



# Répondre aux besoins relatifs à la gestion de l'hygiène menstruelle (GHM)

Guide et outils pour les Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge

Version Pilote / Juillet 2019



Fédération internationale des Sociétés  
de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge

[www.ifrc.org](http://www.ifrc.org)

Sauver des vies, changer les mentalités.

Crédit de l'image de la page couverture : Corinne Ambler / Croix-Rouge Néo-Zélandaise - Burundi

---

© Fédération Internationale des Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant Rouge, Genève, 2019

La présente publication peut, en partie ou dans sa totalité, être citée, copiée, traduite dans d'autres langues ou adaptée aux besoins locaux sans autorisation préalable de la Fédération internationale des Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge, à condition que la source soit clairement indiquée.

Les demandes de reproduction à des fins commerciales doivent être adressées au Secrétariat de la Fédération internationale [secretariat@ifrc.org](mailto:secretariat@ifrc.org)

Sauf mention contraire, toutes les photos présentées dans ce rapport sont la propriété de la Fédération internationale.

Répondre aux besoins relatifs à la gestion de l'hygiène menstruelle (GHM) Guide et outils pour les Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge – Version Pilote / Juillet 2019

Case Postale 303  
CH-1211 Genève 19  
Suisse  
Tél. : +41 22 730 4222  
Fax : +41 22 733 0395  
Courriel : [wash.geneva@ifrc.org](mailto:wash.geneva@ifrc.org)  
Site Web : [www.ifrc.org](http://www.ifrc.org)

# Répondre aux besoins relatifs à la gestion de l'hygiène menstruelle (GHM)

Guide

La Fédération Internationale des Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge (FICR) est le plus grand réseau humanitaire mondial basé sur le volontariat, venant en aide à 150 millions de personnes chaque année par l'intermédiaire de ses 191 Sociétés Nationales membres. Ensemble, nous agissons avant, pendant et après les catastrophes et les urgences sanitaires pour répondre aux besoins et améliorer la vie des personnes vulnérables. Nous le faisons avec impartialité sans condition de nationalité, de race, de sexe, de croyances religieuses, de catégorie sociale ou d'opinions politiques.

Guidés par la Stratégie 2020 - notre plan d'action collectif pour relever les grands défis humanitaires et de développement de cette décennie – nous sommes déterminés à " sauver des vies et changer les mentalités ".

Notre force réside dans notre réseau de bénévoles, notre expertise communautaire, notre indépendance et notre neutralité. Nous nous efforçons d'améliorer les normes humanitaires, en tant que partenaires du développement et des réponses aux catastrophes. Nous persuadons les décideurs d'agir à tout moment dans l'intérêt des personnes vulnérables. Nos résultats : nous favorisons des communautés saines et sûres, réduisons les vulnérabilités, renforçons la résilience et favorisons une culture de la paix dans le monde entier.

## Liste des acronymes

PSSBC - CBHFA	Premiers secours et santé à base communautaire - Community based health and first-aid
ECR - CEA	Engagement communautaire et redevabilité - Community engagement and accountability
PTM - CVA	Programmes de Transferts Monétaires - Cash Voucher Assistance
DAPS - DAPS	Dignité, Accès, Participation, Sécurité - Dignity, access, participation, safety
GC - DM	Gestion des catastrophes - Disaster management
DREF	Fonds d'urgence pour les secours en cas de catastrophe - Disaster relief and emergency fund
PU - EPOA	Plan d'urgence - Emergency plan of action
GD - FGD	Groupe de Discussion - Focus group discussion
HP	Promotion de l'hygiène - Hygiene promotion
IEC - IEC	Information, éducation et communication - Information, education and communication
FICR - IFRC	Fédération internationale des Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge - International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies
ONGI - INGO	Organisation non-gouvernementale internationale - International non-governmental organisation
EIC - KII	Entretiens avec des Informateurs Clés - Key informant interview
CAP - KAP	Connaissances, attitudes et pratiques - Knowledge, attitudes and practices MHM Gestion de l'hygiène menstruelle
GHM - MHM	Gestion de l'hygiène menstruelle - Menstrual Hygiene Management
PNA - NFI	Produits Non Alimentaires - Non-food item
ONG - NGO	Organisation non-gouvernementale - Non-governmental organisation
EPP - PPE	Équipement de Protection Personnel - Personal protection equipment
PGI - PGI	Protection, Genre et Inclusion - Protection, gender and inclusion
SPS - PSS	Soutien Psychosocial - Psycho-social support
VSBG - SGBV	Violence Sexuelle Basée sur le Genre - Sexual and gender-based violence
SSR - SRH	Santé sexuelle et Reproductive - Sexual and reproductive health
SBCC	Communication pour le changement de comportement - Social and behaviour change communication
UNICEF	Fonds des Nations Unies pour l'enfance - United Nations Childrens Emergency Fund
FNUAP - UNFPA	Fonds des Nations Unies pour la population - United Nations Population Fund
EHA - WASH	Eau, hygiène et assainissement - Water, sanitation and hygiene

# Table des matières

<b>Vue D'ensemble : Etapes Et Outils Pour L'action GHM</b>	<b>6</b>
<b>Pour Commencer: Ce Guide</b>	<b>7</b>
1.1 Objectif et public cible	7
1.2 Ce que ce guide couvre et ne couvre pas	7
1.3 Comment utiliser ce guide et ces outils	8
<b>GHM Dans Les Contextes Humanitaires: Les Bases</b>	<b>9</b>
2.1 Quels sont défis auxquels font face les femmes et les jeunes filles ?	9
2.2 Quels risques existe-t-il à ne pas traiter de la GHM ?	9
2.3 Qu'est-ce que la GHM ?	10
2.4 Qui est impliqué dans une intervention humanitaire de GHM ?	11
2.5 Comprendre l'utilité des kits et des produits d'hygiène menstruelle	12
<b>Volontaires Et GHM</b>	<b>19</b>
3.1 Sélectionner des volontaires pour les activités de GHM	19
3.2 Former les volontaires à la GHM	20
<b>Intégrer La GHM Dans Les Programmes Humanitaires</b>	<b>23</b>
Étape 1 : Identifier Le Problème	24
Étape 2 : Identification Des Groupes Cibles	27
Étape 3 : Analyser Les Freins Et Les Facilitateurs De Changement Des Comportements	28
Étape 4 : Formuler Des Objectifs D'hygiène Menstruelle	29
Étape 5 : Planification	32
Étape 6 : Mise En Œuvre	33
Étape 7 : Suivi Et Evaluation	36
Étape 8 : Révision, Ajustement	38
<b>OUTILS POUR L'ACTION GHM</b>	<b>39</b>
Outil 1: Guide des groupes de discussion – Evaluation	40
Outil 2: Checklist pour des latrines adaptées aux femmes	42
Outil 3: Check-list : Standards minimaux pour des douches qui soient adaptées aux femmes	46
Outil 4: Check-list : Standards minimaux pour les installations destinées à l'élimination des déchets solides adaptées aux femmes	48
Outil 5: Utiliser le cash pour l'assistance à l'hygiène menstruelle	51
Outil 6: Outil étape par étape pour définir les actions prioritaires de GHM	56
Outil 7: Plan action GHM en situation d'urgence	58
Outil 8: Éléments de base à inclure dans les kits d'hygiène menstruelle	62
Outil 9: Matériel IEC pour la gestion de l'hygiène menstruelle GHM	68
Outil 10: Journal de feedbacks et de mitigation	70
Outil 11: Guide des groupes de discussion (GD) – suivi post distribution (SPD)	72
Outil 12: Enquête de suivi post-distribution	74
Outil 13: Check-list pour l'hygiène menstruelle dans les contextes humanitaires	77

## Vue d'ensemble : étapes et outils pour l'action GHM

Evaluation		
Étape 1: Identification du problème	Étape 2 : Identification des groupes cibles	Étape 3 : Analyse des freins et des catalyseurs de changement de comportement
Outil 1 Guide pour les Groupes de discussion – évaluation		
Outil 2 Check-list : Normes minimales pour les latrines adaptées aux besoins des femmes		
Outil 3 Check-list : Normes minimales pour des douches adaptées aux besoins des femmes		
Outil 4 Check-list : Normes minimales pour des installations de traitement des déchets solides adaptées aux besoins des femmes		
Outil 5 Intervention portant sur les transferts de CASH dans les programmes d'hygiène menstruelle		

Planification	
Étape 4 : Formulation d'objectifs d'hygiène menstruelle	Étape 5 : Planification
Outil 6 Méthode, pas à pas, permettant de définir les actions prioritaires de GHM (sur la base de l'évaluation)	
Outil 7 Exemples de données, d'indicateurs et de cibles GHM pour le Plan d'Action d'Urgence	
Outil 8 Éléments minimaux à inclure dans les kits d'hygiène menstruelle	

Mise en œuvre
Étape 6 : Mise en œuvre
Outil 9 Matériels IEC pour serviettes jetables, serviettes en tissu réutilisables et tampons (ressources génériques en Anglais, Français, Espagnol et Arabe qui peuvent être adaptées et traduites en fonction du pays/du contexte)

Suivi, évaluation et apprentissage	
Étape 7 : Suivi et evaluation	Étape 8 : Revue, adaptation
Outil 10 Retours d'expérience et registres de mesures d'atténuation (peuvent également inclure les rumeurs, les plaintes et des informations erronées)	
Outil 11 Guide des groupes de discussion – suivi post-distribution	
Outil 12 Enquête relative au suivi post-distribution	
Outil 13 Check-list pour les actions de GHM au sein des opérations humanitaires	

# Pour commencer: Ce guide

## 1.1 Objectif et public cible

Ce guide vise à fournir des orientations complètes et des outils pratiques pour la conception et la mise en œuvre d'une action GHM appropriée, complète et efficace dans des contextes humanitaires qui soient adaptés à celui du Croissant-Rouge et de la Croix-Rouge.

Les gestionnaires de programmes et d'opérations (hommes et femmes) de toutes zones travaillant à la préparation ou à la réponse aux besoins en GHM de femmes et de jeunes filles peuvent utiliser ce guide, en particulier les programmes de :

- Promotion de l'eau, de l'hygiène et de l'assainissement (EHA)
- Protection, genre et inclusion (PGI)
- Abris et produits non alimentaires (PNA)
- Santé, y compris la santé sexuelle et reproductive (SSR)
- Soutien psycho-social (SPS)
- Éducation

## 1.2 Ce que ce guide couvre et ne couvre pas

Il existe un certain nombre de ressources et d'outils disponibles pour la GHM dans les contextes humanitaires et les programmes de développement à plus long terme. Par exemple, la Boîte à outils globale pour l'intégration de la gestion de l'hygiène menstruelle (GHM) dans une réponse humanitaire.<sup>1</sup>

**Ce guide et ces outils pratiques visent à compléter (plutôt qu'à dupliquer) ces ressources existantes.** La façon qu'ont la Croix-Rouge et le Croissant-Rouge de travailler en s'appuyant sur des volontaires issus des communautés est mise en valeur.

Ce guide couvre:	Ce guide ne couvre pas :
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Des réflexions portant sur l'identification, la sélection et la formation des volontaires des communautés sur la GHM</li> <li>• Des conseils portant sur la distribution de kits de dignité et de GHM, y compris sur le contenu minimal des kits GHM et sur la façon d'éviter les doubles emplois</li> <li>• Des actions pas à pas pour traiter de la GHM en contexte humanitaire.</li> <li>• Des outils pratiques pour l'évaluation, la planification, la mise en œuvre et le suivi de la GHM (qui peuvent être adaptés et traduits au niveau du pays ou de l'opération).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informations sur le processus physiologique de la menstruation</li> <li>• Informations sur les différents types de produits menstruels disponibles et sur leur caractère adapté, ou non, (ex. serviettes jetables et en tissu, tampons, coupelles menstruelles, éponges, etc.)</li> </ul>

Ce guide et ces outils sont cohérents et doivent être utilisés avec les Normes minimales de la FICR pour la Protection, le Genre et l'Inclusion.

<sup>1</sup> Sommer, M., Schmitt, M., Clatworthy, D. (2017). Un kit pour l'intégration de la gestion de l'hygiène menstruelle (GHM) dans la réponse humanitaire. (Première édition). New York: Université de Columbia, Mailman School of Public Health and International Rescue Committee.

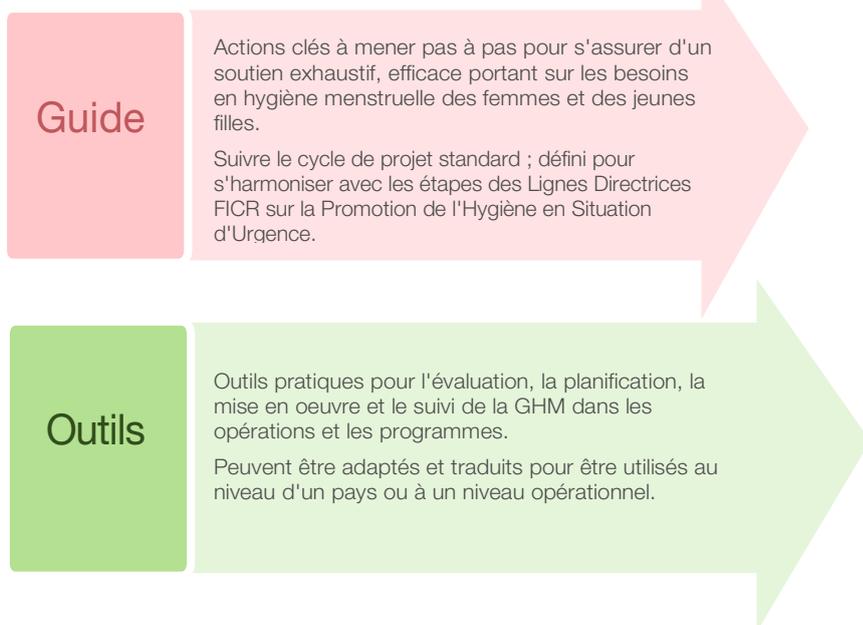
## 1.3 Comment utiliser ce guide et ces outils

Ce guide et ces outils peuvent être utilisés pour se préparer et pour répondre aux besoins d'hygiène menstruelle des femmes et des jeunes filles dans les situations humanitaires.

Ce guide et ces outils peuvent également être utilisés pour des programmes de développement de plus long terme (par exemple EHA dans les communautés ou les écoles, et CBHFA<sup>2</sup>) ou pour la préparation aux catastrophes ou aux crises, pour former le personnel et les volontaires de la Société nationale, évaluer les pratiques d'hygiène menstruelle, les préférences, les comportements socio-culturels, les tabous et les interdits, ainsi que les sources d'information fiables.

**Le guide est structuré en deux parties principales (voir ci-dessous).** Les icônes renvoient aux outils correspondants. Plusieurs exemples de terrain sont inclus. Un résumé des messages clés se trouve à la fin de chaque section.

*Se référer au résumé sur une page pour obtenir les liens vers des informations complémentaires et des ressources supplémentaires.*



### SANTÉ menstruelle ou gestion de l'HYGIENE ?

La santé menstruelle est considérée comme « un terme générique qui couvre à la fois la gestion de l'hygiène menstruelle (GHM) ainsi que des facteurs systématiques plus larges qui associent les règles à la santé, au bien-être, au genre, à l'éducation, à l'équité, à l'autonomisation et aux droits »<sup>3</sup>. Dans le contexte de la CR/CR, comme de nombreux facteurs facilitateurs pour la GHM relèvent de la responsabilité de EHA (ex. approvisionnement en eau, installations sanitaires, y compris les latrines, les endroits où se laver et les déchets solides, les kits GHM et les produits d'hygiène), le terme « Gestion de l'Hygiène Menstruelle » (GHM) sera utilisé tout au long de ce guide.

<sup>2</sup> Programme de santé communautaire CR/CR

<sup>3</sup> UNFPA. Review of Menstrual Health Management in East and Southern Africa.; 2018. [https://esaro.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/UNFPA Review Menstrual Health Management Final 04 June 2018. pdf.](https://esaro.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/UNFPA%20Review%20Menstrual%20Health%20Management%20Final%2004%20June%202018.pdf)

# GHM dans les contextes humanitaires :

## Les bases

### 2.1 Quels sont défis auxquels font face les femmes et les jeunes filles ?

Dans leur vie quotidienne, les femmes et les filles font face à un certain nombre de défis liés à la gestion de leur hygiène menstruelle. Dans les contextes humanitaires, ces défis – particulièrement ceux qui sont liés à la dignité, à l'accès, à la participation et à la sécurité (DAPS <sup>4</sup>) – peuvent être exacerbés. Les mécanismes d'adaptation existants sont affectés et ces contextes entraînent souvent une perte importante d'intimité.

Les principales difficultés rencontrées par les femmes et les filles lors de situations d'urgence sont <sup>5</sup> :

- Le manque de produits sanitaires, y compris de sous-vêtements.
- Un accès inadéquat à des toilettes privatives, sûres et adaptées, à des douches, à des lieux dédiés au séchage et à des mécanismes d'élimination des déchets.
- Le manque d'information et de connaissances relatives aux règles (en particulier chez les adolescentes) et la façon d'utiliser les produits d'hygiène intime (y compris les sous-vêtements).
- Une perte significative d'intimité et de dignité (en particulier dans les situations de surpopulation, d'habitat temporaire ou de transit).
- L'anxiété et la gêne dues aux pertes de sang, ainsi que l'inconfort que les règles génèrent.
- Les tabous culturels et les interdits qui peuvent avoir un impact sur la vie quotidienne et rendre l'accès aux services plus difficile.

Se rappeler que certaines femmes et certaines jeunes filles peuvent avoir besoin d'une aide ou d'un soutien supplémentaire, comme les femmes et les jeunes filles souffrant de handicaps physiques ou d'apprentissage, celles qui ont une mobilité réduite, les personnes transgenres ou les filles non accompagnées ou séparées.

Bien que ce guide utilise les termes de " femmes et filles ", il est important de préciser que les personnes transgenres peuvent aussi avoir leurs règles. En fonction du contexte et de la situation, prenez soin d'identifier et d'apporter votre soutien aux personnes transgenres grâce à la GHM d'une manière appropriée et digne.

### 2.2 Quels risques existe-t-il à ne pas traiter de la GHM ?

Un certain nombre de risques pèsent sur les femmes et les jeunes filles lorsque leurs besoins d'hygiène menstruelle ne sont pas traités de manière adéquate dans les contextes humanitaires :

- Les femmes et les jeunes filles n'ayant pas d'autre option peuvent utiliser un vieux chiffon, sale ou humide, pour absorber leurs règles, provoquant ainsi des irritations et/ou des infections.
- Lorsque les femmes et les filles doivent attendre la tombée de la nuit pour se rendre aux toilettes ou trouver un endroit discret pour se changer/enlever les protections sanitaires, la nuit, elles risquent de subir des violences sexuelles et liées au genre (VSLG).
- Les femmes et les filles peuvent être très fortement limitées dans leurs déplacements et être obligées de rester dans leur maison ou dans leur abri lorsqu'elles ont leurs règles. Elles peuvent avoir des difficultés à assister aux distributions, à aller chercher de l'eau,

<sup>4</sup> DAPS (Dignité, Accès, Participation, Sécurité) est un cadre destiné à traiter des engagements standards minimaux en matière de Genre et de Diversité dans les programmes d'urgence. <http://www.ifrc.org/Global/Photos/Secretariat/201505/Gender%20Diversity%20MSCs%20Emergency%20Programming%20HR3.pdf>.

<sup>5</sup> Sommer, M., Schmitt, M., Clatworthy D. *Un kit pour l'intégration de la gestion de l'hygiène menstruelle (GHM) dans la réponse humanitaire. (Première édition). New York ; 2017.*

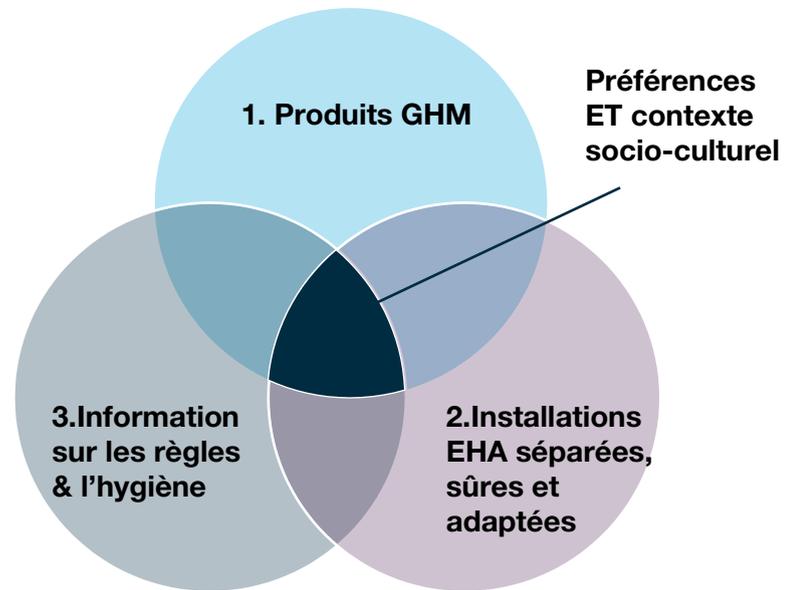
à accéder aux services de santé ou à se rendre à leur travail. Les jeunes filles peuvent ne plus fréquenter l'école durant leurs règles si elles ne disposent pas de locaux séparés et adaptés et de produits sanitaires.

- Les pertes de sang ainsi que l'inconfort ou la douleur associés aux règles peuvent générer de l'anxiété et de la gêne.

## 2.3 Qu'est-ce que la GHM ?

La Gestion de l'Hygiène Menstruelle, ou GHM, fait référence à une série d'actions et d'interventions qui garantissent aux femmes et aux adolescentes une gestion intime, sécurisée et hygiénique de leurs règles dans la confiance et la dignité.

La GHM ne consiste pas seulement à distribuer des serviettes ou à dispenser une éducation aux filles. Une réponse GHM complète et efficace comporte trois composantes principales (Schéma 1)<sup>6,7</sup> :



### 1. Produits de GHM et de soutien

Cela comprend des produits tels que des serviettes, des tissus, des sous-vêtements, des tampons, etc. pour absorber le flux menstruel et des produits pour faciliter leur utilisation, leur lavage, leur séchage et leur élimination.

### 2. Installations de structures privatives, sûres et adaptées

Cela comprend des installations et des infrastructures pour changer les produits usagés, le lavage et le séchage des tissus, des serviettes réutilisables et des sous-vêtements, pour se laver et se débarrasser des produits sanitaires usagés et des eaux usées.

### 3. Informations sur les règles et l'hygiène

Cela comprend des informations de base sur le processus de menstruation (en particulier pour les adolescentes), des démonstrations pour toute distribution de produits de GHM (portant sur leur utilisation, les soins, l'élimination, etc.) et le fait de rester en bonne santé (hygiène personnelle).

Ces composantes subissent toutes l'influence de divers facteurs de motivation et de préférences personnelles, d'éléments socioculturels et des limites physiques.

**Il est essentiel d'impliquer et de consulter continuellement les femmes, les jeunes filles, les hommes et les garçons pour s'assurer que la réponse de GHM est appropriée sur le plan social, culturel et s'adapte à l'évolution des besoins et des défis.**

### Leçon clé : impliquer les hommes et les garçons dès le début

Il est important de communiquer avec les hommes et les garçons et de les impliquer dans la programmation de la GHM, afin qu'ils soient conscients des besoins des femmes et des jeunes filles, qu'ils encouragent les activités, qu'ils luttent contre la stigmatisation et qu'ils aident à lutter contre les tabous ou les interdits culturels nuisibles. L'implication des hommes et des garçons est essentielle pour le succès des actions de GHM.

<sup>6</sup> Sommer M, Schmitt ML, Clatworthy D, Bramucci G, Wheeler E, Ratnayake R. What is the scope for addressing menstrual hygiene management in complex humanitarian emergencies? A global review. *Waterlines*. 2016; 35 (3): 245-264. Deux: 10.3362/1756-3488.2016.024.

<sup>7</sup> FICR. *Menstrual Hygiene Management (MHM) in Emergencies: Consolidated Report*. 2016. [https://watsanmissionassistant.wikispaces.com/file/view/Menstrual Hygiene Management in Emergencies\\_Consolidated Report 2016.pdf/](https://watsanmissionassistant.wikispaces.com/file/view/Menstrual+Hygiene+Management+in+Emergencies_Consolidated+Report+2016.pdf/).

## 2.4 Qui est impliqué dans une intervention humanitaire de GHM ?

Dans de nombreuses agences humanitaires, la GHM est dirigée par les équipes EHA ou Protection – mais il peut également exister une répartition entre un secteur qui a des responsabilités au niveau du siège (ou mondial) et un autre secteur qui assume la responsabilité au niveau opérationnel.

Pour la FICR, au niveau mondial, ce sont les équipes EHA qui assument la responsabilité globale de la GHM. De nombreuses actions de base de soutien à la GHM relèvent de la responsabilité EHA (par exemple, l'approvisionnement en eau, les installations sanitaires, y compris les latrines, les endroits où l'on se lave et les déchets solides, les kits de GHM et les produits d'hygiène), mais dans certaines opérations, ce sont les équipes de Protection qui pilotent les activités. S'assurer qu'il n'y ait pas d'ambiguïté quant aux dépositaires de la responsabilité globale de la GHM, de la coordination et du travail en coopération avec les autres parties prenantes.

Un secteur ne peut pas répondre à lui seul aux besoins de la GHM. Une forte coordination, une planification, une mise en œuvre et un suivi conjoint sont essentiels – en particulier pour les services EHA, PGI, Abris – sans oublier le soutien psycho-social (SPS), la gestion des catastrophes, les premiers secours, et l'éducation.

La coordination et la collaboration avec les ministères nationaux, les groupes de travail et les mécanismes de coordination sectorielle sont importantes pour : éviter la duplication des produits distribués, prévenir la distribution de produits culturellement inappropriés, plaider pour un contenu de kit standardisé et veiller à ce que les actions soient cohérentes avec les lignes directrices, les politiques et les objectifs nationaux ainsi qu'avec les normes humanitaires (ex. les standards Sphère<sup>8</sup>). S'assurer de bien communiquer avec le ministère de la santé ou les équipes EHA, le cluster EHA, le cluster Protection (y compris le sous-groupe VBG) et le groupe de travail GHM national (le cas échéant).



### RÉSUMÉ DES MESSAGES CLÉS

- Les femmes et les jeunes-filles font face à un certain nombre de défis liés aux règles en situation d'urgence, y compris le manque de matériel sanitaire, la perte significative d'intimité, l'anxiété et la gêne, les tabous et les interdits culturels, ainsi que des toilettes, des douches, des zones de séchage et des mécanismes d'élimination des déchets inadaptés.
- Si l'on ne répond pas de façon adaptée aux besoins en matière d'hygiène menstruelle, les femmes et les jeunes filles peuvent souffrir d'irritations ou d'infections, subir des risques de violences sexuelles et sexistes, de restriction de leurs déplacements, d'incapacité d'assister aux distributions ou d'avoir accès à des services.
- La GHM est une problématique multisectorielle et une forte coordination est essentielle pour assurer une réponse globale répondant efficacement aux besoins évolutifs des femmes et des jeunes filles.
- Les trois composantes essentielles d'une réponse efficace de GHM sont : l'accès aux produits de GHM et aux éléments de soutien ; des installations de lavage privatives, sûres et adaptées ; et de l'information. Elles sont toutes influencées par des préférences individuelles, des facteurs socioculturels, y compris des tabous, des interdits et des limites physiques.
- Un engagement et une concertation continus avec les femmes, les jeunes filles, les hommes et les garçons sont essentiels pour s'assurer que les actions de GHM constituent une réponse, qu'elles traitent des besoins et des défis et qu'elles sont socialement et culturellement appropriées.
- Il est important d'identifier les femmes et les jeunes filles qui risquent d'être marginalisées ou qui ont besoin d'un soutien supplémentaire, comme celles qui ont des handicaps physiques, des difficultés d'apprentissage, les personnes transgenres ou les filles non accompagnées.

## 2.5 Comprendre l'utilité des kits et des produits d'hygiène menstruelle

Fournir des kits et des produits non alimentaires (PNA) aux personnes affectées par les crises – soit par des distributions en nature soit via des subventions en cash/des bons de caisse – reste une activité de base de premiers secours pour le Mouvement Croix-Rouge et Croissant-Rouge.

Le diagramme ci-dessous donne une vue d'ensemble des kits d'hygiène, de dignité et de gestion de l'hygiène menstruelle couramment distribués par les Sociétés nationales lors d'opérations humanitaires. Chaque type de kit a un groupe cible spécifique et des objectifs différents, ainsi que des horizons de temps variables (par exemple, la durée de vie des produits) et des mécanismes de distribution différents.

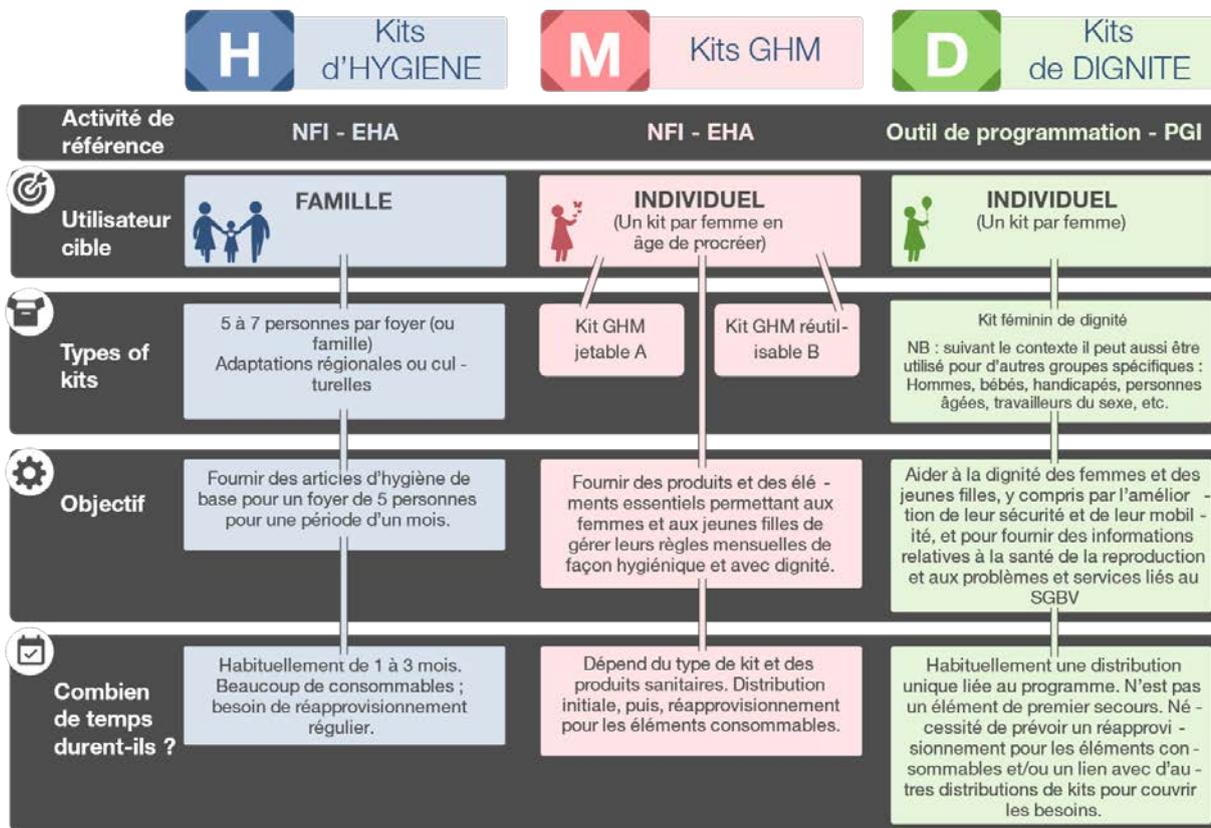


Figure 1 : Un aperçu des kits de l'hygiène et de la gestion de l'hygiène menstruelle.

Il existe des **enjeux essentiels en matière d'hygiène menstruelle** :

- Les kits d'hygiène sont généralement conçus pour une famille, avec un nombre limité de serviettes hygiéniques standards, quel que soit le nombre de femmes ayant leurs règles au sein du ménage.
- Les kits d'hygiène familiaux standards qui sont distribués dans la première phase des situations d'urgence peuvent souvent inclure des éléments socialement et culturellement inappropriés, ou des produits qui n'ont pas la préférence des femmes et des jeunes filles dans ce contexte. De ce fait, les produits distribués peuvent ne pas être utilisés, être jetés ou revendus – et les besoins d'hygiène menstruelle resteront ainsi en grande partie non satisfaits. Il existe une grande diversité de préférences, de produits et de pratiques pour la gestion des règles dans les différentes cultures et contextes, et cela doit être pris en compte.
- Des produits permettant aux femmes et aux jeunes filles de se laver, de faire sécher et de jeter leurs produits d'hygiène intime (ex : du savon et des seaux pour le lavage, des cordes à linge et des pinces à linge, des tissus supplémentaires pour s'isoler lors du séchage, des sacs ou des pochettes pour l'intimité et l'élimination de ces produits) ne sont généralement pas inclus dans les kits de dignité (ou kits d'hygiène).

- Les kits de dignité <sup>9</sup> constituent un outil de programmation visant à servir un objectif de protection plus large, ils sont avant tout conçus pour promouvoir la dignité, la mobilité et la sécurité des femmes et des jeunes filles en fournissant des objets adaptés à l'âge, au sexe et à la culture tels que des foulards, des châles, des sifflets et des torches. Le contenu des kits de dignité est défini après consultation et retours des femmes et des jeunes filles (ou d'autres groupes cibles) sur leurs besoins spécifiques. Les kits de dignité sont toujours constitués de



Crédit : Corinne Ambler/ Croix-Rouge Néo-Zélandaise - Burundi

produits achetés localement et ils ne sont pas distribués dans les phases initiales ou aiguës des crises d'urgence ou humanitaires. Parce que les femmes et les jeunes filles continuent à avoir leurs règles dès le premier jour de survenue d'une situation d'urgence ou d'une crise – les kits de dignité ne répondent pas aux besoins initiaux de GHM et devraient être distribués en plus des kits d'hygiène et de GHM (Coordination étroite pour éviter les doubles emplois ; voir la section ci-dessous).

- Les kits de dignité sont distribués une seule fois et ne répondent pas aux besoins permanents d'hygiène menstruelle des femmes et des jeunes filles. Les serviettes hygiéniques jetables et le savon s'usent rapidement – même le tissu et les serviettes hygiéniques lavables s'usent et perdent de leur qualité d'absorption au fil du temps (généralement de 3 à 12 mois selon la qualité du tissu ou des serviettes). La durée de vie des différents kits et des produits ainsi que la façon dont s'opéreront la reconstitution ou le réapprovisionnement des stocks de produits consommables doivent être pris en considération et faire partie de toute stratégie de distribution de kit.
- La plupart des kits d'hygiène et de dignité ne comprennent pas d'informations sur l'utilisation, l'entretien et l'élimination des objets menstruels (par exemple : comment laver, faire sécher et éliminer les produits hygiéniques usagés), ou des informations pratiques sur la façon de rester en bonne santé et sur l'explication du processus. Les femmes et les jeunes filles peuvent avoir des informations erronées ou des croyances culturelles sur l'utilisation et l'entretien des produits menstruels. Il ne faut jamais présupposer que les femmes et les jeunes filles savent comment utiliser le type de serviette ou le produit contenu dans chaque kit (le fait de faire des démonstrations et de donner des informations avec toute distribution est essentiel).

## Considérations relatives aux distributions de kits en situation d'urgence<sup>10</sup>

### Points clés:

- Les Kits de dignité <sup>11</sup> ne constituent pas des éléments de premiers secours standards qui puissent être préparés à l'avance. Les kits de dignité sont toujours constitués de produits achetés localement et distribués à l'issue des phases de réponse initiale et aiguë (et sont conçus après consultation et retours sur le contexte et les besoins spécifiques liés à la culture).
- Les kits d'hygiène familiale, même lorsqu'ils comportent des serviettes hygiéniques, ne répondent pas aux besoins de GHM.
- Les kits de GHM constituent des éléments de premiers secours qui peuvent être préparés à l'avance et distribués lors de la phase aiguë de la réponse initiale pour répondre aux besoins immédiats de GHM des femmes et des jeunes filles.
  - Idéalement (voir Scénario A), les préférences et les pratiques en termes de GHM au niveau du pays devraient être évaluées lors de la phase de préparation et un kit de GHM adapté au pays devrait être mis au point et stocké.
  - Pour les pays qui ne disposent pas de kits GHM adaptés identifiés (scénarios B et C), des kits de GHM standards devraient être préparés et distribués durant la phase initiale. Les retours post-distribution des bénéficiaires devraient ensuite servir à adapter les kits de GHM au contexte spécifique et à en améliorer le contenu.

<sup>9</sup> Dans le contexte de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge ; d'autres organismes ou organisations ont des définitions différentes de l'hygiène, de la dignité, des kits d'hygiène féminine.

<sup>10</sup> Élaboré sur la base d'un exemple du Guide de l'UNICEF : Réponse immédiate EHA, Kits de Dignité et Kits d'Hygiène Familiale et de Dignité (2015).

<sup>11</sup> Sommer, M., Schmitt, M., Clatworthy.

**Répondre aux besoins relatifs à la gestion de l'hygiène menstruelle (GHM)**

Il existe en général 3 scénarios différents pour les distributions de kits, en fonction du niveau de préparation préalable à la catastrophe et de la capacité d'approvisionnement de la Société nationale (en lien également avec l'étendue et le type de besoins humanitaires) :

**Scénario A** : Des kits adaptés localement et disponibles à l'avance au niveau du pays ; un approvisionnement entièrement local.

**Scénario B** : Des kits standards localement disponibles au niveau national ou régional ; un approvisionnement local à l'issue de la phase initiale de réponse aiguë (y compris pour les distributions ultérieures et les compléments).

**Scénario C** : Des kits standards localement disponibles au niveau national ou régional ; un approvisionnement local limité ou inexistant durant la période d'intervention d'urgence (y compris pour les distributions ultérieures et les compléments).

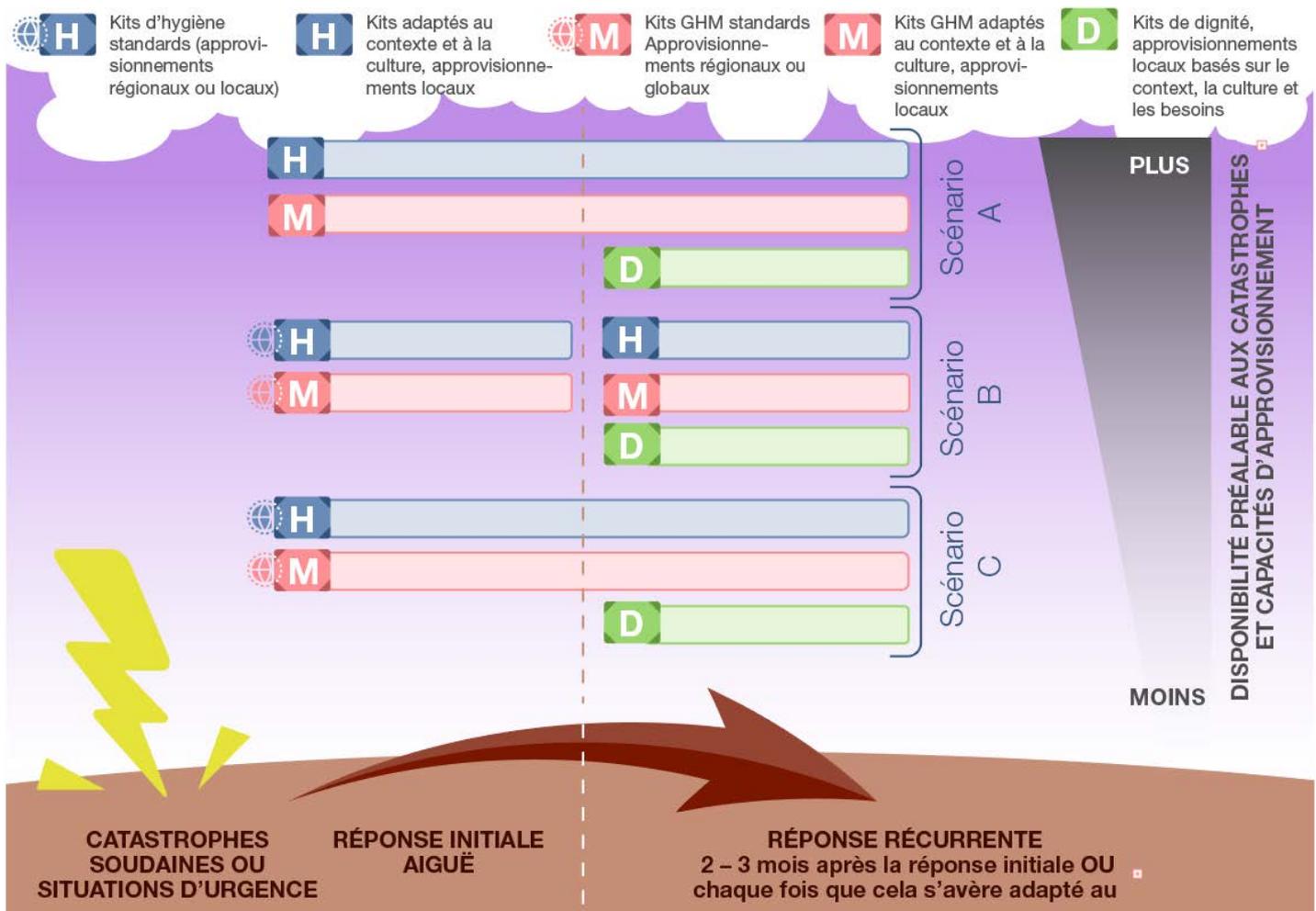


Figure 2 : Différents scénarios de distribution de kits, basés sur le niveau de pré-positionnement avant la catastrophe ainsi que sur la capacité d'approvisionnement de la Société nationale.

## CONSEILS POUR ÉVITER LES DUPLICATIONS ENTRE LES KITS

### Points Clés

#### **Distribuer uniquement des serviettes et des sous-vêtements NE RÉPOND PAS aux besoins de GHM**

- En même temps que des serviettes et des sous-vêtements, des produits indispensables pour aider au lavage, au séchage et à l'élimination, ainsi que des informations sur l'utilisation et l'entretien des produits menstruels doivent être distribués/fournis.
- Les kits de GHM et les kits de dignité sont conçus pour un usage individuel ; de façon à ce que chaque femme et chaque jeune fille au sein d'un foyer reçoive un kit individuel (et non pas un kit par foyer).

**Les kits de dignité NE REMPLACENT PAS les kits GHM**

- Les kits de dignité ne comprennent généralement pas les produits de base pour aider au lavage, au séchage et à l'élimination, ou les informations portant sur l'utilisation et l'entretien des objets menstruels.
- Il faut du temps pour consulter, concevoir, constituer et distribuer des kits de dignité (souvent de 3 – 6 mois) ; période durant laquelle les femmes et les jeunes filles continuent à avoir leurs règles et ont des besoins de GHM.
- Les kits de dignité font l'objet d'une distribution unique ; les serviettes jetables, les tissus menstruels, les savons à lessive, les savons pour le corps (et d'autres produits comme les sacs en papier pour faciliter l'élimination) sont tous des produits consommables et une stratégie claire doit exister pour leur réapprovisionnement/la reconstitution des stocks afin que les femmes et les jeunes filles disposent d'un accès continu aux produits d'hygiène menstruelle de base dont elles ont besoin (toujours évaluer le potentiel d'utilisation des distributions de cash et de soutien aux marchés locaux).

**CONSEILS POUR ÉVITER LES DUPLICATIONS ENTRE LES KITS**

<b>Réponse initiale aiguë</b>	<p>Si les Kits d'Hygiène <b>ET</b> les Kits GHM sont distribués :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Retirer les produits sanitaires des Kits d'Hygiène</li> </ul> <p>Si seuls les Kits d'Hygiène sont distribués :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Laisser les produits sanitaires dans les Kits d'Hygiène</li> </ul> <p>Les Kits de Dignité ne sont pas des PNA et ne sont pas distribués durant les phases initiales ou aiguës des situations d'urgence</p>
<b>Réponse récurrente</b>	<p>Si les Kits d'Hygiène <b>ET</b> les Kits de GHM <b>ET</b> les Kits Dignité sont distribués :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Retirer les produits sanitaires des kits d'hygiène et des kits de dignité (par exemple, seuls les kits de GHM contiennent des produits sanitaires) <b>OU</b></li> <li>• Enlever les produits sanitaires des kits d'hygiène et s'assurer que les serviettes hygiéniques des kits de dignité sont les mêmes que celles des kits GHM [note : cette option signifie que des femmes/des jeunes filles recevront plus de serviettes qu'elles n'en ont besoin, et que des femmes ménopausées recevront des serviettes alors qu'elles n'ont plus leurs règles].</li> </ul> <p>Si les Kits d'Hygiène <b>ET</b> les Kits de Dignité sont distribués :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Retirer les produits sanitaires des kits d'hygiène <b>ET</b></li> <li>• S'assurer que les kits de dignité aient <b>TOUS</b> un minimum de produits d'HM (Voir Outil 8 ; ex : serviettes, sous-vêtements, mais aussi savons à lessive, petit seau, sachet, corde, etc.) <b>ET</b></li> <li>• Assurer le réapprovisionnement des produits consommables (ex : serviettes, lessive et savon corporel) dans les kits de dignité [calendrier basé sur le type de serviettes et la quantité de produits]</li> </ul> <p>Si <b>seuls</b> les kits d'hygiène sont distribués :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Laisser les produits sanitaires dans les kits d'hygiène, et les adapter le plus tôt possible au contexte.</li> <li>• Assurer le réapprovisionnement des produits consommables (ex : serviettes, lessive et savon corporel) [calendrier basé sur le type de serviettes et la quantité de produits]</li> </ul>

**RAPPELEZ-VOUS !**

**TOUS** LES KITS COMPRENNENT DES PRODUITS CONSOMMABLES QUI NÉCESSITENT UN RÉAPPROVISIONNEMENT RÉGULIER (DISTRIBUTION EN NATURE OU EN ESPÈCES)

S'ASSURER D'AVOIR UNE STRATÉGIE CLAIRE POUR TOUTE DISTRIBUTION DE KIT DÈS LE DÉPART

## VUE D'ENSEMBLE DU PROCESSUS POUR LES KITS GHM

Le schéma 3 présente une vue d'ensemble du processus de bonnes pratiques recommandé pour les kits d'hygiène menstruelle en Situation d'Urgence (également utile pour les kits de dignité qui comprennent des produits de GHM). Le processus devrait prendre la forme d'un cycle (ex : les consultations de suivi post-distribution devraient fournir des informations utiles pour compléter les kits, adapter le contenu de ces kits et des autres activités). Le processus devrait être adapté à chaque contexte.

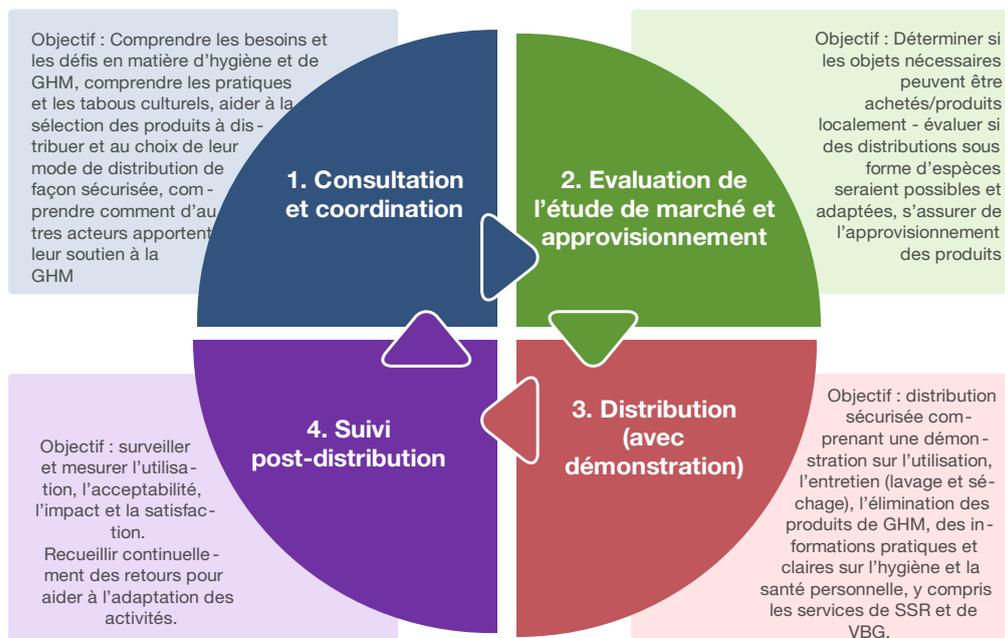


Figure 3 : Un aperçu du processus recommandé pour l'hygiène, la dignité et les produits non alimentaires liés à l'hygiène menstruelle.

## Éléments de base pour l'hygiène menstruelle

Sur la base d'expériences de terrain et de recherches opérationnelles, la FICR a élaboré un nombre minimum de produits à inclure dans les kits de GHM et les kits de dignité qui visent à aider les femmes au niveau de leur hygiène menstruelle.



### OUTIL 8 : PRODUITS MINIMUMS À INCLURE DANS LES KITS D'HYGIÈNE MENSTRUELLE

Au moment de la conception des kits de dignité et de GHM et de la sélection des produits menstruels, il est important de **prendre en compte la totalité de leur cycle de vie**. Le schéma 3 illustre le cycle de vie de base des produits réutilisables et jetables. L'ensemble du processus, de l'approvisionnement, en passant par la distribution, l'utilisation, le lavage, le séchage, l'élimination et la gestion des déchets, ainsi que par la reconstitution des consommables, doit être reconnu, planifié et les femmes et les jeunes filles doivent être consultées sur chacune des étapes du processus.

Lors des phases d'approvisionnement et de planification des distributions, il est important de tenir compte de la phase actuelle de l'urgence, du type d'urgence (conflit, catastrophe naturelle), du climat (sec/pluvieux), de la population et de l'environnement (camps, zones urbaines, établissements informels). Dans certains contextes, trouver des espaces privés pour se laver et faire sécher les produits réutilisables peut constituer un défi important. Dans la mesure du possible, ces produits doivent être achetés localement. Consulter l'Outil 5 pour plus d'informations sur l'évaluation de l'utilisation d'argent liquide pour les produits d'hygiène menstruel.

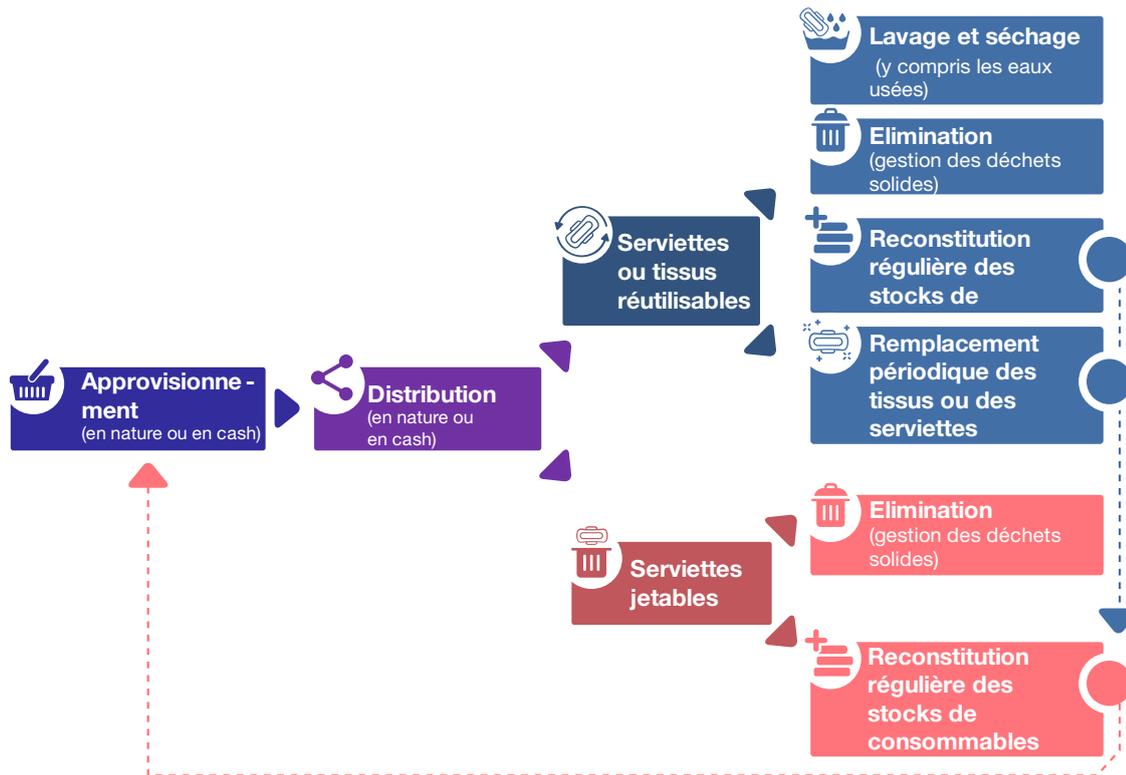


Figure 4 : Cycle de vie de base des matériaux menstruels réutilisables et jetables dans une opération humanitaire <sup>12</sup>.

Les femmes et les jeunes filles ont besoin de poubelles privatives, adaptées ou d'autres moyens de jeter les serviettes ou les tissus usagés, qu'elles se sentent à l'aise d'utiliser autant de jour que de nuit. Les serviettes, les tissus ou autres objets jetés dans les toilettes à chasse d'eau provoqueront des bourrages et pourront également entraîner des problèmes dans les toilettes à fosses qui doivent être vidangées.

Durant des crises prolongées, des personnes sont susceptibles d'être déplacées, en transit ou de vivre dans des camps ou des colonies pendant une longue période. Dans ces situations, il faut envisager des activités génératrices de revenus telles que des groupes de femmes qui cousent ou fabriquent des serviettes réutilisables, ou des modèles de partenariat où les femmes/les jeunes filles travaillent comme représentantes commerciales pour vendre des produits sanitaires à d'autres.

Voir les ressources supplémentaires : « FAQ sur l'hygiène menstruelle et les kits de dignité ».

12 Adapté de : (Été, M., Schmitt, M., Clatworthy 2016).



## EXEMPLE DE TERRAIN

Dans un établissement de réfugiés au nord de l'Ouganda, une ONG a distribué à des femmes et à des jeunes filles des « kits de dignité EHA » qui contenaient des serviettes en tissu lavable et des sous-vêtements, ainsi que d'autres produits de dignité. La plupart des gens utilisaient des toilettes et des douches communautaires (phase initiale).

Ni seaux ni cuvettes n'avaient été fournis pour laver les serviettes en tissu. Les serviettes en tissu étaient lavées dans une rivière située à proximité et posées sur des buissons pour sécher pendant que les femmes se baignaient ou se lavaient. Comme ces activités ne duraient pas suffisamment longtemps pour que les tissus puissent sécher – elles réutilisaient les tissus encore humides. Les femmes et les jeunes filles ont également fait part de craintes vis à vis d'hommes et de garçons qui les voyaient se laver ou faire sécher en plein air leurs tissus menstruels.

L'ONG qui distribuait les kits n'était pas responsable de l'approvisionnement en eau. Plus tard, il a été constaté que l'emplacement de la rivière où les femmes et les jeunes filles lavaient leurs tissus menstruels se situait à seulement 50 mètres en amont de la prise d'eau principale fournissant le camp.

**Leçon 1 :** Analyser et consulter les femmes et les jeunes filles sur la façon dont elles vont laver et faire sécher leurs tissus réutilisables est essentiel. Un contrôle et un suivi réguliers sont vitaux.

**Leçon 2 :** L'importance de la coordination et de la communication avec d'autres acteurs (EHA, mais aussi protection, éducation, santé, etc.) ne peut être sous-estimée.



## RÉSUMÉ DES MESSAGES CLÉS

- Les règles constituent un sujet très personnel et il n'existe pas de kit « taille unique ». Il existe une grande diversité de produits, de pratiques et de normes culturelles pour gérer ses règles selon les différentes cultures et contextes, et cela doit être pris en considération.
- Les kits de GHM constituent une des composantes des premiers secours susceptibles d'être préparés à l'avance (que ce soit sous forme de kits adaptés au contexte, ou de kits standards) et distribués durant la phase aiguë initiale de la réponse pour satisfaire aux besoins immédiats de GHM. Idéalement, les préférences et les pratiques de GHM en vigueur dans le pays devraient être définies lors de la phase de préparation et des kits GHM adaptés à ce pays devraient être conçus et stockés à l'avance. Sinon, dans le cas où des kits GHM standards sont distribués durant la phase initiale, les retours des femmes et des jeunes filles suite aux distributions devraient être utilisés pour les adapter au contexte particulier et en revoir le contenu.
- Les kits de dignité constituent un outil de programme de protection plus large, et non un outil de premiers secours standard pouvant être stocké à l'avance. Les kits de dignité sont constitués de produits locaux et sont toujours conçus sur la base de la consultation et des commentaires des femmes et des jeunes filles sur leurs besoins spécifiques en fonction de leur âge, de leur sexe et de leur culture.
- Les kits de dignité ne remplacent pas les kits de GHM. Les kits de dignité ne répondent pas aux besoins initiaux de GHM (durant la phase de réponse aiguë) ou sur le long terme (car leur distribution n'a lieu qu'une seule fois).
- Les kits de GHM et les kits de dignité visant à favoriser l'hygiène menstruelle doivent comporter des produits permettant aux femmes et aux jeunes filles de laver, faire sécher et éliminer leurs produits d'hygiène (savon à lessive et seau pour le lavage, cordes et pinces à linge, tissus supplémentaires pour l'intimité lorsque l'on s'essuie, sac ou pochette pour l'intimité et la mise au rebut).
- Tous les kits comportent des produits consommables et une stratégie claire doit être conçue pour le réapprovisionnement afin que les femmes et les jeunes filles disposent d'un accès continu aux produits d'hygiène menstruelle de base dont elles ont besoin (évaluer de façon systématique le potentiel visant à utiliser de l'argent et à soutenir les marchés locaux).

# Volontaires et GHM

Dans les réponses ou les programmes d'hygiène menstruelle, les volontaires peuvent être impliqués dans les activités suivantes :

- Parler avec les femmes et les jeunes filles de leurs règles, de leurs besoins, de leurs préférences, de leurs pratiques, des tabous culturels et des interdits qu'elles rencontrent.
- Entrer en contact et nouer un dialogue avec les hommes et les garçons à propos d'hygiène menstruelle.
- Aider à la distribution de produits et d'éléments d'hygiène menstruelle, y compris la réalisation de démonstrations et de séances de promotion de l'hygiène.
- Construction, entretien et surveillance d'installations EHA adaptées aux besoins des femmes (y compris des toilettes, des douches, de l'alimentation en eau et de la gestion des déchets solides).
- Recueillir les commentaires des femmes, des jeunes filles, des garçons et des hommes sur les activités de GHM, l'appui apporté, les besoins et les défis auxquels ils sont confrontés.

## 3.1 Sélectionner des volontaires pour les activités de GHM

La sélection des volontaires devrait s'effectuer sur la base d'une bonne compréhension du contexte socioculturel local et sur ce qui est adapté à la communauté spécifique avec laquelle vous travaillez. Dans certains cas, il peut être approprié pour des femmes volontaires de discuter de GHM avec des femmes et des jeunes filles, et pour des volontaires masculins de discuter de GHM avec des hommes et des garçons. Cela peut ne pas être le cas ailleurs. Poser des questions et écouter les membres de la communauté pour obtenir des conseils à ce sujet – ne pas se fier seulement au personnel de la Société Nationale qui peut être originaire d'une autre ville, d'une autre région ou d'un autre milieu.

**Facteurs importants à intégrer pour identifier et sélectionner des volontaires pour les activités de GHM :**

- **Sexe des volontaires.** Il est toujours important d'avoir à la fois des volontaires hommes et femmes dans les activités de GHM ! Dans de nombreuses communautés et cultures, l'hygiène menstruelle est étroitement liée à la fertilité et à la procréation et elle est perçue comme un « problème familial ». Les femmes et les hommes peuvent avoir besoin d'être consultés et impliqués séparément ; avec des volontaires femmes pour les femmes et des volontaires hommes pour les hommes. En fonction du contexte, après consultation initiale, les femmes et les hommes peuvent être en mesure d'être réunis et d'avoir, ensemble, des discussions sur la GHM. Les volontaires masculins sont également susceptibles d'être impliqués dans d'autres activités liées à la GHM telles que l'approvisionnement en eau, l'assainissement, les distributions ou les activités de promotion de l'hygiène, etc.
- **La culture et la langue** des communautés touchées, sont particulièrement importantes dans les contextes de réfugiés ou de mouvements de population lorsque des personnes ont été déplacées. Différents volontaires peuvent être nécessaires pour s'impliquer et communiquer avec les personnes déplacées et les communautés d'accueil.
- **L'âge** des volontaires amenés à discuter directement de GHM avec les communautés touchées. Les jeunes filles peuvent avoir plus de facilité à discuter de GHM et se montrer plus ouvertes avec des volontaires adultes, plutôt qu'avec des volontaires du même âge qu'elles. Les femmes et les hommes plus âgés peuvent trouver embarrassant ou inapproprié de discuter de questions personnelles ou intimes avec des volontaires plus jeunes.
- **Sources d'information fiables** portant sur les problèmes de santé personnels tels que l'hygiène menstruelle. Les femmes et les jeunes filles peuvent faire confiance à l'information fournie par leurs mères, leurs tantes, leurs enseignants ou les agents de santé locaux, plutôt que par des représentants d'agences ou d'organismes gouvernementaux. Les hommes peuvent faire confiance aux informations fournies par des responsables communautaires ou religieux, ou par des travailleurs sociaux. Il est important de comprendre où les différents segments de la communauté obtiennent leurs informations et à quelles sources d'information ils font confiance. C'est particulièrement important pour lutter efficacement contre les tabous culturels, les mythes et la désinformation touchant les règles.
- **Les volontaires déjà spécialisés** en promotion de l'hygiène (ou PGI, ou PSSBC – selon les cas) devraient être sollicités autant que faire se peut ; en particulier si les activités de GHM sont incorporées en tant que composante d'activités EHA plus larges. Les volontaires actuels ont déjà été formés aux principes CR/CR, au travail avec les communautés, à la prévention des maladies, etc. Si des subventions en espèces ou des bons sont utilisés, des volontaires déjà formés aux premiers secours et aux appuis en cash peuvent être impliqués dans le processus.

- Les groupes d'enseignants et de parents peuvent être impliqués dans les activités des écoles locales. Les leaders de communautés locales, les personnalités influentes, les leaders religieux et les guérisseurs traditionnels ou les femmes aide soignantes peuvent également servir d'appui pour interagir avec les femmes, les jeunes filles, les hommes et les garçons.

## 3.2 Former les volontaires à la GHM

L'hygiène menstruelle est un sujet sensible et largement tabou – mais il existe souvent un fort intérêt de la part à la fois des hommes et des femmes volontaires lorsque le thème de la GHM est introduit et discuté. Avoir des volontaires, hommes et femmes, (et du personnel) formés et confiants constitue l'une des premières étapes majeures de tout programme ou réponse GHM. La GHM peut faire l'objet d'une formation spécifique - ou elle peut s'inscrire dans des formations de promotion de l'hygiène, de PGI ou de santé (santé sexuelle et reproductive).

Au minimum, les volontaires hommes et femmes devraient disposer de<sup>13</sup> :

- Une compréhension de base du cycle menstruel : de quoi il s'agit, combien de temps durent les saignements, pourquoi ils se produisent (le cycle de procréation), quand ce cycle commence et quand il se termine (ménarche et ménopause), etc.
- Une connaissance de la façon dont les femmes et les jeunes filles gèrent leurs règles chaque mois : types de moyens et de produits GHM utilisés localement ou dans ce contexte spécifique, y compris la prise de conscience de la nécessité de laver, faire sécher, éliminer ces produits, etc.
- Une compréhension des croyances socio-culturelles, des tabous et des interdits courants auxquels les femmes et les jeunes filles sont confrontées lors de leurs règles (dans ce contexte spécifique).
- La confiance en soi et la capacité à parler de façon professionnelle de la GHM.



Crédit : Croix-Rouge Suisse/ Kirghizistan

<sup>13</sup> Adapté de: D. Sommer, M., Schmitt, M., Clatworthy, A Toolkit for integrating Menstrual Hygiene Management (MHM) into Humanitarian response. (First Edit). (New York, 2017) <<https://www.mailman.columbia.edu/sites/default/files/pdf/mhm-emergencies-toolkit-full.pdf>> [accessed 19 December 2017].

## Points importants à prendre en considération lors de la formation des volontaires en GHM :

- En fonction du contexte, les volontaires hommes et femmes peuvent avoir besoin d'être formés séparément (surtout au début lorsque le thème de la GHM est nouveau et que la confiance en soi et les compétences sont en phase d'acquisition). Dans d'autres situations, il sera possible de former ensemble les volontaires hommes et femmes. Déterminer le choix pertinent avec le personnel de la Société nationale avant de planifier la formation.
- Faire de son mieux pour que les volontaires se sentent à l'aise. Certaines femmes peuvent se sentir très gênées de répondre à des questions, ou peu confiantes quant à leurs connaissances bien qu'elles aient à gérer leurs propres règles chaque mois. Certains hommes peuvent soit se montrer très intéressés et poser des questions précises ou au contraire se montrer timides et heureux d'écouter et d'apprendre. Ne jamais faire pression sur quiconque pour répondre ou faire quelque chose qu'il ne se sent pas à l'aise de faire. Ne jamais désigner une personne en particulier – homme ou femme – pour répondre à une question.
- Apporter des échantillons de différents types de serviettes, sous-vêtements, savon, seaux, cordes à linge, etc. pour la formation. Laisser les participants toucher les objets ou, au minimum, montrer comment les serviettes s'insèrent dans les sous-vêtements, comment elles peuvent absorber le sang, comment les serviettes se lavent, etc.
- La terminologie peut être difficile à traduire dans les idiomes locaux. Avant de former les volontaires, s'assurer d'interroger au préalable le personnel de la Société nationale, celui du centre de santé local, etc. sur la langue la plus appropriée et sur la meilleure façon d'expliquer le processus de menstruation, l'anatomie féminine, etc. Impliquer les auxiliaires de santé locaux dans la formation.
- Essayer d'avoir un style de communication ouvert et professionnel. Etre conscient du fait que la GHM est un sujet sensible qui peut gêner certains participants. Insister sur le fait que tout le monde a le droit d'apprendre et qu'il n'y a pas de question « stupide ».
- Utiliser le matériel générique élaboré par la FICR comme exemple lors des formations et comme référence [Voir Outil 9]. La FICR a mis au point des prospectus comprenant des données de base sur la menstruation, la façon d'utiliser et de prendre soin des serviettes hygiéniques (jetables et réutilisables) et de rester en bonne santé. Ils peuvent être adaptés au contexte ou au pays, pour leur utilisation dans vos programmes.

### Important !

Se rappeler que les volontaires peuvent également avoir leurs propres croyances personnelles, idées fausses ou malentendus sur les règles, le sang menstruel ou les tabous auxquels font face les femmes et les jeunes filles. Veiller à ce que les volontaires soient bien formés et qu'ils disposent d'informations claires, pratiques et exactes. Essayer de faire en sorte que les volontaires abordent la discussion sur l'hygiène menstruelle avec une perspective ouverte et d'une manière sensible.



### EXEMPLE DE TERRAIN

La Croix-Rouge du Vanuatu a inclus la GHM dans un programme EHA pour les écoles dans le cadre du projet Cyclone Tropical PAM de Reconstruction à West-Tanna, appuyé par la CR australienne. Les leçons comprennent l'intégration de l'enseignement par les pairs, les activités de jeu et la fourniture de vestiaires privatifs dans les écoles pour améliorer la GHM. Les séances sur la GHM pour les parents et les enseignants ont été identifiées comme étant importantes pour donner aux enseignants et aux parents les outils adaptés, les connaissances et la confiance nécessaires pour parler et enseigner à leurs enfants la GHM.



## RÉSUMÉ DES MESSAGES CLÉS

- La sélection des volontaires destinés à participer à des programmes de GHM devrait se faire sur la base d'une compréhension du contexte socio-culturel local et ce qui convient aux besoins de la communauté spécifique avec laquelle vous travaillez.
- Habituellement, il faut à la fois des hommes et des femmes comme volontaires pour les programmes de GHM, pour jouer différents rôles et participer à différentes activités (par exemple, discuter avec des femmes ou s'impliquer avec des hommes).
- D'autres facteurs importants pour identifier et sélectionner les volontaires pour des programmes de GHM sont l'âge (il peut ne pas s'avérer convenable pour de jeunes adolescents de parler de ce sujet avec des femmes plus âgées), la culture et la langue, ainsi que les sources d'information auxquelles les femmes et les jeunes filles font confiance et ont accès.
- Former et renforcer les compétences en GHM des volontaires, hommes et femmes, constitue une étape importante pour pouvoir mettre en œuvre les programmes de GHM, et il faut donc y consacrer des ressources (humaines, financières) et du temps (dans le cadre de la préparation, en cas de période d'urgence ou lors de programmes de développement à long terme).
- Les volontaires, hommes et femmes (et le personnel), doivent avoir des connaissances de base sur le processus menstruel, sur la façon dont les femmes et les jeunes filles gèrent leurs règles dans la région/le pays (y compris toutes croyances ou interdits socio-culturels) et la confiance nécessaire pour parler professionnellement de GHM.



Crédit : Croix-Rouge Néerlandaise / Croix-Rouge de l'Ouganda

# Intégrer la GHM dans les programmes humanitaires

Cette section de lignes directrices suit les différentes étapes décrites dans les Orientations Générales sur la Promotion de l'Hygiène en période d'Urgence (PHpU) de la FICR, de façon à ce qu'il existe un processus unique, systématique et standard pour l'ensemble des programmes humanitaires lorsque le temps et les ressources s'avèrent limités. Ces 8 étapes de la GHM en période d'urgence sont également en cohérence avec les étapes standards du cycle des projets/programmes.

Les questions et les activités de GHM devraient être incluses dans les activités de promotion de l'hygiène (ou EHA et PGI) existantes ou planifiées plutôt que d'avoir deux processus distincts.

Les principales leçons à tirer pour les programmes de GHM sont les suivantes :

## Impliquer dès le début les hommes et les garçons

Il est important de communiquer et d'impliquer les hommes et les garçons dans le programme de GHM afin qu'ils soient conscients des besoins des femmes et des jeunes filles ainsi que des défis auxquels elles sont confrontées, qu'ils soutiennent les activités et qu'ils puissent contribuer à réduire la stigmatisation et à lutter contre les tabous ou les interdits culturels nocifs.

Les hommes sont aussi les maris de leurs épouses, les pères de leurs filles, et les frères de leurs sœurs qui ont leurs règles. Ils peuvent ne pas connaître les défis, l'angoisse et les besoins liés aux règles des femmes et des jeunes filles qui font partie de leurs vies mais une fois qu'ils en sont conscients, ils peuvent mieux venir en aide aux femmes et aux jeunes filles et leur permettre de gérer plus efficacement leurs règles.

## Software et hardware réunis pour une réponse GHM efficace

Souvent, les volontaires en charge de la promotion de l'hygiène constituent le lien direct entre les femmes, les jeunes filles, les hommes et les garçons touchés, et les ingénieurs EHA ou l'équipe en charge du hardware. Les équipes en charge du software et du hardware EHA doivent travailler en étroite collaboration, en particulier pour la GHM. Le schéma 5 le met bien en évidence.

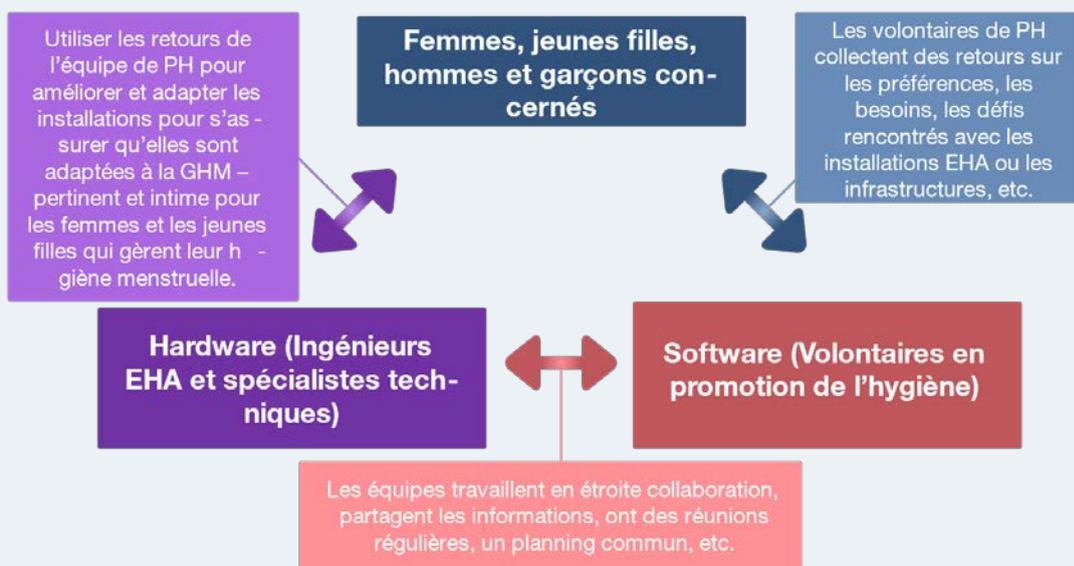


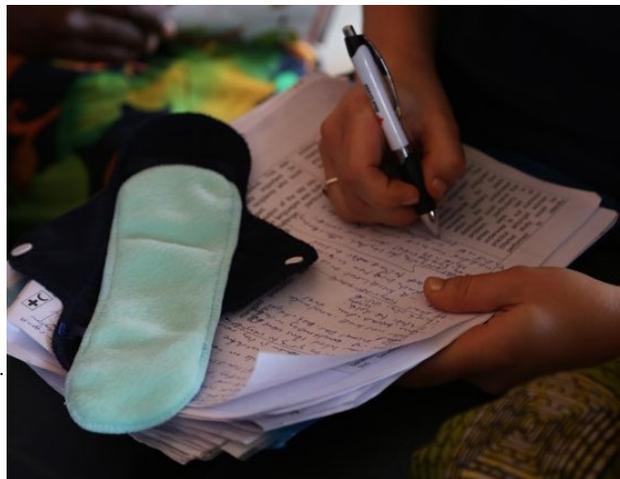
Figure 5 : Liens clés entre Software, Hardware et la population touchée

## ÉTAPE 1 : IDENTIFIER LE PROBLÈME

Cette étape se focalise sur la compréhension du contexte humanitaire et celle des besoins en matière d'hygiène menstruelle et sur les défis auxquels sont confrontées les femmes et les jeunes filles afin que des actions appropriées et efficaces pour soutenir leur dignité et leur santé puissent être conçues.

Les principales activités sont les suivantes :

- Analyser les données secondaires
- Coordonner avec d'autres secteurs, équipes et parties prenantes
- Interroger et collecter des informations auprès des femmes et des jeunes filles impliquées
- Interroger et collecter des informations auprès des hommes et des garçons, des personnels de santé locaux, des soignants traditionnels et des leaders communautaires.



Crédit : Corinne Ambler/Croix-Rouge Néo-Zélandaise - BURUNDI

### Pourquoi faire une évaluation ?

Les règles sont un sujet très personnel.

Les préférences et les stratégies des femmes et des jeunes filles en matière de gestion de leurs règles varient significativement selon les âges, les cultures, les religions, la région (villes versus campagnes) et le contexte (disponibilité de l'eau, mouvements de population, déplacements, intimité, etc).

**La façon dont les femmes et les jeunes filles gèrent leurs règles, leurs préférences et la situation peut être totalement différente suite à une situation d'urgence, en comparaison de ce qu'elle était avant.**

Collecter des informations sur les pratiques de GHM, les facteurs socio-culturels, les freins, les sources fiables d'information et de connaissances est important pour pouvoir :

1. Concevoir des interventions GHM spécifiques, appropriées et efficaces,
2. Suivre l'avancement des activités,
3. Évaluer l'impact de la réponse (Situation de départ et situation d'arrivée).

### Quelles informations collecter ? Auprès de qui ?

Au départ, trouvez et utilisez les données et les informations existantes qui peuvent aider à renseigner ou guider les activités de GHM.

**Analysez les données secondaires** telles que les rapports de données initiales ou de suivi des programmes de santé ou EHA, passés ou actuels, les rapports gouvernementaux, les politiques ou les directives nationales en matière de GHM, etc.

**Etablissez des partenariats avec d'autres organisations humanitaires** pour limiter la duplication des évaluations et des visites aux communautés, ce qui peut s'avérer écrasant pour les communautés et peut conduire à de la frustration.

**Coordonnez-vous** avec les ministères compétents (ex. santé, EHA ou éducation), les acteurs humanitaires et d'autres organismes par le biais de mécanismes de coordination existants ou d'urgence (ex. les groupes de travail sur les épidémies au niveau d'un pays, les clusters de Santé et/ou EHA et/ou de Protection).

Même si des informations précieuses peuvent être obtenues auprès du personnel de la Société nationale et des volontaires, des leaders communautaires et des données secondaires – **il est essentiel d'interroger et de collecter des informations directement auprès des femmes, des jeunes filles, des hommes et des garçons impliqués.**

Le personnel de la Société nationale peut être originaire de la zone affectée ou de la population générale – mais des différences de statut socio-économique, d'âge, de niveau d'éducation et de nombreux autres facteurs peuvent impliquer qu'ils aient des préférences, des connaissances et des stratégies de gestion des règles très différentes de celles de la population touchée.

**Version Pilote**

Une évaluation du marché doit être intégrée pour déterminer la disponibilité des produits d'hygiène menstruelle sur les marchés locaux. C'est important à la fois pour les interventions impliquant des versements en cash ou des distributions en nature.

**Que faut-il évaluer ?**

Assurez-vous de couvrir les 3 composantes essentielles de la GHM ; cela vous assurera de disposer des bonnes informations pour concevoir des actions de GHM complètes et efficaces.

Au minimum, collectez des informations portant sur :

- Les pratiques – les matériels et les produits utilisés à la fois avant et après la période d'urgence, y compris lorsqu'ils sont achetés (demander comment et où) ou localement.
- Les connaissances sur le processus de base de la menstruation, de l'hygiène personnelle.
- Les installations EHA (communales/publiques et privées) – disponibilité et adéquation (y compris l'intimité) des installations d'approvisionnement en eau, des latrines, des douches, des installations de séchage et celles d'évacuation/de gestion des déchets solides (à quel point ces installations sont-elles « adaptées aux femmes » ?).
- Les tabous et les interdits socio-culturels – y compris les croyances locales, les coutumes, la perception de la menstruation, la désinformation, les normes culturelles et les mécanismes d'adaptation.
- Les sources d'information fiables et normales portant sur les questions d'hygiène personnelle et de santé telles que la GHM.
- La disponibilité des produits d'hygiène menstruelle sur les marchés locaux et leur prix.

**Comment ?**

Les principales méthodes d'évaluation portant sur la collecte d'informations sur le GHM sont les suivantes :

- Les Groupes de Discussion (GD) avec les femmes et les jeunes filles, les garçons et les hommes (en les répartissant par âge et par sexe).
- L'observation directe des installations EHA.
- Les entretiens avec des informateurs clés (EIC), avec les leaders communautaires (femmes et hommes), les autorités/gouvernements locaux, le personnel d'autres agences, le cluster EHA, le cluster Protection, le personnel et les volontaires de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge.
- Les études de marché pour collecter des informations sur la disponibilité et le prix des produits menstruels.
- Les enquêtes quantitatives (ex. KAP ou enquête de départ).
- Les outils participatifs ou visuels (ex. cartographies, tri en trois piles, tableau de vote, etc.).

Utilisez les Outils suivants pour l'évaluation :



**OUTIL 1 : GUIDE DES GROUPES DE DISCUSSION – ÉVALUATION**

**OUTIL 2 : CHECK-LIST : NORMES MINIMALES POUR LES LATRINES « ADAPTÉES AUX FEMMES »**

**OUTIL 3 : CHECK-LIST : NORMES MINIMALES POUR LES DOUCHES « ADAPTÉS AUX FEMMES »**

**OUTIL 4 : CHECK-LIST : NORMES MINIMALES POUR LES INSTALLATIONS DE DÉCHETS SOLIDES « ADAPTÉES AUX FEMMES »**

**OUTIL 5 : INTERVENTIONS DE PROGRAMMES CASH POUR L'HYGIÈNE MENSTRUELLE**

**EXEMPLE DU TERRAIN**

Une étude menée à Bajhang, au Népal (soutenue par la Croix-Rouge,

Australienne) a constaté une grande variété de produits, de croyances et de pratiques culturelles différents en fonction de l'âge et du niveau d'alphabétisation. Deux tiers des femmes analphabètes n'utilisaient aucun produit, tandis que d'autres utilisaient des tissus à usage unique ou des tissus qu'elles lavaient et réutilisaient. 5% des femmes alphabétisées utilisaient des serviettes hygiéniques jetables achetées sur le marché. Bien que la pratique de l'utilisation de cabanes de menstruation (pour isoler les femmes/les jeunes filles ayant leurs règles du reste de la communauté et de leurs familles) soit en déclin, les jeunes filles pratiquent de plus en plus l'isolement au sein du foyer (dans une pièce séparée). La plupart des femmes et des filles ont déclaré cesser de manger de la viande et des produits laitiers durant leurs règles.

**La programmation des transferts monétaires est-elle appropriée et réalisable ?**

Les Programmes de Transferts Monétaires (PTM) font référence à toute aide apportée aux communautés sous forme d'argent (avec ou sans restriction), de bons ou de modalités d'échange de travail contre cash.

L'utilisation de PTM pour les produits d'hygiène peut donner aux femmes et aux jeunes filles plus de liberté de choix pour sélectionner les produits sanitaires qu'elles préfèrent et se sentent le plus à l'aise d'utiliser. Il s'est avéré que le fait d'utiliser des bons au lieu de faire des distributions était un facteur de progression de la satisfaction des bénéficiaires, que c'était plus commode et que cela réduisait les risques d'insécurité liés aux distributions, augmentait les revenus des vendeurs locaux, économisait du temps et de l'argent pour l'équipe en charge de la mise en œuvre <sup>14</sup>.

En phase d'évaluation, il est important de déterminer si la PTM est appropriée et réaliste. Voir l'outil 5 pour plus d'informations sur les questions clés auxquelles répondre, disposer d'exemples sur la façon dont la PTM peut être utilisée pour l'hygiène menstruelle et d'un exemple de formulaire d'enquête de marché.



Crédit : Corinne Ambler/Croix-Rouge Néo-Zélandaise - BURUNDI

**Utilisation d'une enquête pour collecter des informations sur la GHM**

Un questionnaire adressé aux femmes et aux jeunes filles recueillant des données quantitatives peut être envisageable et approprié dans certains contextes ; dans d'autres, ce ne sera pas le cas. Cela dépend de l'étendue, de la durée et du type d'urgence, des ressources disponibles et du fait que les femmes et les jeunes filles soient, ou non, susceptibles de répondre à des questions personnelles de façon honnête et ouverte afin que les résultats soient pertinents.

Les questions clés de GHM peuvent être incluses dans les enquêtes de promotion de l'hygiène (KAP ou enquêtes de départ/de fin, ou enquête de suivi de routine), ou des enquêtes effectuées par les équipes de Santé ou de PGI. Prendre en considération le fait que les volontaires masculins peuvent ne pas être à l'aise pour poser des questions de GHM dans le cadre d'enquêtes de promotion de l'hygiène ; et que des femmes et des jeunes filles peuvent ne pas se sentir à l'aise pour répondre à un homme.

S'assurer de compléter les données quantitatives (ex. combien, nombre) avec des informations qualitatives issues des groupes de discussion, d'entretiens, d'observations directes des installations, etc., afin d'acquérir une compréhension plus en profondeur du « pourquoi » et du « comment » et de vérifier l'exactitude des données.

**Comment savoir quelles femmes et quelles filles sont en âge de procréer ?**

L'âge auquel les jeunes filles commencent à avoir leurs règles (ménarche) et l'âge auquel les femmes cessent de les avoir (ménopause) diffèrent d'une personne à l'autre, selon les pays dans le monde entier. Au cours de l'évaluation, demander aux jeunes filles et aux femmes locales de vous donner une idée approximative des âges de survenue de la ménarche et de la ménopause. Utiliser cette tranche d'âge pour la planification et le suivi des activités.

14 UNHCR. Cash Based Interventions for WASH Programmes in Refugee Settings. 2016. <http://www.unhcr.org/59fc35bd7.pdf>.

## ÉTAPE 2 : IDENTIFICATION DES GROUPES CIBLES

Cette étape consiste à identifier les femmes et les jeunes filles à cibler ainsi que les influenceurs susceptibles de soutenir les actions de GHM.

Les principales activités sont les suivantes :

- Identifier les femmes et les jeunes filles susceptibles d'être aidées, y compris les groupes vulnérables ou marginalisés
- Identifier les leaders communautaires et les influenceurs susceptibles d'être les « facilitateurs » d'une meilleure hygiène menstruelle

Les groupes vulnérables ou marginalisés devraient être identifiés en collaboration avec la communauté et en utilisant les connaissances des volontaires. Les femmes et les jeunes filles ayant des handicaps physiques, des difficultés d'apprentissage ou d'autres difficultés, celles qui sont aveugles, sourdes ou atteintes de maladie chronique ont besoin d'une attention particulière pour s'assurer que leurs besoins sont satisfaits et que les installations et l'information leur sont accessibles.

Les communautés ne sont pas homogènes – les femmes et les jeunes filles qui n'ont pas de famille ou qui sont seules (non accompagnées), celles qui appartiennent à des minorités ethniques ou religieuses, ou à des « castes » socio-économiques peuvent être marginalisées et ostracisées. Travailler en collaboration avec le PGI pour identifier ces groupes et veiller à ce que les actions GHM leur soient accessibles.

### Les femmes enceintes et les femmes qui allaitent doivent-elles être associées aux activités de GHM comme la distribution ?

Oui ! Les femmes qui allaitent peuvent recommencer à avoir leurs règles quelques mois après l'accouchement (cela peut être variable suivant les femmes). Les femmes enceintes devraient également être aidées par le biais de produits d'hygiène spécifiques (ex. kits d'accouchement et kits post-partum avec des serviettes encore plus absorbantes pour des saignements abondants), en fonction des besoins.

Il est important d'identifier les influenceurs qui peuvent induire un soutien de la part de la communauté pour une meilleure hygiène menstruelle et pour aider à lutter contre les interdits culturels négatifs, les tabous ou les superstitions. Il peut s'agir de leaders communautaires (hommes ou femmes), de personnels de santé locaux ou gouvernementaux, de prestataires communautaires (y compris des guérisseurs ou des sages-femmes traditionnels, etc.), de chefs religieux, du personnel ou des volontaires de la Société Nationale ou d'autres personnalités communautaires.



Crédit: Croix-Rouge Libanaise

## ÉTAPE 3 : ANALYSER LES FREINS ET LES FACILITATEURS DE CHANGEMENT DES COMPORTEMENTS

Cette étape consiste à comprendre les freins et les facilitateurs (ou les motivations) pouvant avoir une influence sur les changements de comportements sociaux et individuels en vue d'améliorer l'hygiène menstruelle, y compris les interdits et les tabous culturels ou religieux.

Les principales activités sont les suivantes :

- Identifier et comprendre les principaux freins perçus et réels subis par les femmes et les jeunes filles
- Identifier et comprendre les croyances, les tabous et les interdits culturels locaux.

Les freins constituent des facteurs qui gênent ou empêchent les femmes et les jeunes filles d'améliorer leur hygiène menstruelle. On peut citer comme exemples, le manque d'accès à l'eau, le manque d'installations privatives, l'absence de savon, ou des informations erronées telles que les croyances qui affirment que les femmes qui ont leurs règles provoquent de mauvaises récoltes dans les champs, des avortements chez les animaux ou sont « impures » et ne peuvent toucher ni eau ni nourriture. Parce que les règles s'accompagnent de sang, cela peut provoquer des opinions tranchées et des tabous quant au fait de toucher ou de voir du sang ou des objets menstruels.

Les éléments facilitateurs ou les motivations constituent des facteurs qui facilitent, persuadent ou aident les femmes et les jeunes filles à améliorer leur hygiène menstruelle. À titre d'exemple on peut citer l'accès à l'eau et au savon pour laver les serviettes et les sous-vêtements ainsi qu'à des informations pratiques et claires sur le cycle menstruel et sur comment rester en bonne santé ainsi que l'accès à des installations privatives qu'elles se sentent à l'aise d'utiliser de jour comme de nuit.

Certaines de ces informations peuvent peut-être déjà avoir été recueillies lors de l'évaluation dans le cadre de l'étape 1. Lorsqu'il est nécessaire d'avoir une compréhension plus en profondeur ou plus détaillée, il est possible d'utiliser les groupes de discussion, les entretiens avec des informateurs clés, des sondages ou des enquêtes pour analyser plus en profondeur les freins et les motivations.



### EXEMPLE DE TERRAIN

Une étude menée sur le GHM au Bangladesh en 2016<sup>15</sup> à Rangpur et Gopalganj a mis en évidence que le fait de garder le secret était l'un des facteurs essentiels dans les décisions de GHM des femmes et des jeunes filles. Beaucoup ont avoué un sentiment de gêne à faire sécher leurs tissus à la vue de tout le monde et de conserver des serviettes dans des endroits non hygiéniques.

Il n'a pas été constaté de différence significative de revenu mensuel du ménage entre les utilisatrices et les non-utilisatrices de serviettes hygiéniques. La menace perçue des maladies de santé reproductive a été jugée faible. Ces facteurs prouvent que le refus de donner la priorité aux besoins de GHM dans les budgets des ménages est plus important que l'incapacité à payer les produits sanitaires.

Il a été constaté que les jeunes filles et les femmes fondaient la plupart de leurs décisions en matière de gestion menstruelle sur les croyances culturelles. Les tabous sociaux usuels s'appuyaient sur la croyance du fait que les règles constituaient une malédiction et que les femmes ayant leurs règles étaient impures. Ces croyances renforcent les restrictions de mobilité et génèrent une culture du secret autour des règles.

<sup>15</sup> Par iDE et BDRCS, avec le soutien de la Croix-Rouge Australienne et de la FICR.

## ÉTAPE 4 : FORMULER DES OBJECTIFS D'HYGIÈNE MENSTRUELLE

Cette étape consiste à analyser les informations collectées pour identifier les objectifs à atteindre. S'assurer de la prise en compte des points suivants :

- Quels sont les mécanismes d'adaptation et les ressources dont disposent actuellement les femmes et les jeunes filles ?
- Quelle est le rôle ou l'objectif de la réponse de la CR/CR ? Quelles sont les capacités et le niveau d'expertise dont dispose la Société nationale ?
- Quelle est l'assistance apportée par d'autres acteurs ? Plus spécifiquement, quels autres produits d'hygiène ou de dignité (ou quel soutien sous forme d'espèces monétaires pour acquérir ces produits) ont été ou doivent être distribués ?
- Quelles sont les lacunes ? Penser aux trois composantes d'une réponse globale de GHM. Veiller à ce que personne ne soit exclu et que toutes les femmes et les jeunes filles en âge de procréer aient leurs besoins satisfaits, y compris celles qui sont handicapées, qui ont des problèmes de santé, les femmes enceintes et celles qui ont récemment accouché. Quelles installations EHA et quels produits GHM sont nécessaires pour aider les femmes et les jeunes filles à gérer leurs règles ? Quels sont les bons comportements que vous voudriez que les femmes, les jeunes filles, les hommes et les garçons adoptent ou pratiquent ? De quelles connaissances et informations ont-ils besoin ? Quels facteurs socio-culturels doivent être modifiés et quels sont les freins à lever ?

### SE RAPPELER !

Des mesures efficaces et exhaustives pour améliorer la GHM doivent traiter l'ensemble des trois composantes : l'accès aux produits et aux matériels sanitaires ; des installations privées, sûres et appropriées pour le lavage, le séchage, la possibilité de se laver et l'élimination des déchets ; et des connaissances et des informations permettant de traiter des tabous culturels, des pratiques traditionnelles ou des questions de santé.

Utilisez le tableau de l'outil 6 comme méthode pas à pas, pour utiliser les données d'évaluation et les informations recueillies pour prendre des décisions sur le programme de GHM.



#### OUTIL 6 : OUTIL PAS A PAS POUR DÉCIDER DES ACTIONS GHM PRIORITAIRES



Crédit : DANIELA ENZLER, Croix-Rouge du Malawi / Croix-Rouge Suisse

## La GHM dans les Plans d'Action en situation d'urgence

Où faudrait-il inclure les différentes étapes de la GHM et les différents types de kits dans les Plans d'Action (Pd'A) en situation d'urgence ?

Activité		Quelle section du plan d'action d'urgence ?
Distribution des <b>kits de dignité</b> (en espèces ou en nature)	<b>Avec toute distribution de kit, il doit y avoir :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Des démonstrations des produits de GHM (Pendant ou avant les distributions)</li> <li>L'utilisation d'outils IED spécifiques pour la GHM</li> <li>Un suivi Post-distribution (avec un accent mis sur les méthodes qualitatives)</li> </ul>	Section PGI
Distribution des <b>kits GHM</b> (en espèces ou en nature)		Section EHA
Distribution des <b>kits d'Hygiène</b> (en espèces ou en nature)		Section EHA
Amélioration (ou construction) d'installations EHA de GHM adaptée aux femmes		Section EHA
Promotion de l'hygiène et informations claires et factuelles sur les règles		Section EHA si faite par des volontaires de Promotion de l'Hygiène ; PGI ou section Santé si faite par d'autres volontaires

Envisagez une surveillance conjointe : les volontaires PGI peuvent-ils inclure des questions sur la GHM dans leurs activités ? Les volontaires en Promotion de l'Hygiène peuvent-ils inclure des questions sur la dignité et l'inclusion dans leurs activités HP ou lors de leur collecte de commentaires ?

Voir l'outil 7 pour disposer d'exemples de réalisations, d'indicateurs et d'objectifs à utiliser lors de l'élaboration de votre Plan d'Action d'Urgence.



### OUTIL 7 : EXEMPLE DE RÉALISATIONS, D'INDICATEURS ET D'OBJECTIFS DE GHM POUR UN PLAN D'ACTION D'URGENCE

## Que dit « Sphère » à propos de GHM<sup>16</sup> ?

Norme d'hygiène 2.3 : Les femmes et les jeunes filles disposent d'un accès approprié et digne à des produits d'hygiène menstruelle sûrs. Les principales actions sont les suivantes :

1. Comprendre les croyances culturelles et religieuses, les normes sociales et les mythes relatifs à l'hygiène menstruelle et à la gestion de l'incontinence.
2. Développer des solutions de gestion de l'hygiène menstruelle et des infrastructures de gestion de l'incontinence les plus appropriées.
3. Assurer un accès aux produits de protection sanitaire appropriés, aux produits liés à l'incontinence, au savon (pour se laver, pour la lessive et le lavage des mains), et d'autres produits d'hygiène pour faciliter l'hygiène menstruelle et la gestion de l'incontinence.
  - Les distributions de produits de GHM doivent être réalisées dans des endroits discrets afin d'assurer la dignité et de limiter la stigmatisation des personnes qui les reçoivent. Des démonstrations doivent être pratiquées afin d'expliquer l'usage approprié qui doit être fait de tout objet non familier.

<sup>16</sup> Révision du Manuel Sphère-version 2 ; consulté le 27 juin 2018:  
<http://www.sphereproject.org/handbook/revision-sphere-handbook/>

## Aider les personnes souffrantes d'incontinence

L'incontinence est un sujet complexe et en grande partie tabou, qui peut avoir des conséquences importantes sur la qualité de vie, la dignité et la santé personnelles<sup>17</sup>.

L'incontinence s'entend de fuites involontaires (ou non contrôlées) d'urine ou de fèces (ou les deux). Elle peut affecter<sup>18</sup> :

- Les personnes âgées;
- Les hommes, les femmes et les enfants handicapés et/ou ayant des difficultés d'apprentissage ;
- Les femmes et les adolescentes qui ont accouché ;
- Les femmes et les adolescentes qui ont souffert d'une fistule due à accouchement prolongé/difficile ou à une agression sexuelle ;
- Les personnes souffrant de certaines maladies (comme le cancer, les accidents vasculaires cérébraux) qui ont subi une opération (ex. ablation de la prostate) ;
- Les personnes qui ont vécu des situations très stressantes, telles que des conflits ou des catastrophes, et qui se mettent à mouiller leur lit la nuit.



### Exemples de terrain – besoins et impacts

Durant l'opération d'appui à des réfugiés sud-soudanais en 2013, une femme âgée a déclaré ne pas pouvoir assister à une distribution de nourriture et de

PNA du fait de son incontinence. Elle ne disposait pas de produits absorbants et n'avait pas accès aux installations permettant de laver et de faire sécher ses vêtements. D'autres personnes ne voulaient pas ou hésitaient à l'aider en raison de son odeur et de la stigmatisation.

Au cours de l'évaluation d'une opération de réponse à un cyclone aux Seychelles en 2013, un homme a rapporté que la chose la plus importante dont il ait eu besoin dans les semaines qui ont suivi la survenue du cyclone étaient des couches pour adultes destinées à son frère qui avait un handicap d'apprentissage et qui était incontinent.

## Quels sont les principaux défis et que pouvons-nous faire pour aider les personnes souffrant d'incontinence<sup>19</sup> ?

Défis ou besoins	Suggestions
Les personnes souffrant d'incontinence sont « cachées », elles sont gênées et n'osent pas en parler	Travailler en lien avec les équipes SPS, PGI et Santé pour commencer par identifier les personnes âgées, les personnes handicapées, etc. susceptibles de souffrir d'incontinence, comme point d'entrée pour les programmes. Etablir une relation de confiance en abordant d'abord d'autres problèmes (ex. GHM, accès aux installations EHA).
Le manque de produits, tels que des serviettes absorbantes, des sous-vêtements, des tissus, des protections pour matelas, etc. pour gérer leur incontinence	Interroger les personnes souffrant d'incontinence sur leurs préférences et leurs besoins. Certains produits d'hygiène menstruelle peuvent également être utilisés pour l'incontinence (ex. les serviettes réutilisables et jetables). Conserver un stock de fournitures appropriées dans les centres de SPS ou de dignité, pour des distributions à la demande, aux personnes qui souffrent d'incontinence. Différents types, tailles et niveaux d'absorption peuvent être nécessaires pour différents types et niveaux de gravité d'incontinence.
Absence d'accès à de l'eau en quantité suffisante pour laver et/ou des installations privatives pour laver, faire sécher et se laver	S'assurer que les personnes souffrant d'incontinence (ou leurs aidants) sont intégrées aux consultations portant sur l'implantation, la conception et la gestion des installations EHA et pour la sélection des produits PNA à distribuer.
Les personnes peuvent avoir une mobilité réduite ou être incapables de quitter leur domicile en raison de gêne, d'attitudes négatives à leur égard ou d'un environnement inaccessible	Veiller à ce que les personnes souffrant d'incontinence ne soient pas exclues des distributions ou de l'accès aux services. Veiller à ce que les personnes souffrant d'incontinence soient en relation avec des organisations ou des services spécialistes de la santé, du handicap et/ou des personnes âgées.

17 Chelsea Giles-Hansen, Hygiene Needs of Incontinence Sufferers in Low and Middle Income Countries, 2015 <<https://www.ircwash.org/resources/hygiene-needs-incontinence-sufferers>>

18 Benedicte Hafskjold and others, 'Taking Stock: Incompetent at Incontinence - Why Are We Ignoring the Needs of Incontinence Sufferers?', *Waterlines*, 35.3 (2016), 219–27 <<https://doi.org/10.3362/1756-3488.2016.018>>

19 Table adapté du 'Draft tips on incontinence based on cross-sectoral research and field experience of international humanitarian and development actors (under development 2018)', shared through informal global incontinence group.

## ÉTAPE 5 : PLANIFICATION

Cette étape traite de la collaboration avec d'autres secteurs et d'autres équipes pour établir un plan d'action visant à répondre aux objectifs et à atteindre des cibles identifiées à l'étape 4.

Les activités clés sont les suivantes :

- Choisir les méthodes ou les approches ainsi que les canaux de communication appropriés et dans lesquels les femmes, les jeunes filles, les hommes et les garçons ciblés, ont confiance.
- Travailler en étroite collaboration avec les ingénieurs EHA sur la planification du « Hardware » et des installations, en veillant à ce qu'ils comprennent les enjeux d'hygiène menstruelle et les besoins des femmes et des jeunes filles [Voir étape 6 pour plus d'informations].
- Préparer les produits, y compris le fait de les tester avec des volontaires et un petit groupe de femmes et de jeunes filles.
- Planifier les sessions de distribution, d'hygiène et de démonstration, ainsi que les activités de suivi post-distribution.
- Préparer le plan de suivi et de reporting des activités (accent mis sur l'intégration de la GHM dans les mécanismes et les activités existants de retours d'expérience, etc.).
- Planifier les mécanismes de retours d'expérience – y compris les notions de « comment », de « qui » et la fréquence.

**Se contenter de recueillir des commentaires ne suffit pas** ; assurez-vous de disposer d'un système (y compris l'identification d'un responsable) d'analyse, de suivi des mesures palliatives puis de communication de ces retours aux communautés.

Les différentes options permettant d'obtenir des retours incluent : des formulaires de commentaires communautaires/des registres remplis par le personnel ou les volontaires, des sondages, des groupes de discussions, des comités communautaires, des lignes téléphoniques (appel et/ou SMS), des guichets où poser des questions, des boîtes destinées à recevoir les plaintes ou les suggestions.

L'**Outil 10** comporte un **exemple de collecte de commentaires**, ainsi qu'un **exemple de registre de retours et de mesures palliatives**, qui peuvent être utilisés pour le recueil des doléances et le suivi des actions mises en place pour y remédi



Crédit : CORINNE Ambler/ Croix-Rouge Néo-zélandaise - BURUNDI

## ÉTAPE 6 : MISE EN ŒUVRE

Cette étape porte sur l'adoption des plans et la mise en œuvre des activités. Les principales activités sont :

- Recruter et former des volontaires (voir Partie 2 de ce guide).
- Travailler avec les équipes de premiers secours/cash pour effectuer des distributions. Les démonstrations et la promotion de l'hygiène DOIVENT accompagner chaque distribution.
- Mettre en œuvre les activités planifiées avec les équipes EHA, PGI, Abris et d'autres équipes en travaillant en étroite collaboration.
- Se coordonner avec les autres acteurs humanitaires et les parties prenantes.

Assurez-vous que les informations recueillies lors de l'évaluation servent de fil conducteur aux messages et aux informations fournis lors des séances de distribution et d'information. Cela peut aider à aborder les croyances erronées, l'ostracisme et les idées fausses tournant autour de la manipulation des serviettes, du lavage du sang, du cycle menstruel, etc.



**OUTIL 9 : OUTILS IEC POUR SERVIETTES JETABLES, SERVIETTES EN TISSU REUTILISABLES ET TAMPONS MATERIAUX (OUTILS GÉNÉRIQUES DÉJÀ DISPONIBLES EN ANGLAIS, FRANÇAIS, ESPAGNOL ET ARABE SUSCEPTIBLES D'ÊTRE ADAPTÉS LOCALEMENT ET TRADUITS)**

### Distribution

Interrogez les femmes et les jeunes filles sur leurs méthodes de distribution préférées. Lorsque c'est possible et approprié, utilisez les dispensaires, les écoles, les groupes de femmes ou de mères, les centres SPS, etc. et veillez à ce que l'environnement soit privatif et sûr, et où les femmes et les jeunes filles ne seront ni ennuyées, ni gênées. Dans les cas d'interventions basées sur des distributions en espèces, les séances de démonstration et d'information restent toujours nécessaires et peuvent également être effectuées dans ces installations.

#### **Il ne devrait y avoir aucune distribution sans démonstration sur l'utilisation et l'entretien des produits de GHM.**

Pour l'utilisation d'espèces ou de bons, la participation peut constituer un prérequis et seules celles qui assistent aux sessions auront le droit de recevoir la subvention en espèces ou le bon.

Ne jamais partir du principe que les femmes ou les jeunes filles savent déjà comment utiliser les produits inclus dans les kits GHM. Les femmes et les jeunes filles peuvent préférer un certain type de serviettes mais n'avoir aucune expérience quant à la façon de les utiliser ou elles peuvent avoir des connaissances erronées transmises par leurs mères, leurs tantes ou leurs sœurs sur les règles et la façon de les gérer.

Autres recommandations clés pour les activités de distribution et de promotion de l'hygiène :

- Faire participer un représentant de la clinique de santé locale ou du groupe de femmes (vérifier au préalable qu'ils ont la confiance des femmes et des jeunes filles) aux sessions de démonstration sur la promotion de la santé et de l'hygiène. Ils pourront répondre à des questions sur la prévention et le traitement des infections vaginales, la gestion des douleurs menstruelles et ils pourront aider à aborder les tabous culturels, les informations erronées, les mythes ou les pratiques à risque.
- Dans de nombreux cas, les discussions avec les femmes sur le GHM soulèveront inévitablement des questions portant sur la grossesse, les infections sexuellement transmissibles, l'hygiène intime, et peut-être la violence sexuelle ou domestique ou les mutilations génitales. S'assurer que tous ceux qui sont impliqués dans la distribution ou les discussions avec les femmes et les jeunes filles ont été formés sur les questions de protection et disposent d'informations à jour sur les services de soutien (santé, PSS, politique, juridique) disponibles, y compris sur les lieux où il est possible d'envoyer en toute sécurité un survivant de VSBG en cas de divulgation.
- Ne pas distribuer de kits GHM dans des contenants de marque car cela risque d'induire une association d'idée mal venue entre le contenant et les règles (ex. les gens peuvent ainsi savoir quand une femme a ses règles ce qui peut être gênant).

## Installations et services EHA

Les avis et les préférences des femmes et des jeunes filles devraient alimenter la conception et l'amélioration des installations EHA. Les ingénieurs EHA doivent comprendre les défis et les besoins des femmes et des jeunes filles en matière d'hygiène menstruelle et ils devraient collaborer étroitement avec les volontaires de PH.

### Principales réflexions relatives aux installations EHA pour la GHM :

- Les besoins en eau augmentent durant les règles pour pouvoir se laver, nettoyer les serviettes et/ou les sous-vêtements et/ou des tissus souillés, se laver les mains après avoir changé les produits menstruels usagés, etc.
- L'intimité et la sécurité des installations sont essentielles, y compris la possibilité de verrouiller les portes, de disposer d'installations séparées pour les hommes et pour les femmes, et que ces installations soient bien éclairées. Les femmes et les jeunes filles doivent se sentir à l'aise en utilisant les latrines, les lieux où se laver, etc. de nuit comme de jour. Les installations accessibles aux personnes ayant des handicaps devraient également être séparées par sexe.
- Les eaux usées provenant du lavage des objets menstruels ayant été utilisés peuvent présenter une teinte rouge « sanglante ». Le drainage et l'approvisionnement en eau devraient être adaptés afin de ne pas devenir une source d'embarras, de moquerie ou empêcher les femmes et les jeunes filles d'utiliser les lieux où se laver.
- Les serviettes jetables ou les tissus usagés jetés dans les toilettes à chasse d'eau peuvent les boucher. Il est important de prévoir des poubelles dédiées, facilement accessibles ou des moyens d'élimination des serviettes et des déchets menstruels. Afficher des informations simples (en langue locale et en s'appuyant sur des images) à l'intérieur de chaque latrine pour expliquer les messages clés portant sur l'élimination. Dans certains cas, l'utilisation d'incinérateurs pour l'élimination finale des déchets menstruels peut être appropriée.
- Les serviettes jetables ou les tissus usagés jetés dans des latrines à fosse peuvent compliquer les vidanges et boucher (ou bloquer) les équipements de vidange. Que cela devienne un vrai problème dépendra de la profondeur de la fosse des toilettes, du besoin de la vidanger, de l'espace disponible, du type d'équipement, etc.
- Le nettoyage régulier ainsi que l'entretien et l'exploitation continus des installations EHA (y compris les latrines communales, les lieux où se laver, la collecte/le transport des déchets des poubelles ou des fosses, l'exploitation des incinérateurs, etc.). S'assurer que les responsabilités sont clairement établies et qu'il existe un système de gestion en place. Envisager la possibilité d'utiliser les systèmes d'argent contre travail.
- S'assurer que toute personne manipulant ou pouvant entrer en contact avec des déchets menstruels (avec le sang) porte un équipement adapté de protection individuelle (EPP).  
Le schéma 6 à la page suivante donne un exemple de toilettes adaptées aux femmes, avec des caractéristiques et les considérations essentielles de conception.

**Utilisez les outils 2 à 4 comme check-lists pour évaluer à quel point les installations sont adaptées aux femmes et si elles satisfont aux normes minimales.**



Crédit : DANIELA ENZLER, Croix-Rouge du Malawi / Croix-Rouge Suisse

**Répondre aux besoins relatifs à la gestion de l'hygiène menstruelle (GHM)**

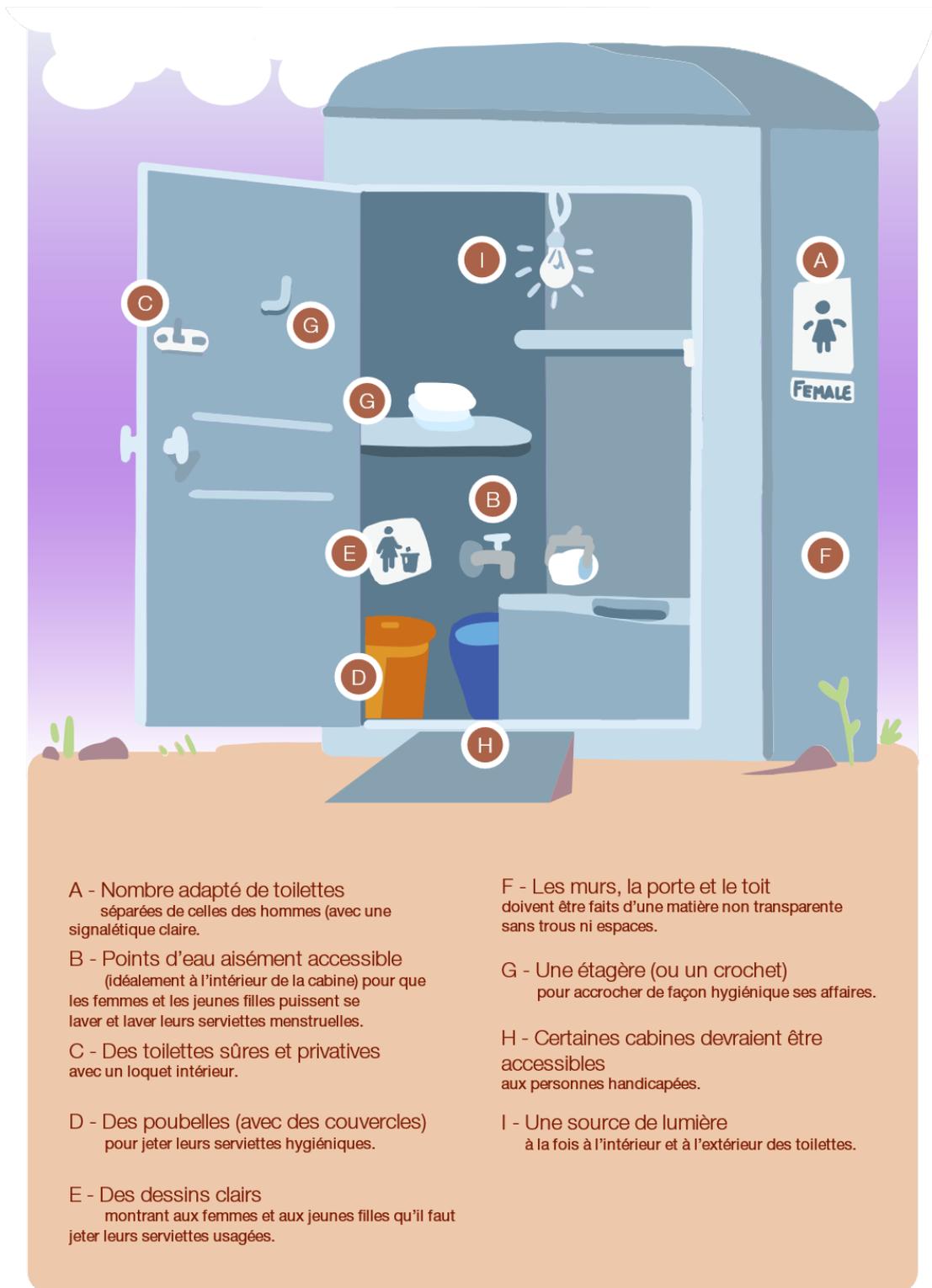


Figure 6 : Exemple de toilettes accessibles et adaptées aux femmes avec des normes minimales pour la GHM <sup>20</sup>

<sup>20</sup> Sommer, M., Schmitt, M., Clatworthy.

## ÉTAPE 7 : SUIVI ET ÉVALUATION

L'état d'avancement et d'exécution des actions de GHM, ainsi que les retours d'information des femmes, des jeunes filles, des hommes et des garçons devraient être continuellement recueillis et utilisés pour adapter les activités et les messages au fur et à mesure que les besoins et la situation évoluent.

Les principales activités sont les suivantes :

- Effectuer un suivi post-distribution pour tout kit GHM ou de dignité
- Suivre l'utilisation, la pertinence et l'entretien des installations EHA
- Collecter, analyser et utiliser de façon continue les retours des femmes, des jeunes filles, des hommes et des garçons
- Suivre en permanence la situation pour détecter les évolutions
- Se coordonner avec les autres acteurs humanitaires et les parties prenantes

Utiliser l'outil 13 pour vérifier ou réfléchir à la progression et au niveau des actions de GHM.



### OUTIL 13 : CHECKLIST POUR LES ACTIONS DE GHM EN SITUATION D'URGENCE

**Le suivi des activités de GHM peut être intégrée aux mécanismes de collecte de retours existants en matière de promotion de l'hygiène (PH).** A titre d'exemple, si les volontaires de PH réalisent un groupe de discussion avec les femmes affectées toutes les deux semaines, certaines questions clés sur le GHM peuvent être ajoutées. Si les volontaires de PH effectuent des visites à domicile pour promouvoir le lavage des mains, ils peuvent recueillir des commentaires informels ou surveiller les installations EHA.

L'outil 10 fournit un exemple de registre susceptible d'être utilisé pour recueillir des doléances (informels et formels), y compris les mesures qui ont été prises pour y remédier (atténuation) et leurs résultats. Ce tableau peut également être utilisé pour les rumeurs et les plaintes.



### OUTIL 10 : EXEMPLE DE REGISTRE DE RETOURS ET DE REMÈDES PROPOSÉS (peut aussi servir pour les rumeurs, les plaintes et les informations erronées)

## Y a-t-il eu des distributions de kits GHM ou de dignité ?

Il est important d'effectuer un suivi auprès des femmes et des jeunes filles sur l'utilisation, l'acceptabilité et la satisfaction de tout produit distribué (ou si des espèces/bons sont utilisés, sur le service et les prestataires) et d'identifier les problèmes ou les défis imprévus.

**Le suivi post-distribution pour le GHM devrait se focaliser sur les méthodes qualitatives (ex. les GD et les IEC) en complément des enquêtes quantitatives.** Il n'est pas possible de parvenir à une compréhension fine (ex. les questions portant sur le « comment » et le « pourquoi ») de l'utilisation des produits menstruels, des expériences et des défis, des tabous culturels ou des interdits, etc. par le biais des enquêtes. Les méthodes qualitatives constituent le seul moyen de collecter des informations pertinentes et en profondeur sur l'utilisation, la satisfaction, les préférences et les défis susceptibles d'être utilisés pour adapter et améliorer les programmes.

**Le suivi post-distribution des produits menstruels doit être réalisé dans les 1 à 2 mois suivant la distribution.** Avant 1 mois, il est probable que de nombreuses femmes et jeunes filles n'aient pas encore eu leurs règles et, par conséquent, n'aient pas encore réellement utilisé les serviettes, les produits, etc. Au-delà de deux mois, il peut s'avérer difficile pour les femmes et les jeunes filles de se souvenir de ce qui s'est passé durant la distribution, ce qu'elles ont reçu, etc.



### OUTIL 11 : GUIDE POUR LES GROUPES DE DISCUSSION – SUIVI POST-DISTRIBUTION

### OUTIL 12 : EXEMPLE D'ENQUÊTE DE SUIVI POST-DISTRIBUTION



Crédit : CORINNE Ambler / Croix-Rouge Néo-Zélandaise - Burundi

## Surveillance des installations EHA

Elle doit être faite en collaboration avec l'équipe EHA en charge du matériel. Les questions clés à poser sont les suivantes :

- Les latrines sont-elles privatives et bien éclairées ? Les femmes et les jeunes filles se sentent-elles à l'aise pour les utiliser de jour comme de nuit ?
- Y a-t-il suffisamment d'eau pour faire face aux besoins accrus pour se laver et laver les serviettes durant les règles ?
- Existe-t-il un approvisionnement adéquat ou un accès aux installations de savon et de lavage des mains ?
- Les poubelles d'élimination des déchets sont-elles régulièrement vidées ? Est-ce que les fosses de latrines sont presque pleines, ont-elles besoin d'être vidangées ? Le système de nettoyage et d'entretien est-il opérationnel, sinon comment peut-il être amélioré ?
- Les femmes, les filles, les personnes handicapées et les groupes vulnérables/minoritaires (par exemple les transgenres) ont-ils été consultés sur leurs préférences concernant la conception des latrines, leur emplacement et la manière dont elles seraient nettoyées et entretenues ? Ces renseignements servent-ils à orienter les programmes ou les activités ? Pourquoi ou pourquoi cela n'a-t-il pas été le cas ?

## Crises prolongées ou mouvements de population évolutifs

Dans ce type de circonstances, il est important d'évaluer et de mettre régulièrement à jour les données démographiques concernant les jeunes filles et les femmes en âge de procréer. Cela permet de s'assurer que les adolescentes qui commencent à avoir leurs règles durant la crise ou qui viennent d'arriver dans un camp de réfugiés (par exemple) sont bien incluses dans les programmes et reçoivent bien un soutien.

## ÉTAPE 8 : RÉVISION, AJUSTEMENT

Cette étape consiste à faire en sorte que les actions GHM soient appropriées et que les programmes s'adaptent pour répondre à des besoins et des défis en constante évolution.

Les activités clés des actions de GHM comprennent :

- Revoir, adapter ou ajouter des activités en fonction des retours d'information des femmes et des jeunes filles et de toute évolution de la situation
- Documenter et utiliser les leçons tirées
- Se coordonner et partager les recommandations avec les groupes de travail nationaux, les agences, etc.

Learn from the experience of implementing MHM actions. Document lessons and share them both internally and externally. Make sure to link with national or regional coordination structures, working groups, government ministries etc. to share lessons and recommendations.

Servez-vous de ces leçons et de ces recommandations pour mieux se préparer à la prochaine urgence ou catastrophe. Travaillez à une meilleure préparation en nouant des liens avec les programmes de reconstruction et de résilience à long terme (en particulier EHA et eCBHFA) et renforcez la coordination au niveau national.



Crédit : Croix-Rouge Néerlandaise Red Cross / Croix-Rouge de l'Ouganda

**Répondre aux  
besoins relatifs à la  
gestion de  
l'hygiène  
menstruelle (GHM)**

OUTILS



# GUIDE DES GROUPES DE DISCUSSION – ÉVALUATION

## Aperçu

Cet outil donne des exemples de questions destinées à un Groupe de Discussion (GD) composé de femmes et de jeunes filles pour comprendre leurs pratiques de gestion, leurs préférences, leurs croyances socio-culturelles, les interdits et la santé en matière d'hygiène menstruelle.

Les questions couvrent les éléments clés que vous devrez évaluer à propos de la GHM dans un contexte humanitaire. Les questions devront être adaptées de façon à être pertinentes et à correspondre au contexte. Devront être ajoutées des questions portant sur le projet/le contexte, le consentement, d'autres permettant de « briser la glace » et d'approfondir le sujet.

Détails importants :

- Les GD doivent être répartis par âge, par exemple de 12 à 18 ans, de 19 à 35 ans, et de 36 à 55 ans.
- Le nombre de GD à prévoir va dépendre de l'étendue, de la répartition géographique, du temps disponible et du contexte. Il est recommandé d'avoir au moins 2 GD pour chacun des groupes d'âge ; si l'opération ou le programme est plus important, il pourra être nécessaire d'en ajouter.
- Voir la Section 3 du Guide pour plus d'informations sur la sélection des volontaires pour les activités de GHM.

En fonction du temps et des ressources dont vous disposerez, ces questions pourront être intégrées à d'autres activités (par exemple, être requises en tant que partie intégrante d'un GD sur la promotion de l'hygiène, la protection genre inclusion ou la santé) – ou il sera possible de prévoir un GD spécifique pour la GHM.

## EXEMPLE DE QUESTIONS POUR UN GROUPE DE DISCUSSION

### A Information sur l'hygiène menstruelle

- Où pouvez-vous collecter de l'information relative à la santé et aux règles des femmes ?
- Avec qui vous sentez-vous le plus à l'aise pour parler de votre hygiène menstruelle ?
- À quel âge en moyenne, dans cette communauté, les femmes commencent-elles à avoir leurs règles [ménarche] et cessent-elles de les avoir [ménopause] ?
- [Pour les jeunes filles] Vous a-t-on dit ce que cela signifiait d'avoir ses règles ou comment les gérer ?

### B Pratiques d'hygiène menstruelle et installations EHA

- Avant cette urgence/cet événement, qu'est-ce que vous utilisiez habituellement pour gérer vos règles? Où vous les procuriez-vous ? (Ex : achetés dans une boutique, fabriqués à la maison, etc.) Quel en était le prix ?
- Qu'utilisez-vous maintenant pour gérer vos règles ? [Après cette période d'urgence/cet événement]
- Où changez-vous de vêtements/produits/serviettes ? À quelle fréquence changez-vous votre tissu ou votre serviette ?
- Où changez-vous de vêtements/produits/serviettes ? À quelle fréquence changez-vous votre tissu ou votre serviette ?
- Si elles utilisent des serviettes jetables : Où jetez-vous vos serviettes usagées ? Pourquoi ? Faire des sondages sur les défis, les croyances, si elles agissent la nuit, etc.
- Si elles utilisent des tissus ou des serviettes lavables : Où et comment lavez-vous vos tissus ? Pourquoi? Faire des sondages sur les défis, y compris sur les eaux usées sanguinolentes, etc.
- Si elles utilisent des tissus ou des serviettes lavables : Où et comment faites-vous sécher les tissus ? Pourquoi ? Faire des sondages sur les défis, y compris sur l'intimité, les tabous, etc.
- Si elles utilisent des tissus ou des serviettes lavables : Lorsque le tissu est complètement usé, où le jetez-vous





## GUIDE DES GROUPES DE DISCUSSION – ÉVALUATION (cont.)

### C Santé, aspects socio-culturels

- Durant votre dernière période de règles, avez-vous ressenti des douleurs (avant ou pendant), des démangeaisons ou des irritations ? Des écoulements ou des odeurs ? Comment les avez-vous gérées ?
- Durant votre dernière période de règles, avez-vous ressenti une gêne ou une anxiété quelconque ? Pourquoi ? Qu'est-ce qui vous permettrait de vous sentir moins embarrassée ou anxieuse ?
- Quelles sont les croyances et les coutumes relatives aux règles dans votre culture/communauté ? Comment vous affectent-elles ?
- Y a-t-il quelque chose que vous ne pouvez pas faire lorsque vous avez vos règles ?
- À votre avis, que savent et que pensent les hommes (et les garçons) à propos des règles, ici ?
- Quelles informations souhaiteriez-vous avoir à propos de votre corps ?

### D Produits de GHM – **Faites circuler des exemplaires de produits lorsque vous posez les questions**

- *[Serviettes : jetables ou réutilisables] : Avez-vous déjà utilisé ces produits auparavant ? Est-ce que vous les appréciez ?*
- *Pourquoi ou pourquoi pas ?*  
*Quel type de serviette préféreriez-vous maintenant ? Pourquoi ? (Discuter des aspects de durabilité/de réutilisation (quelle est la durée de vie des différents types de serviettes), des problèmes de lavage, de séchage, d'intimité, d'accès à l'eau, etc.)*
- *Discuter des préférences pour :*
- *[Serviettes jetables] : Avec ou sans ailettes ? Niveau d'absorption ?*
- *[Tissus ou serviettes réutilisables] : Couleur ? Type de matière ? Combien sont nécessaires par jour (ou pour une période de règles mensuelles) ? Fixés sur le sous-vêtement ou via un élastique autour de la taille ?*
- *[Sous-vêtements] : Couleur ? Taille ? Style ?*
- *[Savon] : Parfumé ou sans odeur ? Marque ou couleur préférée ? Savon en pain ou en poudre ?*
- *[Corde, pinces à linge ou séchoirs] : Comment préféreriez-vous faire sécher vos serviettes et vos sous-vêtements ? Pourquoi ?*
- *Y a-t-il d'autres produits ou objets dont vous auriez besoin pour vous aider à gérer vos règles ?*

### E Distribution de produits

- Avez-vous reçu récemment des produits de dignité ou d'hygiène (ou depuis la situation d'urgence/la crise) ? Lesquels ? Vous ont-ils été utiles ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
- *[Si oui] : Vous êtes-vous sentie en sécurité ou gênée durant la distribution ? Pourquoi ou pourquoi pas ?*
- Comment pensez-vous que les produits d'hygiène menstruelle devraient être distribués ? Comment souhaiteriez-vous que la distribution ait lieu ?
- Est-ce qu'il y a des femmes ou des jeunes filles qui ne peuvent pas se rendre aux distributions ? Pourquoi ? Qu'est-ce qui les en empêche ?
- *[Si vous avez prévu d'utiliser de l'aide sous forme de cash] : pensez-vous que des bons pour des produits d'hygiène menstruelle soient une bonne idée dans ce cas ? Pourquoi ou pourquoi pas ? Vous sentez-vous à l'aise d'avoir à acheter des produits personnels sur le marché local/auprès de commerçants ? Quelle distance*

### F Conclusion

- Quels sont les principaux défis auxquels vous avez maintenant à faire face pour gérer vos règles ? Lorsqu'elles sont nombreuses, faire voter les femmes et les jeunes filles (en levant la main) ou faire classer les défis par ordre d'importance.
- Y a-t-il autre chose que vous souhaiteriez partager à propos de la GHM ou de vos expériences ?
- Avez-vous des questions ?

Remerciez les participantes et expliquez les prochaines étapes. Assurez-vous qu'elles savent comment avoir accès à un soutien (ex. sur la santé sexuelle et reproductive ou sur la violence basée sur le sexe ou sur le genre)





# CHECK-LIST : POUR DES LATRINES ADAPTÉES AUX FEMMES

## Aperçu

Cet outil comprend deux check-lists :

- A** Latrines domestiques
- B** Latrines communales, publiques (ex. marchés) et institutionnelles (ex. écoles)

Utilisez ces check-lists pour évaluer si ces latrines domestiques et communales sont adaptées aux femmes.

Etre adapté aux femmes signifie qu'elles respectent les exigences minimales qui permettent aux femmes et aux jeunes filles de gérer leurs règles mensuelles de façon intime, sûre et hygiénique.

Ces check-lists peuvent également être utilisées comme outil de suivi pour contrôler les progrès réalisés pour rendre des latrines adaptées aux femmes et suivre les améliorations apportées au cours d'une opération ou d'un programme.

Ces check-lists sont composées de deux parties – la première s'appuie sur une observation directe ; la seconde partie s'appuie sur des discussions et des retours directs de la part des femmes et des jeunes filles <sup>1</sup>

## Check-list : latrines adaptées aux femmes – domestiques <sup>2</sup>

À partir d'observations directes:

<i>Standards minimaux à contrôler</i>	<i>Oui/Non</i>	<i>Action ou changement nécessaire pour satisfaire les normes</i>
<b>1</b> Les latrines sont situées à moins de 50 mètres du foyer.		
<b>2</b> Les latrines ont des murs suffisamment hauts (ou des panneaux) sans interstices ni trous.		
<b>3</b> Les latrines disposent d'une porte avec un loquet/verrou intérieur.		
<b>4</b> Il existe une installation pour se laver les mains, fonctionnelle et située à proximité des latrines.		
<b>5</b> Du savon est disponible ou situé près de l'installation permettant le lavage des mains.		
<b>6</b> Il y a un crochet et/ou une étagère à l'intérieur des latrines (pour pouvoir déposer ses produits sanitaires personnels sans avoir à les mettre par terre)		
<b>7</b> Les latrines disposent d'une source lumineuse durant la nuit. (Tenir également compte des torches, le cas échéant)		
<b>8</b> Il existe des installations ou des mécanismes permettant de jeter les déchets menstruels (ex. petites poubelles à l'intérieur des latrines, ou poubelles ou fosses à ordures à proximité des latrines). (Ces informations seront obtenues par consultation directe et par le contexte)		

<sup>1</sup>) Notez que seuls les points de discussion principaux sont inclus ici; un suivi plus approfondi du programme EHA doit être effectué(voir le guide MHM complet [Étape 7], Outil 1, Outil 11 et Outil 13 pour plus de conseils)

Adapté du Global toolkit for integrating Menstrual Hygiene Management (MHM) into humanitarian response.





## CHECK-LIST : POUR DES LATRINES ADAPTÉES AUX FEMMES (cont.)

<i>Standards minimaux à contrôler</i>	<i>Oui/Non</i>	<i>Action ou changement nécessaire pour satisfaire les normes</i>
<i>Améliorations complémentaires non-essentiels :</i>		
9 Il existe un miroir (en position basse) à l'intérieur des latrines (pour que les femmes et les jeunes filles puissent vérifier qu'il n'y a pas de tâches de sang sur leurs affaires)		
10 Accès à l'eau (ex. Installation pour se laver les mains) et savon à l'intérieur des latrines. [Dans l'idéal]		

### À partir de discussions avec les femmes et les jeunes filles

<i>Standards minimaux à contrôler</i>	<i>Oui/Non</i>	<i>Action ou changement nécessaire pour satisfaire les normes</i>
1 Vous sentez-vous à l'aise et en sécurité lorsque vous utilisez les latrines le jour et la nuit ? Pourquoi ou pourquoi pas ?		
2 Y a-t-il toujours de l'eau disponible près des toilettes pour se laver les mains et laver ses objets menstruels ?		
3 Vous sentez-vous à l'aise lorsque vous changez ou jetez vos serviettes/tissus menstruels ? Pourquoi ou pourquoi pas ?		
4 Rencontrez-vous des difficultés pour garder les latrines propres (et vider la poubelle contenant vos serviettes, le cas échéant) ? Quelles améliorations pourrait-on apporter ?		





## CHECK-LIST : POUR DES LATRINES ADAPTÉES AUX FEMMES (cont.)

### Check-list: latrines adaptées aux femmes – communales, publiques ou institutionnelles (ex. Ecoles ou cliniques) <sup>3</sup>

À partir d'observations directes

<i>Standards minimaux à contrôler</i>	<i>Oui/Non</i>	<i>Action ou changement nécessaire pour satisfaire les normes</i>
1 Les latrines pour les hommes et pour les femmes sont physiquement séparées et disposent d'une signalétique claire.		
2 Les latrines ont des murs suffisamment hauts (ou des panneaux) sans interstices ni trous.		
3 Les latrines disposent de portes avec des loquets/verrous intérieurs.		
4 Il existe une installation pour se laver les mains, fonctionnelle et située à proximité des latrines.		
5 Du savon est disponible ou situé près de l'installation permettant le lavage des mains.		
6 Il y a un crochet et/ou une étagère à l'intérieur des latrines (pour pouvoir déposer ses produits sanitaires personnels sans avoir à les mettre par terre)		
7 Les latrines disposent d'une source lumineuse durant la nuit. (Tenir également compte des torches le cas échéant)		
8 Des poubelles (ou d'autres contenants pour pouvoir jeter) destinées aux déchets menstruels sont situées à l'intérieur des latrines pour femmes.		
9 Un certain nombre de latrines sont accessibles aux femmes et aux jeunes filles handicapées. (ex. avec une rampe, une porte et un local plus larges, des barres d'appui, etc.)		
10 Les latrines sont propres, sans déchets menstruels, excréments, ou autres objets visibles sur le sol.		
11 Il existe un poster ou une signalétique à l'intérieur des latrines avec des instructions portant sur la façon de jeter ses déchets menstruels.		
<i>Améliorations complémentaires non-essentiels :</i>		
12 Il y a un miroir (en position basse) à l'intérieur des latrines (pour que les femmes et les jeunes filles puissent vérifier qu'il n'y a pas de tâches de sang sur leurs affaires)		
13 Accès à l'eau (ex. installation pour se laver les mains) à l'intérieur des latrines. [Dans l'idéal]		

3) Adapté du Global toolkit for integrating Menstrual Hygiene Management (MHM) into humanitarian response.





## CHECK-LIST : POUR DES LATRINES ADAPTÉES AUX FEMMES (cont.)

À partir de discussions avec les femmes et les jeunes filles :

<i>Standards minimaux à contrôler</i>	<i>Oui/Non</i>	<i>Action ou changement nécessaire pour satisfaire les normes</i>
1 Est-ce que les instructions de répartition par genre pour les latrines sont respectées ? (Ex. est-ce que les hommes n'utilisent que les latrines pour hommes ?)		
2 Les femmes et les jeunes filles pensent-elles que les latrines sont situées au bon endroit ? Pourquoi ou pourquoi pas ?		
3 Les femmes et les jeunes filles se sentent-elles à l'aise et en sécurité lorsqu'elles utilisent les latrines durant la journée et la nuit (le cas échéant) ? Pourquoi ou pourquoi pas ?		
4 Les femmes et les jeunes filles se sentent-elles à l'aise lorsqu'elles changent et jettent leurs serviettes hygiéniques ? Pourquoi ou pourquoi pas ?		
5 Le système d'entretien fonctionne-t-il ? Pourquoi ou pourquoi pas ? Comment peut-on l'améliorer ?		
6 Le système qui permet de vider les poubelles pour déchets menstruels fonctionne-t-il ? Pourquoi ou pourquoi pas ? Comment peut-on l'améliorer ?		

À partir de discussions avec ceux qui sont responsable de vider ou de collecter ou de transférer les déchets menstruels

<i>Standards minimaux à contrôler</i>	<i>Oui/Non</i>	<i>Action ou changement nécessaire pour satisfaire les normes</i>
1 Vous est-il déjà arrivé de trouver des produits menstruels usagés ou des déchets dans ou à côté des latrines ? Qu'est-ce que vous en pensez ?		
2 Portez-vous des gants et des bottes lorsque vous manipulez des déchets menstruels ? Pourquoi ou pourquoi pas ?		
3 Existe-t-il un tri formel ou informel des déchets ? Qui s'en charge ?		
4 Êtes-vous confrontés à des tabous, des interdits ou des moqueries du fait de votre travail (y compris le fait de manipuler des déchets menstruels) ?		
5 Avez-vous reçu une formation à propos de ce travail ? Quelles étaient, à votre avis, les informations manquantes ou celles que vous auriez aimé avoir ?		





# CHECK-LIST : STANDARDS MINIMAUX POUR DES DOUCHES QUI SOIENT ADAPTÉES AUX FEMMES

## Aperçu

Utilisez cette check-list pour déterminer si les douches sont adaptées aux femmes. Être adaptée aux femmes signifie qu'elles respectent les standards minimaux qui permettent aux femmes et aux jeunes filles de gérer chaque mois de façon intime, sûre et hygiénique leurs règles.

Cette check-list peut également être utilisée comme outil de suivi pour mesurer les progrès réalisés pour rendre les douches adaptées aux femmes et suivre les améliorations au cours d'une opération ou d'un programme.

Cette check-list est composée de deux parties – la première s'appuie sur des observations directes ; la seconde s'appuie sur des discussions et des retours directs de la part des femmes et des jeunes filles.<sup>1</sup>

## Check-list : Douches adaptées aux femmes<sup>2</sup>

À partir d'observations directes:

	<i>Standards minimaux à contrôler</i>	Oui/Non	<i>Action ou changement nécessaire pour satisfaire les standards</i>
1	Les douches sont physiquement séparées pour les hommes et pour les femmes et disposent d'une signalétique claire.		
2	Les douches ont des murs suffisamment hauts (ou des paravents) sans interstices ni trous.		
3	Les douches disposent de portes avec des verrous (ou des serrures).		
4	Il existe un crochet et/ou une étagère à l'intérieur des latrines (pour ne pas avoir à poser ses affaires personnelles et sanitaires sur le sol)		
5	De l'eau est à disposition à proximité des douches ou à l'intérieur.		
6	La douche dispose d'une source lumineuse durant la nuit.		
7	Des poubelles (ou d'autres systèmes d'évacuation) pour les déchets menstruels sont situées à l'intérieur des douches.		
8	Les douches disposent d'un système adéquat de drainage et il n'y a ni eaux stagnantes ni zones de boue. (Ex. l'eau s'écoule dans le gravier et les sorties d'évacuation sont couvertes – il faut s'assurer que l'évacuation se fasse de façon discrète car l'eau peut être teintée de rose ou de rouge à cause du lavage des déchets menstruels).		
9	Un certain nombre de cabines de douches sont accessibles aux femmes et aux jeunes filles souffrant de handicap. (Ex. avec une rampe, une porte et un local plus larges, des barres d'appui, etc.)		

1) 1) Notez que seuls les points de discussion principaux sont inclus ici; un suivi plus approfondi du programme EHA doit être effectué (voir le guide MHM complet [Étape 7], Outil 1, Outil 11 et Outil 13 pour plus de conseils).

2) Adapté du Global toolkit for integrating Menstrual Hygiene Management (MHM) into humanitarian response.





## CHECKLIST: MINIMUM STANDARDS FOR INCLUSIVE, MHM- FRIENDLY BATHING AREAS (cont.)

	<i>Standards minimaux à contrôler</i>	<i>Oui/Non</i>	<i>Action ou changement nécessaire pour</i>
10	Les douches sont propres, sans déchets menstruels ou autres objets visibles sur le sol.		
	<i>Améliorations complémentaires non-essentiels :</i>		
11	Existe-t-il un poster ou une signalétique à l'intérieur des douches avec des instructions sur la façon de jeter ses déchets menstruels ?		
12	Il y a un miroir (en position basse) à l'intérieur du lieu permettant de se laver (pour que les femmes et les jeunes filles puissent vérifier si elles n'ont pas de tâches de sang sur leurs vêtements)		
13	Accès à l'eau direct à l'intérieur de chaque cabine de douche.		

### À partir de discussions avec les femmes et les jeunes filles :

	<i>Standards minimaux à contrôler</i>	<i>Oui/Non</i>	<i>Action ou changement nécessaire pour satisfaire les standards</i>
1	Les gens respectent-ils les instructions de répartition par sexe pour les douches ?		
2	Les femmes et les jeunes filles pensent-elles que les douches sont situées au bon endroit ? Pourquoi ou pourquoi pas ?		
3	Les femmes et les jeunes filles se sentent-elles à l'aise et en sécurité lorsqu'elles utilisent les douches durant la journée et la nuit (le cas échéant) ? Pourquoi ou pourquoi pas ?		
4	Les femmes et les jeunes filles se sentent-elles à l'aise lorsqu'elles changent et jettent leurs serviettes hygiéniques ? Pourquoi ou pourquoi pas ?		
5	Le système d'entretien des douches fonctionne-t-il ? Pourquoi ou pourquoi pas ? Comment peut-on l'améliorer ?		





# CHECK-LIST : STANDARDS MINIMAUX POUR LES INSTALLATIONS DESTINÉES A L'ÉLIMINATION DES DÉCHETS SOLIDES ADAPTÉES AUX FEMMES

## Aperçu

La filière des déchets solides pour l'hygiène menstruelle comprend la collecte des déchets (souvent dans des contenants ou dans des corbeilles), leur vidage et leur transfert, puis l'élimination finale (par enfouissement, combustion ou incinération, élimination dans des latrines ou compostage).

Cette check-list se concentre sur certaines préoccupations relatives à la collecte des déchets, à savoir l'intimité et le confort des femmes et des jeunes filles en matière d'élimination de leurs déchets menstruels. Les installations d'élimination des déchets solides comprennent :

- i Les contenants pour la collecte des déchets
- ii Les fosses communales à déchets
- iii Les incinérateurs

Utilisez cette check-list pour évaluer l'adaptation aux femmes des installations d'élimination des déchets solides. Être adapté aux femmes signifie qu'elles respectent les exigences minimales qui permettent aux femmes et aux jeunes filles de gérer leurs règles mensuelles de façon intime, sûre et hygiénique.

Cette check-list peut également être utilisée comme outil de suivi pour contrôler les progrès réalisés afin de rendre des installations d'élimination des déchets solides adaptées aux femmes et suivre les améliorations apportées au cours d'une opération ou d'un programme.

Ces check-lists sont composées de trois parties – la première s'appuie sur une observation directe ; la seconde partie s'appuie sur des discussions et des retours directs de la part des femmes et des jeunes filles ; et la troisième sur des discussions avec ceux/celles qui sont en charge de la collecte, de la vidage et/ou de l'élimination<sup>1</sup>.

## Check-list: installations d'élimination des déchets solides adaptées aux femmes<sup>2</sup>

À partir d'observations directes:

Standards minimaux à contrôler	Oui/Non	Action ou changement nécessaire pour satisfaire les normes
<b>Pour les contenants de collecte des déchets (corbeilles) :</b>		
1 Le contenant de collecte des déchets dispose d'un couvercle.		
2 Les contenants de collecte des déchets sont situés dans un lieu discret (de préférence à l'intérieur de chaque latrine).		
3 Les contenants de collecte des déchets sont lavables et faciles à nettoyer.		
4 Le contenant de collecte des déchets est facile à porter (S'il doit être transféré dans un site d'élimination).		
5 Aucun déchet menstruel ou autre déchet n'est visible sur le sol autour du contenant de collecte des déchets.		

1) Notez que seuls les points de discussion principaux sont inclus ici; un suivi plus approfondi du programme EHA doit être effectué (voir le guide MHM complet [Étape 7], Outil 1, Outil 11 et Outil 13 pour plus de conseils). Adapté du Toolkit 3, Menstrual Hygiene Matters and based on IFRC experiences.





## CHECKLIST: MINIMUM STANDARDS FOR INCLUSIVE, MHM-FRIENDLY SOLID WASTE FACILITIES (cont.)

	Standards minimaux à contrôler	Oui/Non	Action ou changement nécessaire pour
	<b>Pour les fosses à déchets communales (ou assimilés) :</b>		
1	La fosse à déchets n'est pas située à côté des latrines communales des hommes.		
2	La fosse à déchets n'est pas située à côté de zones où les hommes et les garçons se réunissent ou se rassemblent.		
3	La fosse à déchets est clôturée.		
4	La fosse à déchets est suffisamment profonde (de façon à ce que personne ne puisse atteindre les déchets).		
	<b>Pour les incinérateurs:</b> <i>(Note : ces questions peuvent nécessiter des discussions avec les personnes en charge de l'entretien, et non une simple observation)</i>		
1	L'incinérateur est dédié à un bloc de latrines, ou situé dans un rayon de 10 mètres.		
2	Les déchets menstruels ne sont pas facilement visibles une fois qu'ils ont été jetés/introduits dans l'incinérateur.		
3	L'incinérateur est facile à manipuler et utilise un minimum de combustible.		
4	L'incinérateur peut atteindre une température suffisante pour brûler les objets menstruels de façon satisfaisante.		
5	Il existe un système qui permet une incinération/utilisation régulière de l'incinérateur.		
6	Il existe un système assurant un entretien régulier de l'incinérateur.		
7	Les cendres issues de l'incinérateur sont, elles aussi, brûlées ou jetées de façon appropriée.		

### À partir de discussions avec les femmes et les jeunes filles :

	Standards minimaux à contrôler	Oui/Non	Action ou changement nécessaire pour satisfaire les normes
1	Les femmes et les jeunes filles se sentent-elles à l'aise et en sécurité lorsqu'elles utilisent le contenant à collecte des déchets ou tout autre mécanisme pour jeter leurs déchets ? Pourquoi ou pourquoi pas ?		
2	Les femmes et les jeunes filles considèrent-elles que les contenants à collecte des déchets, les fosses à déchets (ou l'incinérateur) sont situés à des endroits appropriés ? Pourquoi ou pourquoi pas ?		





## CHECKLIST: MINIMUM STANDARDS FOR INCLUSIVE, MHM-FRIENDLY SOLID WASTE FACILITIES (cont.)

	<i>Standards minimaux à contrôler</i>	<i>Oui/Non</i>	<i>Action ou changement nécessaire pour satisfaire les normes</i>
3	Les femmes et les jeunes filles se sentent-elles gênées, timides ou font l'objet de moqueries lorsqu'elles jettent leurs déchets menstruels ? Pourquoi ou pourquoi pas ?		
4	Existe-t-il un système et une personne responsable de vider régulièrement les contenants et de transférer les déchets menstruels pour leur élimination définitive (ou pour brûler/entretenir les fosses à déchets) ? Est-ce que cela fonctionne ? Quelles améliorations peut-on apporter ?		

### À partir de discussions avec ceux ou celles qui sont responsables de vider ou de collecter ou de transférer les déchets menstruels :

	<i>Standards minimaux à contrôler</i>	<i>Oui/Non</i>	<i>Action ou changement nécessaire pour satisfaire les Normes</i>
1	Vous arrive-t-il de trouver des objets ou des déchets menstruels à l'intérieur ou autour des cabines à latrines ? À quoi pensez-vous que ce soit dû ?		
2	Portez-vous des gants et des bottes lorsque vous manipulez des déchets menstruels ? Pourquoi ou pourquoi pas ?		
3	Existe-t-il un tri formel ou informel des déchets ? Qui s'en charge ?		
4	Êtes-vous confrontés à des tabous, des interdits ou des moqueries du fait de votre travail (y compris du fait que vous manipulez des déchets menstruels) ?		
5	Avez-vous reçu une formation à propos de ce travail ? Quelles étaient, à votre avis, les informations manquantes ou celles que vous auriez aimé avoir ?		





# UTILISER LE CASH POUR L'ASSISTANCE À L'HYGIÈNE MENSTRUELLE

## Aperçu

Utiliser les Interventions Basées sur du Cash (IBC) pour fournir des produits d'hygiène peut offrir plus de liberté aux femmes et aux jeunes filles en leur permettant de choisir les produits sanitaires qu'elles préfèrent, auxquels elles sont habituées ou ceux qu'elles se sentent le plus à l'aise d'employer. Il a également été prouvé que le fait d'utiliser des bons plutôt que des distributions de produits augmentait la satisfaction des bénéficiaires, s'avérait plus pratique, limitait les risques de sécurité liés aux distributions, augmentait les revenus des vendeurs locaux et économisait du temps et de l'argent à l'équipe de mise en œuvre.

La décision permettant d'opter pour la réponse la plus adaptée (en nature, en espèces ou sous forme de bons) et la plus réalisable pour l'hygiène menstruelle dépend de nombreux facteurs, parmi lesquels on peut citer les préférences des bénéficiaires, les marchés opérationnels, l'accès aux marchés, la disponibilité des produits d'hygiène menstruelle adaptés, la sécurité et la sûreté du personnel, des volontaires et des bénéficiaires, la dynamique du ménage et les objectifs du programme. En complément, les compétences et les mécanismes de transfert financiers de la Société nationale (ex. paiements par téléphone mobile, bons papiers, cartes bancaires, etc.) jouent également un rôle essentiel dans la prise de décision.

Cet outil offre :

- i Des questions et des considérations clés quant à l'évaluation de l'utilisation de cash pour l'hygiène menstruelle,
- ii Des exemples portant sur la façon dont les interventions sous forme de cash pourraient être utilisées pour l'hygiène menstruelle,
- iii Un exemple de table des Paniers de Dépenses Minimales (PDM) utilisé pour définir et calculer la valeur de l'allocation/du bon,
- iv Un exemple de formulaire à utiliser pour collecter de l'information provenant des marchés locaux sur le type de produits d'hygiène menstruelle disponibles, leur coût et d'autres spécificités importantes (ex. capacité d'absorption des serviettes hygiéniques, style – avec ou sans ailettes, taille et style des sous-vêtements, etc.).

Contactez le Point Focal Cash, au niveau du pays ou de la région, susceptible d'apporter, dès le départ, un appui et des conseils. Des informations complémentaires se trouvent dans les documents suivants [IFRC Guidelines for Cash Transfer Programming](#), [IFRC Market Analysis Guidance](#) et [Red Cross Red Crescent Cash in Emergencies Toolkit](#).

## Questions et considérations clés pour l'évaluation

Les **questions clés** auxquelles répondre pour faciliter la prise de décision :

- Est-ce que les besoins identifiés peuvent être satisfaits grâce à des produits et/ou à des services spécifiques ou via du cash/des bons ?
- Est-ce que l'IBC est conforme aux politiques gouvernementales locales ?
- Est-ce que les marchés sont accessibles à l'issue d'une situation d'urgence ?
- Est-ce que les produits nécessaires se trouvent en quantité suffisante et à des prix acceptables sur les marchés locaux ?
- Est-ce que la SN a la capacité interne (programmatique, financière, logistique) de mener des interventions en cash ou est-ce qu'elle a déjà mis en œuvre des programmes cash par le passé ?
- Est-ce que la FICR dispose des capacités RH en terme d'expertise Cash disponible dans le pays ?
- Est-ce que l'assistance sous forme de cash constitue une option préférée par les bénéficiaires ?

Se rappeler que, bien que les femmes et les jeunes filles soient les utilisatrices finales des produits d'hygiène menstruelle, elles peuvent ne pas être les « décisionnaires » quant à la façon dont les ressources du ménage sont dépensées ou à ce qui est acheté. Même si le Programme de Transferts Monétaires (PTM) peut cibler les femmes et les jeunes filles de façon individuelle (plutôt qu'au niveau du foyer), il est important de comprendre les dynamiques locales de prise de décision et de dépenses des ménages.





Dans certains contextes, les femmes et les jeunes filles peuvent ne pas se sentir à l'aise d'acheter des produits d'hygiène menstruelle tels que des serviettes hygiéniques auprès de vendeurs-hommes, ou lorsqu'on peut les voir en train d'acheter des articles sanitaires à des vendeurs. Il est important de tenir compte et de comprendre ces aspects lorsque l'on évalue l'adaptation au contexte des options de réponse (cash/bon ou en nature).

Les préférences des femmes et des jeunes filles pour différents types de produits sanitaires peuvent être différentes avant et après une situation d'urgence.

Lorsque des femmes et des jeunes filles ont été déplacées du fait de situations d'urgence ou de crises, il faut se souvenir que les produits disponibles peuvent s'avérer différents de ceux qu'elles avaient l'habitude d'utiliser « chez elles » avant cette situation d'urgence. Elles peuvent ne pas se sentir à l'aise ou ne pas avoir d'expérience quant à l'utilisation du type de serviettes ou des autres produits disponibles.

En cas d'utilisation de cash/bons comme modalité de réponse, il est vital de s'assurer que les femmes et les jeunes filles bénéficient d'une démonstration et d'une formation sur la façon d'utiliser, de laver, de sécher, de jeter, etc. leurs produits menstruels, tout autant que de s'assurer qu'elles reçoivent des informations pratiques et factuelles (y compris des matériels IEC) sur l'hygiène personnelle, la façon de rester en bonne santé et le processus menstruel.

## EXEMPLES D'UTILISATION DE PROGRAMME DE TRANSFERTS MONÉTAIRES (PTM) POUR L'HYGIÈNE MENSTRUELLE

Quelques exemples de la façon dont le PTM peut être utilisé pour l'hygiène menstruelle:

- Des subventions ou des bons d'achat offerts aux femmes et aux jeunes filles pour qu'elles puissent acheter leurs produits d'hygiène menstruelle (serviettes, sous-vêtements et savon – en s'assurant de ne pas oublier des éléments d'appui essentiels tels que des seaux, des cordes, des pinces à linge, des pochettes ou des sacs pour plus d'intimité). Les subventions et les bons peuvent être restrictifs (ex. ils doivent servir à acheter certains types de produits auprès de certains vendeurs) ou non-restrictifs (ex. elles décident de ce qu'elles veulent acheter en fonction de leurs besoins prioritaires).
- Les subventions en cash ou les bons d'achat destinés aux foyers pour l'eau, la construction ou les améliorations à apporter aux latrines ou aux douches. Les subventions ou les bons peuvent être conditionnels (ex. fournis une fois que le foyer a atteint une étape comme le fait de disposer de murs ou d'une protection privative autour des toilettes, ou la construction d'une installation pour se laver les mains). Ils peuvent cibler des groupes vulnérables (ex. cibler des mineurs non accompagnés, des foyers gérés par des femmes ou des jeunes filles souffrant de handicaps physiques ou d'apprentissage).
- Les mécanismes d'argent-contre-travail pour l'entretien et l'exploitation de latrines communales, de douches ou pour la collecte, le transport et la gestion des déchets solides (Note : il faut tenir compte des équipements destinés à la protection personnelle des personnes manipulant les déchets menstruels).

## Panier de dépenses minimum (PDM) pour l'hygiène menstruelle

Le Panier de Dépenses Minimum (PDM)/Minimum Expenditure Basket (MEB) est un outil utilisé pour définir et calculer la valeur d'une subvention (ou d'un bon).

Pour l'hygiène menstruelle, le PDM est calculé pour une femme ou une adolescente (PAS pour un foyer ou une famille). Il existe un certain nombre d'éléments essentiels dont les femmes et les jeunes filles doivent disposer afin de pouvoir gérer leurs règles. Ces éléments minimums sont listés dans l'Outil 8 « Éléments de base à inclure dans les kits d'hygiène menstruelle ».

Le PDM pour l'hygiène menstruelle doit être harmonisé et comprend :

- Les éléments initiaux essentiels (kit complet) : nécessaires tous les 12 mois
- Le réapprovisionnement d'éléments consommables (kit de complément) : nécessaires tous les 3 mois

Tous les éléments additionnels nécessaires, de même que les détails spécifiques portant sur les produits menstruels (ex. style de serviettes, couleur des vêtements et des sous-vêtements, type et parfum du savon, etc.) doivent être discutés directement avec les femmes et les jeunes filles dans des groupes de discussions. Se souvenir qu'il faut également consulter les femmes et les jeunes filles sur le « comment » (et pas seulement le « quoi »).





Un exemple de PDM pour les serviettes hygiéniques jetables est présenté ci-dessous. Noter qu'il y a :

- Un transfert initial (PONCTUEL) puis,<sup>2</sup>
- Un transfert de réapprovisionnement ou de complément (RECURRENT) tous les 3 mois<sup>2</sup>

## UTILISATION DE PROGRAMME DE TRANSFERTS MONETAIRES (PTM) POUR L'HYGIÈNE MENSTRUELLE (PTM) POUR L'HYGIÈNE MENSTRUELLE (cont.)

### Dépenses initiales (ponctuelles) de denrées non alimentaires (DNA) pour l'hygiène menstruelle

Produits	Quantité par femme ou jeune fille	Prix à l'unité (monnaie locale)	Dépenses par femme ou jeune fille (monnaie locale)	Commentaires
Serviettes hygiéniques jetables (paquet, minimum de 8 serviettes par paquet)	6		0.0	Produits cohérents avec les éléments FICR minimum des kits de GHM, et des éléments supplémentaires demandés par les femmes et les jeunes filles. (Ex. serviettes, sous-vêtements et savon pour se laver ne sont pas, à eux seuls, suffisants – les femmes et les jeunes filles doivent être aidées en leur fournissant des seaux, des cordes, des pinces à linge, du savon de lavage, des sacs ou des pochettes pour l'intimité de même que des éléments additionnels optionnels en fonction du contexte tels que des torches, des jupes ou des vêtements, des sacs supplémentaires pour jeter et ainsi de suite).
Savon pour se laver (100 grammes minimum)	6		0.0	
Sous-vêtements (coton)	3		0.0	
Des petites pochettes ou des sacs pour le transport	1		0.0	
Des seaux en plastique avec des couvercles (capacité de 6 à 10 litres) ou des bassines pour se laver	1		0.0	
Élément additionnel 1			0.0	
Élément additionnel 2			0.0	
Élément additionnel 3			0.0	
Élément additionnel 4			0.0	
Élément additionnel 5			0.0	
<b>Total des dépenses de PNA (pour la GHM) par femme ou par adolescente</b>			<b>0.0</b>	

### Dépenses récurrentes (remplacement de consommables) de denrées non alimentaires (DNA) pour l'hygiène menstruelle

Produits	Quantité par femme ou jeune fille	Prix à l'unité (monnaie locale)	Dépenses par femme ou jeune fille (monnaie locale)	Commentaires
Serviettes hygiéniques jetables (paquet, minimum de 8 serviettes par paquet)	6		0.0	Éléments cohérents avec les éléments FICR minimum des kits de GHM, et des éléments supplémentaires demandés par les femmes et les jeunes filles. (Ex. Serviettes, sous-vêtements et savon pour se laver ne sont pas, à eux seuls, suffisants – les femmes et les jeunes filles doivent être aidées en leur fournissant des seaux, des cordes, des pinces à linge, du savon de lavage,
Savon pour se laver (100 grammes minimum)	6		0.0	
Élément additionnel 1			0.0	
Élément additionnel 2			0.0	
Élément additionnel 3			0.0	
<b>Total des dépenses de PNA (pour la GHM) par femme ou par jeune adolescente</b>			<b>0.0</b>	





## UTILISATION DE PROGRAMME DE TRANSFERTS MONÉTAIRES (PTM) POUR L'HYGIÈNE MENSTRUELLE (cont.)

Produits	Quantité par femme ou jeune fille	Prix à l'unité (monnaie locale)	Dépenses par femme ou jeune fille (monnaie locale)	Commentaires
				des sacs ou des pochettes pour l'intimité de même que des éléments additionnels optionnels en fonction du contexte tels que des torches, des jupes ou des vêtements, des sacs supplémentaires pour jeter et ainsi de suite).

### Exemple de terrain – externe

En 2014 le Conseil des Réfugiés Norvégien (CRN) a distribué des kits d'hygiène familiaux aux réfugiés et aux personnes déplacées internes (PDI) dans le cadre de la crise syrienne. Le suivi post-distribution a mis en évidence le fait que les serviettes hygiéniques, les serviettes et les épingles de sûreté avaient un faible taux d'utilisation. Le principal problème venait du fait que les kits standards familiaux ne tenaient pas compte de la taille de la famille, des préférences des bénéficiaires ou des besoins en matière d'hygiène. La distribution des kits a également affaibli les marchés locaux et nécessitait une chaîne d'approvisionnement complexe. Une étude de marché a été réalisée et il a été préconisé que les acteurs humanitaires envisagent d'utiliser une approche basée sur le marché avec des bons pour les produits d'hygiène. Voir 'Market survey for essential hygiene items, Kurdistan, Iraq, July 2014' by NRC and UNICEF.

### Exemple de formulaire pour collecter des informations sur les éléments de GHM

Adaptez et utilisez cet exemple de formulaire pour collecter de l'information sur la disponibilité et le prix des éléments d'hygiène menstruelle sur les marchés locaux. Utilisez cette information pour compléter le PDM.

#### A Localisation

Ville

Nom du marché/du lieu d'achat

#### B Disponibilité et prix des produits liés à la GHM

Produit	Est-ce qu'il est disponible? Oui ou Non	Prix : 3 premières marques (monnaie locale)	Autres informations
1 Paquet de serviettes hygiéniques jetables (absorption normale)		Écrire le nom de la marque écrire le prix	Combien de serviettes y a-t-il dans un paquet? Adhérentes au fond du sous-vêtement?
2 Sous-vêtements – coton, taille élastiquée, style « bikini » de façon à pouvoir utiliser des serviettes avec des ailettes			Couleurs et tailles disponibles?
3 Des serviettes hygiéniques lavables et réutilisables * Serviettes de tissu cousues pour cet usage ou morceaux de tissu de coton doux et absorbants.			



## UTILISATION DE PROGRAMME DE TRANSFERTS MONÉTAIRES (PTM) POUR L'HYGIÈNE MENSTRUELLE (cont.)

Produit	Est-ce qu'il est disponible ? Oui ou Non	Prix : 3 premières marques (monnaie locale)	Autres informations
4 Des seaux en plastique avec des couvercles, d'une capacité d'environ 7 litres, opaques			
5 Barres ou pains de savon pour se laver			Combien de grammes (taille) ?
6 Lessive (pour laver les serviettes et les vêtements)			En pain ou en poudre ? Combien de grammes ?
7 Cordes (pour étendre le linge) en plastique ou assimilé			Longueur en mètres ?
8 Des pinces à linge en plastique (pour attacher les serviettes et les sous-vêtements sur les cordes à linge)			Nombre de pinces par paquet ?
9 Des petits étendoirs à linge pour les serviettes et les sous-vêtements (rond, avec des pinces en haut pour suspendre)			
10 Des petits sacs en plastique, d'une contenance d'1 - 2 L, avec des poignées, d'une couleur qui ne soit pas noire			
11 Des pochettes pour ranger ou transporter des serviettes, de petites tailles, opaques			
<i>Ajouter d'autres éléments si nécessaire ; par exemple :</i>			Regular or super absorbency? Applicator or not? How many in a pack?
12 Tampons (paquet de)			
13 Des vêtements adaptés localement tels que kanga, sulu etc.			
14 Torche			



# OUTIL ÉTAPE PAR ÉTAPE POUR DÉFINIR LES ACTIONS PRIORITAIRES DE GHM

## Aperçu

Cet outil, étape par étape, peut être utilisé pour aider à l'analyse et à l'établissement de priorités quant aux besoins et aux actions requises de GHM. Sur la base d'informations et de données recueillies durant l'évaluation, remplir le tableau ci-dessous en commençant par le numéro 1 et continuer jusqu'au numéro 5. Plusieurs exemples sont fournis.

## Outil pour décider des actions de GHM

1	2	3	4	5
Problème identifié durant l'évaluation	Priorité – hiérarchiser la gravité du problème 1 = haute 2 = moyenne 3 = basse	Objectif – si le problème a été résolu, quel en serait le résultat ?	Actions requises pour atteindre l'objectif	Zone de responsabilité CR/CR dans cette réponse/contexte ?  Oui ou Non  (Voir les actions ci-dessous)
<i>Exemple : Les femmes et les jeunes filles n'utilisent pas les latrines du camp lorsqu'elles ont leurs règles.</i>	1	<i>Les femmes et les jeunes filles se sentent à l'aise et en sécurité lors de l'utilisation systématique des latrines du camp lorsqu'elles ont leurs règles</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Les latrines sont séparées par sexe.</li> <li>● Les latrines sont bien éclairées.</li> <li>● Des corbeilles pour jeter les déchets sont disponibles à l'intérieur des latrines.</li> <li>● Les latrines peuvent être fermées de l'intérieur.</li> <li>● Les hommes et les garçons ne traînent pas autour des latrines.</li> </ul>	<p><i>Oui – parce que la Société nationale a la responsabilité EHA dans ce contexte</i></p> <p><i>Se coordonner avec l'équipe Protection Genre et Inclusion (PGI)</i></p>
<i>Exemple : Les femmes et les jeunes filles ne disposent d'aucun lieu privatif pour laver et faire sécher les serviettes (elles les lavent dans la rivière et les font sécher sur les buissons).</i>	1	<i>Les femmes et les jeunes filles ont accès à des installations de lavage et de séchage privatives et adaptées.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● La construction de douches qui puissent se fermer, soient privatives et disposent d'un accès suffisant à l'eau et au drainage.</li> <li>● La construction de zones pour le séchage OU la distribution de cordes/pinces à linge/petits étendoirs à linge pour les femmes et les jeunes filles.</li> </ul>	<p><i>Oui – pour les actions liées à l'eau</i></p> <p><i>Non – pour les autres : une autre agence/équipe est responsable pour les douches.</i></p> <p><i>Se coordonner avec le secteur Abris et l'équipe des Produits Non Alimentaires (PNA).</i></p>

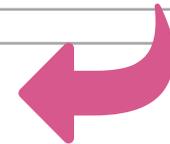




## OUTIL ÉTAPE PAR ÉTAPE POUR DÉFINIR LES ACTIONS PRIORITAIRES DE GHM (cont.)

1	2	3	4	5
Problème identifié durant l'évaluation	Priorité – hiérarchiser la gravité du problème 1 = haute 2 = moyenne 3 = basse	Objectif – si le problème a été résolu, quel en serait le résultat ?	Actions requises pour atteindre l'objectif	Zone de responsabilité CR/CR dans cette réponse/contexte ?  Oui ou Non  (Voir les actions ci-dessous)
<i>Exemple : Les femmes et les jeunes filles ne disposent d'aucun matériel sanitaire pour absorber leurs écoulements menstruels (parce qu'elles ont été déplacées).</i>	<b>1</b>	<i>Les femmes et les jeunes filles ont accès à des serviettes hygiéniques adaptées (sur la base de leurs préférences et du contexte) pour absorber leurs écoulements menstruels.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Distribution aux femmes et aux jeunes filles de serviettes en tissu réutilisables, de même que de sous-vêtements, de seaux, de savon à lessive, de cordes et d'épingles à linge pour permettre le séchage.</li> <li>● Ou : de subventions en cash ou de bons pour les produits d'hygiène menstruelle</li> <li>● Réaliser un suivi post-distribution pour contrôler l'utilisation, la satisfaction et les défis liés à l'utilisation des serviettes etc.</li> </ul>	<i>Oui – L'équipe PGI distribue des kits de dignité S'assurer que les kits de dignité comprennent TOUS les articles de base de GHM PGI doit se coordonner avec EHA (accès à l'eau, à des latrines, à des douches et à des installations d'élimination des déchets privatives et sûres)</i>

Actions provenant de la colonne 5 :



### Si OUI

Envisager d'ajouter l'action ou l'activité dans le Plan d'Action (Pd'A) de l'Urgence  
Penser également aux capacités et à l'expertise de la CR/CR et aux demandes ou décisions des gouvernements/des clusters

### Si NON

Plaider auprès des partenaires et des autres parties prenantes pour que le problème soit résolu.  
Poursuivre le suivi de la situation pour d'éventuels changements  
Se coordonner avec les autres agences et secteurs





# PLAN D'ACTION GHM EN SITUATION D'URGENCE

## Aperçu

Cet outil fournit des exemples de résultats, d'indicateurs et de cibles pour les actions liées à la gestion de l'hygiène menstruelle susceptibles de faire partie d'un Plan d'Action d'Urgence de la FICR (PdAU) . Des actions sont prévues pour les trois composantes essentielles de la GHM, de même que pour les actions de promotion de l'hygiène de la CR/CR.

Se référer à « Intégrer la GHM dans les programmes humanitaires » (« Integrating MHM into humanitarian programming »), Etape 4 du Guide, pour disposer de plus d'informations quant à la section du PdAU sous laquelle doivent se trouver les différents types de kits et d'activités.

## Exemples de résultats et d'indicateurs pour les actions GHM de la CR/CR

Un exemple spécifique de résultat pour la GHM est : « Les femmes et les adolescentes dans [préciser le pays et/ou la localisation] peuvent gérer de façon intime, sûre et hygiénique leurs règles mensuelles depuis [préciser la période]. »

FAP = Les Femmes et les jeunes filles en Âge de Procréer (évaluer les âges considérés comme normaux dans la zone concernée).

### Composant GHM 1 - Accès aux produits de GHM et à des éléments de soutien

Résultat	Indicateurs	Cible
Les femmes et les jeunes filles ont accès à et utilisent des produits de GHM adaptés	FAP recevant des produits de GHM/Kits de GHM ou de dignité.	#, 100%
	FAP témoignant que les produits de GHM ou les kits reçus sont adaptés et en quantité suffisante [pour la durée planifiée et prévue].	100%
	FAP témoignant de leur satisfaction vis à vis des produits ou des kits GHM distribués.	100%
	Écoles accueillant les filles âgées de plus de 10 ans et leur fournissent des produits de GHM en cas d'urgence.	100%
	FAP témoignant qu'elles se sentent en sécurité et à l'aise lors de la distribution de produits de GHM ou de dignité.	100%

Composant 1 – 3 adapté de: Sommer, M., Schmitt, M., Clatworthy; Save the Children.





## PLAN D'ACTION GHM EN SITUATION D'URGENCE (cont.)

### Composant GHM 2 - Des installations EHA privatives, sûres et adaptées

Résultat	Indicateurs	Cible
La population cible a accès tous les jours à de l'eau potable en quantité suffisante	Population cible disposant d'au minimum 15 litres/par personne/par jour d'eau disponible.	100%
	Foyers disposant d'au minimum 2 contenants de 20 litres pour stocker l'eau.	100%
La population cible a accès à des installations sanitaires adaptées (y compris des latrines, des endroits pour laver/se laver et faire sécher, une gestion des déchets solides)	Latrines, douches et installations pour les déchets solides conçues après consultation des femmes, des jeunes filles, des garçons et des hommes concernés (y compris ceux qui souffrent de handicaps).	100%
	Latrines, douches et des installations pour les déchets solides obéissant aux normes minimales pour être considérées comme « adaptées aux femmes ».	100%
	Foyers vivant dans un périmètre de 50 mètres de latrines/toilettes.	100%
	Latrines communales séparées par sexe.	100% (au moins 50% de latrines réservées aux femmes)
	FAP témoignant du fait qu'elles se sentent en sécurité lors de l'utilisation des installations de latrines communales de jour comme de nuit.	100%
	FAP témoignant qu'elles peuvent laver et sécher de façon hygiénique les tissus menstruels réutilisables.	100%
	FAP témoignant du fait qu'elles disposent bien de produits absorbants (serviettes hygiéniques ou tissus menstruels).	100%
	Des installations pour se laver les mains ont été construites.	#
	Installations pour se laver les mains fonctionnelles et disposant de savon et d'eau.	100%
	Latrines, douches et installations pour les déchets solides régulièrement nettoyées et entretenues.	100%
	Installations sanitaires communales/institutionnelles/scolaires disposant d'équipements pour se laver avec du savon et de l'eau.	100%
	Installations sanitaires communales/institutionnelles/scolaires disposant de corbeilles privatives pour jeter les déchets (ou des installations d'incinération).	100%
	Corbeilles ou installations sanitaires communales/institutionnelles/scolaires pour jeter les déchets vidées ou ramassées chaque jour/chaque semaine [modifier si nécessaire].	100%





## PLAN D'ACTION GHM EN SITUATION D'URGENCE (cont.)

### Composant GHM 3 - Information et connaissances sur la menstruation et l'hygiène

Résultat	Indicateurs	Cible
Les femmes, les jeunes filles, les hommes et les garçons disposent d'une information pratique et claire sur les règles et sur l'hygiène personnelle.	FAP ayant été formées à l'utilisation, à l'entretien, à la façon de jeter et à l'hygiène personnelle au moment de la distribution de produits de GHM ou de dignité.	100%
	FAP témoignant de contraintes lors de leurs règles.	% (réduction)
	FAP ayant été formées sur la façon d'utiliser des produits de GHM (PDM)	100%
	Femmes, jeunes filles, hommes et garçons sachant que les règles constituent un processus naturel et normal.	100%
	Femmes, jeunes filles, hommes et garçons ayant une connaissance de base du processus de menstruation (ex. qui peuvent correctement répondre aux questions 2 – 4 sur la GHM).	100%
	Agents de santé, hommes et femmes, ayant une connaissance de base du processus de menstruation.	100%
	FAP sachant comment gérer de façon hygiénique leurs règles mensuelles.	100%
	FAP sachant comment jeter de façon hygiénique leurs produits menstruels.	100%
Général		
Résultat	Indicateurs	Cible
Une évaluation continue de la situation et de l'engagement avec la population touchée est effectuée	Mécanisme de collecte des feedbacks mis en place et comprenant une personne responsable de la collecte, de l'analyse, de la recherche et de la communication sur les éléments d'amélioration/mitigation.	# et type, fonctionnel
	Retours/Feedbacks (y compris les plaintes et les rumeurs) négatifs qui ont pu conduire avec succès à des améliorations. Coordination pertinente/participation aux réunions au niveau des clusters.	100%
Les actions de [GHM] sont bien coordonnées entre les secteurs et les agences	Coordination pertinente/participation aux réunions au niveau des clusters.	#
	GHM incluse dans l'évaluation conjointe et dans le suivi des activités.	#





## PLAN D'ACTION GHM EN SITUATION D'URGENCE (cont.)

### Promotion générique de l'hygiène

Résultat	Indicateurs	Cible
Des activités de promotion de l'Hygiène sont réalisées sur la base des normes et des lignes directrices	Nombre de volontaires/personnels formés.	#
	Plan de Promotion de l'Hygiène (PH) réalisé.	Plan disponible
	Foyers visités par les volontaires (visites porte à porte).	# ou %
	Personnes ayant participé à des sessions de groupe organisées par des volontaires.	#
	Spots radio/messages SMS/diffusion de spots télévisés.	#
	Personnes témoignant de leur satisfaction vis à vis de la réponse CRCR.	# ou 100%
	GHM incluse dans les politiques et les lignes directrices EHA ou PH de la Société nationale.	Oui





# ÉLÉMENTS DE BASE À INCLURE DANS LES KITS D'HYGIÈNE MENSTRUELLE

## Aperçu

Il existe un nombre d'éléments essentiels qui sont indispensables pour aider les femmes et les jeunes filles à gérer leurs règles. Ces éléments de base, listés ci-dessous, sont en adéquation avec les lignes directrices globales actuelles en matière de bonnes pratiques et ont été établis sur la base de recherches opérationnelles et d'expériences de terrain à la fois de la FICR et d'autres agences humanitaires.

**Les serviettes hygiéniques et les sous-vêtements seuls ne sont pas suffisants**-des produits tels que des seaux, du savon à lessive, des cordes et des pinces à linge pour faciliter le lavage, le séchage et l'élimination sont essentiels. Cet outil liste les produits de base qui devraient se trouver dans tout kit GHM ou tout kit de dignité destiné à faciliter l'hygiène menstruelle.

### Éléments de base à inclure dans les kits

- A** Serviettes jetables
- B** Serviettes ou tissus réutilisables
- C** Tampons (pour les zones/les pays où ils sont déjà utilisés).

La partie D prend en compte des éléments supplémentaires qui peuvent être inclus suivant le contexte, les besoins et l'approche qui est suivie afin d'éviter les duplications (coordination entre PGI et EHA).

Chaque kit a été conçu pour un usage personnel (ex. pour une femme ou une adolescente en âge de procréer) pour un certain nombre de mois ; à l'issue de cette période, les éléments consommables seront épuisés (ex. serviettes jetables, savon pour se laver, lessive, etc.). Pensez à quelle stratégie vous allez utiliser pour la distribution et le réapprovisionnement des éléments consommables – soit en nature, soit en utilisant un programme de cash. En fonction du délai, il pourra s'avérer nécessaire de distribuer à nouveau le kit de base, complet (durée de vie des éléments non-consommables estimée à 12 mois).

Une concertation avec les femmes et les jeunes filles devra constituer la base de la sélection de tout produit lié à l'hygiène, la dignité ou à l'hygiène menstruelle destiné à être distribué. Cela inclut des aspects tels que la taille, la couleur des sous-vêtements, le type de lessive (ex. pain ou poudre, parfumé ou non) et le type de serviette jetable (avec ou sans « ailettes », capacité d'absorption, etc.). Interrogez les femmes et les jeunes filles sur la « façon » dont les distributions (en nature ou sous forme de bons) devraient avoir lieu pour assurer la sécurité, l'accès et l'apport d'informations.





# ÉLÉMENTS DE BASE À INCLURE DANS LES KITS D'HYGIÈNE MENSTRUELLE

Des éléments additionnels supplémentaires peuvent être ajoutés dans chaque kit, en fonction de ce qui est adapté au contexte local et à la situation socio-culturelle, sur la base des préférences et des besoins. Par exemple, une jupe/un sari/un kanga/un sulu en tissu peuvent être ajoutés pour faciliter l'intimité des femmes lorsqu'elles se lavent, ou pour cacher les tâches de sang sur leurs vêtements, etc. Une torche pourra être ajoutée pour accroître la sécurité (s'assurer de se coordonner avec Protection Genre et Inclusion).

Se souvenir qu'il peut y avoir de grandes différences en termes de préférences et de produits utilisés dans les zones urbaines versus les zones rurales ; dans les régions disposant de peu d'eau ou arides, laver ses vêtements ou ses serviettes réutilisables peut constituer un défi du fait du manque d'eau ; dans les situations de transit, lorsque les femmes et les jeunes filles se déplacent fréquemment, les serviettes en tissu réutilisables peuvent ne pas être pratiques ou adaptées.

En cas d'utilisation de cash comme support, des considérations clés incluent le fonctionnement du marché, la disponibilité des produits préférés dans ce marché, l'accès des femmes/des jeunes filles aux marchés/boutiques, la dynamique des foyers, etc. Les prix de ces produits doivent être inclus dans le Panier des Dépenses Minimum (PDM), mis à jour grâce à un suivi des prix et doit être reflété dans le calcul de la valeur de transfert.





## ÉLÉMENTS DE BASE À INCLURE DANS LES KITS D'HYGIÈNE MENSTRUELLE

### KIT GHM A – SERVIETTES JETABLES

- Kit de base, complet : durée de vie des consommables = 3 mois. Redistribuer le kit complet tous les 12 mois.
- Kit de recharge, réapprovisionnement : tous les 3 mois.



**Kit de base, complet** - redistribuer tous les 12 mois.

Description	Qté	Commentaires
SERVIETTES HYGIÉNIQUES JETABLES (paquet de), droit ou avec ailettes, flux moyens à forts, minimum de 8 serviettes par paquet.	6	Deux paquets (minimum 8 serviettes) par mois x 3 mois = 6 paquets. Si les serviettes sont du type de celles qui s'attachent avec une bande élastique autour de la taille ; un minimum de 2 x bandes élastiques pour la taille doivent figurer dans le kit.
SAVON DE BAIN, 100 grammes minimum	6	2 savons de bain par mois x 3 mois = 6 pains de savon
SOUS-VÊTEMENT, coton, ni blanc ni d'une couleur claire.	3	Choisir la taille et la couleur les plus adaptées en fonction du contexte, et/ou mettre en place un système d'échange/de sélection durant la distribution.
PETITE POCHE DE TRANSPORT, capacité de ½ à 1 litre, pour ranger ou transporter les serviettes .	1	Sans marque et non-transparente. Peut-être incluse dans les paquets de serviettes livrés par le fabricant.
INSTRUCTIONS POUR L'UTILISATION ET L'ENTRETIEN, y compris l'hygiène personnelle, le lavage, le séchage et l'élimination	1	Sous forme de dessins, avec des textes simples rédigés dans la langue locale. [Des exemples pouvant être adaptés sont disponibles en anglais, français, espagnol et arabe].
CORBEILLE EN PLASTIQUE, avec couvercle, d'une capacité de 6 à 10 litres, non-transparente, sans marque	1	Pour faire tremper et laver les sous-vêtements ou les vêtements tachés. Peut également être utilisé pour le rangement personnel des produits menstruels.
SAC DE TRANSPORT, avec des anses pour un transport plus facile, capacité min. de 5 litres.	1	Non-transparent. De préférence en textile et non en plastique.



**Kit de recharge, réapprovisionnement, (consommables).**  
tous les 3 mois (en nature ou en cash).

Description	Qté
SERVIETTES HYGIÉNIQUES JETABLES (paquet de), minimum de 8 serviettes par paquet.	6
SAVON DE BAIN, 100 grammes minimum.	6
Si possible : SACS EN PAPIER, 1 – 2 litres, non-transparents (brun), paquet de 20.	1

Éléments additionnels recommandés – en fonction du contexte :

- SACS EN PAPIER : pour faciliter l'élimination des produits sanitaires, en fonction du contexte. Préférer le papier ou des matériaux compostables plutôt que le plastique de façon à limiter l'impact environnemental.





## ÉLÉMENTS DE BASE À INCLURE DANS LES KITS D'HYGIÈNE MENSTRUELLE (cont.)

### Kit GHM B – serviettes réutilisables/lavables

- Kit de base, complet : durée de vie des consommables = 3 mois. Redistribuer le kit complet tous les 12 mois.
- Kit de recharge, réapprovisionnement : tous les 3 mois.



#### Kit de base, complet - Redistribuer tous les 12 mois

Description	Qté	Commentaires
SERVIETTES HYGIÉNIQUES OU TISSUS LAVABLES/RÉUTILISABLE, voir les caractéristiques sur la qualité des produits, leur capacité d'absorption, le séchage, etc.	6	Des serviettes hygiéniques en tissu spécialement fabriquées pour cet usage (de préférence) ou des morceaux de tissu, fixés aux sous-vêtements (ou maintenus en place à l'aide d'une bande élastique fixée autour de la taille). <b>La quantité va dépendre du type de matériel : sa qualité, sa capacité d'absorption, son taux de séchage, etc. À noter que les quantités minimales suggérées sont de 6 exemplaires pour les serviettes hygiéniques de haute qualité, spécialement fabriquées pour cet usage – et de 8 pour les pièces de tissu en coton.</b> Si les serviettes sont du type de celles qui se fixent avec une bande élastique autour de la taille, un minimum de 2 x bandes élastiques pour la taille doivent être incluses dans le kit.
SAVON DE BAIN, 100 grammes minimum.	6	2 pains de savon par mois x 3 mois = 6 pains de savon.
LESSIVE, Pain : 200 grammes minimum, ou poudre : 0.5 Litres/200 g minimum.	3	Pain de savon = 3 pains de 200 grammes minimum chacun. Savon en poudre = volume de 1.5 litres ou 600 grammes minimum (sac ou autre contenant).
CORDE, au moins 4 mètres de longueur	1	Pour faciliter le séchage.
PINCES À LINGE, paquet de 8 (minimum).	1	Pour faciliter le séchage.
SOUS-VÊTEMENT, coton, ni blanc ni d'une couleur claire.	3	Choisir la taille et la couleur les plus adaptées en fonction du contexte, et/ou mettre en place un système d'échange/de sélection durant la distribution.
PETITE POCHE DE TRANSPORT, capacité de ½ à 1 litre, pour ranger ou transporter les serviettes.	1	Sans marque et non-transparente. Peut-être incluse dans les paquets de serviettes livrés par le fabricant.



#### Kit de recharge, réapprovisionnement (consommables) Tous les 3 mois (en nature ou en cash)

Description	Qté
SAVON DE BAIN, 100 grammes minimum.	6
LESSIVE, Pain : 200 grammes minimum, ou poudre: 0.5 litres/200 g minimum.	3
Éventuellement : TISSUS OU SERVIETTES HYGIÉNIQUES – en fonction de la qualité et de la quantité incluse dans le kit.	6

Éléments additionnels recommandés – en fonction du contexte :

- TISSU, en fonction des usages locaux (p.ex. kitenge/khanga/sarong/sulu) ; pour favoriser le séchage intime des matériels menstruels et pour la dignité en cas de tâches de sang.





## ÉLÉMENTS DE BASE À INCLURE DANS LES KITS D'HYGIÈNE MENSTRUELLE (cont.)

Description	Qté	Commentaires
INSTRUCTIONS POUR L'UTILISATION ET L'ENTRETIEN, y compris l'hygiène personnelle, le lavage, le séchage et l'élimination.	1	Sous forme de dessins, avec des textes simples rédigés dans la langue locale. [Des exemples pouvant être adaptés sont disponibles en anglais, français, espagnol et arabe].
CORBEILLE EN PLASTIQUE, avec couvercle, 6 à 10 litres de capacité, non-transparente, sans marque .	1	Pour faire tremper et laver les sous-vêtements ou les vêtements tachés. Peut également être utilisé pour le rangement personnel des produits menstruels.
SAC DE TRANSPORT, avec des anses pour un transport plus facile, capacité min. de 5 litres.	1	Non-transparent. De préférence en textile et non en plastique.

### Kit GHM C – TAMPONS (pour les zones/les pays où ils sont déjà utilisés)

- Kit de base, complet : durée de vie des consommables = 2 mois.
- Kit de recharge, réapprovisionnement : tous les 2 mois.

À noter : Il est prévu que ce kit ne soit distribué que dans les zones où les femmes et les jeunes filles ont déjà pu utiliser des tampons et préfèrent cette méthode ; et NON aux femmes et aux jeunes filles qui ont utilisé des serviettes hygiéniques ou des tissus toute leur vie.



#### Kit de base, complet - redistribuer tous les 12 mois

Description	Qté	Commentaires
TAMPONS, flux normal, boîte de 10 tampons minimum.	2	Minimum de 3 tampons par jour x 7 jours de saignements = Approximativement 21 tampons par mois x 2 mois = 42 tampons approx. [En supposant qu'il s'agisse de boîtes de 10 tampons, cela fait 40 tampons]. Toujours utiliser les moins absorbants pour le flux.
TAMPONS, flux réduit, boîte de 10 tampons minimum.	2	Identique à ci-dessus.
SAVON DE BAIN, 100 grammes minimum.	6	2 pains de savon par mois x 3 mois = 6 pains de savon.



#### Kit de recharge, réapprovisionnement (consommables)

Tous les 3 mois (en nature ou en cash)

Description	Qté
TAMPONS, flux normal, boîte de 12 tampons minimum .	2
TAMPONS, flux réduit, boîte de 12 tampons minimum.	2





## ÉLÉMENTS DE BASE À INCLURE DANS LES KITS D'HYGIÈNE MENSTRUELLE (cont.)

Description	Qté	Commentaires
SOUS-VÊTEMENT, coton, ni blanc ni d'une couleur claire	3	Choisir la taille et la couleur les plus adaptées en fonction du contexte, et/ou mettre en place un système d'échange/sélection durant la distribution.
PETITE POCLETTE DE TRANSPORT, capacité de ½ à 1 litre, pour ranger ou transporter les serviettes	1	Sans marque et non-transparente. Peut-être incluse dans les paquets de serviettes livrés par le fabricant. Non-transparent. Preferably textile not plastic.
INSTRUCTIONS POUR L'UTILISATION ET L'ENTRETIEN, y compris l'hygiène personnelle, le lavage, le séchage et l'élimination	1	Sous forme de dessins, avec des textes simples rédigés dans la langue locale. [Des exemples pouvant être adaptés sont disponibles en anglais, français, espagnol et arabe].
SAC DE TRANSPORT, avec des anses pour un transport plus facile, capacité min. de 5 litres.	1	Non-transparent. De préférence en textile et non en plastique.

Éléments additionnels recommandés – en fonction du contexte :

- SACS EN PAPIER : pour faciliter l'élimination des produits sanitaires, en fonction du contexte. Préférer le papier ou des matériaux compostables plutôt que le plastique de façon à limiter l'impact environnemental.

### Éléments à ajouter (optionnel)

Description	Qté	Commentaires
SACS EN PAPIER, 1 – 2 litres, non-transparent (brun), paquet de 20	1	Pour faciliter l'élimination des produits sanitaires, en fonction du contexte. Privilégier le papier ou les matières compostables plutôt que le plastique pour réduire l'impact environnemental.
TISSU, kitenge/khanga/sarong/sulu	1	Suivant ce qui est adapté au contexte local. Peut être utilisé pour couvrir les serviettes et les sous-vêtements qui sèchent (pour l'intimité). Peut également être utilisé pour le draper autour de soi en cas de tâches de sang.
LAMPE, TORCHE, solaire, panneau solaire intégré	1	
SAC DE TRANSPORT, avec des anses pour un transport plus facile, capacité min. de 5 litres.	1	
BASSINE, pour se laver, ronde, en plastique, 20L	1	
CORBILLE À DÉCHETS avec couvercle, min. 8 litres	1	
CISEAUX, bureau, 15 - 18cm	1	





# EXEMPLES DE MATERIELS GHM

## Aperçu

Des exemples de matériels IEC pouvant être adaptés et traduits en fonction du pays / contexte ont été développés en anglais, français, espagnol et arabe pour:

- Les tampons jetables
- Les tampons réutilisables (ou tissu)
- Les tampons

Les supports comprennent "des informations générales et pragmatiques sur le cycle menstruel et l'hygiène personnelle ainsi que des instructions pour leur utilisation, leur entretien (lavage et séchage), et leur élimination.

## Les tampons jetables

**Être une femme**  
Conseils à propos des règles

**Serviettes jetables**

Les règles correspondent à la période durant laquelle le sang s'écoule du vagin. Elles ont lieu normalement tous les mois pendant tous les 28 jours.

Le saignement dure habituellement entre 2 et 7 jours. Avant ses règles est normal et sain.

En moyenne, les femmes ont leurs premières règles entre 10 et 15 ans. Au début, les règles peuvent ne pas arriver tous les mois. C'est normal.

Après 40 ou 50 ans, les femmes cessent généralement d'avoir leurs règles.

Si vos règles ne surviennent pas à un moment donné, cela peut vouloir dire que vous êtes enceinte. Rendez-vous auprès de votre fournisseur local ou de votre agent de santé communautaire.

ICF International © 2016. Tous droits réservés. ICF et le logo ICF sont des marques de commerce de ICF International.

**Qu'y a-t-il à l'intérieur de votre corps ?**  
L'appareil reproducteur féminin

Ovule : Un ovule quitte l'ovaire chaque mois. Si cet ovule est fécondé par le sperme d'un homme, il peut se transformer en un fœtus.

Utérus : Lieu où le fœtus se développe.

Vagin : Couverture (ou trou) par lequel sortent les ovules et le sang pendant la menstruation. Il est situé au-dessus du vagin.

Paroi de l'utérus : partie intérieure de l'utérus qui se renforce chaque mois. Lorsque vous êtes enceinte, cette paroi protège et nourrit le sang de vos règles.

6. Lavez-vous avec beaucoup de savon pour changer une serviette. Utilisez-la, retirez-la, et jetez-la dans le papier d'emballage ou mettez-la dans un sac en plastique.

**Comment utiliser et jeter vos serviettes**

Ne jetez pas vos serviettes à l'extérieur des toilettes.

1. Déplacez le papier adhésif sur l'envers de la serviette (si sur les toilettes).

2. Déposez la serviette dans votre sac personnel en mettant le côté collant vers le bas.

3. Si votre serviette est mouillée, replacez-la soigneusement pour faciliter le transfert en place de la serviette.

4. La serviette est prête à l'emploi.

5. Mettez les serviettes utilisées dans la corbeille ou la fosse à déchets. Si nécessaire, utilisez un sac ou une pochette pour conserver les serviettes jusqu'à ce que vous les jetiez.

**Comment rester en bonne santé pendant vos règles**

**Matin** : Assurez-vous de changer régulièrement vos serviettes.

**Midi** : Utilisez toujours des serviettes propres et sèches. Utilisez des serviettes sales ou humides (polluées) peut causer des infections ou une infection du vagin.

**Soir** : Lavez-vous les mains avec du savon et de l'eau après avoir changé de serviettes. Prenez votre temps pendant vos règles en vous lavant régulièrement.

Ne partagez jamais vos serviettes avec quelqu'un d'autre. Partager quelque chose qui contient du sang peut propager une infection.

Parlez à quelqu'un en qui vous avez confiance à propos de vos règles et de la façon de rester en bonne santé. Ne soyez pas effrayée ou gênée - avoir ses règles est normal et sain !

De nombreuses femmes ont mal au ventre ou au dos avant ou pendant leurs règles. Pour atténuer la douleur, vous pouvez faire des exercices d'étirement ou mettre une bouillotte remplie d'eau chaude ou un tissu chaud sur le bas du ventre. Si vous avez mal au ventre, parlez à quelqu'un en qui vous avez confiance à propos des moyens utilisés par les femmes de votre communauté pour soulager leurs douleurs.

## Les tampons réutilisables

**Être une femme**  
Conseils à propos des règles

**Serviettes réutilisables**

Les règles correspondent à la période durant laquelle le sang s'écoule du vagin. Elles ont lieu normalement tous les mois pendant tous les 28 jours.

Le saignement dure habituellement entre 2 et 7 jours. Avant ses règles est normal et sain.

En moyenne, les femmes ont leurs premières règles entre 10 et 15 ans. Au début, les règles peuvent ne pas arriver tous les mois. C'est normal.

Après 40 ou 50 ans, les femmes cessent généralement d'avoir leurs règles.

Si vos règles ne surviennent pas à un moment donné, cela peut vouloir dire que vous êtes enceinte. Rendez-vous auprès de votre fournisseur local ou de votre agent de santé communautaire.

ICF International © 2016. Tous droits réservés. ICF et le logo ICF sont des marques de commerce de ICF International.

**Qu'y a-t-il à l'intérieur de votre corps ?**  
L'appareil reproducteur féminin

Ovule : Un ovule quitte l'ovaire chaque mois. Si cet ovule est fécondé par le sperme d'un homme, il peut se transformer en un fœtus.

Utérus : Lieu où le fœtus se développe.

Vagin : Couverture (ou trou) par lequel sortent les ovules et le sang pendant la menstruation. Il est situé au-dessus du vagin.

Paroi de l'utérus : partie intérieure de l'utérus qui se renforce chaque mois. Lorsque vous êtes enceinte, cette paroi protège et nourrit le sang de vos règles.

8. Utilisez de l'eau propre et du savon pour laver vos serviettes. Rincez-les avec de l'eau propre.

7. Utilisez de l'eau propre et du savon pour laver vos serviettes. Rincez-les avec de l'eau propre.

**Utiliser et prendre soin de ses serviettes réutilisables**

Avant d'utiliser vos serviettes pour la première fois, à leur lavage avec du savon et de l'eau et les faire sécher au soleil. Cela leur permettra d'éliminer plus de sang.

1. Réalisez les étapes de la serviette autour de la culture et du traitement de la serviette. Assurez-vous que le côté doux se trouve sur l'envers.

2. La serviette est prête à être utilisée. Changez votre serviette au moins trois fois par jour.

3. Utilisez la serviette pour couvrir le sang pendant la menstruation.

4. Faites tremper la serviette souillée dans de l'eau froide pendant 15 minutes. Cela facilite l'élimination du sang.

5. Utilisez la serviette pour couvrir le sang pendant la menstruation.

**Comment rester en bonne santé pendant vos règles**

**Matin** : Assurez-vous de changer régulièrement vos serviettes.

**Midi** : Utilisez toujours des serviettes propres et sèches. Utilisez des serviettes sales ou humides (polluées) peut causer des infections ou une infection du vagin.

**Soir** : Lavez-vous les mains avec du savon et de l'eau après avoir changé de serviettes. Prenez votre temps pendant vos règles en vous lavant régulièrement.

Ne partagez jamais vos serviettes avec quelqu'un d'autre. Partager quelque chose qui contient du sang peut propager une infection.

Parlez à quelqu'un en qui vous avez confiance à propos de vos règles et de la façon de rester en bonne santé. Ne soyez pas effrayée ou gênée - avoir ses règles est normal et sain !

De nombreuses femmes ont mal au ventre ou au dos avant ou pendant leurs règles. Pour atténuer la douleur, vous pouvez faire des exercices d'étirement ou mettre une bouillotte remplie d'eau chaude ou un tissu chaud sur le bas du ventre. Si vous avez mal au ventre, parlez à quelqu'un en qui vous avez confiance à propos des moyens utilisés par les femmes de votre communauté pour soulager leurs douleurs.



# EXEMPLES DE MATERIELS GHM

## Les tampons

**Être une femme**  
Conseils à propos des règles

**Tampons**

Les règles correspondent à la période durant laquelle le sang s'écoule du vagin. Elles ont lieu généralement tous les mois (environ tous les 28 jours).

Le saignement dure habituellement entre 3 et 7 jours. Pour vos règles est normal et sain.

En moyenne, les femmes ont leurs premières règles entre 10 et 15 ans. Au début, les règles peuvent ne pas arriver tous les mois. C'est normal.

Vers 45 ou 50 ans, les femmes cessent généralement d'avoir leurs règles.

Si vos règles ne surviennent pas au moment attendu, cela peut vouloir dire que vous êtes enceinte. Recherchez-vous auprès de votre médecin tout doute de votre regard de votre communauté.

**Où y a-t-il à l'intérieur de votre corps ?**  
L'appareil reproducteur féminin

**Ovaire :** lieu où sont stockés les ovules de la femme.

**Utérus :** lieu où le bébé se développe.

**Paroi de l'utérus :** partie intérieure et externe qui se renforce chaque mois, lorsque vous avez vos règles.

**Vagin :** ouverture du bas par lequel le sang de vos règles s'écoule, même que les bébés sortent de l'utérus.

**Comment utiliser et jeter vos tampons**

1. Lavez-vous les mains avec du savon (avant et après avoir changé vos tampons).
2. Mettez le tampon en place dans une cartouche à déchets, une fosse ou un incinérateur. Ne jetez pas vos tampons dans les toilettes.
3. Changez votre tampon au moins 3 fois par jour.
4. Tenez le fil avec le bas pour faire sortir le tampon.
5. Assurez-vous que le fil est toujours à l'extérieur du vagin. Si vous pouvez atteindre le tampon, vous pouvez également le retirer de votre vagin.
6. Utilisez un dégrit pour pousser doucement le tampon (ou l'applicateur) dans votre vagin vers le bas de votre dos. Si vous utilisez un applicateur, poussez l'intérieur du tube en totalité à l'intérieur du vagin.
7. Ne jetez pas votre cartouche à l'extérieur de votre corps.
8. Présentez le bout de tampon à l'entrée de votre vagin. Le fil doit se trouver à l'extérieur de votre corps.

**Comment rester en bonne santé pendant vos règles**

**Matin** Utilisez toujours des tampons propres et secs. Laissez vos tampons pendant plus de 8 heures augmentera la probabilité de contracter une infection grave appelée Syndrome de Choc Toxique.

**Mid** Lavez-vous les mains avec du savon et de l'eau chaude bien changé de tampon. Changez votre tampon vos règles en vous levant régulièrement.

**Soir** Changez de tampon au moins 3 fois par jour. Ne jetez pas un tampon pendant plus de 8 heures.

Ne partagez jamais vos tampons avec quelqu'un d'autre. Partagez quelque chose qui contient du sang peut provoquer une infection.

Partez à l'école ou au travail avec confiance à propos de vos règles et de la façon de rester en bonne santé. Ne soyez pas effrayé ou gêné - votre vie est normale et saine !

De nombreuses femmes ont mal au ventre ou au dos avant ou pendant leurs règles. Pour diminuer la douleur, vous pouvez faire des exercices d'étirement ou mettre une bouillotte remplie de chaud ou un tampon chaud sur le bas de votre dos ou sur votre ventre. Parlez à votre médecin si vous avez confiance à propos des moyens offerts par les femmes de votre communauté pour soulager leurs douleurs.

Site web:

<https://ifrcwatsanmissionassistant.wordpress.com/menstrual-hygiene-management/>





# JOURNAL DE FEEDBACKS ET DE MITIGATION

## Aperçu

Cet outil fournit un exemple de journal qui peut être utilisé pour collecter des feedbacks (à la fois informels et formels) et pour documenter les actions qui ont été entreprises pour en tenir compte (mitigation) ainsi que leurs résultats. Ce tableau peut également être utilisé pour collecter les rumeurs, les plaintes et la désinformation.

Avant que les activités ne commencent, il est important de **planifier la façon dont les feedbacks vont être collectés** – y compris les mécanismes ou les activités, qui les obtient de qui, et avec quelle périodicité (fréquence). Utiliser le tableau ci-dessous comme exemple pour vous aider à planifier.

Activité ou mécanisme	Groupe cible/Avec qui ?	Fréquence
ex. Groupes de discussions	Les adolescentes et les femmes en âge de procréer	ex. Chaque mois
ex. Enquêtes rapides en utilisant les téléphones mobiles [voir ci-dessous les liens vers des ressources supplémentaires]	Groupe sélectionné de façon aléatoire à partir de la population cible	ex. Enquêtes rapides toutes les semaines ou tous les mois
ex. Émissions de radio avec conférence téléphonique	Population affectée	ex. De façon continue durant toute la durée de l'intervention
ex. Interviews avec les informateurs clés	ex. Leaders communautaires, agents de santé locaux, soigneurs traditionnels, leaders au sein de la communauté des femmes	ex. Toutes les deux semaines
ex. Bureau des plaintes e.g.	Les femmes et les jeunes filles qui reçoivent des produits de GHM	ex. Durant chaque distribution
ex. Boîte à feedbacks ou cartes postales	Population affectée	ex. De façon continue





## JOURNAL DE FEEDBACKS ET DE MITIGATION (cont.)

### Exemple de journal de feedbacks et de mitigation

(Adapté du réseau CDAC.)

Se souvenir ! Le fait de collecter des feedbacks n'est pas en soi suffisant ; il faut s'assurer qu'il existe un système en place pour analyser, suivre les actions de mitigation et, ensuite, communiquer les retours aux communautés.

Journal de feedback et de mitigation – peut aussi inclure des rumeurs, de la désinformation et des plaintes

Date	Localisation	Détails	Canal	Prise de risque	Statut de vérification	Activités d'atténuation	Résultats
Quand a-t-on obtenu le feedback/ entendu la rumeur/ la plainte ?	Où l'a-t-on entendu/ obtenu ?	Détails relatifs au feedback/à la rumeur/la plainte. Qu'en est-il ?	Par quel canal a-t-on obtenu le feedback/la rumeur/la plainte ?	Faible Moyenne Haute	Vérifier si c'est : Vrai ou Faux	Détails portant sur qui, quoi, quand, où et comment avez-vous atténué ou traité le feedback /la rumeur/la plainte, y compris en vous engageant vis-à-vis de la communauté	Suivre les résultats. Est-ce que le feedback/la rumeur/la plainte a cessé ?

### Ressources additionnelles

IFRC Community Engagement and Accountability (CEA) Guide and Toolkit

Information on tools for data collection and analysis ;

Partie du Guide de la FICR : Comment Mettre en Place et Gérer un Mécanisme Systématique de Feedback avec les Communautés





# GUIDE DES GROUPES DE DISCUSSION (GD) – SUIVI POST DISTRIBUTION (SPD)

## Aperçu

Cet outil fournit des exemples de questions destinées aux Groupes de Discussion (GD) avec des femmes et des adolescentes pour le suivi post-distribution (SPD). L'objectif est d'acquérir une compréhension détaillée de l'utilisation des produits menstruels (ex. questions sur le « comment » et le « pourquoi »), la satisfaction, les expériences et les défis, les tabous culturels, les limites, etc. Les méthodes qualitatives constituent la seule façon de collecter des informations pertinentes et en profondeur sur l'utilisation, la satisfaction, les préférences et les défis qui peuvent servir à adapter et à améliorer les programmes.

Ces questions abordent les points clés à traiter durant le suivi post-distribution de la GHM (ou des kits de dignité). Les questions devront être adaptées de façon à être pertinentes et adaptées au contexte. Des éléments d'introduction/de contexte, des questions portant sur le consentement, la mise en confiance et l'approfondissement du sujet devront être ajoutées.

### Détails importants :

- **Les GD devront être répartis par âge**, par exemple de 12 à 18 ans, de 19 à 35 ans, et de 36 à 55 ans.
- Le nombre de GD à tenir dépendra de la taille, de la répartition géographique, du temps disponible et du contexte. Il est recommandé d'avoir **au moins 2 GD avec chaque groupe d'âge** ; pour des opérations ou des programmes plus importants, il pourra être nécessaire d'en prévoir plus.
- Voir Section 3 du Guide pour plus d'information sur la sélection des volontaires pour les activités de GHM.

En fonction du temps et des ressources dont vous disposez, ces questions peuvent être intégrées à des activités (par exemple, questions à poser comme partie intégrante d'un GD lors d'une campagne de promotion de l'hygiène, Protection Genre et Inclusion ou santé) – il est aussi possible de prévoir un GD séparée seulement pour la GHM

## Exemple de questions GD

### A Éléments/kits reçus et leur utilisation (Introduction)

- Quels produits/kits avez-vous reçus ? Savez-vous qui vous les a donnés ?
- Avez-vous utilisé l'un de ces produits ? Lesquels ? Pourquoi ou pourquoi ne l'avez-vous pas utilisé ?

### B Distribution

- Pouvez-vous expliquer comment la distribution de ces kits a été effectuée ?
- Vous êtes-vous sentie en sécurité ou gênée durant la distribution ? Pourquoi ou pourquoi pas ? Qu'est-ce qui pourrait vous aider à vous sentir plus en sécurité ou moins gênée ?
- Est-ce que toutes les femmes et les jeunes filles que vous connaissez ont pu se rendre à la distribution ? Si certaines n'ont pas pu le faire, qu'est-ce qui les en a empêchées ? Que serait-il possible de faire pour leur permettre d'y assister la prochaine fois ?
- Avez-vous eu une démonstration quant à la façon d'utiliser et de prendre soin de vos serviettes hygiéniques ? Est-ce qu'il manquait des informations ?
- Vous a-t-on donné des informations sur les personnes à contacter pour avoir de plus amples informations sur la santé sexuelle et reproductive ? Est-ce qu'il manquait des informations ?

### C Pratiques d'hygiène menstruelle et installations EHA

- Qu'avez-vous utilisé pour gérer vos dernières règles ? (Ex. voyez si elles ont réellement utilisé les tissus/serviettes qui avaient été distribués)





## GUIDE DES GROUPES DE DISCUSSION (GD) – SUIVI POST DISTRIBUTION (SPD) (cont.)

*\*Les questions ci-dessous supposent que certaines d'entre elles ou que toutes ont réellement utilisé les tissus/serviettes qui avaient été distribués\**

- Avez-vous apprécié l'utilisation des serviettes/tissus ? Est-ce que c'était confortable et absorbant ? Avez-vous eu suffisamment de tissus/serviettes pour toute la période de vos règles ?
- Avez-vous rencontré la moindre difficulté dans l'utilisation des serviettes/tissus ? Comment ou pourquoi ?
- Où changez-vous votre tissu/serviette ? À quelle fréquence le faites-vous ?
- *Pour les serviettes jetables : Où vous débarrassez-vous ou jetez-vous les serviettes usagées ? Pourquoi ? Poser des questions sur les défis, les croyances, lorsqu'elles le faisaient de nuit etc.*
- *Pour les tissus et les serviettes lavables : Où et comment lavez-vous les tissus ? Pourquoi ? Poser des questions sur les défis, y compris sur les eaux usées tâchées de sang, etc.*
- *Pour les tissus et les serviettes lavables : où et comment séchez-vous les tissus ? Pourquoi ? Poser des questions sur les défis, y compris sur les questions d'intimité, les tabous, etc.*
- *Pour les tissus et les serviettes lavables : Lorsqu'ils/elles sont usés, où vous en débarrassez-vous ou les jetez-vous ? Pourquoi ? Poser des questions sur les défis, les croyances, si elles les jettent la nuit, etc.*

### D Préférences et améliorations

- Préférez-vous un autre type de serviette/de tissu maintenant ? Si c'est le cas, pourquoi ? Demander quelle couleur, quel niveau d'absorption, quel type de serviette ou de tissu etc. Aimeraient-elles d'autres changements ? (Vous pouvez aussi évoquer les aspects de durabilité/réutilisation (quelle est la durée de vie de ces serviettes), lavage, séchage, questions liées à l'intimité, accès à l'eau etc.)
- Pour les sous-vêtements et le savon : discuter de la couleur, de la taille, du parfum, de la marque etc. – des modifications à apporter ?
- Vous manque-t-il des articles ou des produits qui vous aideraient à gérer vos règles mensuelles ?
- Quels changements ou améliorations apporteriez-vous ici aux installations EHA, afin de mieux gérer vos règles ? [Toilettes, douches, installations de gestion des déchets]
- Avez-vous récemment acheté des serviettes ou d'autres articles à utiliser durant vos règles ? Qu'avez-vous acheté ? Où et combien est-ce que cela vous a coûté ? Quelles sont actuellement vos principales sources de revenus ?

### E Santé, aspects socio-culturels

- Au cours de vos dernières règles, avez-vous eu des douleurs (avant ou pendant), des démangeaisons ou des irritations ? Des écoulements ou des odeurs ? Comment avez-vous géré ces problèmes ?
- Au cours de vos dernières règles, vous êtes-vous sentie gênée ou anxieuse ? Pourquoi ? Qu'est-ce qui vous a aidé à vous sentir moins gênée ou anxieuse ?
- Quelles sont les croyances et les coutumes relatives aux règles dans votre culture/communauté ? Comment est-ce que cela vous affecte ? Existe-t-il des lieux où vous ne pouvez pas vous rendre ou des choses que vous ne pouvez pas faire durant vos règles ?

### F Conclusion

- Quels sont actuellement les principaux défis auxquels vous avez à faire face pour la gestion de vos règles ? S'il y en a beaucoup, faire voter les femmes et les jeunes filles (en levant la main) ou trier les défis par ordre d'importance.
- Y a-t-il quoi que ce soit d'autre que vous aimeriez partager à propos de la GHM ou de vos expériences ?
- Avez-vous la moindre question ?

Remerciez les participantes et expliquez les prochaines étapes. Assurez-vous qu'elles savent comment accéder à un soutien (ex. à propos de la santé sexuelle et reproductive ou au sujet des violences liées au sexe et au genre)





# ENQUÊTE DE SUIVI POST-DISTRIBUTION

## Aperçu

Il est important d'assurer un suivi auprès des femmes et des jeunes filles quant à l'utilisation, l'acceptabilité et la satisfaction de chacun des éléments distribués (ou si du cash/des bons sont utilisés, sur le service et les fournisseurs). Cette information devra être utilisée pour revoir et améliorer les kits et les produits distribués et pour adapter les programmes afin de mieux satisfaire les besoins et les préférences et de prendre en compte tout problème ou défi qui n'aurait pas été anticipé. Certains des points clés portant sur le suivi post-distribution (SPD) des actions relatives à l'hygiène menstruelle sont les suivants :

- Même si le SPD pour la GHM doit se focaliser sur des méthodes qualitatives (ex. groupes de discussion and interviews des intervenants clés), des études quantitatives sont utiles pour collecter des données pertinentes et des informations reflétant la réalité d'une zone géographique plus large, pour rendre des comptes par rapport à des objectifs et pour mesurer le changement.
- **Le suivi post-distribution des produits menstruels doit être réalisé entre 1 à 2 mois suivant la distribution.** S'il est pratiqué avant la fin du premier mois, il existe une forte probabilité que de nombreuses femmes et jeunes filles n'aient pas encore eu leurs règles et qu'elles n'aient pas, de ce fait, vraiment pu utiliser les serviettes, les autres produits etc. Au-delà de deux mois, il peut devenir difficile pour ces femmes et ces jeunes filles de se souvenir de ce qui s'est passé durant la distribution, de ce qu'elles ont reçu etc.

Cet outil fournit un exemple de questionnaire de suivi post-distribution (pour les kits GHM et les produits d'hygiène menstruelle) qui peut être adapté selon les besoins.

Il est à noter que **cet exemple comprend surtout des questions « fermées »** ; des questions ouvertes sur le « comment », le « pourquoi » ou « les préférences », etc. peuvent être posées et discutées au sein de groupes de discussion et lors d'interviews d'interlocuteurs clés afin d'obtenir des informations plus pertinentes et plus détaillées.

## Exemple de questionnaire de suivi post-distribution

### Optionnel :

- Ajouter des questions sur la connaissance (pour mesurer tout changement par rapport à la situation initiale, si c'est pertinent).
- Ajouter des questions sur la santé ex. irritations, infections (pour mesurer tout changement par rapport à la situation initiale, si c'est pertinent).
- Ajouter des questions sur les aspects socio-culturels ex. restrictions ou tabous (pour mesurer tout changement par rapport à la situation initiale, si c'est pertinent).
- Ajouter plus de questions sur la dignité ou l'inclusion ex. sentiment d'intimité, de sécurité.

	Question	Code	Notes
1	Localisation (ex. secteur d'un camp) ou autres détails	1 - ... 2 - ...	Le cas échéant
2	Quel âge avez-vous ?	Nombre	Le cas échéant
3	Quel type de kit (ou produit) avez-vous reçu ?	1 - Serviettes jetables 2 - Serviettes réutilisables 3 - Tissue 4 - Tampons	Change to be relevant for the situation





## ENQUÊTE DE SUIVI POST-DISTRIBUTION (cont.)

	Question	Code	Notes
4	Vous êtes-vous sentie en sécurité lors de la distribution (lorsque l'on vous a remis les produits) ?	1 – Oui 2 – Un peu 3 – Non 4 – N'a pas assisté à la distribution	
5	Vous êtes-vous sentie gênée durant la distribution ?	1 – Oui 2 – Un peu 3 – Non	
6	Vous a-t-on fait une démonstration de la façon d'utiliser et de prendre soin de vos serviettes ?	1 – Oui 2 – Non 3 – Je ne me souviens pas 4 – Je ne sais pas/N'a pas assisté à la distribution	
7	Vous a-t-on donné des informations sur les personnes que vous pourriez contacter pour disposer de plus d'informations sur la santé sexuelle et reproductive ?	1 – Oui 2 – Non 3 – Je ne me souviens pas 4 – Je ne sais pas/N'a pas assisté à la distribution	Et/ou violence due au genre – suivant la situation
8	Avez-vous utilisé les serviettes durant votre dernière période menstruelle ?	1 – Oui, continue 2 – Non, aller à la fin du questionnaire	Les femmes et les jeunes filles doivent avoir utilisé les serviettes ou les produits du kit pour pouvoir donner un retour utile
9	Avez-vous trouvé que les serviettes étaient satisfaisantes ?	1 – Oui 2 – Un peu 3 – Non	
10	Avez-vous reçu suffisamment de serviettes pour couvrir toute la période de vos règles ?	1 – Oui, j'ai eu assez de serviettes 2 – Non, j'ai manqué de serviettes/j'en avais besoin de plus	
11	Avez-vous rencontré des difficultés quelconques en utilisant les serviettes jetables/réutilisables ? Si oui, pourquoi ?	1 – Non 2 – Parfois 3 – Oui – pourquoi ?	
12	Où laviez-vous les serviettes/tissus réutilisables ?	1- Douche ou endroit pour se laver 2 – Toilettes 3 – Dans ma maison ou mon abri 4 – La rivière ou au lac 5 – Autre, précisez	Serviettes réutilisables/seulement du tissu
13	Où mettiez-vous à sécher les serviettes/tissus réutilisables ?	1- Douche ou endroit pour se laver 2 – Toilettes 3 – Dans ma maison ou mon abri 4 – À la rivière ou au lac 5 – Autre, précisez	Serviettes/tissus réutilisables seulement
14	Où vous êtes-vous débarrassées de vos serviettes jetables (ou les serviettes/tissus réutilisables lorsqu'ils étaient usés) ?	1 – Toilettes 2 – Fosse à déchets 3 – Enterré dans le sol 4 – Incinérateur 5 – Autre, précisez	
15	Vous manque-t-il quoi que ce soit pour vous aider à gérer vos règles mensuelles ?	1 – Non 2 – Oui ? Quoi ?	





## ENQUÊTE DE SUIVI POST-DISTRIBUTION (cont.)

	Question	Code	Notes
16	Avez-vous eu des irritations ou des démangeaisons durant votre dernière période de règles mensuelles ?	1 – Non 2 – Oui 3 – Un peu 4 – Ne veut pas se prononcer	
17	Vous êtes-vous sentie gênée ou inquiète durant votre dernière période de règles ?	1 – Non 2 – Oui 3 – Un peu 4 – Ne veut pas se prononcer	
18	Continuerez-vous à utiliser des serviettes lavables pour vos règles mensuelles ?	1 – Oui 2 – Non, pourquoi ? 3 – Peut-être	Serviettes/tissus réutilisables seulement
19	Globalement, à quel point êtes-vous satisfaite du kit GHM (dignité) que la CR/CR vous a donné ?	1 – Très satisfaite 2 – Un peu satisfaite 3 – Ok/neutre 4 – Non satisfaite. Pourquoi ?	Et/ou violence due au genre – suivant la situation
20	Des commentaires, ou des questions ?	Texte libre	





# CHECK-LIST POUR L'HYGIÈNE MENSTRUELLE DANS LES CONTEXTES HUMANITAIRES

## Aperçu

Cette check-list présente les grandes lignes d'actions permettant d'assurer une réponse GHM efficace et complète durant les crises d'urgence ou humanitaires. Utilisez-la comme un guide ou comme un outil de réflexion.



1	Le personnel et les volontaires (hommes et femmes) ont été formés à la GHM, ils sont capables et se sentent à l'aise pour discuter de la GHM et pour identifier les actions pratiques destinées à améliorer la gestion de l'hygiène menstruelle pour les femmes et les jeunes filles.	
2	Les femmes et les jeunes filles sont constamment consultées sur leurs besoins, les défis auxquels elles ont à faire face et les services/produits/appuis offerts ; les activités sont revues et adaptées en fonction des besoins.	
3	Les actions de gestion de l'hygiène menstruelle sont bien coordonnées à la fois entre les secteurs (ex. Eau, Hygiène, Assainissement, Protection Genre et Inclusion et santé) et entre les acteurs (ex. CR/CR, ONU, gouvernement etc.).	
4	Les femmes et les adolescentes ont accès et utilisent des produits sanitaires adaptés (sur la base de leurs préférences et du contexte).	
5	Les kits de GHM ou les kits de dignité (qui contiennent des produits sanitaires) comprennent tous au minimum des produits liés à l'hygiène menstruelle – y compris les éléments permettant de laver, de sécher et de jeter et les produits sanitaires.	
6	Des séances de formation sur l'utilisation, le soin et l'élimination des produits liés à l'hygiène menstruelle, ainsi que sur la promotion de l'hygiène liée à la santé sexuelle et reproductive sont assurées en même temps que la distribution de ces produits.	
7	Les toilettes, les douches et les installations de gestion des déchets solides sont « adaptées aux besoins des femmes » et satisfont un minimum d'obligations (notamment des installations différentes en fonction du sexe et des parties accessibles aux personnes handicapées) de façon à ce que les femmes et les jeunes filles disposent d'installations indépendantes et sûres, qu'elles se sentiront à l'aise d'utiliser de jour comme de nuit pour gérer leurs règles.	
8	Les toilettes, les douches et les installations de gestion des déchets solides sont régulièrement nettoyées et bien entretenues, et les personnes qui traitent les déchets menstruels portent des vêtements de protection adaptés.	
9	Les écoles et les institutions (ex. cliniques de santé) dans les contextes d'urgence disposent d'eau, de sanitaires et d'installations d'hygiène appropriés et adaptés aux femmes afin d'aider les jeunes filles à gérer leurs règles.	
10	Dans les contextes d'urgence, les enseignants ont été formés pour aider les jeunes filles à gérer leurs règles.	
11	Lors des contextes d'urgence, des opportunités ont été créées pour aider les adolescents, filles et garçons, à acquérir des connaissances sur les règles.	



# Les Principes fondamentaux du Mouvement international de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge

**Humanité** Né du souci de porter secours sans discrimination aux blessés des champs de bataille, le Mouvement international de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge, sous son aspect international et national, s'efforce de prévenir et d'alléger en toutes circonstances les souffrances des hommes. Il tend à protéger la vie et la santé ainsi qu'à faire respecter la personne humaine. Il favorise la compréhension mutuelle, l'amitié, la coopération et une paix durable entre tous les peuples.

**Impartialité** Il ne fait aucune distinction de nationalité, de race, de religion, de condition sociale et d'appartenance politique. Il s'applique seulement à secourir les individus à la mesure de leur souffrance et à subvenir par priorité aux détresses les plus urgentes.

**Neutralité** Afin de garder la confiance de tous, le Mouvement s'abstient de prendre part aux hostilités et, en tout temps, aux controverses d'ordre politique, racial, religieux et idéologique.

**Indépendance** Le Mouvement est indépendant. Auxiliaires des pouvoirs publics dans leurs activités humanitaires et soumises aux lois qui régissent leurs pays respectifs, les Sociétés nationales doivent pourtant conserver une autonomie qui leur permette d'agir toujours selon les principes du Mouvement.

**Volontariat** Il est un mouvement de secours volontaire et désintéressé.

**Unité** Il ne peut y avoir qu'une seule Société de la Croix-Rouge ou du Croissant-Rouge dans un même pays. Elle doit être ouverte à tous et étendre son action humanitaire au territoire entier.

**Universalité** Le Mouvement international de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge, au sein duquel toutes les Sociétés ont des droits égaux et le devoir de s'entraider, est universel.