects of Menstruation on Attitudes Towards Women*, 26 PSYCH. OF WOMEN Q. 131, 131 (2002).

de la femme comme étant « autre » et inférieure. Dans son ouvrage « *Le deuxième sexe*<sup>7</sup> », Simone de Beauvoir analyse la manière dont la position de la femme comme étant « autre » et inférieure est créée et maintenue à travers l'histoire et la culture grâce aux processus de socialisation, aux traditions, aux lois et aux institutions.<sup>8</sup> Concernant la menstruation, elle souligne :

De même que le pénis tire du contexte social sa valeur privilégiée, de même c'est le contexte social qui fait de la menstruation une malédiction. L'un symbolise la virilité, l'autre la féminité : c'est parce que la féminité signifie altérité et infériorité que sa révélation est accueillie avec scandale.<sup>9</sup>

Cette observation est confirmée par une expérience récente : l'expérience du tampon, menée par un groupe de psychologues aux États-Unis, a examiné l'influence d'un rappel de la menstruation d'une femme sur la manière dont elle est perçue par les autres. Cette étude a montré que le fait de laisser tomber un tampon (c.-à-d. un rappel visible de la menstruation des femmes) entraînait une évaluation plus faible de la compétence d'une femme, une diminution de la

---

<sup>7</sup> SIMONE DE BEAUVOIR, *LE DEUXIEME SEXE* (texte intégral, 2011) [ci-après SIMONE DE BEAUVOIR, *LE DEUXIEME SEXE*].

<sup>8</sup> Concernant la perception des femmes en tant qu'êtres inférieurs cf. plus généralement NANCY TUANA, *THE LESS NOBLE SEX: SCIENTIFIC, RELIGIOUS AND PSYCHOLOGICAL CONCEPTIONS OF WOMEN'S NATURE* (1993) ; JUDITH LORBER, "*Night to His Day*": *The Social Construction of Gender*, dans *PARADOXES OF GENDER* (1994). Plus spécifiquement, la dévalorisation de l'occupation des femmes a été discutée de manière plus approfondie, cf. *par ex.*, Paula England, *The Gender Revolution: Uneven and Stalled*, 24 *GENDER & SOCIETY* 149 (2010) ; Charlotta Magnusson, *Gender, Occupational Prestige and Wages: A Test of Devaluation Theory*, 25 *EUR. SOC. REV.* 87 (2009). La perception des femmes en tant que subordonnées et inférieures a également été discutée en tant que violence sous-jacente à l'égard des femmes, cf. *par ex.*, Conseil des droits de l'homme de l'ONU, Rapport de la Rapporteuse spéciale sur la violence à l'égard des femmes, ses causes et conséquences, Rashida Manjoo, ¶ 34, U.N. Doc. A/HRC/17/26 (2 mai 2011), disponible à <http://daccess-dds-ny.un.org/doc/UNDOC/GEN/G13/121/20/PDF/G1312120.pdf?OpenElement>

<sup>9</sup> DE BEAUVOIR, *supra* note 7, p. 329.

capacité de cette dernière à plaire et une tendance marginale à s'asseoir plus loin d'elle.<sup>10</sup> L'expérience démontre comment le statut d'une femme en période de menstruation, une caractéristique intrinsèquement féminine, est lié à sa dévalorisation.

Malgré le fait qu'elle fasse partie intégrante de la féminité, la menstruation va à l'encontre des attributs « féminins », ces derniers étant profondément influencés par les stéréotypes liés au genre. Dans leur ouvrage sur le sujet, Cook et Cusack opèrent une distinction entre les stéréotypes liés au sexe, les stéréotypes sexuels, les stéréotypes liés au rôle sexuel et les stéréotypes globalement liés au genre. Alors que les stéréotypes liés au sexe et les stéréotypes sexuels sont respectivement<sup>11</sup> axés sur les différences biologiques et l'interaction sexuelle, les stéréotypes liés au rôle sexuel concernent ce qu'on considère comme un rôle ou un comportement approprié pour les femmes ou les hommes.<sup>12</sup> Un de ces stéréotypes est que les femmes doivent être belles et sublimées, adhérant aux normes sociales telles que le port de maquillage, de bijoux et de coiffures « féminines ». L'expérience du tampon comprenait une condition de contrôle : laisser tomber une pince à cheveux au lieu d'un tampon, c'est-à-dire un objet très féminin non lié aux fonctions corporelles naturelles, mais représentant plutôt un effort personnel de la femme de s'embellir. Les différents résultats démontrent les perceptions et les stéréotypes entourant la féminité : alors que la pince à cheveux est perçue comme féminine, le tampon (indicateur de menstruation) nous rappelle les fonctions corporelles, malodorantes, sanglantes, donc non féminines, du corps de la femme.<sup>13</sup> Cette perception de la menstruation

---

<sup>10</sup> Roberts, et al., *supra* note 6, p. 136.

<sup>11</sup> REBECCA J. COOK & SIMONE CUSACK, GENDER STEREOTYPING, TRANSNATIONAL LEGAL PERSPECTIVES 25 (2010).

<sup>12</sup> *Id.* p. 28.

<sup>13</sup> Roberts, et al., *supra* note 6, p. 136.

comme étant non conforme aux stéréotypes du rôle sexuel, un vrai paradoxe compte tenu du fait que la menstruation est intrinsèquement liée à la condition de femme, aide à expliquer les tabous qui entourent ce sujet.

Liées à ce tabou de la menstruation, de nombreuses normes culturelles et religieuses, souvent fondées sur des hypothèses patriarcales, cherchent à empêcher tout contact avec les femmes et les filles en période de menstruation afin d'éviter une « contamination » ou de « devenir impur ». Elles empêchent les femmes et les filles en période de menstruation de participer librement à leurs activités habituelles quotidiennes et à leur vie sociale, en limitant leur mobilité et en leur interdisant de prendre part aux activités culturelles, sociales et religieuses. Dans les cas extrêmes, les femmes et les filles en période de menstruation peuvent ne pas avoir le droit de dormir dans leur propre lit, ni même à l'intérieur de la maison. Dans d'autres cas, elles ne peuvent pas cuisiner ou manger avec le reste de la famille, elles sont soumises à des restrictions alimentaires ou ont l'interdiction d'utiliser les sources d'eau habituelles ou les toilettes.<sup>14</sup>

Même lorsque les femmes et les filles en période de menstruation ne sont pas confrontées à ce type de restriction, la menstruation reste invisible. Personne n'est censé savoir quand une femme ou une fille est en période de menstruation, et si celle-ci rencontre un problème ou souffre, elle doit faire face en silence.<sup>15</sup> Les femmes et les filles doivent s'abstenir de discuter de

---

<sup>14</sup> Cf. *par ex.*, Suneela Garg, Nandini Sharma & Ragini Sahay, *Socio-Cultural Aspects of Menstruation in an Urban Slum in Delhi, India*, 9 REPROD. HEALTH MATTERS 16, 20 *et seq.* (2001) ; Cf. également VARINA TJON-A-TEN, MENSTRUAL HYGIENE: A NEGLECTED CONDITION FOR THE ACHIEVEMENT OF SEVERAL MILLENNIUM DEVELOPMENT GOALS 6 *et seq.* (10 oct. 2007) (pour des exemples de restrictions auxquelles les femmes sont confrontées dans divers pays à travers le monde).

<sup>15</sup> Shannon A. McMahon, Peter J. Winch, Bethany A. Caruso, Alfredo F. Obure, Emily A. Ogutu, Imedla A. Ochari & Richard Rheingans, *The Girl with Her Period is the One to Hang Her Head, Reflections on Menstrual*

la menstruation, certainement en public et lorsque des hommes sont présents, mais souvent même au sein de leur cercle familial,<sup>16</sup> intériorisant la stigmatisation qui entoure la menstruation. Ce silence, qui règne même parfois entre les mères et leurs filles, explique que de nombreuses filles sont ignorantes de leur propre développement, de leur puberté et de ce qui se passe dans leur corps lorsqu'elles ont leur menstruation pour la première fois. Des études dans les états indiens du Rajasthan et de l'Uttar Pradesh ont révélé que plus de la moitié des filles ne disposait d'aucune information sur la menstruation avant la ménarche.<sup>17</sup> Par conséquent, dans cet état d'ignorance totale, les filles peuvent ressentir de la peur et de l'anxiété à propos de la ménarche au lieu de l'appréhender comme un processus naturel. Lorsque les femmes et les filles ont des douleurs durant leurs règles, qui découlent souvent de problèmes aisément soignables, elles ont tendance à souffrir en silence au lieu de demander de l'aide, leur mère étant souvent tout aussi ignorante sur de simples remèdes et peu inclinée à discuter de ce type de problème pour des raisons culturelles.

Le tabou qui entoure la menstruation s'illustre également par la pléthore d'euphémismes et d'expressions d'argot qui existe dans toutes les langues pour décrire la menstruation. Rien qu'en français, les femmes parlent de « débarquement des Anglais », de « jouer à cache-tampon », d' « avoir ses ragnagnas », d' « être indisposées » et peut-être la plus éloquente souffrir de la « malédiction ». Toutes indiquent la gêne que ressentent la plupart des femmes

---

*Management among Schoolgirls in Rural Kenya*, 11 BMC INT'L. HEALTH & HUM. RTS. 1, 7 (2011) ; Xóchitl Castañeda, Cecilia García & Ana Langer, *Ethnography of Fertility and Menstruation in Rural Mexico*, 42 SOC. SCI. MED. 133, 135-139 (1996).

<sup>16</sup> Cf. Elizabeth Arveda Kissling, *Bleeding out Loud: Communication About Menstruation*, 6 FEMINISM & PSYCHOL. 481, 484 ; SOPHIE LAWS, ISSUES OF BLOOD: THE POLITICS OF MENSTRUATION, à 42 *et seq.* (Jo Campling ed., 1990).

<sup>17</sup> MARNI SOMMER, EMILY VASQUEZ, NANCY WORTHINGTON & MURAT SAHIN, WASH IN SCHOOLS EMPOWERS GIRLS' EDUCATION: PROCEEDINGS OF THE MENSTRUAL HYGIENE MANAGEMENT IN SCHOOLS VIRTUAL CONFERENCE 2012, UNICEF, 17 (2013), [www.unicef.org/wash/schools/files/WASH\\_in\\_Schools\\_Empowers\\_Girls\\_Education\\_Proceedings\\_of\\_Virtual\\_MH\\_M\\_conference.pdf](http://www.unicef.org/wash/schools/files/WASH_in_Schools_Empowers_Girls_Education_Proceedings_of_Virtual_MH_M_conference.pdf) [ci-après WASH IN SCHOOLS].



pour parler de la menstruation.<sup>18</sup> Les publicités commerciales viennent renforcer la nécessité perçue de cacher la menstruation en ayant généralement recours à du liquide bleu pour démontrer la qualité d'absorption des protections hygiéniques, dissimulant ainsi qu'elles ont pour but d'absorber du sang. Elles accentuent les notions de secret, de gêne et la nécessité de se sentir « propre ». <sup>19</sup>

L'embarras, le tabou, la gêne, la honte et la stigmatisation qui entourent la menstruation n'influent pas seulement sur ce que ressentent les femmes et les filles et sur la manière dont elles parlent de la menstruation, mais ils rendent également difficiles pour ces dernières de faire face d'un point de vue très pratique. De manière plus générale, ils entravent le développement de solutions adéquates pour garantir de bonnes pratiques d'hygiène menstruelle, reléguant le problème au second plan parmi les décideurs politiques.

Gloria Steinem, dans une célèbre citation, défia tous les acteurs de la société à considérer les stéréotypes de genre liés à la menstruation et à s'interroger sur la raison pour laquelle l'hygiène menstruelle était jugée aussi peu prioritaire : « Que se passerait-il si, soudain, comme par magie, c'était les hommes qui avaient leurs règles, et non plus les femmes ? Clairement, les règles deviendraient un événement masculin enviable et digne de fierté : les hommes se vanteraient de la durée et du flux... Le Congrès financerait un Institut National de Dysménorrhée pour combattre les douleurs mensuelles... Le gouvernement fournirait les fonds pour des

---

<sup>18</sup> Cf. Elizabeth Arveda Kissling, "That's Just a Basic Teen-Age Rule": *Girls' Linguistic Strategies for Managing the Menstrual Communication Taboo*, 24 J. APPL. COMM. RES. 292, 298 (1996).

<sup>19</sup> Ingrid Johnston-Robledo & Joan C. Chrisler, *The Menstrual Mark: Menstruation as Social Stigma*, 68 SEX ROLES 9, 11 (2013) ; ELIZABETH ARVEDA KISSLING, CAPITALIZING ON THE CURSE: THE BUSINESS OF MENSTRUATION 12 (2006) [ci-après KISSLING, CAPITALIZING ON THE CURSE].

protections hygiéniques gratuites. » (traduit de l'anglais – voir le texte original au bas de la page).<sup>20</sup>

Dans ce contexte, le présent article examine les défis de la gestion de la menstruation au niveau pratique et politique (partie II), ainsi que la position de l'hygiène menstruelle dans le cadre des droits humains, notamment concernant l'égalité des genres (partie III), la manière dont elle peut se définir en termes de droit humain (partie IV) et la manière dont l'utilisation du cadre des droits humains et l'égalité de fait pourraient contribuer à donner une plus grande visibilité à l'hygiène menstruelle et à prioriser l'élaboration de stratégies et de solutions appropriées (partie V).

## II. LES DEFIS DE L'HYGIENE MENSTRUELLE

### A. *Comment les femmes et les filles font-elles face ?*

Dans de nombreux pays en développement, les femmes et les filles n'ont souvent pas accès à des protections hygiéniques sûres, ni les moyens financiers de se les procurer, et utiliseront des mouchoirs en papier, des chiffons, de la paille, de la boue ou des journaux.<sup>21</sup> Elles manquent également fréquemment d'un endroit privé et sécurisé pour changer leur protection hygiénique, pour se laver et pour laver et sécher leur protection hygiénique lorsqu'elle doit être réutilisée.

Du fait de l'accès limité à des systèmes de gestion des déchets, l'élimination des protections hygiéniques peut également poser des difficultés.

---

<sup>20</sup> GLORIA STEINEM, *If Men Could Menstruate: A Political Fantasy*, dans *OUTRAGEOUS ACTS AND EVERYDAY REBELLIONS* 338 (1983). « So what would happen if suddenly, magically, men could menstruate and women could not? Clearly, menstruation would become an enviable, worthy, masculine event: Men would brag about how long and how much . . . Congress would fund a National Institute of Dysmenorrhea to help stamp out monthly discomforts . . . Sanitary supplies would be federally funded and free. »

<sup>21</sup> GEORGE, *supra* note 5, p. 4.

Une commentatrice s'exprimant sur sa propre expérience d'enfant en Sierra Léone expliquait, « que, par honte, [elle] cachait [ses] chiffons hygiéniques sous le lit pour les faire sécher » (traduit de l'anglais – voir le texte original au bas de la page).<sup>22</sup> Les femmes et les filles n'ont souvent pas d'autre choix que de réutiliser des protections souillées et humides.<sup>23</sup> Lorsque les femmes et les filles n'ont pas accès à des installations sanitaires adéquates et privées, changer de serviette hygiénique peut s'avérer particulièrement difficile. Au cours de sa mission en Slovénie, la Rapporteuse spéciale des Nations Unies sur le droit à l'eau potable et à l'assainissement a rencontré des femmes qui avaient honte des conditions dans lesquelles elles devaient pratiquer l'hygiène menstruelle.<sup>24</sup> Les femmes et les filles du quartier informel de Mukuru à Nairobi (et de nombreux autres endroits de la planète) ressentent une gêne similaire. Vivant dans des habitations d'une seule pièce avec leurs enfants, leurs frères et sœurs et leurs pères, sans salle de bain ni toilettes, elles n'avaient pas d'autre choix que de s'accroupir devant tout le monde pour changer leur serviette hygiénique. Dans ces situations, les gens ont souvent recours à des boîtes en fer pour uriner, notamment la nuit. Cependant, une femme soulignait : « lorsque j'ai mes règles, je ne peux pas uriner dans la boîte donc je dois attendre le matin. C'est parce que parfois quelques gouttes de sang restent dans la boîte et comme tout le monde utilise la

---

<sup>22</sup> Anita Koroma, citée dans GEORGE, *supra* note 5, p. 11. « that [she] hid [her] sanitary cloths under the bed to dry, out of shame. »

<sup>23</sup> ADAM BIRAN, VAL CURTIS, OM PRASAD GAUTAM, KATIE GREENLAND, SIRAJUL ISLAM, WOLF-PETER SCHMIDT, CHRISTINE SIJBESMA, COLIN SUMPTER & BELEN TORONDEL, BACKGROUND PAPER ON MEASURING WASH AND FOOD HYGIENE PRACTICES: DEFINITION OF GOALS TO BE TACKLED POST 2015 BY THE JOINT MONITORING PROGRAMME 58 (2012), [www.wssinfo.org/fileadmin/user\\_upload/resources/Hygiene-background-paper-19-Jun-2012.pdf](http://www.wssinfo.org/fileadmin/user_upload/resources/Hygiene-background-paper-19-Jun-2012.pdf) ; SALLY PIPER-PILLITTERI, SCHOOL MENSTRUAL HYGIENE MANAGEMENT IN MALAWI: MORE THAN TOILETS 10 (2011), [www.sharesearch.org/Resource/Details/menstrualhygienemanagement\\_malawi](http://www.sharesearch.org/Resource/Details/menstrualhygienemanagement_malawi).

<sup>24</sup> Conseil des droits de l'homme de l'ONU, Rapport de la Rapporteuse spéciale sur le droit à l'eau potable et à l'assainissement, Additif : Mission en Slovénie, ¶ 36, U.N. Doc. A/HRC/18/33/Add.2 (4 juillet 2011), disponible à <http://daccess-dds-ny.un.org/doc/UNDOC/GEN/G11/143/20/PDF/G1114320.pdf?OpenElement> [ci-après Rapporteuse spéciale de l'ONU sur l'eau et l'assainissement, Mission en Slovénie].

même boîte, c'est embarrassant » (traduit de l'anglais – voir le texte original au bas de la page).<sup>25</sup>

Souvent, les filles ne vont pas à l'école les jours où elles ont leurs règles et, dans certains cas, abandonnent carrément leur scolarité à l'arrivée de leur première menstruation.<sup>26</sup> C'est particulièrement le cas dans les écoles qui ne disposent pas d'installations sanitaires adéquates ou lorsque ces dernières n'offrent aucune intimité ni de séparation filles-garçons. De nombreuses filles se sentent souvent vulnérables au harcèlement des autres élèves, elles sont gênées par l'odeur et s'inquiètent de tacher leurs vêtements.<sup>27</sup> Un commentateur soulignait qu' « il ne lui était jamais venu à l'idée que les femmes et les filles ne « portaient jamais de blanc » lorsqu'elles avaient leurs règles. Comme ce ne sera jamais venu à l'idée non plus de milliers de directeurs d'école à travers le monde qui imposent aux filles de porter des uniformes de couleur claire <sup>28</sup> ».

Les études montrent que le manque d'accès à des installations adéquates pour gérer la menstruation en toute sécurité et intimité accroît l'absentéisme scolaire. Une étude a par exemple révélé qu'en Inde les filles manquent l'école environ cinq jours par mois.<sup>29</sup> De même, concernant

---

<sup>25</sup> Extrait du récit préparé par Edith Kalela du Muungano wa Wanavijiji/Akiba Mashinani Trust, document non publié en possession des auteurs. « During my monthly period I can't urinate in the tin so I have to wait until morning. Because sometimes some drops of blood can remain in the tin and everyone uses the tin so it's embarrassing. »

<sup>26</sup> Fareda Banda, *Article 10, de LA CONVENTION DES NATIONS UNIES SUR L'ELIMINATION DE TOUTES LES FORMES DE DISCRIMINATION A L'EGARD DES FEMMES : COMMENTAIRE* à 268 (Marsha Freeman, Christine Chinkin & Beate Rudolf eds., 2012) [ci-après Banda, Article 10] ; Conseil des droits de l'homme, Rapport de la Rapporteuse spéciale sur le droit à l'eau potable et à l'assainissement intitulé Stigmatisation et réalisation des droits fondamentaux à l'eau potable et à l'assainissement, ¶ 18, U.N. Doc. A/HRC/21/42 (July 2, 2012), *disponible à* [http://www.ohchr.org/Documents/HRBodies/HRCouncil/RegularSession/Session21/A-HRC-21-42\\_fr.pdf](http://www.ohchr.org/Documents/HRBodies/HRCouncil/RegularSession/Session21/A-HRC-21-42_fr.pdf).

<sup>27</sup> Teresa Mahon & Maria Fernandes, *Menstrual Hygiene in South Asia: A Neglected Issue for WASH (Water, Sanitation and Hygiene) Programmes*, 18 GENDER & DEV. 99, 104-5 (2010), *Menstrual Hygiene in South Asia*]; BIRAN ET AL., *supra* note 23, p. 59.

<sup>28</sup> GEORGE, *supra* note 5, p.7.

<sup>29</sup> *Id.* p. 3 ; *Cf. également* Peter K. Mutunga, *Girls' Participation in Primary Schools, dans* PETER MUTUNGA & JULIE STEWART, *LIFE SKILLS, SEXUAL MATURATION AND SANITATION: WHAT'S (NOT) HAPPENING IN OUR SCHOOLS? AN EXPLANATORY STUDY FROM KENYA* 141 (2003) (sur l'absence de possibilités de gérer la menstruation de manière hygiénique et son lien avec l'absentéisme scolaire).

le milieu professionnel, une étude au Bangladesh a montré que les femmes ont tendance à manquer jusqu'à six jours de travail par mois.<sup>30</sup>

En ce qui concerne les impacts sanitaires d'une mauvaise hygiène menstruelle, des démangeaisons et des pertes ont été signalées, mais on ne peut pas affirmer que ces symptômes peuvent être attribués à une gestion inappropriée de la menstruation. Une étude a mis au jour une incidence plus élevée des infections de l'appareil génital dans les cas de gestion inappropriée de l'hygiène menstruelle, en particulier chez les femmes défavorisées d'un point de vue socioéconomique.<sup>31</sup> De plus, beaucoup de femmes et de filles ressentent des douleurs durant leurs règles et l'accès, et l'accessibilité financière, aux services de santé, même aux simples analgésiques, peut être difficile. Très peu de recherches exhaustives ont été menées sur les impacts sur la santé, principalement en raison du manque d'importance accordée à ce problème. De plus amples recherches sont nécessaires pour vérifier les impacts sanitaires d'une mauvaise hygiène menstruelle.<sup>32</sup>

La plupart des femmes et des filles du monde développé a (généralement) la possibilité de gérer ses règles de manière adéquate. L'éducation sexuelle, y compris la menstruation, fait généralement partie du programme scolaire. En principe, les femmes et les filles ne manquent plus de jours de travail et d'école parce qu'elles ont leurs règles. Une grande variété de protections hygiéniques est disponible pour gérer la menstruation, parmi lesquelles les serviettes

---

<sup>30</sup> GEORGE, *supra* note 5, p. 3.

<sup>31</sup> SANITATION AND HYGIENE APPLIED RESEARCH FOR EQUITY (SHARE) & CONSEIL DE CONCERTATION POUR L'APPROVISIONNEMENT EN EAU ET L'ASSAINISSEMENT (WSSCC), SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL IMPACT OF LIMITED ACCESS TO SANITATION: THE LINK BETWEEN MHM AND REPRODUCTIVE TRACT INFECTIONS, AND BETWEEN WASH PRACTICES AND PREGNANCY, RESEARCH BRIEFING NOTE (oct. 2014), [http://www.sharereseach.org/LocalResources/Limited\\_Access.pdf](http://www.sharereseach.org/LocalResources/Limited_Access.pdf).

<sup>32</sup> BIRAN ET AL., *supra* note 23 ; cf. également Colin Sumpter & B. Torondel, *A Systematic Review of the Health and Social Effects of Menstrual Hygiene Management*, PLOS ONE 8 (2013), [www.plosone.org/article/info%3Adoi%2F10.1371%2Fjournal.pone.0062004](http://www.plosone.org/article/info%3Adoi%2F10.1371%2Fjournal.pone.0062004).

hygiéniques, les tampons, les coupes menstruelles et autres. Elles sont généralement peu onéreuses, les taxes sur les ventes étant fréquemment supprimées ou réduites sur les protections hygiéniques.<sup>33</sup> L'eau et le savon pour se laver le corps, les mains et les vêtements sont généralement disponibles et, s'ils ne sont pas directement à disposition à côté de toilettes, ils sont situés très proches.

Cependant, la stigmatisation et le silence qui entourent la menstruation ont toujours des implications sur la manière dont celle-ci est perçue. De plus, certaines femmes sont toujours confrontées à des difficultés pratiques. Les femmes et les filles ressentent le besoin de cacher le fait qu'elles ont leur menstruation. De nombreuses femmes décrivent comment elles ont dissimulé leurs sous-vêtements souillés au fond de l'armoire lorsqu'elles ont eu leurs premières règles, comment elles modifient leur façon de s'habiller et leurs activités afin que personne ne remarque qu'elles ont leurs règles et comment elles évitent d'acheter des protections hygiéniques dans les magasins où on pourrait les reconnaître.<sup>34</sup>

De plus, les femmes peuvent rencontrer davantage de problèmes à trouver des installations sanitaires en dehors de chez elles ou sur leur lieu de travail.<sup>35</sup> Les femmes handicapées peuvent être confrontées à des défis spécifiques en termes d'accès aux installations et de gestion de leur menstruation. De plus, il y a souvent un problème concernant les douleurs inutiles, les femmes attendant en moyenne sept ans avant de demander une aide médicale pour

---

<sup>33</sup> Cf. l'exemple du Royaume-Uni où la taxe sur la valeur ajoutée appliquée aux protections hygiéniques est réduite : HM REVENUE AND CUSTOMS, NOTICE 701/18 WOMEN'S SANITARY PROTECTION PRODUCTS (2011), *disponible à* [http://customs.hmrc.gov.uk/channelsPortalWebApp/channelsPortalWebApp.portal?\\_nfpb=true&\\_pageLabel=pageLibrary\\_ShowContent&id=HMCE\\_CL\\_000098&propertyType=document#downloadopt](http://customs.hmrc.gov.uk/channelsPortalWebApp/channelsPortalWebApp.portal?_nfpb=true&_pageLabel=pageLibrary_ShowContent&id=HMCE_CL_000098&propertyType=document#downloadopt).

<sup>34</sup> Lee, *Menarche*, *supra* note 4, p. 86, 94.

<sup>35</sup> Souvent, les toilettes publiques ne répondent pas aux normes des droits humains sur la sécurité et l'hygiène. Certaines professions, autre que les emplois de bureau, dépendent entièrement de ce type d'installation. Pour d'autres, les installations sur le lieu de travail peuvent également être inadéquates.

soulager des règles abondantes ou des douleurs de règles qui ne peuvent être soulagées avec de simples analgésiques.<sup>36</sup> Les problèmes de santé liés à la menstruation sont généralement faciles à soulager s'ils sont traités à temps ou de manière adéquate. L'endométriose et les autres problèmes gynécologiques peuvent avoir un effet négatif sur les règles des femmes, que ce soit sous forme de douleur, de saignement abondant ou d'autres symptômes, tels que des maux de tête, une déficience en fer etc., et peuvent être soignés de manière appropriée.<sup>37</sup>

Que ce soit dans le monde développé ou en développement, certains groupes de femmes sont confrontés à des difficultés exacerbées pour gérer leur menstruation. Par exemple, les femmes sans abri, les femmes vivant dans des implantations sauvages, les femmes incarcérées, les femmes handicapées ou les travailleuses du sexe peuvent rencontrer des problèmes aggravés pour répondre à leurs besoins d'hygiène menstruelle.<sup>38</sup> Une étude sur les sans abris a révélé que les adolescentes vivant dans les rues d'Hyderabad ne peuvent généralement pas se permettre d'acheter des serviettes hygiéniques commerciales. De plus, elles peuvent se retrouver dans l'impossibilité de laver et de sécher les chiffons qu'elles utilisent pour gérer leur menstruation en raison d'un manque d'endroits sécurisés. Par conséquent, elles n'ont d'autre recours que « d'utiliser les vieux chiffons ou vêtements qu'elles ont trouvé dans la rue. » (traduit de l'anglais – voir le texte original au bas de la page).<sup>39</sup>

---

<sup>36</sup> Nawroth et al. dans BEATE RICHTER & KLAUS RICHTER, ENDOMETRIOSE: AKTUELLE ASPEKTE DER HISTOPATHOLOGISCHEN UND MOLEKULARPATHOLOGISCHEN DIAGNOSTIK 2 (2013).

<sup>37</sup> *Id.*

<sup>38</sup> SARAH HOUSE, THÉRÈSE MAHON & SUE CAVILL, MENSTRUAL HYGIENE MATTERS: A RESOURCE FOR IMPROVING MENSTRUAL HYGIENE AROUND THE WORLD 152 (2012), [www.wateraid.org/~media/Files/Global/MHM%20files/Compiled\\_LR.pdf](http://www.wateraid.org/~media/Files/Global/MHM%20files/Compiled_LR.pdf).

<sup>39</sup> Joshi Deepa & Joy Morgan, *Pavement Dwellers' Sanitation Activities – Visible but Ignored*, 25 WATERLINES 19, 21 (2007). « using pieces of old cloth or garments they found on the streets. »

Les femmes en prison sont souvent confrontées à des conditions épouvantables en termes de gestion (ou plutôt de non-gestion) de leur menstruation. Une étude menée au Malawi dans les cellules de la police et du tribunal a révélé que ces dernières étaient dépourvues d'eau et de toilettes, qu'il n'y avait aucune installation propre et que les femmes n'avaient pas de protection hygiéniques à disposition.<sup>40</sup> Les femmes n'ont aucune intimité et sont exposées à la vue des autres prisonniers et gardes, y compris des hommes, lorsqu'elles vont aux toilettes ou tentent de gérer leur menstruation.<sup>41</sup> Si les femmes ont leurs règles au moment où elles comparaissent devant la cour, elles n'ont souvent pas la possibilité de les gérer et par conséquent souillent leurs vêtements à la cour.<sup>42</sup> Dans l'ensemble, cette étude montre que les besoins de gestion de leur menstruation par les femmes n'ont pas été pris en compte dans les politiques liées à l'incarcération et à la détention.<sup>43</sup> Mais outre le fait que leurs besoins sont ignorés, les femmes se voient délibérément refuser l'accès aux installations et aux protections hygiéniques qui leur sont nécessaires pour gérer leur menstruation.<sup>44</sup> Une des femmes interrogée dans le cadre de l'étude affirmait : « La menstruation rend les femmes vulnérables et, en fin de compte, nous sommes punies deux fois par les représentants de la loi car ils refusent de nous aider. » (traduit de l'anglais – voir le texte original au bas de la page)<sup>45</sup> Les conditions d'hygiène menstruelle dans les centres de détention sont inadéquates dans de nombreux autres pays. En Europe, le Comité

---

<sup>40</sup> ESME JYNET CHOMBO, WHO IS FOOLING WHO? WOMEN AND THE NON-MANAGEMENT OF MENSTRUATION IN POLICE AND COURT CELLS IN MALAWI 44 (2008).

<sup>41</sup> Cf. *par ex.*, *id.*, p. 35, 41-42.

<sup>42</sup> *Id.* p. 51.

<sup>43</sup> *Id.* p. 58.

<sup>44</sup> *Par ex.*, *id.*, p. 35.

<sup>45</sup> CHOMBO, *supra* note 40, p. 50 (propos de Pamela). « Menstruation makes women vulnerable and we end up being punished twice by the law enforcers because they refuse to help us. »



pour la prévention de la torture et des peines ou traitements inhumains ou dégradants a découvert des dispositions inadéquates concernant l'hygiène menstruelle dans plusieurs prisons.<sup>46</sup>

De plus, les femmes et les filles handicapées sont souvent confrontées à des difficultés particulières concernant l'hygiène menstruelle en raison du manque d'accès à des installations adéquates conçues pour répondre à leurs besoins. Elles peuvent également avoir du mal à accéder à de l'eau à des fins d'hygiène. Outre ces difficultés d'ordre pratique, les femmes handicapées sont encore plus susceptibles d'être exclues du processus décisionnel portant sur les services et installations appropriés, ce qui a pour résultat que leurs besoins particuliers et leurs préférences ne sont pas satisfaits.<sup>47</sup> Dans certains cas de figure, les femmes handicapées sont stérilisées contre leur volonté ou obligées de prendre des méthodes contraceptives à long terme, l'argument étant que leurs besoins liés à la menstruation n'en seraient que simplifiés.<sup>48</sup> Lorsqu'elles sont prises sans le consentement de la personne, ces méthodes peuvent enfreindre les droits humains et s'apparenter à de la torture et de la maltraitance.<sup>49</sup>

Dans l'ensemble, les femmes et les filles font face à des défis significatifs et développent une gamme extraordinaire de mécanismes de défense pour gérer leur menstruation, notamment adapter les matériaux qu'elles utilisent pour absorber le sang, ne pas aller à l'école ou au travail et trouver des façons de cacher le simple fait qu'elles ont leurs règles. Ces mécanismes de

---

<sup>46</sup> Cf. *par ex.* Conseil de l'Europe, Rapport au gouvernement bulgare sur la visite en Bulgarie du Comité européen sur la prévention de la torture et des peines ou traitements inhumains ou dégradants (CPT) du 10 au 21 septembre 2006, ¶¶ 51, 85, Doc. CPT/Inf, (2008) 11 (28 fév. 2008), disponible à <http://www.cpt.coe.int/documents/bgr/2008-11-inf-eng.pdf>. Cf. également une étude sur l'hygiène menstruelle dans les prisons menée en Angleterre, Catrin Smith, *A Period in Custody: Menstruation and the Imprisoned Body*, INTERNET J. OF CRIMINOLOGY (2009), [www.internetjournalofcriminology.com/Smith\\_A\\_Period\\_in\\_Custody.pdf](http://www.internetjournalofcriminology.com/Smith_A_Period_in_Custody.pdf).

<sup>47</sup> HOUSE ET AL., *supra* note 38.

<sup>48</sup> Jackie Rodgers, *Pain, Shame, Blood, and Doctors: How Women with Learning Difficulties Experience Menstruation*, 24 WOMEN'S STUDIES INT'L. F. 523, 532, 536 (2001).

<sup>49</sup> Assemblée générale des Nations Unies, *Rapport du Rapporteur spécial sur la torture et autres peines ou traitements cruels, inhumains ou dégradants*, 40, 46, 60, U.N. Doc. A/63/175 (28 juillet 2008), disponible à <http://daccess-dds-ny.un.org/doc/UNDOC/GEN/N08/440/76/PDF/N0844076.pdf?OpenElement>.

défense témoignent non seulement des difficultés auxquelles les femmes et les filles sont confrontées, mais également de la mesure dans laquelle elles ont intériorisé la stigmatisation attachée à la menstruation.

*B. Une priorité moindre dans la politique et la pratique*

Le fait que la menstruation est taboue a des implications au niveau politique. L'hygiène menstruelle continue de bénéficier d'une attention limitée dans les politiques, les priorités de recherche, les programmes et l'allocation de ressources. Par exemple, très peu de pays ont établi des objectifs nationaux concernant des programmes de promotion de l'hygiène<sup>50</sup> et seuls deux pour cent des dépenses totale dévolues à l'accès à l'eau potable, l'hygiène et l'assainissement (AEPHA) sont consacrées à la promotion de l'hygiène.<sup>51</sup> La plupart des programmes d'assainissement ne considère pas la nécessité de gérer la menstruation, la conception des latrines ne tient généralement pas compte des besoins spécifiques des femmes et des filles et lorsque des programmes de promotion de l'hygiène sont en place, nombre d'entre eux excluent la question d'hygiène menstruelle, se concentrant plutôt en grande partie sur les pratiques de lavage des mains.<sup>52</sup> Bien que faisant partie intégrante des exigences AEPHA, l'hygiène menstruelle est encore largement absente des discours, de la politique et des pratiques afférents à ce domaine.

Si on examine d'autres domaines de politique liés à l'hygiène menstruelle, on constate des lacunes similaires. Le Programme d'action de Beijing, adopté lors de la quatrième

---

<sup>50</sup> ONU EAU ET OMS, RAPPORT GLASS 2012, ONU EAU ANALYSES ET EVALUATION MONDIALES SUR L'ASSAINISSEMENT ET L'EAU POTABLE, LE DEFI : L'EXTENSION ET LE MAINTIEN DES SERVICES 16 (2012), [http://www.who.int/water\\_sanitation\\_health/glaas/2012/glaas\\_fr.pdf?ua=1](http://www.who.int/water_sanitation_health/glaas/2012/glaas_fr.pdf?ua=1).

<sup>51</sup> *Id.* p. 29.

<sup>52</sup> *Cf.* Ahmed & Yesmin, *supra* note 1.

Conférence mondiale sur les femmes en 1995, prend en compte la santé reproductive et appelle à une éducation sexuelle<sup>53</sup>, cependant il ne mentionne pas explicitement l'hygiène menstruelle. De même, le Programme d'action du Caire de 1994 parle de la santé sexuelle et reproductive<sup>54</sup>, mais ne contient aucune référence explicite à la menstruation et aux besoins qui en découle. Si on examine les plus récentes résolutions de l'Assemblée mondiale de la santé, ni la résolution sur l'eau potable et l'assainissement<sup>55</sup>, ni celle sur la santé reproductive<sup>56</sup>, ni la résolution sur la santé et le développement de l'enfant et de l'adolescent<sup>57</sup> ne mentionne l'hygiène menstruelle.

De même, dans le contexte du système des droits humains de l'ONU, la question de la menstruation et de l'hygiène menstruelle est rarement évoquée. Aucun des instruments internationaux sur les droits humains ne fait explicitement référence à la menstruation. Bien qu'on ne puisse s'attendre à une référence à une question aussi spécifique dans les traités généraux des droits humains, d'autres instruments sont davantage spécifiques. Par exemple, alors que l'ensemble de règles minima pour le traitement des détenus mentionne l'eau et les articles de toilettes comme nécessaires à la santé et à la propreté,<sup>58</sup> de même que des installations

---

<sup>53</sup> ONU, Rapport de la quatrième Conférence mondiale sur les femmes, Beijing, 4-15 sept.1995, ¶ 83, U.N. Doc. A/CONF.177/20, (1996), <http://www.un.org/womenwatch/daw/beijing/pdf/Beijing%20full%20report%20F.pdf>.

<sup>54</sup> ONU, Rapport de la Conférence international sur la population et le développement, Le Caire, 5-13 sept.1994, ¶ 128, U.N. Doc. A/CONF.171/13/Rev.1 (1995), *disponible à* [http://www.ipci2014.org/sites/ipci2014.org/files/icpd\\_fre.pdf](http://www.ipci2014.org/sites/ipci2014.org/files/icpd_fre.pdf) [ci-après Programme d'action du Caire].

<sup>55</sup> Assemblée mondiale de la santé, Rés. 64.24 Eau potable, assainissement et santé (2011).

<sup>56</sup> Assemblée mondiale de la santé, Rés. 57.12 Stratégie pour accélérer les progrès en santé génésique en vue de la réalisation des objectifs et cibles de développement internationaux (2004).

<sup>57</sup> Assemblée mondiale de la santé, Rés. 56.21 Stratégie pour la santé et le développement de l'enfant et de l'adolescent (2003).

<sup>58</sup> Ensemble de règles minima pour le traitement des détenus, adopté par le premier Congrès des Nations Unies pour la prévention du crime et le traitement des délinquants, organisé à Genève en 1955, et approuvé par le Conseil économique et social en vertu de ses résolutions 663 C (XXIV) du 31 juillet 1957 et 2076 (LXII) du 13 mai 1977, ¶ 15, *disponible à* <http://www.ohchr.org/FR/ProfessionalInterest/Pages/TreatmentOfPrisoners.aspx> [ci-après Ensemble de règles minima pour le traitement des détenus].

sanitaires,<sup>59</sup> et va même jusqu'à expliquer en détail que les hommes doivent avoir la possibilité de se raser régulièrement,<sup>60</sup> aucune disposition comparable n'est énoncée pour permettre aux femmes de gérer leur menstruation de manière adéquate. De plus, les mécanismes onusiens de défense des droits humains, y compris les organes conventionnels et les procédures spéciales, considèrent très rarement la question de la menstruation et de la gestion de celle-ci.<sup>61</sup> Le Conseil des droits de l'homme des Nations Unies a reconnu pour la première fois en 2014 que le manque de gestion de l'hygiène menstruelle et la stigmatisation associée à la menstruation ont un impact négatif sur l'égalité des genres.<sup>62</sup>

---

<sup>59</sup> *Id.* ¶ 12.

<sup>60</sup> *Id.* ¶ 16.

<sup>61</sup> Une recherche dans l'Index universel des droits de l'homme ne donne que très peu de résultats. La Rapporteuse spéciale des Nations Unies sur le droit à l'eau potable et à l'assainissement a régulièrement abordé cette question dans ses rapports de pays et thématiques : Conseil des droits de l'homme de l'ONU, Rapport de la Rapporteuse spéciale sur le droit à l'eau potable et à l'assainissement, Catarina de Albuquerque, Additif : Mission à Tuvalu, ¶¶ 29, 32, U.N. Doc. A/HRC/24/44/Add.2 (2013), [ci-après Rapporteuse spéciale de l'ONU sur l'eau et l'assainissement, Mission à Tuvalu] ; Conseil des droits de l'homme de l'ONU, Rapport de la Rapporteuse spéciale sur le droit à l'eau potable et à l'assainissement, Catarina de Albuquerque, Additif : Mission à Kiribati, ¶¶ 3, 35, 36, U.N. Doc. A/HRC/24/44/Add.1 (2013), [ci-après Rapporteuse spéciale de l'ONU sur l'eau et l'assainissement, Mission à Kiribati] ; Conseil des droits de l'homme de l'ONU, Rapport de la Rapporteuse spéciale sur le droit à l'eau potable et à l'assainissement, Catarina de Albuquerque, Additif : Mission en Thaïlande, ¶¶ 3, 25, U.N. Doc. A/HRC/24/44/Add.3 (2013), [ci-après Rapporteuse spéciale de l'ONU sur l'eau et l'assainissement, Mission en Slovénie, *supra note* 24, ¶ 36] ; Conseil des droits de l'homme de l'ONU, Rapport commun de l'experte indépendante sur la question des droits humains et l'extrême pauvreté, Magdalena Sepulveda Carmona, et de l'experte indépendante sur la question des obligations des droits humains liés à l'accès à l'eau potable et à l'assainissement, Catarina de Albuquerque, Additif : Mission au Bangladesh, ¶¶ 18, 69, 125(e), U.N. Doc. A/HRC/15/55 (2010), [ci-après Experte indépendante sur l'eau et l'assainissement, Mission au Bangladesh]. Tous les rapports sont disponibles à [www.ohchr.org/EN/Issues/WaterAndSanitation/SRWater/Pages/AnnualReports.aspx](http://www.ohchr.org/EN/Issues/WaterAndSanitation/SRWater/Pages/AnnualReports.aspx). Le Comité des droits économiques, sociaux et culturels a abordé la menstruation dans ses observations finales sur le Népal : Comité des droits économiques, sociaux et culturels, observations finales sur le Népal, ¶ 15, U.N. Doc. E/C.12/NPL/CO/2 (2008), disponible à [http://tbinternet.ohchr.org/\\_layouts/treatybodyexternal/Download.aspx?symbolno=E/C.12/NPL/CO/2&Lang=En](http://tbinternet.ohchr.org/_layouts/treatybodyexternal/Download.aspx?symbolno=E/C.12/NPL/CO/2&Lang=En). De plus, les situations où les femmes sont privées d'accès à des protections hygiéniques ou à des installations sanitaires ont été mentionnées dans : Conseil des droits de l'homme de l'ONU, Rapport de la Rapporteuse spéciale sur la torture et autres peines ou traitements cruels inhumains ou dégradants Juan E. Mendez, Additif : Mission en Jamaïque, ¶ 163, U.N. Doc. A/HRC/16/52/Add.3 (11 oct. 2010), disponible à <http://daccess-dds-ny.un.org/doc/UNDOC/GEN/G10/169/27/PDF/G1016927.pdf?OpenElement> ; et Conseil des droits de l'homme de l'ONU, Rapport de la mission internationale d'établissement des faits chargée d'enquêter sur les violations du droit international, notamment du droit international humanitaire et du droit des droits de l'homme, auxquelles ont donné lieu les attaques israéliennes contre la flottille d'aide humanitaire, ¶ 201, U.N. Doc. A/HRC/15/21 (27 sept. 2010), disponible à <http://daccess-dds-ny.un.org/doc/UNDOC/GEN/G10/164/87/PDF/G1016487.pdf?OpenElement>

<sup>62</sup> Conseil des droits de l'homme de l'ONU, Rés. Le droit fondamental à l'eau et à l'assainissement, Préambule,

Le cadre des droits humains a beaucoup à offrir : il propose une approche permettant de clarifier les défis associés à la mise en œuvre des bonnes pratiques d'hygiène menstruelle, ainsi que les causes structurelles sous-jacentes aux difficultés rencontrées par les femmes et les filles, et d'identifier des mesures pour répondre à ces difficultés et les limiter. Dans sa section suivante, le présent article vise donc à situer l'hygiène menstruelle dans le cadre des droits humains, en examinant les liens avec les différents droits humains et en définissant l'hygiène menstruelle en termes de droits humains, avant d'aborder l'identification de stratégies appropriées pour s'assurer qu'une plus grande priorité soit accordée à l'hygiène menstruelle et pour permettre aux femmes et aux filles de mettre en œuvre une hygiène menstruelle adéquate.

### III. SITUER L'HYGIENE MENSTRUELLE DANS LE CADRE DES DROITS HUMAINS

Des pratiques d'hygiène adéquates, y compris l'hygiène menstruelle, sont un facteur significatif de la réalisation de nombreux droits humains. L'absence d'installations adéquates à la gestion de l'hygiène menstruelle soulève des problèmes concernant le droit d'une personne à la vie privée, à la dignité humaine, à l'égalité des genres et concernant la non discrimination et l'égalité dans son sens global. Comme indiqué ci-dessus, le fait de ne pas être en mesure de gérer sa menstruation en toute sécurité et avec dignité a des répercussions importantes sur l'éducation d'une fille, sur sa subsistance et sur ses chances de gagner sa vie. Ainsi, l'absence d'installations adéquates à l'hygiène menstruelle a également des impacts négatifs sur le droit à l'éducation, le droit au travail et le droit à la santé. De plus, l'hygiène est étroitement associée à l'eau et à l'assainissement, comme illustré par l'acronyme dédié à ce secteur « AEPHA », et il existe donc des liens évidents entre l'hygiène et les droits fondamentaux à l'eau et à l'assainissement.

---

U.N. Doc. A/HRC/RES/27/7 (2 oct. 2), disponible à <http://daccess-dds-ny.un.org/doc/UNDOC/LTD/G14/170/42/PDF/G1417042.pdf?OpenElement>.

La dignité, la vie privée et l'égalité des genres sont probablement les aspects où la perspective des droits humains contribue le plus à faire comprendre ce qu'il est nécessaire de faire pour que les femmes et les filles soient en mesure de gérer leur menstruation de façon adéquate et pour que l'hygiène menstruelle deviennent une priorité pour les décideurs.

#### *A. Dignité humaine et droit à la vie privée*

La dignité humaine est le fondement de l'ensemble des droits humains. L'article 1 de la Déclaration universelle des droits humains débute en proclamant que « [t]ous les êtres humains naissent libres et égaux en dignité et en droits ».<sup>63</sup> Plus loin, l'article 22 énonce que « toute personne... est fondée à obtenir la satisfaction des droits économiques, sociaux et culturels indispensables à sa dignité »<sup>64</sup>. Le Pacte international relatif aux droits civils et politiques (PIDCP) et le Pacte international relatifs aux droits économiques, sociaux et culturels (PIDESC) énoncent dans leur préambule que les droits qui y sont inscrits dérivent de la dignité inhérente à la personne humaine<sup>65</sup>.

Il est difficile pour les femmes et les filles de conserver leur dignité quand un des indicateurs de leur état de femme est source de gêne et de honte. Les femmes qui n'ont pas les moyens de gérer leur menstruation avec discrétion, vivent constamment dans la crainte des mauvaises odeurs, des fuites ou des taches. La dignité est également difficile à conserver lorsque les femmes et les filles en période de menstruation utilisent des protections humides et souillées qui entraînent un inconfort, des démangeaisons, voire même des infections. Quand les femmes et

---

<sup>63</sup> Déclaration universelle des droits de l'homme, G.A. Rés. 217A (III), U.N. Doc. A/RES/217(III) (10 déc. 1948), disponible à <http://www.un.org/fr/documents/udhr/>.

<sup>64</sup> *Id.*

<sup>65</sup> Pacte international relatif aux droits économiques, sociaux et culturels, 16 déc. 1966, S. Treaty Doc. No. 95-19, 6 I.L.M. 360 (1967), 993 U.N.T.S. 3 [ci-après PIDESC].

les filles en période de menstruation sont rejetées et confrontées à des restrictions dans leur vie quotidienne, du fait de croyances selon lesquelles la menstruation est impure et sale, leur sentiment de gêne et de honte n'en est que renforcé.<sup>66</sup>

La dignité humaine est étroitement liée au droit à la vie privée. L'article 17(1) du PIDCP stipule que « nul ne sera l'objet d'immixtions arbitraires ou illégales dans sa vie privée, sa famille, son domicile ou sa correspondance, ni d'atteintes illégales à son honneur et à sa réputation. » La vie privée est compromise lorsque les femmes et les filles en période de menstruation ne disposent pas d'un endroit privé et sécurisé pour changer leur protection hygiénique, la jeter ou pour se laver ou laver les protections, comme indiqué dans les exemples ci-dessus de filles qui n'ont pas accès à des installations adéquates à l'école, de femmes en détention ou de femmes vivant dans des habitations très peuplées. Pour une affaire aussi profondément personnelle et empreinte de tabous culturels et religieux, il est essentiel de garantir une vie privée. Parallèlement, les tabous qui entourent la menstruation doivent être combattus, mais sans priver les femmes et les filles de l'intimité dont elles ont besoin pour gérer leur menstruation. L'article 17(2) poursuit en affirmant que « [t]oute personne a droit à la protection de la loi contre de telles immixtions ou de telles atteintes », faisant ainsi référence à l'obligation de l'État de protéger la vie privée contre les immixtions d'autrui ». <sup>67</sup> Les obligations de l'État concernent donc clairement la sphère privée, comme il sera plus longuement expliqué ci-dessous.

### *B. Égalité des genres*

La non-discrimination et l'égalité, y compris l'égalité des genres, sont des piliers essentiels du droit relatif aux droits humains. L'égalité des genres ne doit pas être comprise

---

<sup>66</sup> Deepa & Morgan, *supra* note 39, p. 21.

<sup>67</sup> HOUSE ET AL., *supra* note 38.

uniquement en tant qu'égalité formelle, ce qui reviendrait à n'examiner que l'utilisation explicite par un État de distinctions ou de catégories telles que le genre et sa légitimité, mais en tant qu'égalité de fait.<sup>68</sup> L'égalité formelle ne peut aborder de manière adéquate les situations de discrimination indirecte, dans lesquelles aucune distinction manifeste n'est faite, mais où certaines mesures, voire l'absence de mesures, ont un impact négatif disproportionné sur les femmes et les filles.<sup>69</sup>

L'approche factuelle envers l'égalité offre une protection contre ces deux situations : elle s'applique lorsqu'une loi ou une pratique opère une distinction officielle entre les hommes et les femmes, en les traitant différemment de façon inadmissible, et s'étend également aux situations dans lesquelles des lois et politiques, en apparence neutres, ou des actions, neutres sur le papier, ont en pratique pour effet (résultats concrets) que les femmes et les filles sont désavantagées sans justification adéquate.<sup>70</sup> Dans ce type de situation, le droit relatif aux droits humains exige de l'État de démanteler les lois, politiques ou pratiques discriminatoires et de prendre des mesures pour inverser l'impact de cette discrimination. L'article 3 de la Convention sur l'élimination de toutes les formes de discrimination à l'égard des femmes (CEDEF) exige explicitement que « [l]es États parties prennent dans tous les domaines, notamment dans les domaines politique, social, économique et culturel, toutes les mesures appropriées, y compris des dispositions législatives, pour assurer le plein développement et le progrès des femmes, en vue de leur

---

<sup>68</sup> Comité de l'ONU sur l'élimination de toutes les formes de discrimination à l'égard des femmes, Recommandation générale N° 25, sur l'Article 4, ¶ 1, de la Convention sur l'élimination de toutes les formes de discrimination à l'égard des femmes, sur les mesures spéciales temporaires, ¶ 4, (2004), *disponible à* [http://www.un.org/womenwatch/daw/cedaw/recommendations/General%20recommendation%2025%20\(French\).pdf](http://www.un.org/womenwatch/daw/cedaw/recommendations/General%20recommendation%2025%20(French).pdf) [ci-après CEDEF, Recommandation générale N° 25] ; *cf. également* Convention sur l'élimination de toutes les formes de discrimination à l'égard des femmes, 18déc. 1979, 1249 U.N.T.S. 13 [ci-après CEDEF].

<sup>69</sup> *Id.* at 8; Andrew Byrnes, *Article 1, de LA CONVENTION DE L'ONU SUR L'ELIMINATION DE TOUTES LES FORMES DE DISCRIMINATION A L'EGARD DES FEMMES : COMMENTAIRE* p. 53, 54 (Marsha Freeman, Christine Chinkin & Beate Rudolf eds., 2012) [ci-après Byrnes, Article 1].

<sup>70</sup> Byrnes, *Article 1, supra* note 69, p. 54, 55.



garantir l'exercice et la jouissance des droits de l'homme et des libertés fondamentales sur la base de l'égalité avec les hommes ».

Égal ne signifie pas « identique ». Atteindre l'égalité de fait ne revient pas à un traitement identique en toute circonstance, bien au contraire, le Comité des droits de l'homme des Nations Unies a expliqué que « la jouissance des droits et des libertés dans des conditions d'égalité... n'implique pas dans tous les cas un traitement identique. »<sup>71</sup> En conséquence, l'égalité n'implique pas de traiter ce qui est inégal de manière égale. Au lieu de cela, ce qui est inégal peut nécessiter un traitement différent afin d'atteindre une égalité de fait. Les États pourraient en effet devoir adopter des mesures visant à traiter certains groupes et individus avec préférence afin d'atteindre l'égalité de fait. Concernant l'égalité entre les genres, le Comité CEDEF souligne :

Il ne suffit pas de garantir un traitement identique des femmes et des hommes. Il faut plutôt tenir compte des différences biologiques entre les hommes et les femmes et de celles qui sont le résultat d'une production culturelle et sociale. Dans certains cas, il n'est pas possible de traiter de la même façon les hommes et les femmes du fait de ces différences<sup>72</sup>

Le fait de reconnaître les différences biologiques entre les hommes et les femmes, ainsi que leurs besoins différents, est essentiel à la pleine réalisation des droits humains de chacun et à

---

<sup>71</sup> ONU, Documents officiels de l'Assemblée générale, 45<sup>e</sup> session, Supp. n° 40, p. 174 ¶ 8, U.N. Doc. A/45/40 (Vol.I)(Supp) (24 juillet 1990) (Observation générale n° 18 (Non-Discrimination), Article 40, ¶ 4, du Pacte international relatif aux droits civils et politiques), *disponible à* [http://tbinternet.ohchr.org/\\_layouts/treatybodyexternal/Download.aspx?symbolno=A%2F45%2F40\(VOL.I\)\(SUPP\)&Lang=en](http://tbinternet.ohchr.org/_layouts/treatybodyexternal/Download.aspx?symbolno=A%2F45%2F40(VOL.I)(SUPP)&Lang=en).

<sup>72</sup> CEDEF, Recommandation générale n° 25, *supra* note 68, p. ¶ 8.

celle d'une égalité de fait. Dans le cas de l'hygiène menstruelle, les États sont tenus de prendre les mesures qui s'imposent pour permettre aux femmes et aux filles de gérer leurs règles de manière adéquate.

Cependant, afin d'atteindre une égalité de fait, ces mesures ne doivent pas seulement prendre en compte les différents besoins biologiques mais aller au-delà. L'égalité de fait réside dans la transformation des structures institutionnelles et sociétales. Une telle transformation doit s'efforcer d'éliminer les stéréotypes et les stigmatisations sous-jacents et renforcer la voix et la participation des femmes.

La menstruation et la perception sociétale de la menstruation sont liées à des stéréotypes de genre et à la stigmatisation qui entoure ce sujet. Les femmes vivent la stigmatisation par l'intermédiaire des autres et l'intériorise également. Comme souligné plus haut, la menstruation suscite souvent l'embarras et la gêne, car elle rappelle la position d'infériorité de la femme et son altérité. Le cadre de l'égalité de fait exige d'aller à l'encontre de cette dévalorisation. À cet égard, l'article 5(a) de la CEDEF exige que les États prennent des mesures afin de « modifier les schémas et modèles de comportement socio-culturel de l'homme et de la femme en vue de parvenir à l'élimination des préjugés et des pratiques coutumières, ou de tout autre type, qui sont fondés sur l'idée de l'infériorité ou de la supériorité de l'un ou l'autre sexe ou d'un rôle stéréotypé des hommes et des femmes ». <sup>73</sup> De même, dans le contexte africain, l'article 2(2) du Protocole de Maputo exige des États parties de « modifier les schémas et modèles de comportement socioculturels de la femme et de l'homme par l'éducation du public par le biais des stratégies d'information, d'éducation et de communication, en vue de parvenir à

---

<sup>73</sup> Sur les stéréotypes de genre *cf.* Cook & Cusack, *supra* note 11.

l'élimination de toutes les pratiques culturelles et traditionnelles néfastes et de toutes autres pratiques fondées sur l'idée d'infériorité ou de supériorité de l'un ou l'autre sexe, ou sur les rôles stéréotypés de la femme et de l'homme ». <sup>74</sup>

Au-delà des stéréotypes et des tabous, le fait que l'hygiène menstruelle bénéficie d'une priorité aussi faible n'est pas fortuite, mais reflète également le rôle limité que jouent les femmes dans le processus décisionnel et l'établissement des priorités. Le Comité des droits économiques, sociaux et culturels (CDESC) a souligné que :

Les différences entre les deux sexes affectent le droit égal des hommes et des femmes à jouir de leurs droits. Elles renvoient à des attentes et des présupposés culturels quant au comportement, aux attitudes, aux traits de caractère et aux aptitudes physiques et intellectuelles des hommes et des femmes, en fonction uniquement de leur identité d'hommes ou de femmes. Les présupposés et attentes sexospécifiques désavantagent en général les femmes pour ce qui est de l'exercice concret de leurs droits, tels que la liberté d'agir et d'être reconnues en tant qu'adultes autonomes, jouissant de leur pleine capacité, de participer pleinement au développement économique, social et politique et de prendre des décisions concernant leurs situation et conditions de vie. <sup>75</sup>

---

<sup>74</sup> *Protocole à la Charte africaine des droits de l'homme et des peuples relatif aux droits des femmes en Afrique*, COMMISSION AFRICAINE DES DROITS DE L'HOMME ET DES PEUPLES. Art. 2 § 2, (11 juillet 2003), disponible à <http://www.achpr.org/fr/instruments/women-protocol/>

<sup>75</sup> Comité de l'ONU des droits économiques, sociaux et culturels, Observation générale n° 16, Droit égal de l'homme et de la femme au bénéfice de tous les droits économiques, sociaux et culturels (Art. 3 du Pacte international relative aux droits économiques, sociaux et culturels), ¶ 14, U.N. Doc. E/C.12/2005/4 (11 août 2005), [http://tbinternet.ohchr.org/\\_layouts/treatybodyexternal/TBSearch.aspx?Lang=en&TreatyID=9&DocTypeID=11](http://tbinternet.ohchr.org/_layouts/treatybodyexternal/TBSearch.aspx?Lang=en&TreatyID=9&DocTypeID=11).

Les États doivent prendre des mesures appropriées pour remédier aux inégalités entre les genres et s'efforcer d'impliquer les femmes, sur un pied d'égalité avec les hommes, en particulier dans les décisions qui concernent directement leur quotidien.

Ces différentes dimensions de l'égalité de fait sont utiles pour identifier des stratégies appropriées visant à permettre aux femmes et aux filles de gérer leur menstruation de manière adéquate, en mettant notamment l'accent sur les causes structurelles sous-jacentes responsables de l'absence actuelle de ces stratégies.<sup>76</sup>

### C. *Non-discrimination et égalité : intersectionnalité*

De manière globale, le droit d'être à l'abri de la discrimination est un élément central du droit relatif aux droits humains et concerne l'ensemble du cadre des droits humains. L'article 2(2) du PIDESC, l'article 2(1) du PIDCP et l'article 26 du PIDCP obligent les États à garantir que les droits humains seront exercés sans discrimination. Selon le Comité des droits économiques, sociaux et culturels, « [b]ien des femmes subissent plusieurs formes de discrimination car à la discrimination fondée sur le sexe s'ajoute celle fondée sur d'autres facteurs liés à leur situation particulière tels que la race, la couleur..., la fortune... le handicap... ce qui les pénalise plus encore. »<sup>77</sup> Cette discrimination cumulée a un impact unique et spécifique sur les personnes et mérite une considération et une remédiation particulières.<sup>78</sup>

---

<sup>76</sup> Cf. *infra* Part V.

<sup>77</sup> CDESC, Observation générale n° 16, *supra* note 75 p. ¶ 5.

<sup>78</sup> Comité de l'ONU des droits économiques, sociaux et culturels, Observation générale n° 20, La non-discrimination dans l'exercice des droits économiques, sociaux et culturels (art. 2, par. 2 du Pacte international relatif aux droits économiques, sociaux et culturels), p. ¶ 17, U.N. Doc. E E/C.12/GC/202 (2009), *disponible* [http://tbinternet.ohchr.org/\\_layouts/treatybodyexternal/Download.aspx?symbolno=E%2fC.12%2fGC%2f20&Lang=en](http://tbinternet.ohchr.org/_layouts/treatybodyexternal/Download.aspx?symbolno=E%2fC.12%2fGC%2f20&Lang=en).

Comme décrit ci-dessus, les femmes sans abri, les femmes vivant dans des quartiers informels, les détenues, les femmes handicapées, les travailleuses du sexe ou les femmes qui travaillent à l'extérieur, peuvent être confrontées à des défis particuliers dans la gestion de leur menstruation, ce qui peut s'apparenter à une discrimination multiple. Afin de respecter leurs obligations en vertu du droit relatif aux droits humains, les États doivent adopter des mesures ciblées visant spécifiquement à répondre entre autres aux besoins des femmes et des filles handicapées, des femmes sans abri, des femmes en détention, pendant leur menstruation et ils doivent trouver des solutions adéquates reposant sur la participation de ces dernières.

#### *D. Le droit humain à l'éducation*

Le droit humain à l'éducation est garanti dans l'article 13 du PIDESC<sup>79</sup>. De plus, l'article 10 de la CEDEF stipule que « les États parties prennent toutes les mesures appropriées pour éliminer la discrimination à l'égard des femmes afin de leur assurer des droits égaux à ceux des hommes en ce qui concerne l'éducation. <sup>80</sup> L'article 10(f) exige spécifiquement des États qu'ils adoptent des mesures pour réduire entre autre le taux de déscolarisation des filles. <sup>81</sup>

Comme décrit ci-dessus, l'absence d'installations et de possibilités de gérer leur menstruation de manière adéquate empêche les filles d'aller à l'école lorsqu'elles ont leurs règles. Dans ses observations finales sur le Yémen, le comité de la CEDEF, en tant qu'organe conventionnel des droits humains supervisant la mise en œuvre de la CEDEF, a relevé que l'absentéisme scolaire et le départ prématuré de l'école posaient problème. <sup>82</sup> Des installations,

---

<sup>79</sup> PIDESC, *supra* note 65.

<sup>80</sup> CEDEF, *supra* note 68.

<sup>81</sup> *Id.*

<sup>82</sup> Comité sur l'élimination de la discrimination à l'égard des femmes, Observations finales du Comité sur l'élimination de la discrimination à l'égard des femmes : Yémen, ¶ 25, U.N. Doc. CEDAW/C/YEM/CO/6 (2008).

des services et des produits adéquats à une bonne pratique d'hygiène menstruelle pourraient s'avérer aussi importants que les manuels et les fournitures scolaires pour s'assurer que les filles reçoivent une éducation de qualité et ne quittent pas l'école prématurément, ni ne manquent des heures ou des jours complets lorsqu'elles ont leurs règles. La perspective des droits humains met un accent particulier sur la nécessité de veiller à ce que les écoles et les autres institutions d'apprentissage soient des environnements structurels qui ne discriminent pas les filles, afin que ces dernières ne prennent pas de retard par rapport aux garçons simplement en raison de différences biologiques.<sup>83</sup>

Pour finir, le droit à l'éducation comprend le droit à une éducation sexuelle exhaustive<sup>84</sup>, y compris sur la menstruation, un aspect qui sera examiné plus en détail ci-dessous.<sup>85</sup>

#### *E. Le droit humain au travail et à des conditions de travail justes et favorables*

L'article 6(1) du PIDESC garantit « le droit au travail, qui comprend le droit qu'a toute personne d'obtenir la possibilité de gagner sa vie par un travail librement choisi ou accepté ». <sup>86</sup> Le droit au travail n'implique pas un « droit absolu et inconditionnel d'obtenir un emploi ». <sup>87</sup> Il est communément admis que les États n'ont aucune obligation de donner du travail à chacun. <sup>88</sup>

---

<sup>83</sup> Cf. pour de plus amples informations sur les environnements structurels au sein des écoles et sur la manière dont ils influencent la capacité des filles à gérer leur menstruation : Marni Sommer, *Structural Factors Influencing Menstruating School Girls' Health and Well-Being in Tanzania*, 43 J. COMP. & INT'L. EDUC. 323 (2012).

<sup>84</sup> Assemblée générale de l'ONU, Rapport du rapporteur spécial des Nations Unies sur le droit à l'éducation, U.N. Doc. A/65/162 (23 juillet 2010), <http://daccess-dds-ny.un.org/doc/UNDOC/GEN/N10/462/14/PDF/N1046214.pdf?OpenElement> .

<sup>85</sup> Cf. *infra*, Part V.

<sup>86</sup> Comité de l'ONU des droits économiques, sociaux et culturels, Observation générale n°18, Le droit au travail, Article 6 du Pacte international relatif aux droits économiques, sociaux et culturels, ¶ 2, U.N. Doc. E/C.12/GC/18 (6 février, 2006), <http://daccess-dds-ny.un.org/doc/UNDOC/GEN/G06/403/14/PDF/G0640314.pdf?OpenElement> [ci-après CDESC, Observation générale n° 18].

<sup>87</sup> *Id.* at ¶ 6.

<sup>88</sup> MATTHEW C. R. CRAVEN, THE INTERNATIONAL COVENANT ON ECONOMIC, SOCIAL AND CULTURAL RIGHTS, A PERSPECTIVE ON ITS DEVELOPMENT 203 *et seq.* (1995); EIBE H. RIEDEL, THEORIE DER MENSCHENRECHTSSTANDARDS, FUNKTION, WIRKUNGSWEISE UND BEGRÜNDUNG WIRTSCHAFTLICHER UND

Cependant, le droit au travail implique un droit d'accès à l'emploi, ce qui sous-entend que le marché du travail doit être ouvert à tous<sup>89</sup>, y compris aux hommes et aux femmes. L'Article 11(1) de la CEDEF souligne explicitement que les « [l]es États parties s'engagent à prendre toutes les mesures appropriées pour éliminer la discrimination à l'égard des femmes dans le domaine de l'emploi, afin d'assurer, sur la base de l'égalité de l'homme et de la femme, les mêmes droits ». <sup>90</sup>

Cela implique que la menstruation ne doit pas empêcher les femmes de chercher un emploi, ni de travailler. De plus, l'article 7(b) du PIDESC<sup>91</sup> et l'article 11(1)(f) de la CEDEF<sup>92</sup> mettent un accent spécifique sur des conditions de travail justes et favorables, en particulier pour assurer des conditions de travail sûres et hygiéniques. Cela nécessite des États de veiller à ce que les femmes aient accès à des installations privées, sûres et hygiéniques pour gérer leur menstruation sur le lieu de travail.

#### *F. Le droit humain à la santé*

L'Article 12 du PIDESC garantit le droit de jouir du meilleur état de santé possible.<sup>93</sup> Venant compléter cette disposition générale, l'article 12 de la CEDEF stipule que « [l]es États parties prennent toutes les mesures appropriées pour éliminer la discrimination à l'égard des femmes dans le domaine des soins de santé en vue de leur assurer, sur la base de l'égalité de l'homme et de la femme, les moyens d'accéder aux services médicaux, y compris ceux qui

---

SOZIALER MENSCHENRECHTE MIT EXEMPLARISCHER DARSTELLUNG DER RECHTE AUF EIGENTUM UND ARBEIT IN VERSCHIEDENEN RECHTSORDNUNGEN 47 (1986); Krzysztof Drzewicki, *The Right to Work and Rights in Work*, in ECONOMIC, SOCIAL AND CULTURAL RIGHTS – A TEXTBOOK p. 223, 235 *et seq.* (A. Eide, C. Krause et A. Rosas eds., 2<sup>e</sup> éd., 2001).

<sup>89</sup> CDESC, Observation générale n° 18, *supra* note 86, p. ¶ 12(b).

<sup>90</sup> CEDEF, *supra* note 68, Art. 11(1).

<sup>91</sup> PIDESC, *supra* note 65, Art. 7(b).

<sup>92</sup> CEDEF, *supra* note 68, Art. 11(1)(f).

<sup>93</sup> PIDESC, *supra* note 65, Art. 12.

concernent la planification de la famille ». <sup>94</sup> Le Comité de la CEDEF souligne la nécessité de soins de santé pour prendre en compte les intérêts et spécificités des femmes par rapport aux hommes, notamment : « a) les caractéristiques biologiques des femmes, telles que le cycle menstruel ». <sup>95</sup> Le Programme d'action de Vienne réaffirme ces droits en appelant les États à garantir les droits humains des femmes tout au long du cycle de vie, <sup>96</sup> alors que le Programme d'action du Caire sur la population et le développement réaffirme les droits génésiques des femmes. <sup>97</sup>

De plus, selon l'article 12(2) de la CEDEF, les États parties « fournissent aux femmes pendant la grossesse, pendant l'accouchement et après l'accouchement, des services appropriés ». <sup>98</sup> Cela doit s'entendre globalement comme prenant également en compte l'hygiène menstruelle comme facteur déterminant sous-jacent de la santé génésique des femmes. Ceci est complété par l'article 10(h) de la CEDEF qui appelle les États à garantir « [l]'accès à des renseignements spécifiques d'ordre éducatif tendant à assurer la santé et le bien-être des familles <sup>99</sup> », soulignant la nécessité de promotion de l'hygiène et d'éducation.

Il est impératif de mener des recherches plus approfondies sur l'impact d'une mauvaise hygiène menstruelle sur la santé et sur la manière d'atténuer au mieux les risques de santé

---

<sup>94</sup> CEDEF, *supra* note 68, Art. 12.

<sup>95</sup> Comité de l'ONU sur l'élimination de la discrimination à l'égard des femmes, Recommandation générale n° 24 de la CEDEF, Article 12 de la Convention—Femmes et santé, ¶ 12(a), U.N. Doc. A/54/38/Rev.1, chap. I (1999), disponible à <http://daccess-dds-ny.un.org/doc/UNDOC/GEN/N99/240/62/PDF/N9924062.pdf?OpenElement> [ci-après Recommandation n°24 de la CEDEF].

<sup>96</sup> Conférence mondiale sur les droits de l'homme, 14-25 juin 1993, *Déclaration et programme d'action de Vienne*, p. 7 ¶ 18, U.N. Doc. A/CONF.157/23 (July 12, 1993), disponible à <http://daccess-dds-ny.un.org/doc/UNDOC/GEN/G93/142/34/PDF/G9314234.pdf?OpenElement>

<sup>97</sup> Programme d'action du Caire, *supra* note 54.

<sup>98</sup> CEDEF, *supra* note 68, Art. 12(2).

<sup>99</sup> *Id.* Art. 10(h).



potentiels, afin de promouvoir les types de solutions acceptables d'un point de vue tant culturel que sanitaire, et d'éviter ceux qui menacent la santé et la fécondité des femmes et des filles.

*G. Les droits humains à l'eau et à l'assainissement.*

Les droits à l'eau et à l'assainissement sont garantis comme éléments implicites du droit à un niveau de vie suffisant, tel que stipulé dans l'article 11(1) du PIDESC<sup>100</sup> et dans de nombreux autres traités sur les droits humains.<sup>101</sup> L'Assemblée générale de l'ONU et le Conseil des droits de l'homme ont explicitement reconnu le droit à l'eau et à l'assainissement en 2010.<sup>102</sup>

Les droits à l'eau et à l'assainissement sont inextricablement liés à l'hygiène, y compris l'hygiène menstruelle. En 2014, le Conseil des droits de l'homme de l'ONU a admis le lien entre l'eau, l'assainissement et l'hygiène menstruelle, exprimant son préoccupation sur le fait « que le manque d'accès à des services adéquats d'eau et d'assainissement, dont la gestion de l'hygiène menstruelle et la stigmatisation très répandue qui entoure la menstruation, ont une incidence négative sur l'égalité des sexes et les droits fondamentaux des femmes et des filles ». <sup>103</sup> Le droit à l'eau ne concerne pas uniquement l'eau potable, mais également l'eau nécessaire à l'hygiène personnelle, <sup>104</sup> y compris pendant la menstruation. Bien que les installations sanitaires soient principalement construites à des fins de défécation et d'urination, les femmes et les filles utilisent

---

<sup>100</sup> PIDESC, *supra* note 65, Art. 11(1).

<sup>101</sup> Cf. INGA T. WINKLER, THE HUMAN RIGHT TO WATER, SIGNIFICANCE, LEGAL STATUS AND IMPLICATIONS FOR WATER ALLOCATION 41-45 (2012) sur le droit à l'eau.

<sup>102</sup> Assemblée générale, Rés. 64/292, ¶ 1, U.N. Doc. A/RES/64/292 (3 août 2010), [http://www.un.org/en/ga/search/view\\_doc.asp?symbol=A/RES/64/292&referer=http://www.un.org/en/ga/64/resolutions.shtml&Lang=F](http://www.un.org/en/ga/search/view_doc.asp?symbol=A/RES/64/292&referer=http://www.un.org/en/ga/64/resolutions.shtml&Lang=F) ; Conseil des droits de l'homme de l'ONU, Rés. Les droits de l'homme et l'accès à l'eau potable et à l'assainissement, ¶¶ 2, 3, U.N. Doc. A/HRC/RES/15/9 (6 oct. 2010), <http://daccess-dds-ny.un.org/doc/UNDOC/GEN/G10/166/34/PDF/G1016634.pdf?OpenElement>.

<sup>103</sup> Comité des droits de l'homme. Rés. 27/7, *supra* note 62.

<sup>104</sup> Comité de l'ONU des droits économiques, sociaux et culturels, Observation générale n° 15 Le droit à l'eau, Articles 11 et 12 du Pacte, ¶¶ 2, 12(a), U.N. Doc. E/C.12/2002/11 (2003), disponible à <http://www.unhcr.fr/4ba352cc6.pdf>.

également généralement ces installations pour gérer leur menstruation. Des installations pour la gestion de l'hygiène menstruelle sont donc nécessaires partout où il existe des installations sanitaires et elles doivent être équipées de dispositifs pour jeter les protections usagées. De plus, pour revenir à la stigmatisation qui entoure la menstruation, il faut également veiller à ce que les femmes et les filles puissent réellement utiliser les installations sanitaires, y compris pendant les jours des règles, plutôt que d'être empêchées de les utiliser en raison de croyances culturelles d'« impureté » et de « contamination ».

#### IV. DEFINIR L'HYGIENE MENSTRUELLE EN TERMES DE DROITS HUMAINS

Le cadre des droits humains et les liens existants entre l'hygiène menstruelle et ces divers droits humains soulignent la nécessité d'une compréhension holistique de l'hygiène menstruelle. Il ne s'agit pas seulement d'une question d'infrastructure, le problème concerne au moins tout autant le fait d'avoir la voix et l'espace pour exprimer ses besoins et y répondre. Cela nécessite d'accéder à des informations fiables et pragmatiques et de sensibiliser les femmes et les filles sur la gestion de leur menstruation en toute sécurité, de manière privée et avec dignité, en renforçant leur confiance.

Cependant, la menstruation génère également des besoins très pratiques, à savoir 1) des matériaux pour absorber le sang, 2) un espace privé pour se changer et se laver et 3) des installations pour jeter les protections hygiéniques de manière adéquate (lorsqu'elles sont jetables). Mais, 4) les informations, l'éducation et la sensibilisation sont tout aussi importantes pour permettre aux femmes et aux filles de gérer leur menstruation en toute sécurité et avec dignité. Elles représentent une condition préalable à la capacité de répondre à ces besoins pratiques.

Le cadre des droits humains permet de préciser les conditions sine qua non pour gérer la menstruation avec dignité. Des services d'hygiène doivent donc être disponibles, sûrs, acceptables, accessibles et abordables. Ces critères sont à présent regroupés en une typologie commune utilisée plus généralement par les organes chargés des droits humains pour définir le contenu normatif des droits humains.<sup>105</sup>

#### A. Matériaux pour absorber le sang

Tout d'abord, concrètement, les femmes et les filles ont besoin de matériaux pour absorber le sang pendant leur menstruation. L'hygiène personnelle est une question très sensible en fonction des régions et des cultures et les perspectives divergentes sur les pratiques d'hygiène acceptables doivent être prises en compte en ce qui concerne l'utilisation des matériaux. D'un point de vue des droits humains, il est crucial que les installations et les services d'hygiène soient culturellement acceptables. Pour certaines femmes et filles, les tampons peuvent représenter un produit de choix, alors que pour d'autres l'insertion vaginale est inacceptable. Certaines utilisent des serviettes hygiéniques jetables ou réutilisables, alors que d'autres préfèrent les coupes menstruelles. De nombreuses femmes et filles dans le monde en développement utilisent des chiffons qui sont ensuite lavés et réutilisés, provenant souvent de vieux saris déchirés en Asie du Sud ou de *kangas* en Afrique de l'Est, non seulement parce que d'autres matériaux seraient financièrement inaccessibles, mais également en raison de préférences culturelles.<sup>106</sup> Peu importe

---

<sup>105</sup> Cf. Comité des droits économiques, sociaux et culturels, Observation générale n° 13, Le droit à l'éducation (Art. 13 du Pacte), U.N. Doc. E/C.12/1999/10 (8 déc. 1999), disponible à <http://daccess-dds-ny.un.org/doc/UNDOC/GEN/G99/462/17/PDF/G9946217.pdf?OpenElement> ; ONU Comité des droits économiques, sociaux et culturels, Observation générale n° 14, Le droit au meilleur état de santé susceptible d'être atteint, Art. 12 du Pacte, ¶ 12, U.N. Doc. E/C.12/2000/4 (11 août 2000), disponible à [http://tbinternet.ohchr.org/\\_layouts/treatybodyexternal/Download.aspx?symbolno=E%2fC.12%2f2000%2f4&Lang=en](http://tbinternet.ohchr.org/_layouts/treatybodyexternal/Download.aspx?symbolno=E%2fC.12%2f2000%2f4&Lang=en).

<sup>106</sup> HOUSE ET AL., *supra* note 38, p. 64.

le matériau spécifique, qu'il s'agisse de chiffons, de serviettes hygiéniques, de tampons, de coupes menstruelles ou autres, il se doit d'être sûr, de ne pas causer d'infections et d'être capable d'absorber le sang menstruel sans entraîner de fuite ni de tache.

Pour finir, la gestion de l'hygiène menstruelle doit être abordable à toutes les femmes et les filles. L'achat de matériaux, de même que l'eau et le savon pour se laver, ne doit pas entraver la capacité à acquérir les autres biens et services basiques garantis par les droits humains, tels que la nourriture, le logement, les services de santé et l'éducation. Cependant, dans de nombreux pays, les protections hygiéniques commerciales sont trop onéreuses pour les personnes en situation de pauvreté.<sup>107</sup> Cet état de fait a été confirmé par la rapporteuse spéciale sur le droit à l'eau potable et à l'assainissement au cours de ses diverses missions dans les pays, qui a constaté que les serviettes hygiéniques étaient inabordables pour de nombreuses familles.<sup>108</sup> Bien que les droits humains n'exigent, ni ne prescrivent l'utilisation de protections hygiéniques commerciales jetables, ils exigent que les matériaux soient sûrs, hygiéniques et culturellement acceptables, comme souligné ci-dessus. Les filles et les femmes doivent avoir la possibilité de choisir des matériaux qu'elles trouvent acceptables. L'abordabilité n'exige pas nécessairement que les matériaux soient mis gratuitement à disposition, mais il faut considérer le surcroît de coût pour les femmes et les filles. Ainsi, une aide doit être apportée aux personnes qui ne peuvent pas se permettre d'acheter des protections hygiéniques.

Pourtant, l'accès des femmes et des filles aux protections hygiéniques ne dépend pas seulement du coût des produits, mais également des priorités budgétaires de la famille. Lorsque

---

<sup>107</sup> BIRAN ET AL., *supra* note 23, p. 59.

<sup>108</sup> Rapporteur spécial de l'ONU sur l'eau et l'assainissement, Mission à Kiribati, *supra* note 61, p. ¶ 36 ; Rapporteur spécial de l'ONU sur l'eau et l'assainissement, Mission à Tuvalu, *supra* note 61, p. ¶ 32; Rapporteur spécial de l'ONU sur l'eau et l'assainissement, Mission en Thaïlande, *supra* note 61, p. ¶ 25.

c'est le « chef de famille » masculin qui détermine ces priorités, les protections hygiéniques, mais également l'assainissement et l'hygiène de manière plus générale, peuvent ne pas constituer une priorité importante. Afin de rendre ces produits accessibles aux femmes et aux filles, des subventions et des exonérations fiscales ne sont donc pas les seules mesures à prendre, comme cela sera expliqué plus en détail ci-dessous.<sup>109</sup>

### *B. Un espace privé pour se changer et se laver*

Les femmes et les filles doivent avoir accès à un endroit sûr et hygiénique pour changer leurs protections hygiéniques chaque fois que nécessaire, ainsi qu'à de l'eau et à du savon pour se laver. À des fins d'hygiène appropriée, il est essentiel de nettoyer, vider et entretenir régulièrement les installations utilisées pour gérer la menstruation.

Ces installations doivent être physiquement accessibles à toute personne au sein de chaque foyer, ou bien à proximité immédiate, probablement jouxtant des toilettes. L'accès à l'installation même doit être sûr, sécurisé et pratique pour tous les utilisateurs. Le risque d'attaque par des animaux ou des personnes doit être minimisé. De plus, l'installation sanitaire doit être accessible de manière fiable et en permanence, afin de répondre aux besoins des femmes et des filles pendant la journée et la nuit. Outre un accès à domicile, des installations sanitaires doivent également être à disposition sur le lieu de travail, à l'école et dans les institutions et endroits publics, de manière à permettre de satisfaire ses besoins tout au long de la journée.

Certaines femmes, par exemple les femmes handicapées, ont des besoins sanitaires et hygiéniques spécifiques. Des rampes, des pentes d'accès au lieu d'escaliers, davantage d'espace

---

<sup>109</sup> Cf. *infra* Part V.

à l'intérieur des latrines, ainsi que des portes plus larges pourraient aider les femmes et les filles ayant des handicaps physiques à accéder aux latrines. D'autres pourraient nécessiter des soignants pour les aider dans leur hygiène personnelle, alors que les femmes et les filles ayant des déficiences mentales ou développementales pourraient nécessiter des informations simplifiées et une explication détaillée sur la manière de gérer leur menstruation.<sup>110</sup>

Bien que les types de services et d'installations varient, le besoin d'espace et d'installations préservant la vie privée et la dignité est commun à presque toutes les cultures, nécessitant des portes verrouillables et généralement des installations non mixtes dans les lieux publics.<sup>111</sup> Lorsque les femmes et les filles utilisent des chiffons ou des tissus réutilisables, elles ont également besoin d'espace pour les laver et les sécher en toute confidentialité.

Dans certaines cultures, notamment dans les environnements scolaires, les filles préfèrent avoir la possibilité de se laver et/ou de laver les tissus souillés au sein de latrines ou d'un cabinet de toilette pour assurer leur intimité (plutôt que d'utiliser l'eau à l'extérieur des sanitaires où tout le monde peut les voir).<sup>112</sup>

---

<sup>110</sup> HOUSE ET AL., *supra* note 38, p. 166-67.

<sup>111</sup> Le Comité des droits de l'enfant souligne la nécessité d'installations sanitaires tenant compte des besoins des deux sexes. Cf. Comité des droits de l'enfant des l'ONU, Considération des rapports soumis par les États parties en vertu de l'article 44 de la Convention, ¶ 60(c), U.N. Doc. CRC/C/AGO/CO/2-4 (19 oct. 2010), *disponible à* [http://tbinternet.ohchr.org/\\_layouts/treatybodyexternal/Download.aspx?symbolno=CRC%2fC%2fAGO%2fCO%2f2-4&Lang=en](http://tbinternet.ohchr.org/_layouts/treatybodyexternal/Download.aspx?symbolno=CRC%2fC%2fAGO%2fCO%2f2-4&Lang=en). De même, la CEDEF souligne la nécessité d'écoles favorables aux filles, comprenant des toilettes hygiéniques et séparées ; Cf. CEDEF, Observations finales concernant le rapport unique valant quatrième et cinquième rapports périodiques de la Rép. de l'Inde, ¶ 27(a), U.N. Doc. CEDAW/C/IND/CO/4-5 (24 juillet 2014), *disponible à* [http://tbinternet.ohchr.org/\\_layouts/treatybodyexternal/Download.aspx?symbolno=CEDAW/C/IND/CO/4-5](http://tbinternet.ohchr.org/_layouts/treatybodyexternal/Download.aspx?symbolno=CEDAW/C/IND/CO/4-5).

<sup>112</sup> Marni Sommer, *An Early Opportunity for Promoting Girls' Health: Policy Implications of the Girls' Puberty Book Project In Tanzania*, 14 INT'L ELECTRON. J. HEALTH EDUC. 77, 82 (2011), [www.susana.org/docs\\_ccbk/susana\\_download/2-1222-11m-sommer.pdf](http://www.susana.org/docs_ccbk/susana_download/2-1222-11m-sommer.pdf) [hereinafter Sommer, Promoting Girls' Health].

### *C. Installations d'élimination*

Un aspect souvent négligé concerne la disponibilité d'installations adéquates pour jeter les protections hygiéniques. Lorsque des protections jetables sont utilisées, une femme utilise en moyenne entre 125 et 150 kg de tampons et de serviettes au cours de sa vie.<sup>113</sup> Lorsque ces produits sont éliminés de manière inappropriée, c.-à-d. jetés dans les toilettes ou les latrines, cela peut entraîner des blocages ou des défaillances dans le système et créer des problèmes dans les égouts ou les installations de traitement des eaux usées ou lorsque les fosses sont vidées.<sup>114</sup> Pourtant, les femmes et les filles n'ont pas d'autre option d'élimination. Donc, il est nécessaire que des poubelles, des fosses ou des incinérateurs soient disponibles. Là encore, ce qui est culturellement acceptable varie : dans certaines cultures, les incinérateurs constituent une solution adéquate pour éliminer les protections usagées, alors que dans d'autres l'incinération est inacceptable et des poubelles sont préférables.<sup>115</sup> Concernant le lieu de l'incinérateur, certaines filles ont exprimé une préférence pour un lieu à proximité, afin d'éviter d'avoir à déambuler avec des protections usagées et risquer que les garçons et les autres élèves les voient jeter leurs protections hygiéniques.<sup>116</sup> C'est tout aussi important pour elles que d'avoir la possibilité de se laver et de laver leurs tissus menstruels à l'abri des regards.

---

<sup>113</sup> SOWMYAA BHARADWAJ & ARCHANA PATKAR, MENSTRUAL HYGIENE AND MANAGEMENT IN DEVELOPING COUNTRIES: TAKING STOCK 6 (2004), disponible à [www.washdoc.info/docsearch/title/163390](http://www.washdoc.info/docsearch/title/163390).

<sup>114</sup> MARIANNE KJELLEN, CHIBESA PENSULO, PETTER NORDQVIST & MADELEINE FOGDE, *Global Review of Sanitation System, Trends and Interactions with Menstrual Management Practices*, dans REPORT FOR THE MENSTRUAL MANAGEMENT AND SANITATION SYSTEMS PROJECT, STOCKHOLM ENVIRONMENT INSTITUTE, 15 (2012).

<sup>115</sup> Cf. Mahon & Fernandes, *supra* note 27, p. 110 ; cf. également, SOMMER ET AL., WASH IN SCHOOLS, *supra* note 17, p. 5.

<sup>116</sup> Sommer, *An Early Opportunity for Promoting Girls' Health*, *supra* note 112, p. 82.

#### *D. Informations, éducation et sensibilisation*

Outre les questions pratiques et liées à l'infrastructure, l'assurance de pratiques adéquates d'hygiène menstruelle exige des informations fiables, une campagne de promotion de l'hygiène et une éducation sexuelle exhaustive, non seulement pour sensibiliser les femmes et les filles et leur enseigner le bon comportement à adopter vis-à-vis de l'hygiène, mais également pour changer les perceptions associées à la menstruation et sensibiliser un plus large public. Ces aspects sont tout aussi importants et représentent une condition préalable à la résolution de problèmes d'ordre plus pratique. Le cadre des droits humains insiste particulièrement sur les structures nécessaires, telles que les politiques, les programmes, les institutions et un personnel suffisant, en mesure de faire la promotion des bonnes pratiques d'hygiène et de mettre des informations pragmatiques à la disposition des filles concernant la gestion de leur menstruation. La section suivante, qui porte sur les stratégies appropriées pour faire en sorte que l'hygiène menstruelle adéquate devienne une réalité pour toutes, est particulièrement axée sur ces dimensions.

### V. IDENTIFIER DES STRATEGIES APPROPRIÉES EN SE FONDANT SUR LES OBLIGATIONS RELATIVES AUX DROITS HUMAINS

#### *A. Garantir les droits humains dans la sphère privée*

On considère souvent que les droits humains sont axés sur la relation entre la personne et l'État. Bien que cela soit vrai, cela ne concerne qu'une partie du cadre des droits humains. Le droit relatif aux droits humains oblige également l'État à protéger les personnes contre les violations de leurs droits humains par autrui, qu'il s'agisse d'entreprises ou d'autres personnes. Ainsi, les droits humains touchent à la sphère privée, y compris la sphère très privée de l'hygiène menstruelle. Les États doivent adopter des mesures permettant aux femmes et aux filles de gérer leur menstruation en toute intimité et avec dignité. De plus, d'autres acteurs ont également la responsabilité de respecter les droits d'autrui et de contribuer à leur pleine réalisation. Les



entreprises, par exemple, doivent prendre des mesures pour veiller à ce que les femmes puissent gérer leur menstruation de manière adéquate sur leur lieu de travail.<sup>117</sup> D'autres acteurs peuvent et doivent contribuer à une perception positive de la menstruation. Par exemple, les agences de publicité et les médias doivent s'abstenir de faire des campagnes de publicité qui présentent la menstruation comme une chose dont les femmes devraient avoir honte. Même au niveau personnel, les camarades de classe, les amis et les membres de la famille peuvent changer d'attitude envers les femmes et les filles en période de menstruation et agir différemment, de manière à présenter la menstruation comme un phénomène normal et naturel et à s'assurer que les femmes et les filles ont accès aux produits dont elles ont besoin.

### *B. Créer un environnement propice*

Les droits humains n'imposent pas aux États l'obligation de construire immédiatement et directement des installations, ni de fournir des biens et services à chaque personne. Les États ont l'obligation de créer un environnement propice, de sensibiliser le public et de promouvoir une hygiène adéquate. De manière générale, les droits humains obligent les États à réaliser progressivement les droits humains au maximum de leurs ressources disponibles.

Ils n'ont pas l'obligation de réaliser pleinement et immédiatement les droits humains à la santé, à l'eau, à l'assainissement, à l'éducation, entre autres, mais ils doivent s'y atteler aussi

---

<sup>117</sup> La promesse du Conseil mondial des affaires pour le développement durable (WBCSD) en matière d'eau, d'assainissement et d'hygiène sur le lieu de travail comprend une disposition sur des propositions d'articles sanitaires. Les entreprises signataires s'engagent à ce qui suit : « Des dispositifs appropriés concernant l'élimination sécurisée des articles sanitaires doivent être fournis. Les produits d'hygiène féminine doivent être jetés dans des poubelles équipées d'un revêtement plastique, de papier ciré ou d'autres sacs appropriés pour protéger autrui d'un contact direct avec des articles souillés ». PLEDGE AND GUIDING PRINCIPLES: WATER, SANITATION AND HYGIENE IMPLEMENTATION AT THE WORKPLACE, WBCSD WATER 16 (2013), [www.wbcd.org/work-program/sector-projects/water/WASHatworkplace.aspx](http://www.wbcd.org/work-program/sector-projects/water/WASHatworkplace.aspx).

rapidement et efficacement que possible, en prenant des mesures délibérées, concrètes et ciblées en vue de les réaliser complètement.<sup>118</sup>

De plus, le cadre des droits humains n'oblige pas l'État à fournir directement des services et des installations à chaque personne. Il compte sur la contribution de tous pour réaliser les droits humains selon les moyens et les capacités. Ce que les droits humains exigent en termes d'hygiène menstruelle c'est que les services et les produits soient abordables aux femmes et aux filles, comme souligné ci-dessus. Cela peut nécessiter des subventions pour les femmes et les filles ayant un faible revenu. Le ministre indien de la Santé et du Bien-être de la famille a par exemple mis en place un programme visant à distribuer des serviettes hygiéniques aux adolescentes dans les zones rurales à un coût symbolique.<sup>119</sup> De plus, partout dans le monde en développement, des initiatives sont en cours pour fabriquer des serviettes hygiéniques à bas coût. Ces initiatives vont des efforts à petite échelle pour former les femmes et les filles à fabriquer leurs propres serviettes jusqu'à la commercialisation à grande échelle.<sup>120</sup> Les États doivent appuyer ce type d'initiatives grâce à des mesures telles que l'exonération fiscale ou la mise en place de procédures administratives simples pour que les entrepreneurs puissent encourager ces efforts.

---

<sup>118</sup> Comité de l'ONU des droits économiques, sociaux et culturels, CDESC Observation générale n° 3, La nature des obligations des États parties, Art. 2, ¶1, du Pacte, ¶ 9, U.N. Doc. E/1991/23 (14 déc. 1990), [http://tbinternet.ohchr.org/\\_layouts/treatybodyexternal/Download.aspx?symbolno=INT%2fCESCR%2fGEC%2f4758&Lang=en](http://tbinternet.ohchr.org/_layouts/treatybodyexternal/Download.aspx?symbolno=INT%2fCESCR%2fGEC%2f4758&Lang=en)

<sup>119</sup> Aarti Dhar, *Low-Cost Sanitary Napkins for Rural Girls*, THE HINDU (16 juin 2010), <http://www.thehindu.com/todays-paper/tp-national/lowcost-sanitary-napkins-for-rural-girls/article458648.ece> ; cf. également Rajesh Garg, Shobha Goyal & Sanjeev Gupta, *India Moves Towards Menstrual Hygiene: Subsidized Sanitary Napkins for Rural Adolescent Girls – Issues and Challenges*, 16 MATERNAL CHILD HEALTH J. 767, 769 (2012).

<sup>120</sup> Cf. SOMMER ET AL., WASH IN SCHOOLS, *supra* note 17, p. 18.

Mise à part l'obligation générale de créer un environnement propice, les États ont une obligation de prestation directe lorsque les personnes ne peuvent sinon accéder à des produits et des services, par exemple dans les prisons ou dans les situations d'urgence. L'Ensemble de règles minima pour le traitement des détenus, dont il est fait référence ci-dessus, stipule que « les installations sanitaires doivent permettre au détenu de satisfaire aux besoins naturels au moment voulu, d'une manière propre et décente ». <sup>121</sup> Bien qu'il ne soit pas fait d'allusion directe à la menstruation, les « besoins naturels » doivent être interprétés comme tenant compte de l'hygiène menstruelle. <sup>122</sup> Dans les cas de situations d'urgence, le « Manuel Sphère : la Charte humanitaire et les standards minimums de l'intervention humanitaire » a repris la nécessité d'inclure l'hygiène menstruelle dans la promotion de l'hygiène et recommande de consulter la population concernée sur les articles préférés et la fourniture des produits et des installations nécessaire, y compris les tissus, les sous-vêtements et la possibilité de les laver ou de les jeter. <sup>123</sup>

### *C. Assurer la participation*

Sur un sujet aussi personnel et culturellement spécifique que la menstruation, on ne peut surestimer la participation des femmes et des filles aux programmes et aux politiques, ni la compréhension de leurs points de vue et préférences et l'incorporation de ceux-ci dans les programmes et politiques. Cependant, le tabou qui entoure la menstruation, porté comme une stigmatisation intérieure, rend difficiles la participation des femmes et des filles et le renforcement de leur droit à la parole et de leur libre arbitre. L'étude susmentionnée sur les

---

<sup>121</sup> ONU, Ensemble de règles minima pour le traitement des détenus ; *supra* note 58, p. ¶ 12.

<sup>122</sup> CHOMBO, *supra* note 40, p. 37-38.

<sup>123</sup> *La Charte humanitaire et les standards minimum de l'intervention humanitaire*, LE PROJET SPHERE, (4<sup>e</sup> éd., 2011), disponible à [www.spherehandbook.org](http://www.spherehandbook.org) ; cf. également Deepthi Wickramasinghe, *Managing Menstrual Hygiene in Emergency Situations: How far from reality?*, dans ASIA REGIONAL SANITATION AND HYGIENE PRACTITIONERS WORKSHOP (2012) ; Marni Sommer, *Menstrual Hygiene Management in Humanitarian Emergencies: Gaps and Recommendations*, 31 WATERLINES 83, 86 (2012).

femmes détenues en période de menstruation souligne l'inconfort, la honte et l'embarras ressentis par celles-ci lorsqu'elles soulèvent le problème de leur menstruation et doivent informer les surveillants des besoins très pratiques auxquelles elles doivent répondre.<sup>124</sup> Il en va de même pour de nombreuses autres femmes.

Pourtant, une fois que les femmes et les filles se sentent à l'aise pour parler de la menstruation, peut-être en établissant une atmosphère sereine et intime, leurs expériences et leurs préférences peuvent significativement renforcer l'impact et la pérennité des mesures visant à améliorer l'hygiène menstruelle. En fait, la mise à disposition de services, d'installations et de produits doit s'inscrire dans le contexte local en fonction des préférences personnelles, reposant elles-mêmes sur la culture et les attitudes, qui ne peuvent provenir que des femmes et des filles qui utiliseront ces services. Lors de l'élaboration des livrets « Growth and Changes », [www.GrowAndKnow.org](http://www.GrowAndKnow.org) travaille directement avec les filles pour recueillir leurs récits sur la menstruation, leurs questions et préoccupations, de manière à ce que tous les livrets puissent donner aux filles de chaque pays des informations sur la puberté et l'hygiène menstruelle qui ont du sens et qui sont appropriées du point de vue culturel.<sup>125</sup>

Les situations d'urgence posent des défis particuliers en raison de la nécessité d'une intervention rapide. Dans ces circonstances, il pourrait être préférable d'inclure une intervention standard concernant la gestion de l'hygiène menstruelle, au cours de laquelle des kits sanitaires seraient distribués dans le cadre des interventions d'urgence, afin de s'assurer que les besoins immédiats sont satisfaits en tenant compte dans la mesure du possible des préférences culturelles si elles sont connues. Par la suite, cette intervention ferait l'objet d'un suivi pour évaluer si elle

---

<sup>124</sup> CHOMBO, *supra* note 40, p. 58.

<sup>125</sup> *Growth and Changes*, GROW & KNOW, disponible à [www.growandknow.org/books.html](http://www.growandknow.org/books.html).

répond aux besoins des femmes et des filles, puis serait ajustée en fonction des préférences de ces dernières.<sup>126</sup>

#### *D. Adapter les solutions techniques et les installations*

Il n'est pas nécessaire que l'adaptation des solutions techniques pour répondre aux besoins d'hygiène menstruelle des femmes et des filles soit compliquée ou onéreuse. Il est essentiel que des solutions soient développées en suivant un processus participatif, afin de répondre aux besoins et aux préférences réels des femmes et des filles. Si ce processus est mené au cours des phases préliminaires de l'élaboration de programmes, les coûts supplémentaires seront minimisés. Par exemple, grâce au soutien de WaterAid Bangladesh, un nouveau modèle de blocs sanitaires dans les lieux publics a été développé et comprend des installations pour laver les chiffons souillés par les règles, ainsi qu'un séchoir pour les faire sécher et des dispositifs d'élimination.<sup>127</sup> De même, le gouvernement népalais s'est récemment engagé à financer la construction de toilettes adaptées aux filles dans les écoles.<sup>128</sup>

#### *E. Sensibiliser et éduquer*

L'amélioration de l'hygiène menstruelle ne doit pas seulement concerner les articles sanitaires, les installations et l'infrastructure, c.-à-d. les poubelles hygiéniques pour déchets périodiques, les coupes menstruelles et les serviettes hygiéniques. L'aspect matériel doit

---

<sup>126</sup> Sommer, *Menstrual Hygiene Management in Humanitarian Emergencies*, *supra* note 123, p. 96.

<sup>127</sup> Ahmed & Yesmin, *supra* note 1, p. 286.

<sup>128</sup> *Nepal: Govt. to Construct Girl-Friendly Toilets in 5500 Schools*, SANITATION UPDATES (10 fév. 2011), <http://sanitationupdates.wordpress.com/2011/02/10/nepal-govt-to-construct-toilets-in-5500-schools/>; *see also*, SOMMER ET AL., *WASH IN SCHOOLS*, *supra* note 17, p. 18.

s'accompagner d'une sensibilisation et d'une éducation. Sinon, les interventions pour améliorer l'hygiène deviennent fréquemment non viables dans la durée.<sup>129</sup>

Le Comité de la CEDEF souligne que les États parties « devraient notamment veiller à ce que les droits des adolescentes et des adolescents à une éducation en matière d'hygiène sexuelle et de santé de la procréation dispensée par du personnel convenablement formé, sous forme de programmes élaborés à cet effet et tenant compte de leurs droits à la vie privée et à la confidentialité soient respectés ». <sup>130</sup> Les jeunes filles, avant et pendant leurs premières règles, ont notamment besoin de conseils pragmatiques et sans jugement. Ces conseils doivent contenir des informations à la fois scientifiques, biologiques et physiques et expliquer de manière pratique comment gérer la menstruation. <sup>131</sup> Mis à part l'aspect physique, ils doivent également aborder les aspects psychologiques. Ces informations doivent être adaptées au contexte local, en tenant compte des préférences sociales et culturelles. Les filles utilisant des serviettes ou des tampons devront être informées sur leur mode d'emploi, alors que les filles utilisant des tissus menstruels doivent être éduquées sur la manière de les nettoyer correctement pour éviter des infections, comme par exemple les laver à l'eau propre et au savon et les sécher au soleil. <sup>132</sup>

La façon de transmettre les informations est tout aussi importante que les informations elles-mêmes, présentant dans l'idéal la menstruation comme un phénomène naturel et normal qui ne justifie pas d'être tenu secret. <sup>133</sup> Bien que les parents, la famille et les amis et amies aient un rôle crucial à jouer à ce sujet, l'éducation sexuelle, y compris sur l'hygiène menstruelle, doit

---

<sup>129</sup> Cf. Garg et al., *supra* note 119, p. 770.

<sup>130</sup> CEDEF, Recommandation générale n°. 24, *supra* note 95, p. ¶ 18; cf. également, Banda, *Article 10*, *supra* note 26, p. 270.

<sup>131</sup> Kissling, *supra* note 16, p. 493.

<sup>132</sup> Mahon & Fernandes, *supra* note 27, p. 102.

<sup>133</sup> Kissling, *supra* note 16, p. 496.

faire partie de l'éducation scolaire et être résolument inscrite dans le programme scolaire.<sup>134</sup> Les livrets « Growth and Changes », élaborés par [www. GrowAndKnow.org](http://www.GrowAndKnow.org) et adaptés aux différents contextes des pays, constituent un exemple d'éducation sur la puberté qui tient compte de l'hygiène menstruelle.<sup>135</sup> Une étude-pilote menée au Ghana a démontré les changements positifs intervenus dans la fréquentation scolaire une fois que les filles ont reçu des serviettes hygiéniques, ainsi qu'une éducation sur la puberté, ou même seulement une éducation sur la puberté.<sup>136</sup> Les enseignants doivent comprendre les besoins des filles pubères et leur permettre de gérer leurs règles en toute sécurité et sans stigmatisation.

Les ministères chargés de l'éducation et de la santé ont un rôle particulier à jouer dans la promotion des pratiques d'hygiène adéquates. De plus, d'autres acteurs peuvent contribuer significativement aux activités de sensibilisation et de promotion. En Inde en 2012 a eu lieu le Nirmal Bharat Yatra (ou Great WASH Yatra), un carnaval ambulancier sur 50 jours qui traverse plusieurs états indiens et comporte des représentations théâtrales, des activités et des jeux visant à sensibiliser sur l'assainissement et l'hygiène. Un des objectifs était de donner l'occasion aux femmes et aux filles de parler de la menstruation sans gêne ni honte.<sup>137</sup> Au Bangladesh, UNICEF a lancé un programme pour former des champions communautaires de l'hygiène dans les zones rurales en vue d'encourager de meilleures pratiques d'hygiène menstruelle.<sup>138</sup> Également au Bangladesh, une initiative de sensibilisation de WaterAid ne visait pas seulement à sensibiliser les femmes et les filles dans les villages, les quartiers informels et les écoles sur l'amélioration de

---

<sup>134</sup> Cf. Garg et al., *supra* note 119, p. 772.

<sup>135</sup> *Growth and Changes*, *supra* note 125.

<sup>136</sup> Paul Montgomery, Caitlin R. Ryus, Catherine S. Dolan Sue Dopson & Linda M. Scott, *Sanitary Pad Interventions for Girls' Education in Ghana: A Pilot Study*, 7 PLOS ONE 3 *et seq.*, (2012).

<sup>137</sup> NIRMAL BHARAT YATRA, WASH UNITED & QUICKSAND (2012), [www.nirmalbharatyatra.org](http://www.nirmalbharatyatra.org).

<sup>138</sup> Expert indépendant sur l'eau et l'assainissement, Mission au Bangladesh, *supra* note 61, p. ¶ 69.

l'hygiène, mais s'est également efforcé en parallèle de surmonter les barrières culturelles et la gêne grâce à des activités de conseil.<sup>139</sup>

#### *F. Briser le tabou qui entoure la menstruation*

Les puissants tabous et stigmatisations qui entourent la menstruation ne peuvent être combattus au seul moyen de la promotion de l'hygiène et de l'éducation. La honte, le secret et la gêne qui les accompagnent doivent également être combattus. Personne ne devrait percevoir la menstruation comme un tabou. À cet égard, il est essentiel d'expliquer clairement le paradoxe de la menstruation tel que décrit ci-dessus : bien qu'elle fasse partie intégrante de l'identité d'une femme, en raison des stéréotypes associés aux rôles et comportements perçus comme appropriés, la menstruation n'est pas perçue comme féminine. Lever la stigmatisation nécessite des activités de sensibilisation plus générales qui, comme première étape, reconnaissent la stigmatisation pour ce qu'elle est. Pour surmonter la gêne et les tabous, la menstruation doit être présentée comme un processus naturel. Les efforts doivent surtout s'attacher à combattre la stigmatisation dans ses dimensions externe et interne.

À cet égard, certains artistes contemporains combattent explicitement le tabou entourant la menstruation grâce à leur militantisme, par exemple au moyen de représentations théâtrales controversées<sup>140</sup> ou de slams poétiques sur la menstruation.<sup>141</sup> Bien que les fabricants d'articles sanitaires commercialisés contribuent souvent à la discrétion qui entoure la menstruation, la marque « Always » a récemment opéré un changement pour la première fois en n'utilisant plus

---

<sup>139</sup> Ahmed & Yesmin, *supra* note 1, p. 286.

<sup>140</sup> *Countering Menstrual Hygiene Taboos in Nepal*, SANITATION UPDATES (14 mars 2010), <http://sanitationupdates.wordpress.com/2010/03/14/countering-menstrual-hygiene-taboos-in-nepal/>.

<sup>141</sup> SOCIETY FOR MENSTRUAL CYCLE RESEARCH, MAKING MENSTRUATION MATTER: SOCIETY FOR MENSTRUAL CYCLE RESEARCH 20<sup>TH</sup> BIENNIAL CONFERENCE (2013), [www.menstruationresearch.org/2013-conference](http://www.menstruationresearch.org/2013-conference).



de liquide bleu mais un liquide rouge pour représenter le sang (certes, il ne s'agit que d'un seul point rouge) dans une de ses publicités.<sup>142</sup> Le 28 mai a été présenté par une vaste alliance d'organisations comme la Journée mondiale de l'hygiène menstruelle, dans le but de briser le silence autour de la menstruation.<sup>143</sup> De plus, il est impératif de disposer de recherches plus approfondies sur la menstruation. Accorder une plus grande priorité à la menstruation et à l'hygiène menstruelle dans la recherche contribuerait à ce que celle-ci soit perçue comme un phénomène « normal » et donc à combattre la stigmatisation qui y est attachée.

#### G. S'assurer que les préceptes culturels n'entraînent pas de pratiques préjudiciables

La raison pour laquelle la stigmatisation est aussi difficile à combattre s'explique par le fait que les croyances culturelles qui entourent la menstruation sont profondément ancrées dans la société. Comme expliqué ci-dessus, de nombreuses cultures ont certains préceptes concernant le comportement des femmes et des filles durant leur menstruation afin d'éviter une « contamination ».

Nombre de ces pratiques et préceptes tirent leur origine d'hypothèses patriarcales, souvent sous couvert de culture et de religion. Certains de ces préceptes peuvent d'appartenir à des pratiques traditionnelles et culturelles préjudiciables.<sup>144</sup> Du point de vue des droits humains,

---

<sup>142</sup> Laura Stampler, *Always Runs First Feminine Hygiene Ad To Show Blood*, THE HUFFINGTON POST (July 6, 2011), [www.huffingtonpost.com/2011/07/06/always-runs-first-feminin\\_n\\_891546.html](http://www.huffingtonpost.com/2011/07/06/always-runs-first-feminin_n_891546.html).

<sup>143</sup> Cf. Le 28 mai est la Journée mondiale de l'hygiène menstruelle, <http://www.menstrualhygieneday.org>. Pour un rapport sur la gamme d'activités menées le 28 mai 2014, y compris les formations, les tables rondes, les projections de films, les jeux, les expositions et d'autres événements cf. WASH UNITED, 28 MAY, MENSTRUAL HYGIENE DAY, 2014 EVENT REPORT (août 2014).

<sup>144</sup> Les pratiques traditionnelles et culturelles nuisibles ont été abordées plus en détail dans d'autres contextes, par ex. le contexte de la mutilation génitale féminine ; cf. *par ex.*, Henriette Dahan Kalev, *Cultural Rights or Human Rights: The Case of Female Genital Mutilation*, 51 SEX ROLES 339 (2004) ; Hope Lewis, *Between Irua and "Female Genital Mutilation": Feminist Human Rights Discourse and the Cultural Divide*, 8 HARV. HUM. RTS. J. 1 (1995) ; Sylvia Tamale, *The Right to Culture and the Culture of Rights: A Critical Perspective on Women's Sexual Rights in Africa*, in SEX MATTERS 148 (2007), <http://fahamu.org/mbbc/wp-content/uploads/2011/09/Tamale-2007-Right-to->

les droits culturels, les droits religieux, les droits des femmes, la santé et l'intégrité physique des femmes sont tous pertinents dans ce contexte. L'évaluation de ces préceptes et l'identification des points d'entrée favorables à un changement sociétal nécessitent de s'interroger : Cette pratique est-elle imposée aux femmes et aux filles ? Ou bien les femmes choisissent-elles volontairement d'adopter un comportement spécifique ? Une certaine pratique entraîne-t-elle des préjudices ? Viole-t-elle l'intégrité physique des femmes et des filles, leur santé ou d'autres droits humains ? Lorsque les femmes et les filles sont obligées de dormir à l'extérieur de chez elles, avec tous les risques pour leur santé et leur sécurité que cela implique, le cadre des droits humains exige que ce type de pratique soit modifié. D'autre part, si une femme choisit délibérément d'éviter certains aliments les jours où elle a ses règles (tant que cela ne compromet pas un régime alimentaire nutritif et le droit à une alimentation adéquate) ou évite certaines activités, telles que la natation – pour des raisons culturelles, à cause de ses convictions religieuses ou pour d'autres raisons – cela relève de son choix personnel et ce choix doit être respecté.

---

Culture.pdf [ci-après Tamale, *Right to Culture*] ; ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTE, ELIMINATING FEMALE GENITAL MUTILATION: AN INTERAGENCY STATEMENT ONUSIDA, PNUD, CEA, UNESCO, FNUAP, HCDH, HCR, UNICEF, ONU-FEMMES, OMS (2008) ; sur les effets que la mutilation génitale féminine a sur la menstruation cf. *Female Genital Mutilation ("FGM") and Menstruation*, THE PERIOD BLOG (9 novembre 2010), <http://myperiodblog.wordpress.com/2010/11/09/female-genital-mutilation-fgm-and-menstruation/>. Sur la culture et les droits humains plus généralement cf. *par ex.* Lynda Bell et al., *Introduction: Culture and Human Rights*, in NEGOTIATING CULTURE AND HUMAN RIGHTS (Lynda S. Bell, Andrew J. Nathan, Ilan Peleg eds., 2001) ; RIKKI HOLTMAAT & JONNEKE NABER, WOMEN'S HUMAN RIGHTS AND CULTURE (2001) ; Celestine Nyamu, *How Should Human Rights and Development Respond to Cultural Legitimization of Gender Hierarchy in Developing Countries*, 41 HARV. INT'L. L. J. 381 (2000) ; Conseil des droits de l'homme de l'ONU, *Étude du Comité consultatif du Conseil des droits de l'homme sur la façon dont une meilleure compréhension des valeurs traditionnelles de l'humanité peut contribuer à la promotion des droits de l'homme et des libertés fondamentales*, ¶¶ 11, 12, 32, 41, 45, 51, 56, 76, U. N. DOC. A/HRC/22/71 (6 déc. 2012), <http://daccess-dds-ny.un.org/doc/UNDOC/GEN/G12/185/78/PDF/G1218578.pdf?OpenElement> .

Les préceptes basés sur des normes culturelles ou des convictions religieuses ne doivent pas entraîner de pratiques préjudiciables qui violent les droits humains. À cet égard, un groupe d'experts des droits humains de l'ONU a souligné que:

La diversité culturelle... ne peut prospérer que dans un environnement qui protège les libertés fondamentales et les droits humains, qui sont universels, indivisibles, interconnectés et interdépendants. Personne ne peut invoquer la diversité culturelle comme excuse pour violer les droits humains garantis par le droit international, ni pour limiter leur champ d'application. La diversité culturelle ne doit pas non plus servir à appuyer les pratiques de ségrégation, ni les pratiques traditionnelles préjudiciables.<sup>145</sup>

Le Comité des droits de l'enfant et le Comité de la CEDEF ont récemment publié une recommandation générale/observation générale conjointe sur les pratiques préjudiciables. Plusieurs des soumissions reçues en réponse à l'appel de documents abordent les pratiques liées à la menstruation à même de causer des préjudices aux femmes et aux filles.<sup>146</sup> La recommandation /observation générale considère que « [l]es pratiques préjudiciables sont des pratiques et des comportements persistants enracinés dans la discrimination fondée notamment sur le sexe, l'âge et d'autres considérations ainsi que des formes multiples ou intimement liées de discrimination qui s'accompagnent souvent de violences et causent un préjudice physique ou

---

<sup>145</sup> *Human Rights are Essential Tools for an Effective Intercultural Dialogue, Statement by a Group of United Nations Experts on the World Day on Cultural Diversity for Dialogue and Development*, (21 mai 2010), disponible à [www2.ohchr.org/english/issues/cultural\\_rights/docs/statements/Statement\\_cultural\\_diversity21052010.doc](http://www2.ohchr.org/english/issues/cultural_rights/docs/statements/Statement_cultural_diversity21052010.doc).

<sup>146</sup> Cf. Recommandation générale/ observation générale conjointe de la CEDEF et du CDC sur les pratiques préjudiciables [www.ohchr.org/EN/HRBodies/CEDAW/Pages/JointCEDAWandCRCGRecommendation.aspx](http://www.ohchr.org/EN/HRBodies/CEDAW/Pages/JointCEDAWandCRCGRecommendation.aspx).

psychosocial ou des souffrances ». <sup>147</sup> Elle établit les critères visant à déterminer si les pratiques sont préjudiciables ou non <sup>148</sup> et elle explique que les pratiques préjudiciables peuvent être combattues au mieux « en adoptant une approche axée sur les droits de l’homme en vue de changer les normes sociales et culturelles, d’assurer l’autonomisation des femmes et des filles, de renforcer les capacités du personnel compétent en contact régulier avec les victimes, les victimes potentielles et les auteurs de pratiques préjudiciables à tous les niveaux et de sensibiliser aux causes et aux conséquences des pratiques préjudiciables, notamment par le dialogue avec les parties prenantes concernées ». <sup>149</sup>

De manière importante, la culture n’est pas statique. La participation des femmes et des filles est essentielle pour trouver des points d’entrée favorables à un changement dans les pratiques liées à la menstruation et dans la perception dont cette dernière est l’objet. <sup>150</sup> Dans le contexte africain, l’article 17(1) du Protocole de Maputo fait explicitement référence à la participation des femmes dans la détermination des politiques culturelles. Les femmes et les filles ont le droit de participer au développement et à l’interprétation de la culture. <sup>151</sup> Ainsi, les normes et convictions culturelles et religieuses autour de la menstruation peuvent changer et doivent changer lorsqu’elles violent les droits humains des femmes et des filles qui les subissent.

---

<sup>147</sup> Recommandation générale / observation générale conjointe n°31 du Comité pour l’élimination de la discrimination à l’égard des femmes et n°18 du Comité du droit de l’enfant sur les pratique préjudiciables , ¶ 14, UN Doc. CEDAW/C/GC/31-CRC/C/GC/18, (Nov. 4, 2014) *disponible à* [http://tbinternet.ohchr.org/\\_layouts/treatybodyexternal/Download.aspx?symbolno=CEDAW%2fC%2fGC%2f31%2fCRC%2fC%2fGC%2f18&Lang=en](http://tbinternet.ohchr.org/_layouts/treatybodyexternal/Download.aspx?symbolno=CEDAW%2fC%2fGC%2f31%2fCRC%2fC%2fGC%2f18&Lang=en)

<sup>148</sup> Id., ¶ 15.

<sup>149</sup> Id., ¶ 55.

<sup>150</sup> Tamale, *supra* note 144, p. 157.

<sup>151</sup> Holtmaat & Naber, *supra* note 144, p. 4.

Une pratique qui fait depuis peu de temps l'objet d'une attention considérable concerne la *chhaupadi*, pratiquée dans les régions d'extrême-ouest du Népal.<sup>152</sup> Elle interdit aux femmes de dormir chez elles et leur impose donc de dormir dans une hutte ou une cabane séparée pendant leur période de menstruation. Les femmes sont également sujettes à d'autres restrictions. La Cour suprême népalaise a rendu une ordonnance visant à éliminer cette tradition. Elle a déclaré que celle-ci était discriminatoire et violait les droits des femmes.<sup>153</sup> La cour a ordonné au gouvernement de mener une campagne de sensibilisation sur cette pratique, de prendre des mesures pour l'éradiquer de la société et de promulguer des lois à cette fin.<sup>154</sup> Elle a d'autre part ordonné au gouvernement de mener une étude sur l'impact de cette pratique. Elle a également souligné le rôle essentiel d'autres acteurs, tels que les ONG, dans les domaines de la sensibilisation et de l'éducation.<sup>155</sup>

Cependant, changer des coutumes et des traditions anciennes, profondément enracinées dans la société, nécessite davantage qu'une simple interdiction en vertu d'une ordonnance du tribunal ou de la promulgation d'une loi. En dépit des progrès accomplis, la *chhaupadi* est encore pratiquée dans les régions reculées. Son élimination ne pourra se faire que grâce aux efforts soutenus et à long terme des acteurs de la société qui imposent cette pratique aux femmes et filles et à l'autonomisation des femmes et des filles elles-mêmes. Le fait que les femmes locales

---

<sup>152</sup> Cf. par ex., Bijoyeta Das, *Nepal's Menstrual Exiles: In Parts of Rural Nepal, Women are Forced to Isolate Themselves in Huts or Caves During their Menstruation Period*. AL JAZEERA (10 fév. 2014), [www.aljazeera.com/indepth/features/2014/02/nepal-menstrual-exiles-201423131149488509.html](http://www.aljazeera.com/indepth/features/2014/02/nepal-menstrual-exiles-201423131149488509.html).

<sup>153</sup> Dil Bahadur Bishwakarma c/. Gouvernement népalais, *Cour suprême du Népal*, Pétition écrite 3303 de 2004, Jugement du 2 mai 2006 ; cf. également Comité des droits économiques, sociaux et culturels, Troisième rapport périodique soumis par les États parties en vertu des articles 16 et 17 du Pacte, Népal, ¶ 56, U.N. Doc. E/C.12/NPL//3 (2012) [ci-après CDESC, Rapport de l'État népalais].

<sup>154</sup> Raju Prasad Chagai, *Judicial Response to Reproductive Rights: Experience of Public Interest Litigation in Nepal*, 1 J. HEALTH STUD. 40 (2008), [jhs.co.in/articles-/showArticle.aspx?aid=33](http://jhs.co.in/articles-/showArticle.aspx?aid=33); Kabita Pandey, *Judicial Education on the Convention on Elimination of Discrimination against Women in Nepal* in WOMEN'S HUMAN RIGHTS, CEDAW INTERNATIONAL, REGIONAL AND NATIONAL LAW 425 (Anne Hellum, Henriette Sinding Aasen eds., 2013).

<sup>155</sup> CDESC, Rapport de l'État népalais, *supra* note 153.

de la région de l'extrême-ouest du Népal aient pris des mesures pour commencer la démolition des cabanes utilisées pour *chhaupadi* est un signe encourageant à cet égard.<sup>156</sup>

#### *H. Impliquer les hommes et les garçons*

Afin de combattre les attitudes de stigmatisation largement présentes dans les sociétés à travers le monde, les hommes et les garçons doivent être ciblés pour recevoir des informations plus appropriées et fiables sur la menstruation et les besoins que requièrent sa gestion. Tant qu'une compréhension patriarcale des rôles liés au genre attribuera aux hommes le rôle de « chef de famille » qui décide des priorités, y compris les priorités financières, il sera essentiel que les hommes comprennent le problème afin d'accéder aux demandes d'argent des femmes et des filles pour acheter des serviettes hygiéniques.<sup>157</sup> Cette compréhension doit s'accompagner d'efforts visant à établir une prise de décision égale entre les genres qui remet en question les rôles liés au genre.

De manière plus générale, il est essentiel d'impliquer les hommes afin de les sensibiliser et de changer leur attitude, afin qu'ils accordent une plus grande priorité à l'hygiène menstruelle et à ses exigences, notamment tant que la majorité des chefs de famille, des décideurs et des professionnels du secteur AEPHA seront des hommes. Dans les écoles, l'éducation sexuelle, y compris sur l'hygiène menstruelle, doit inclure aussi bien les garçons que les filles, afin de commencer à résoudre le problème des tabous sociaux associés à la menstruation. Il pourrait

---

<sup>156</sup> Barun Paneru, *Local Women Join Forces Against Chhaupadi Practice*, REPUBLICA NEWSPAPER (5Mai 2013), [www.myrepublica.com/portal/index.php?action=-news\\_details&news\\_id=54180](http://www.myrepublica.com/portal/index.php?action=-news_details&news_id=54180); Das, *supra* note 152.

<sup>157</sup> Mahon & Fernandes, *supra* note 27, p. 110.

cependant s'avérer préférable d'enseigner et de discuter avec les garçons et les filles de manière séparée afin de favoriser les discussions libres.<sup>158</sup>

Alors que ces initiatives sont organisées dans une société patriarcale en tenant compte des rôles que les hommes jouent et de leur pouvoir de décision, elles doivent s'accompagner de programmes plus généraux à long terme sur l'autonomisation des femmes et l'égalité des genres, afin de remettre en question ces stéréotypes et ces hypothèses patriarcales.

### *I. Intégrer l'hygiène menstruelle dans les politiques et les programmes*

Afin d'accorder une plus grande priorité et attention à la promotion de l'hygiène, y compris l'hygiène menstruelle, il est urgent d'intégrer des considérations afférentes aux besoins des femmes et des filles en termes de menstruation au niveau des politiques. Comme décrit ci-dessus, les politiques et les stratégies mises en œuvre par les gouvernements nationaux abordent à peine la question, ce qui souligne la nécessité d'intégrer l'hygiène menstruelle dans les programmes AEPHA,<sup>159</sup> ainsi que dans les politiques relatives à l'éducation et la santé, par exemple.

Lors du lancement des campagnes de promotion de l'hygiène, souvent axées sur l'amélioration du comportement lié au lavage des mains, ces dernières doivent s'accompagner de campagnes ciblant spécifiquement l'hygiène menstruelle et l'éradication des tabous qui entourent la menstruation. De plus, l'hygiène menstruelle peut et doit être reliée aux thèmes afférents à la santé, à l'éducation et à l'autonomisation des femmes et des filles.

---

<sup>158</sup> PIPER-PILLITTERI, *supra* note 23, p. 15; *cf. également* Kissling, *supra* note 16, p. 492.

<sup>159</sup> SOMMER ET AL., WASH IN SCHOOLS, *supra* note 17, p. 17 ; *cf. également supra* Part II.B.

Dans les écoles, le secteur AEPHA accroît la sensibilisation sur la prise de dispositions permettant une hygiène menstruelle adéquate.<sup>160</sup> Au niveau national, en vue de développer un programme à grande échelle sur l'amélioration de l'hygiène menstruelle, le gouvernement indien a élaboré des directives opérationnelles pour la promotion de l'hygiène menstruelle chez les adolescentes (10-19 ans) dans les zones rurales.<sup>161</sup> Plus récemment, en décembre 2013, le gouvernement indien a annoncé un changement dans les directives concernant Nirmal Bharat Abhiyan (appelé précédemment la Campagne d'assainissement total) qui incluent à présent l'hygiène menstruelle.<sup>162</sup> En Éthiopie, UNICEF appuie l'intégration de l'hygiène menstruelle dans la révision de la stratégie nationale sur l'assainissement et l'hygiène, ainsi que dans le programme AEPHA dans les écoles.<sup>163</sup>

Au niveau international, l'intégration de la gestion de l'hygiène menstruelle dans la discussion sur le programme de développement durable de l'après-2015 dans le secteur AEPHA est un signe encourageant et devrait donner un élan considérable à cette question. Des cibles et indicateurs spécifiques ont été proposés pour suivre l'avancement concernant l'hygiène menstruelle.<sup>164</sup> Cette intégration doit être favorisée au niveau politique comme un moyen de faire

---

<sup>160</sup> Cf. ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTE, WATER, SANITATION AND HYGIENE STANDARDS FOR SCHOOLS IN LOW-COST SETTINGS iii 5 (John Adams, Jamie Bartram, Yves Chartier & Jackie Sims eds., 2009), [www.who.int/water\\_sanitation\\_health/publications/wash\\_standards\\_school.pdf](http://www.who.int/water_sanitation_health/publications/wash_standards_school.pdf) ; cf. également, 2ème Conférence annuelle virtuelle sur l'hygiène menstruelle (MHM) dans les programmes WASH dans les écoles (2013), disponible à [www.unicef.org/wash/schools/files/2013-MHMvConf.pdf](http://www.unicef.org/wash/schools/files/2013-MHMvConf.pdf).

<sup>161</sup> NATIONAL RURAL HEALTH MISSION INDIA, OPERATIONAL GUIDELINES: PROMOTION OF MENSTRUAL HYGIENE AMONG ADOLESCENT GIRLS (10-19 YEARS) IN RURAL AREAS, [www.jkhealth.org/notifications/oprguide\\_2may2012.pdf](http://www.jkhealth.org/notifications/oprguide_2may2012.pdf) (consulté pour la dernière fois le 1er oct. 2014).

<sup>162</sup> Gouvernement indien, Ministère de l'Eau potable et de l'Assainissement, NBA Division, *Modification in NBA Guidelines Including Activities Related to MHM as a Permissible Activity*, Doc. No. W.11013/16/2013-NBA (2013), [www.mdws.gov.in/documentreports/term/62](http://www.mdws.gov.in/documentreports/term/62).

<sup>163</sup> SOMMER ET AL., WASH IN SCHOOLS, *supra* note 17, p. 25.

<sup>164</sup> Proposition consolidée d'objectifs, d'indicateurs et de définition sur l'eau potable, l'assainissement et l'hygiène : PROGRAMME DE SUIVI CONJOINT ET AL., POST-2015 WASH TARGETS AND INDICATORS 2 *et seq.*, (mai 2013), [www.wssinfo.org/fileadmin/user\\_upload/resources/Fact\\_Sheets\\_4\\_eng.pdf](http://www.wssinfo.org/fileadmin/user_upload/resources/Fact_Sheets_4_eng.pdf) ; Pour de plus amples informations, cf. également Archana Patkar, *Menstrual Hygiene Management*,



avancer l'égalité entre les genres parallèlement aux améliorations dans le domaine AEPHA. De plus, le discours sur l'intégration des droits sexuels et génésiques dans le programme de l'après-2015 gagne du terrain.<sup>165</sup> Concernant l'éducation sexuelle, les recommandations politiques de la CIPD au-delà de 2014 sur les « Santé et droits pour tous en matière de sexualité et de procréation », adoptées par le groupe de travail de haut-niveau pour la Conférence internationale sur la population et le développement, réaffirment l'importance de « [a]ssurer l'accès universel de tous les jeunes à une éducation complète à la sexualité».<sup>166</sup>

Un autre signe encourageant concerne l'intégration de l'hygiène menstruelle dans le processus des conférences régionales sur l'assainissement en Asie du sud. La Déclaration de Delhi, adoptée lors de la troisième conférence sud-asiatique sur l'assainissement (SACOSAN) organisée à Delhi en Inde en novembre 2008, comprend l'engagement suivant : « Les besoins spécifiques des femmes en matière d'assainissement (par ex. hygiène menstruelle) seront intégrés dans la planification, la mise en œuvre, le suivi et la mesure des résultats du programme ».<sup>167</sup> Trois ans plus tard, lors de la quatrième conférence SACOSAN à Colombo, au Sri Lanka, les gouvernements ont adopté la Déclaration de Colombo. Cette dernière fait référence à l'importance de l'hygiène menstruelle, à la fois dans le contexte d'installations adéquates dans les écoles, que dans le contexte d'indicateurs spécifiques et de mécanismes de

---

[www.wssinfo.org/fileadmin/user\\_upload/resources/MENSTRUAL-HYGIENE-MANAGEMENT-Paper-for-END-group-1.pdf](http://www.wssinfo.org/fileadmin/user_upload/resources/MENSTRUAL-HYGIENE-MANAGEMENT-Paper-for-END-group-1.pdf).

<sup>165</sup> Cf. *par ex.*, INITIATIVE DES DROITS SEXUELS, CIPD AU-DELA DE 2014 : CONFERENCE INTERNATIONALE SUR LES DROITS HUMAINS, DROITS HUMAINS ET SEXUALITE DANS LE CONTEXTE DU DEVELOPPEMENT 12 (26 juin 2013), [http://humanrights.icpdbeyond2014.org.php533.dfw12.websitetestlink.com/uploads/browser/files/sexuality\\_and\\_human\\_rights\\_in\\_the\\_context\\_of\\_development\\_final.pdf](http://humanrights.icpdbeyond2014.org.php533.dfw12.websitetestlink.com/uploads/browser/files/sexuality_and_human_rights_in_the_context_of_development_final.pdf) (la menstruation et les implications du manque d'hygiène menstruelle adéquate sont au moins abordées dans ce contexte.).

<sup>166</sup> GROUPE DE TRAVAIL DE HAUT-NIVEAU POUR LA CIPD, RECOMMANDATION POLITIQUE POUR LA CIPD APRES 2014 : SANTE ET DROITS POUR TOUS EN MATIERE DE SEXUALITE ET DE PROCREATION (2013), <http://icpdtaskforce.org/resources/recommandations-strategiques-pour-la-CIPD-apres-2014.pdf>.

<sup>167</sup> Troisième Conférence sud-asiatique sur l'assainissement (SACOSAN-III), *Sanitation for Dignity and Health: The Delhi Declaration*, ¶ 4(i), (16-21 nov. 2008), [www.wateraid.org/~media/Publications/delhi-declaration.pdf](http://www.wateraid.org/~media/Publications/delhi-declaration.pdf).

suivi pour les mesures de priorité absolue.<sup>168</sup> La Déclaration de Katmandou adoptée lors de la cinquième conférence SACOSAN au Népal en 2013 réitère ces engagements.<sup>169</sup>

Cette intégration dans les processus politiques internationaux et régionaux fait de l'hygiène menstruelle une composante « normale » du discours AEPHA et permet de galvaniser le soutien afin d'accorder une plus grande priorité à la menstruation et aux besoins associés. Les documents de pays préparés par les pays de la SACOSAN avant la conférence au Népal, et visant à rendre compte de la mise en œuvre de ces engagements, donnent une indication de la mesure dont ces processus internationaux ont incité à l'action. Plusieurs gouvernements signalent l'élaboration de programmes de plaidoyer comprenant l'hygiène menstruelle<sup>170</sup> et la garantie de toilettes non mixtes<sup>171</sup> qui fait explicitement référence à l'hygiène menstruelle.<sup>172</sup> Même s'ils n'en sont encore qu'aux stades préliminaires, ces développements sont un signe prometteur de la plus grande attention accordée à la menstruation au niveau des politiques et des programmes.

---

<sup>168</sup> Quatrième Conférence sud-asiatique sur l'assainissement (SACOSAN-IV), *Sanitation Enhances Quality of Life: The Colombo Declaration* ¶ (iv) & (x) (Apr. 4-7, 2011),

[www.wsscc.org/sites/default/files/publications/sacosaniv\\_colombo\\_declaration\\_2011.pdf](http://www.wsscc.org/sites/default/files/publications/sacosaniv_colombo_declaration_2011.pdf).

<sup>169</sup> Cinquième Conférence sud-asiatique sur l'assainissement (SACOSAN-V), *The Kathmandu Declaration* (Oct. 22-24, 2013), [www.sacosanv.gov.np/file/file\\_down/AYis9zKathmandu%20Declaration%2024%20Oct%20FINAL.pdf](http://www.sacosanv.gov.np/file/file_down/AYis9zKathmandu%20Declaration%2024%20Oct%20FINAL.pdf).

<sup>170</sup> Cinquième Conférence sud-asiatique sur l'assainissement (SACOSAN-V), *Sri Lanka Country Paper*, 17 (2013), [www.sacosanv.gov.np/file/file\\_down/i5aMkpContry%20Paper%20Sri%20Lanka.pdf](http://www.sacosanv.gov.np/file/file_down/i5aMkpContry%20Paper%20Sri%20Lanka.pdf).

<sup>171</sup> Cinquième Conférence sud-asiatique sur l'assainissement (SACOSAN-V), *Bangladesh Country Paper Appendix A* (2013),

[http://www.sacosanv.gov.np/file/file\\_down/djHn2Bangladesh%20Country%20Paper%20%28SACOSAN-V%29.pdf](http://www.sacosanv.gov.np/file/file_down/djHn2Bangladesh%20Country%20Paper%20%28SACOSAN-V%29.pdf) ; Cinquième Conférence sud-asiatique sur l'assainissement (SACOSAN-V), *Bhutan Country Paper on Sanitation* 15 (2013),

[www.sacosanv.gov.np/file/file\\_down/5DQFpoCountry%20Paper%20Bhutan%20SAVOSAN%20V%202013.pdf](http://www.sacosanv.gov.np/file/file_down/5DQFpoCountry%20Paper%20Bhutan%20SAVOSAN%20V%202013.pdf).

<sup>172</sup> Cinquième Conférence sud-asiatique sur l'assainissement (SACOSAN-V), *Nepal Country Paper* 15 (2013), [www.sacosanv.gov.np/file/file\\_down/XgwVt3Sanitation%20%20Country%20Paper%20of%20Nepal.pdf](http://www.sacosanv.gov.np/file/file_down/XgwVt3Sanitation%20%20Country%20Paper%20of%20Nepal.pdf) (Certes, le lavage des mains conserve une importance énorme dans le secteur de l'hygiène, en particulier dans le contexte du suivi. Aucun des pays signalent avoir élaboré un indicateur spécifique à l'hygiène menstruelle).

## VI. CONCLUSION

La honte, le secret, l'embarras, la peur, l'humiliation, le silence, le tabou, la stigmatisation ne sont que quelques-uns des termes souvent employés pour décrire les sentiments et les perceptions qui entourent la menstruation. Dans une certaine mesure, cette perception de la menstruation est un paradoxe étant donné que la maternité est glorifiée. Cependant, la menstruation n'est pas perçue comme « féminine », elle ne se conforme pas au rôle et au comportement stéréotypés des femmes. Ces stéréotypes exigent des femmes qu'elles soient belles et sublimées, désodorisées et propres, et non pas sanguinolentes et malodorantes. De ce fait, les femmes et les filles sont censées cacher leur menstruation et faire beaucoup d'efforts pour la dissimuler.

Le tabou et le silence entourant la menstruation fait de cette dernière un problème inexistant. Bien que la population soit constituée pour moitié de femmes, les besoins de ces dernières sont oubliés et négligés, parfois même délibérément ignorés. Dans le processus décisionnel au niveau politique et dans la conception et la mise en œuvre de programmes, le corps ciblé par défaut est celui d'un homme blanc, hétérosexuel et valide.<sup>173</sup> Les femmes sont considérées comme « autres », perçues comme inférieures et dévalorisées. Cette faible priorité et ce défaut d'attention à tous les niveaux, depuis la politique internationale jusqu'à la sphère privée, ont des impacts dévastateurs sur le quotidien des femmes et des filles et sur leurs bien-être et dignité.

---

<sup>173</sup> Cf. SANDRA FREDMAN, *DISCRIMINATION LAW* 9 (Peter Birks ed., 2002) ; Isha Ray, ONU FEMMES, *Challenges and Achievements in Millennium Development Goals for Water & Sanitation for Women and Girls*, p. 8, EGM/MDG/EP.11 (Oct. 2013), [www.unwomen.org/~media/Headquarters/Attachments/Sections/CSW/58/EP11-IshaRay%20pdf.pdf](http://www.unwomen.org/~media/Headquarters/Attachments/Sections/CSW/58/EP11-IshaRay%20pdf.pdf).

Les femmes et les filles ressentent de la gêne et de la honte à propos d'un processus naturel. Elles manquent des jours d'école et de travail, ce qui a de profondes implications sur leur éducation et leurs moyens de subsistance. Elles sont victimes de préceptes culturels qui peuvent s'apparenter à des pratiques préjudiciables.

La contribution du cadre des droits humains est d'attirer l'attention sur le sort des femmes et des filles qui ne sont pas en mesure de gérer leur menstruation de manière adéquate, en soulignant les obligations et les responsabilités des États et des autres acteurs en termes d'hygiène menstruelle. Le cadre des droits humains et l'égalité de fait exigent de garantir aux femmes l'exercice et la jouissance des droits de l'homme sur le principe de l'égalité. Toute pratique qui empêche l'égalité de genres, qui autorise la stigmatisation, le préjugé et la discrimination à l'égard des femmes et des filles doit être éliminée et remplacée par une pratique qui fait la promotion des droits humains. Il faut éradiquer l'hygiène menstruelle inadéquate et les pratiques culturelles, sociales ou religieuses qui limitent la capacité des femmes et des filles à travailler, étudier ou participer à la vie de la société en période de menstruation.

Cela nécessite de tenir compte des différences biologiques, à savoir le fait que les femmes et les filles ont des menstruations, et d'adopter les solutions appropriées pour garantir de bonnes pratiques d'hygiène menstruelle. Pourtant, ces différences biologiques ne sont qu'un facteur parmi tant d'autres. Plus important encore, le cadre des droits humains exige combattre les perceptions, les tabous et la stigmatisation établis par la société, qui entourent la menstruation. À cet égard, les droits humains s'étend à la sphère privée : chacun d'entre nous peut contribuer à résoudre le problème de la stigmatisation grâce à notre attitude vis-à-vis de la menstruation, grâce à notre langage et notre communication et grâce à nos actions.

Les États ont pour obligation de créer l'environnement favorable dont les femmes et les filles ont besoin pour gérer leur menstruation de manière adéquate. Ils doivent changer les environnements structurels, par exemple dans les écoles, qui désavantagent les femmes. Ils doivent accorder une plus grande priorité à la menstruation au niveau des politiques et des programmes. Plutôt que de se servir du corps masculin par défaut pour planifier et concevoir les mesures liées aux domaines AEPHA, de l'éducation et à d'autres domaines politiques, ils doivent également penser au corps féminin, un corps qui a ses règles pendant environ 3 000 jours au cours de sa vie. Le fait de reconnaître la menstruation pour ce qu'elle est, à savoir une réalité de la vie, et d'intégrer ce point de vue à tous les niveaux contribuera à permettre aux femmes et aux filles de gérer leur menstruation de manière adéquate, sans sentiment de honte ou d'embarras, avec dignité.