



# INITIATIVE D'ACCÈS AUX PRODUITS MENSTRUELS

dans les écoles  
du Manitoba



Un guide de ressources à  
l'intention des enseignants

Initiative d'accès aux produits menstruels dans les écoles du Manitoba :

Comprend des références bibliographiques.

ISBN : 978-0-7711-6506-1 (pdf)

Tous droits réservés © 2023, le gouvernement du Manitoba, représenté par le ministre de l'Éducation et de l'Apprentissage de la petite enfance du Manitoba.

Éducation et Apprentissage de la petite enfance du Manitoba  
Winnipeg (Manitoba) Canada

Tous les efforts ont été faits pour reconnaître les sources originales et pour respecter la Loi sur le droit d'auteur. Si, dans certains cas, des erreurs ou des omissions se sont produites, veuillez en aviser le ministère de l'Éducation et de l'Apprentissage de la petite enfance du Manitoba pour qu'elles soient corrigées dans une édition future. Nous tenons à remercier les auteurs, les artistes et les maisons d'édition de nous avoir permis d'adapter ou de reproduire leur matériel original.

Toutes les illustrations ou photographies dans cette ressource sont protégées par les droits d'auteur et on ne devrait y avoir accès ou les reproduire en partie ou en totalité qu'à des fins éducatives prévues dans cette ressource.

Nous invitons le personnel de l'école à partager cette ressource avec les parents, les tuteurs et les collectivités, selon le besoin.

Tout site Web mentionné dans cette ressource peut faire l'objet de changement sans préavis. Les enseignants devraient vérifier et évaluer les sites Web et les ressources en ligne avant de les recommander aux élèves.

Cette ressource est affichée sur le site Web du ministère de l'Éducation et de l'Apprentissage de la petite enfance du Manitoba à [www.edu.gov.mb.ca/m12/progetu/epes/produits\\_menstruels.html](http://www.edu.gov.mb.ca/m12/progetu/epes/produits_menstruels.html).

*Available in English.*

Disponible en médias substitués sur demande.

Dans la présente ressource, le genre masculin appliqué aux personnes a été employé dans le seul but d'alléger le texte.

# Table des matières

Initiative d'accès aux produits menstruels dans les écoles du Manitoba	4
Quel est le lien entre la santé et l'hygiène menstruelles et l'initiative Écoles en santé?	5
Quatre éléments essentiels de l'Initiative d'accès aux produits menstruels	6
Que sont les produits menstruels?	8
Renseignements sur les distributeurs de produits menstruels et les contenants pour y jeter ceux-ci	9
La santé et l'hygiène menstruelles et le programme d'éducation physique et d'éducation à la santé	11
De quoi les enseignants du Manitoba doivent-ils tenir compte lorsqu'ils enseignent la question des menstruations dans le cadre de l'éducation physique et de l'éducation à la santé?	13
Idées pour utiliser un langage d'affirmation de genre lors de l'enseignement des résultats liés à la santé et à l'hygiène menstruelles	14
Ressources	15
Documents d'appui à l'éducation sexuelle du ministère de l'Éducation et de l'Apprentissage de la petite enfance du Manitoba	15
Ressources pour soutenir l'éducation et la sensibilisation à la santé et à l'hygiène menstruelles dans les écoles du Manitoba	16
Autres ressources d'apprentissage du ministère de l'Éducation et de l'Apprentissage de la petite enfance du Manitoba	19
Réponses aux questions fréquemment posées sur l'Initiative d'accès aux produits menstruels	21
Bibliographie	29

# Initiative d'accès aux produits menstruels dans les écoles du Manitoba

Le gouvernement du Manitoba distribue gratuitement des produits menstruels aux divisions scolaires et aux écoles indépendantes subventionnées, ainsi qu'aux organismes, aux refuges pour victimes de violence familiale, aux centres de ressources et aux programmes spécialisés sélectionnés par le Secrétariat à la condition féminine du Manitoba. Ces produits sont fournis dans le cadre d'un partenariat de trois ans avec Shoppers Drug Mart Inc.

Les renseignements suivants ont pour but d'aider les divisions scolaires et les écoles à planifier la réception et la distribution des produits menstruels aux personnes qui rencontrent des obstacles à l'accès à ces produits. Le présent document peut être mis à jour au fur et à mesure que de nouveaux apprentissages et expériences viennent éclairer cette nouvelle initiative provinciale.



# Quel est le lien entre la santé et l'hygiène menstruelles et l'initiative Écoles en santé?

La santé des élèves et l'éducation sont interdépendantes. L'initiative Écoles en santé du Manitoba vise à promouvoir la mise en œuvre d'une approche globale de la santé en milieu scolaire. Un milieu scolaire en santé de manière globale est le meilleur endroit pour apprendre, travailler et jouer. L'amélioration des résultats sur le plan de la santé et de l'hygiène menstruelles chez les élèves du Manitoba s'inscrit dans une approche globale de la santé (voir le document intitulé *Qu'est-ce que l'approche globale de la santé en milieu scolaire?* rédigé par le Consortium conjoint pancanadien pour les écoles en santé au [www.jcsh-cces.ca/fr/notions/sante-scolaire-globale/](http://www.jcsh-cces.ca/fr/notions/sante-scolaire-globale/)).



Source : Consortium conjoint pancanadien pour les écoles en santé. *Qu'est-ce que l'approche globale de la santé en milieu scolaire?* [www.jcsh-cces.ca/fr/notions/santé=scolaire-globale/](http://www.jcsh-cces.ca/fr/notions/santé=scolaire-globale/). Utilisé avec permission.

Les écoles jouent un rôle important dans la sensibilisation à la nécessité d'une gestion adéquate et suffisante de la santé et de l'hygiène menstruelles et dans la suppression de la stigmatisation qui entoure les menstruations. La santé et l'hygiène menstruelles sont liées à des écoles en santé au moyen d'un certain nombre de pratiques en milieu scolaire qui peuvent fournir aux élèves des connaissances, un accès à des produits menstruels et sanitaires, et des installations adéquates. L'éducation à la santé globale pour les élèves de la maternelle à la 12<sup>e</sup> année devrait également inclure des programmes sur la santé et l'hygiène menstruelles et sur la puberté, le cas échéant, dans le cadre du programme d'éducation physique et d'éducation à la santé (ÉP-ÉS) de la maternelle à la 12<sup>e</sup> année du Manitoba.

Les élèves devraient recevoir des renseignements pertinents sur la santé concernant les produits, les services ainsi que les partenariats et services communautaires. Par exemple, les Cliniques pour adolescents du Manitoba offrent des services médicaux et de santé gratuits et confidentiels réservés aux jeunes. Dans une Clinique pour adolescents, les jeunes peuvent parler au personnel infirmier, à des médecins et parfois à des conseillers. Pour obtenir plus de renseignements sur les Cliniques pour adolescents du Manitoba ou pour trouver une clinique, veuillez consulter le [www.teenclinic.ca/](http://www.teenclinic.ca/) (en anglais seulement).

# Quatre éléments essentiels de l'Initiative d'accès aux produits menstruels\*

Les quatre éléments suivants guident et éclairent les exigences et les recommandations pour les écoles concernant cette initiative :

Respect de la vie privée	Diversité	Accessibilité	Éducation
			
<ul style="list-style-type: none"><li>■ espace autonomie</li><li>■ sécurité personnelle</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>■ adaptation à la culture</li><li>■ affirmation de genre</li><li>■ approche centrée sur la personne</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>■ pour tous les élèves ayant un besoin justifié</li><li>■ accès sans obstacle</li><li>■ accès dans des langues et des formes de communication diverses</li><li>■ options et choix</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>■ éducation et sensibilisation à la santé et à l'hygiène menstruelles</li><li>■ utilisation des produits menstruels</li><li>■ positive, non fondée sur la crainte ou la honte</li></ul>

\* Les renseignements dans cette section ont été adaptés du document *Menstrual Dignity for Students Toolkit* avec la permission du Oregon Department of Education.



**Le respect de la vie privée** implique de disposer d'espaces sécuritaires et privés où les élèves peuvent avoir accès aux produits menstruels, à des instructions sur la façon de les utiliser et à des contenants à déchets pour y jeter ceux-ci en toute discrétion. Cela signifie que les élèves déterminent eux-mêmes quand ils ont besoin d'accéder à des produits, quels produits ils choisissent, où ils peuvent les utiliser en sécurité et comment prendre soin de leurs propres fonctions corporelles avec dignité. Il convient d'accorder aux élèves qui ont besoin de l'aide d'un adulte autant d'indépendance que possible, en garantissant un niveau de consentement approprié et en respectant leur dignité, conformément à ce qui est établi et documenté dans le cadre du processus de plans éducatifs personnalisés.



La **diversité** signifie l'inclusion, l'affirmation et le respect des différences concernant l'apprentissage, l'accès et la prise de décision en matière de santé dans les communautés. Les écoles et les divisions scolaires ne doivent pas faire d'hypothèses sur les élèves qui pourraient avoir besoin de produits menstruels.



L'**accessibilité** signifie que les produits, l'éducation et les distributeurs sont équitablement proposés et accessibles à tous les élèves, y compris ceux ayant des capacités et des besoins divers (p. ex. les besoins en matière de langues ou de formes de communication additionnelles, les besoins liés au genre). L'accès équitable permet à tous les élèves d'exercer leur propre choix à leurs propres conditions parmi une variété de produits. L'accès doit respecter les diverses caractéristiques protégées par le Code des droits de la personne du Manitoba (voir <https://web2.gov.mb.ca/laws/statutes/ccsm/h175f.php>).

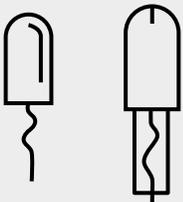
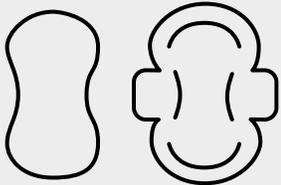
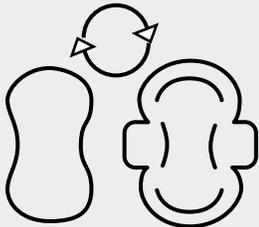
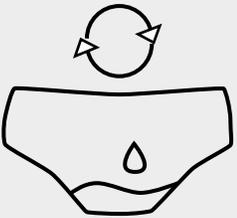
Dans son préambule, la Loi sur l'accessibilité pour les Manitobains (qui se trouve au <https://web2.gov.mb.ca/laws/statutes/2013/c04013f.php>) fait référence à la Charte canadienne des droits et libertés, au Code des droits de la personne du Manitoba et à la Convention des Nations-Unies relative aux droits des personnes handicapées. Cette loi comporte cinq domaines de normes. Chaque norme est adoptée en tant que règlement et elle devient obligatoire. Pour en savoir plus, consultez l'adresse <https://accessibilitymb.ca/index.fr.html>.



L'**éducation** comprend l'acquisition de connaissances et la compréhension du fonctionnement du corps, sans honte ni stigmatisation. Les cours d'éducation physique et d'éducation à la santé devraient offrir aux élèves de la maternelle à la 12<sup>e</sup> année une éducation efficace sur la puberté qui explique les changements et la croissance, et ils devraient offrir aux élèves un espace sécuritaire pour apprendre comment fonctionne le corps humain. Pour obtenir plus de renseignements sur la création d'un espace sécuritaire, voir page 25.

# Que sont les produits menstruels?

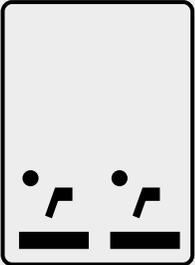
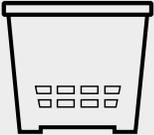
Tel qu'indiqué dans le tableau qui suit, un large éventail de produits menstruels sont offerts.

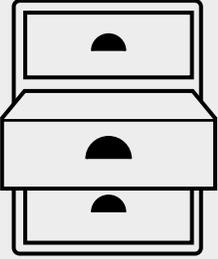
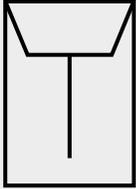
Nom du produit	Définition	Exemples de types de produits
<p><b>Tampon</b></p> 	<p>Un tampon est un produit menstruel jetable conçu pour absorber les fluides menstruels. Il est inséré dans le vagin pendant les menstruations.</p>	<p>Il existe plusieurs degrés d'absorption : léger, régulier, super, super plus et ultra.</p> <p>Les tampons peuvent être conçus avec des applicateurs en plastique ou en carton, ou sans applicateur.</p>
<p><b>Serviette sanitaire</b></p> 	<p>Une serviette sanitaire, ou simplement une serviette, est un produit menstruel jetable conçu pour absorber les fluides menstruels. Elle est fixée au sous-vêtement pendant les menstruations.</p>	<p>Il existe plusieurs degrés d'absorption et différentes tailles : protège-slip, flux léger, régulier, abondant, serviette de nuit ou longue.</p>
<p><b>Coupe menstruelle</b></p> 	<p>Une coupe menstruelle est une coupe en forme de cloche conçue pour recueillir les fluides menstruels. Elle est insérée dans le vagin pendant les menstruations.</p>	<p>Les coupes menstruelles existent en différentes formes et tailles, et sont fabriquées dans différents matériaux.</p>
<p><b>Serviette en tissu</b></p> 	<p>Une serviette en tissu est un produit menstruel lavable conçu pour absorber les fluides menstruels. Elle est fixée au sous-vêtement pendant les menstruations.</p>	<p>Il existe également plusieurs formes, tailles et degrés d'absorption pour les serviettes en tissu, et elles sont fabriquées dans différents matériaux.</p>
<p><b>Sous-vêtements menstruels</b></p> 	<p>Les sous-vêtements menstruels sont des produits menstruels lavables conçus pour absorber les fluides menstruels pendant les menstruations.</p>	<p>Il existe plusieurs degrés d'absorption, tailles et styles pour les sous-vêtements menstruels.</p>

Source : Oregon Department of Education. *Menstrual Dignity for Students Toolkit*. Novembre 2022. Adapté avec permission.

# Renseignements sur les distributeurs de produits menstruels et les contenants pour y jeter ceux-ci

Un **distributeur** désigne un contenant suffisant pour contenir les produits menstruels à distribuer et peut inclure un objet fixé sur un mur ou placé sur une étagère. Un **contenant pour y jeter les produits menstruels** est conçu pour garantir que toutes les personnes qui ont leurs règles puissent y jeter leurs déchets de manière sûre et hygiénique.

Types de distributeurs	Avantages	Inconvénients
<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">Unités murales mécaniques</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ les distributeurs existants peuvent être utilisés</li> <li>■ fixées au mur pour empêcher toute détérioration</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ dépendent du produit et peuvent ne pas permettre la variété de produits requise</li> <li>■ installation plus coûteuse et considérations d'espace</li> <li>■ il est plus difficile pour les élèves de prendre plus d'un produit à la fois, si nécessaire</li> <li>■ peuvent être à pièces de monnaie et donner l'impression que les produits sont payants (alors qu'ils doivent être gratuits)</li> </ul>
<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">Paniers de comptoir</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ coût inférieur</li> <li>■ moins encombrant</li> <li>■ plus facile pour les élèves de prendre ce dont ils ont besoin</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ plus facile à enlever ou à détériorer</li> </ul>

Types de distributeurs	Avantages	Inconvénients
<p>Tiroirs de rangement autoportants</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ facilement disponibles et moins coûteux que les options d'unités murales mécaniques</li> <li>■ possibilité de stocker un grand nombre de produits (moins de reconstitution de stocks)</li> <li>■ plus facile pour les élèves de prendre ce dont ils ont besoin</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ plus facile à enlever ou à détériorer</li> </ul>
<p>Enveloppe ou classeur fixé au mur</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ peut être préférable pour les écoles dont la population qui a ses règles est moins nombreuse (p. ex. une école primaire)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ il serait plus difficile de stocker une variété de produits pour des populations plus importantes</li> </ul>

Source : Oregon Department of Education, *Menstrual Dignity for Students Toolkit*, Novembre 2022. Adapté avec permission.

# La santé et l'hygiène menstruelles et le programme d'éducation physique et d'éducation à la santé

La santé et l'hygiène menstruelles sont des domaines d'apprentissage essentiels dans le cadre du programme d'éducation physique et d'éducation à la santé (ÉP-ÉS). Les résultats d'apprentissage spécifiques (RAS) concernant les menstruations et la santé menstruelle se retrouvent dans tout le programme d'éducation physique et d'éducation à la santé de la maternelle à la 12<sup>e</sup> année.

Deux domaines du programme d'éducation physique et d'éducation à la santé, à savoir la *Prévention du tabagisme, de l'alcoolisme et de la toxicomanie et la Sexualité* (dans le RAG n° 5 : Habitudes de vie saines, ainsi que dans le sous-domaine consacré à la sécurité personnelle [prévention de l'exploitation sexuelle et des mauvais traitements de nature sexuelle] du RAG n° 3 : Sécurité), peuvent être potentiellement délicats pour certains élèves et leurs parents/familles ou communautés. Ce caractère délicat peut être fondé sur des valeurs familiales, religieuses ou culturelles. Les résultats d'apprentissage axés sur les menstruations et la puberté se trouvent dans le domaine de la Sexualité. Le contenu potentiellement délicat doit être traité de manière appropriée au contexte scolaire et communautaire local. Pour obtenir plus de renseignements sur le traitement du contenu délicat, veuillez consulter la page *Vue d'ensemble du programme d'études* sur le site *Web Éducation physique et Éducation à la santé* au [www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/ped/epes/epesm-s4/index.html](http://www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/ped/epes/epesm-s4/index.html).

Dans le RAG n° 5 : Habitudes de vie saine (voir [www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/ped/epes/epesm-s4/docs/habitude.pdf](http://www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/ped/epes/epesm-s4/docs/habitude.pdf)), le domaine de la Sexualité comprend des RAS de la maternelle à la 12<sup>e</sup> année qui couvrent la croissance et le développement (c'est-à-dire la puberté), ainsi que les facteurs psychologiques et sociologiques associés à la sexualité et à la puberté. Le domaine des Habitudes personnelles liées à la santé comprend également des RAS associés aux soins d'hygiène de la maternelle à la 10<sup>e</sup> année.

Les discussions sur la santé et l'hygiène menstruelles seraient également associées aux RAS se trouvant dans le RAG n° 4 : Gestion personnelle et relations humaines (voir le [www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/ped/epes/epesm-s4/docs/personal.pdf](http://www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/ped/epes/epesm-s4/docs/personal.pdf)) dans les domaines du *Développement personnel*, des *Relations humaines* et du *Développement affectif*.

Les enseignants chargés de l'éducation physique et de l'éducation à la santé pourraient également inclure des expériences d'apprentissage en éducation physique sur la façon dont les menstruations et la santé menstruelle influencent la participation aux expériences de mouvement, l'activité physique, l'exercice personnel, et ainsi de suite. Les enseignants d'éducation physique disposent d'une quantité importante de données de recherche dans ce domaine, ce qui serait bénéfique pour leur apprentissage professionnel sur la façon d'améliorer l'inclusion dans leurs classes. Pour obtenir des renseignements sur la façon dont les menstruations peuvent influencer sur la participation au sport, consultez *Menstrual Period: Relative Energy Deficiency in Sports* (en anglais seulement) du Center for Young Women's Health à l'adresse <https://youngwomenshealth.org/guides/female-athlete-triad/>.



# De quoi les enseignants du Manitoba doivent-ils tenir compte lorsqu'ils enseignent la question des menstruations dans le cadre de l'éducation physique et de l'éducation à la santé?

Les enseignants doivent tenir compte des éléments suivants lorsqu'ils enseignent les résultats d'apprentissage concernant la santé et l'hygiène menstruelles ou la puberté dans le cadre du programme d'éducation physique et d'éducation à la santé :

- ✓ enseigner les menstruations et la puberté comme une partie normale et positive du développement humain;
- ✓ aborder les mythes, les tabous et la stigmatisation qui entourent la santé menstruelle, et faire le lien avec des informations exactes sur la santé;
- ✓ relier le langage (y compris l'argot) à la terminologie de la santé exacte afin de garantir la compréhension et la sensibilité à la culture;
- ✓ créer des espaces pour les questions anonymes et fournir des réponses;
- ✓ inclure des leçons et des activités en classe pour les élèves de tout genre, afin de réduire la honte, la stigmatisation et l'intimidation ou le harcèlement fondés sur le genre;
- ✓ inclure — dans les affiches, les instructions et l'enseignement en classe — des personnes-ressources de l'école et des ressources communautaires locales pour les questions et les révélations de l'orientation sexuelle;
- ✓ orienter les élèves vers des services médicaux et des informations sur la santé;
- ✓ intégrer des informations particulières aux personnes bispirituelles, lesbiennes, gaies, bisexuelles, transgenres, queers, intersexuées, asexuelles et autres (2ELGBTQIA+) dans l'enseignement, notamment des informations sur l'intersexualité dans les leçons sur la puberté.

## Idées pour utiliser un langage d'affirmation de genre lors de l'enseignement des résultats liés à la santé et à l'hygiène menstruelles

- ✓ Parler des menstruations **sans utiliser de genre** dans une démarche d'affirmation de genre des élèves, des éducateurs et du personnel 2ELGBTQIA+. Mettre l'accent sur la physiologie pendant l'enseignement de la puberté de manière plus générale.
- ✓ Utiliser « élèves ayant leurs règles » ou « personnes ayant leurs règles » au lieu de « filles ».
- ✓ Utiliser les termes « produits menstruels » ou « produits pour les règles » au lieu de « produits d'hygiène féminine ».
- ✓ Expliquer « une personne ayant un utérus et des ovaires peut commencer à avoir ses règles » plutôt que « les filles peuvent commencer à avoir leurs règles » pendant les cours d'éducation sur la puberté.
- ✓ Utiliser des **mots ouverts** comme « la plupart » ou « typique » ou « un autre » au lieu de mots binaires « opposé » ou « normal » ou « autre ».



# Ressources

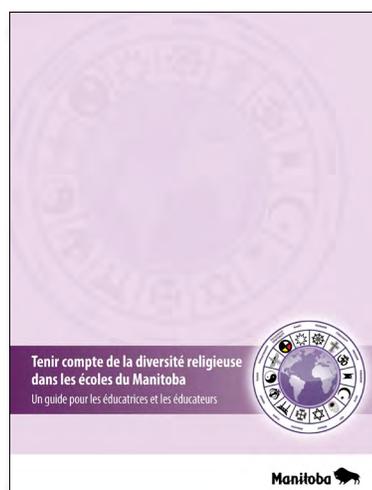
## Documents d'appui à l'éducation sexuelle du ministère de l'Éducation et de l'Apprentissage de la petite enfance du Manitoba

Les deux documents d'appui suivants sur l'éducation sexuelle sont utiles aux éducateurs du Manitoba lorsqu'ils planifient des leçons relatives à l'éducation sur la puberté ou à la santé et à l'hygiène menstruelles :

***Soutien aux élèves transgenres ou d'une diversité de genres dans les écoles du Manitoba*** (accessible au [www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/appui/transgenre/index.html](http://www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/appui/transgenre/index.html)). Ce document fournit des principes directeurs pour rendre les écoles sécuritaires, respectueuses et équitables pour les élèves transgenres ou d'une diversité de genres. Il y a aussi une foire aux questions, accessible au [www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/appui/transgenre/docs/faq.pdf](http://www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/appui/transgenre/docs/faq.pdf), dont les divisions scolaires et les écoles peuvent se servir pour élaborer leurs propres politiques et protocoles d'appui aux élèves transgenres ou d'une diversité de genres.



***Tenir compte de la diversité religieuse dans les écoles du Manitoba — Un guide pour les éducatrices et les éducateurs*** (accessible au [www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/appui/diversite\\_religieuse/index.html](http://www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/appui/diversite_religieuse/index.html)) a été réalisé pour les éducateurs et les écoles qui souhaitent répondre aux besoins de leurs élèves et de la communauté en matière de diversité religieuse.



# Ressources pour soutenir l'éducation et la sensibilisation à la santé et à l'hygiène menstruelles dans les écoles du Manitoba

## AboutKidsHealth

AboutKidsHealth.ca ([www.aboutkidshealth.ca/](http://www.aboutkidshealth.ca/)) est un site Web canadien (tout le contenu est approuvé par les fournisseurs de soins de santé de l'Hospital for Sick Children) qui fournit des informations dans un langage d'affirmation de genre et qui est disponible en français et en anglais. Certaines ressources peuvent ne pas être disponibles dans les deux langues. Le site Web comporte également divers carrefours d'apprentissage, notamment celui dédié aux adolescents (au [www.aboutkidshealth.ca/yourteen](http://www.aboutkidshealth.ca/yourteen)) et celui consacré à la santé mentale (au [www.aboutkidshealth.ca/mentalhealth](http://www.aboutkidshealth.ca/mentalhealth)), avec des ressources multimédias.

## Amaze

Amaze (à l'adresse <https://amaze.org/>) (en anglais seulement) fournit des ressources éducatives sur la santé sexuelle adaptées à l'âge pour les jeunes, les éducateurs, les parents et les aidants naturels. Amaze a pour objectif d'aider les adultes à communiquer efficacement et honnêtement sur l'éducation à la santé sexuelle avec les enfants et les adolescents. La page destinée aux éducateurs sur le site Amaze fournit des ressources pour les classes, des trousseaux d'outils et des plans de cours. Il existe un certain nombre de vidéos et de ressources (en anglais seulement) de planification des leçons axées sur la santé et l'hygiène menstruelles :

- All about Getting Your Period (<https://amaze.org/video/all-about-getting-your-period/>)
- Menstruation Sensation: All About Your Period (<https://amaze.org/video/puberty-menstruation-sensation/>)
- Menstruation Stigma (<https://amaze.org/video/menstruation-stigma/>)
- Menstruation: What to Expect (<https://amaze.org/video/puberty-menstruation-what-to-expect/>)
- Period Hygiene: Tampons, Pads, and Menstrual Cups (<https://amaze.org/video/period-hygiene-tampons-pads-menstrualcups/>)
- Period in Third Period (<https://amaze.org/video/period-in-third-period/>)
- Period Symptoms and Self Care (<https://amaze.org/video/period-symptoms-and-self-care/>)
- Puberty Toolkit (<https://amaze.org/educators/toolkits/puberty/>)

## Center for Young Women's Health

Le Center for Young Women's Health (à l'adresse <https://youngwomenshealth.org/>) (en anglais seulement) est un partenariat entre la division de la médecine des adolescents/jeunes adultes et la division de la gynécologie du Boston Children's Hospital. Il fournit aux adolescents et aux jeunes des informations sur la santé fondées sur la recherche. Son site Web vise à aider l'ensemble des filles, des jeunes femmes et des jeunes transgenres et non binaires à améliorer leur compréhension de la santé et du développement.

Il dispose d'une page d'informations générales sur les menstruations à l'adresse <https://youngwomenshealth.org/menstrual-period-all-guides/>. Le site Web contient également des informations détaillées sur les produits pour les règles (à l'adresse <https://youngwomenshealth.org/guides/period-products/>), y compris des informations sur l'utilisation des tampons (<https://youngwomenshealth.org/guides/tampons/>) et des produits écologiques (<https://youngwomenshealth.org/eco-friendly-period-products-all-guides/>), comme les coupes menstruelles et les sous-vêtements menstruels.

## Centre for Sexuality

Le Centre for Sexuality (à l'adresse [www.centreforsexuality.ca/](http://www.centreforsexuality.ca/)) (en anglais seulement) est un organisme dont le siège est à Calgary, en Alberta, et qui fournit des renseignements complets sur la santé sexuelle dans les écoles. Son centre d'apprentissage ([www.centreforsexuality.ca/learning-centre/](http://www.centreforsexuality.ca/learning-centre/)) comporte une section consacrée à l'éducation sur la puberté (au [www.centreforsexuality.ca/learning-centre-category/your-body/](http://www.centreforsexuality.ca/learning-centre-category/your-body/)) et d'autres sujets que les éducateurs peuvent trouver utiles.

## Gender Spectrum

Gender Spectrum (à l'adresse <https://genderspectrum.org/>) (en anglais seulement) est un organisme national qui se consacre à la santé et au bien-être des personnes d'une diversité de genres. L'organisme fournit des ressources et du soutien aux écoles et aux éducateurs pour les aider à créer des milieux inclusifs et tenant compte des genres pour tous les enfants et adolescents.

## *Grandir en douceur!*

*Grandir en douceur!* (à l'adresse [www.gov.mb.ca/healthychild/mcad/growingupok\\_fr.pdf](http://www.gov.mb.ca/healthychild/mcad/growingupok_fr.pdf)) est un livret sur la puberté conçu pour les enfants âgés de 9 à 12 ans (de la 4<sup>e</sup> à la 7<sup>e</sup> année). *Aider vos enfants à grandir en douceur!* (accessible au [www.gov.mb.ca/healthychild/mcad/helpgrowingupok\\_fr.pdf](http://www.gov.mb.ca/healthychild/mcad/helpgrowingupok_fr.pdf)) est une ressource destinée aux parents et aux tuteurs pour aider les enfants qui doivent composer avec les changements physiques et émotionnels à l'âge de la puberté.

## Rainbow Resource Centre

Rainbow Resource Centre (<https://rainbowresourcecentre.org/>) (en anglais seulement) offre un soutien à la communauté 2ELGBTQ+ au moyen de l'éducation et de programmes destinés aux enfants, aux jeunes et aux adultes. Le Rainbow Resource Centre offre également du soutien aux familles, aux amis et aux employeurs de personnes 2ELGBTQ+. En outre, le Rainbow Resource Centre propose des ateliers pour les éducateurs et les jeunes, qui peuvent être réservés sur son site Web.

## Le sexe et moi, La Société des obstétriciens et gynécologues du Canada

La Société des obstétriciens et gynécologues du Canada propose une ressource éducative sur la santé sexuelle et reproductive intitulée Le sexe et moi (au [www.sexandu.ca/fr/](http://www.sexandu.ca/fr/)). Une section intitulée Votre corps propose des ressources sur les menstruations et la puberté.

## Sexual Education Resource Centre (SERC)

Le Sexual Education Resource Centre (SERC) (à l'adresse <https://serc.mb.ca/>) (en anglais seulement) propose un certain nombre de ressources, dont le programme Teen Talk. Teen Talk offre des ateliers et des formations d'éducation par les pairs pour les jeunes et des programmes de services. Le site Web Teen Talk (<https://teentalk.ca/>) (en anglais seulement) propose des ressources pour les enseignants sur la puberté et les menstruations, et vous pouvez réserver un atelier pour les jeunes par le biais du SERC.

## Teaching Sexual Health

Teaching Sexual Health (à l'adresse <https://teachingsexualhealth.ca/>) (en anglais seulement) est un site Web élaboré par des éducateurs et des professionnels de la santé de l'Alberta, qui propose des stratégies aux enseignants chargés des composantes du programme d'études relatives à la sexualité. Les enseignants disposent d'un certain nombre de leçons sur la puberté, accessibles grâce à l'outil de recherche de ressources et de plans de leçons du site à l'adresse <https://teachingsexualhealth.ca/teachers/lesson-plans-resources/resource-finder/>. Une leçon sur les menstruations est proposée à l'adresse <https://teachingsexualhealth.ca/teachers/resource/puberty-my-period-all-about-menstruation-lesson-5/>.

## Tell It Like It Is

Tell It Like It Is (à l'adresse <https://nevertmi.ca/>) (en anglais seulement) est une ressource de la Saskatchewan comprenant neuf modules qui couvrent un éventail de sujets et de concepts en matière d'éducation sexuelle. L'objectif de cette ressource est de fournir une éducation sexuelle précise aux personnes présentant des déficiences intellectuelles ou de développement et des capacités d'apprentissage diverses. Les modules se trouvent à l'adresse <https://nevertmi.ca/resources/>.

## The Trevor Project

The Trevor Project (au [www.thetrevorproject.org/](http://www.thetrevorproject.org/)) (en anglais seulement) fournit des ressources éducatives d'introduction qui couvrent les sujets et les meilleures pratiques pour les jeunes 2ELGBTQ+. Son objectif principal est de soutenir les jeunes en matière de prévention du suicide et de santé mentale.

# Autres ressources d'apprentissage du ministère de l'Éducation et de l'Apprentissage de la petite enfance du Manitoba

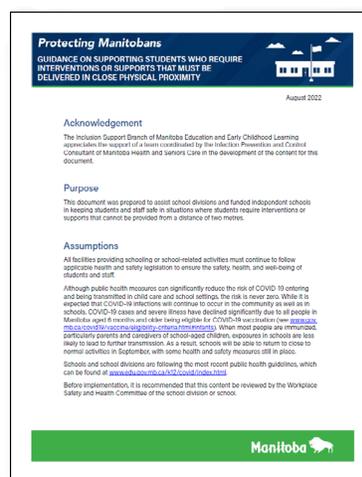
**Les auxiliaires d'enseignement dans les écoles du Manitoba** (accessible au [www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/enfdiff/assistants/index.html](http://www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/enfdiff/assistants/index.html))

Les auxiliaires d'enseignement travaillent selon les politiques et les pratiques des écoles et des divisions scolaires. Leurs rôles sont déterminés par les besoins de la division scolaire. Les activités quotidiennes des auxiliaires d'enseignement sont dirigées par le directeur, l'enseignant ou tout autre professionnel qui les supervisent, et peuvent être aussi diverses que les enseignants et les élèves qu'ils appuient. L'Annexe B : Les compétences propres aux élèves offre des suggestions de formation pour les auxiliaires d'enseignement.



**Guidance on Supporting Students Who Require Interventions or Supports that Must Be Delivered in Close Physical Proximity** (accessible au [www.edu.gov.mb.ca/k12/covid/docs/guidance\\_support\\_students.pdf](http://www.edu.gov.mb.ca/k12/covid/docs/guidance_support_students.pdf)) (en anglais seulement)

Ce document vise à aider les divisions scolaires et les écoles indépendantes subventionnées à préserver la sécurité des élèves et du personnel dans un contexte où une intervention ou une aide s'avère impraticable à deux mètres de distance.

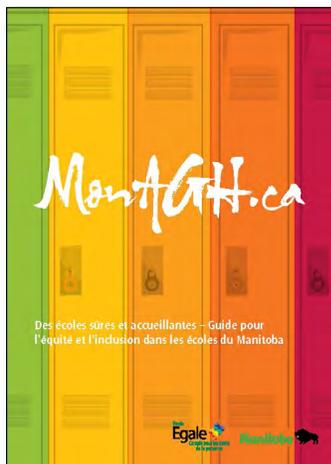


**Écoles sûres et accueillantes du Manitoba** ([www.edu.gov.mb.ca/m12/ecole\\_sure/index.html](http://www.edu.gov.mb.ca/m12/ecole_sure/index.html))

Le site Web Écoles sûres et accueillantes du Manitoba propose un certain nombre de ressources pour favoriser des communautés scolaires saines et pour que les écoles soient des milieux d'apprentissage sûrs et accueillants.

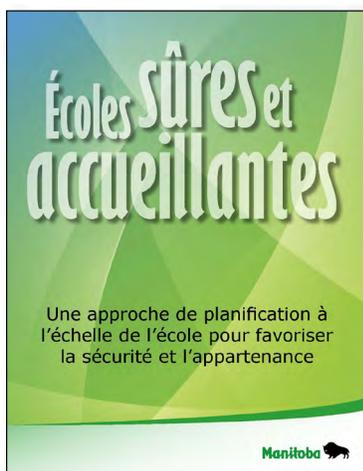
**Des écoles sûres et accueillantes — Guide pour l'équité et l'inclusion dans les écoles du Manitoba** (se trouve au [www.edu.gov.mb.ca/m12/ecole\\_sure/monagh/index.html](http://www.edu.gov.mb.ca/m12/ecole_sure/monagh/index.html))

Il s'agit d'une ressource qui aide les écoles du Manitoba à devenir des milieux plus sûrs, plus équitables et plus inclusifs.



**Écoles sûres et accueillantes — Une approche de planification à l'échelle de l'école pour favoriser la sécurité et l'appartenance** (se trouve au [www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/enfdiff/approche\\_plan/index.html](http://www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/enfdiff/approche_plan/index.html))

Ce document aide le personnel des écoles et des divisions scolaires pour la planification et le maintien en place d'écoles positives, saines et sécuritaires.



**Plan éducatif personnalisé — Guide d'élaboration et de mise en œuvre d'un PEP** (se trouve au [www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/enfdiff/pep/docs/document\\_complet.pdf](http://www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/enfdiff/pep/docs/document_complet.pdf))

*Plan éducatif personnalisé — Guide d'élaboration et de mise en œuvre d'un PEP* vise à fournir aux membres des équipes de soutien des élèves un processus fondamental de planification axée sur les élèves qui leur permet de tenir compte de la gamme très vaste de besoins d'apprentissage spéciaux.



# Réponses aux questions fréquemment posées sur l'Initiative d'accès aux produits menstruels

## Qu'est-ce que l'Initiative d'accès aux produits menstruels?

---

Le ministère de l'Éducation et de l'Apprentissage de la petite enfance du Manitoba a collaboré avec le ministère des Familles pour mettre en œuvre une initiative pangouvernementale visant à accroître l'accès aux produits menstruels pour les jeunes et les adultes qui en ont le plus besoin.

## Quel est le besoin reconnu d'un accès sans obstacle aux produits menstruels?

---

Le coût relativement élevé des produits menstruels entrave l'accès à ceux-ci pour certains jeunes et adultes. Un grand nombre d'écoles et d'organismes au Manitoba fournissent des produits menstruels, mais l'accès à ceux-ci est souvent restreint en raison de sources de financement irrégulières ou de dons communautaires limités.

## Avec quelle entreprise le gouvernement du Manitoba collabore-t-il pour cette initiative? Combien de temps l'entente sera-t-elle en vigueur?

---

Le gouvernement du Manitoba a conclu une entente de trois ans avec Shoppers Drug Mart Inc. pour le don de produits menstruels qui seront distribués aux jeunes et aux adultes les plus nécessiteux. L'entente débutera en septembre 2022 et se terminera en janvier 2025.

## Qui bénéficiera de l'Initiative d'accès aux produits menstruels?

---

L'Initiative vise particulièrement à fournir un accès aux produits menstruels aux jeunes et aux adultes les plus nécessiteux. L'objectif de l'Initiative est de favoriser le bien-être de ces personnes en garantissant un accès sans obstacle aux produits dans les écoles et les organismes œuvrant dans le domaine de la violence familiale.

## Qui recevra les produits menstruels donnés? À quelle fréquence les produits seront-ils distribués?

---

Cette initiative vise l'ensemble des divisions et districts scolaires et des écoles indépendantes subventionnées, ainsi que les organismes, les refuges pour victimes de violence familiale, les centres de ressources et les programmes spécialisés sélectionnés par le Secrétariat à la condition féminine du Manitoba. Shoppers Drug Mart Inc. livrera les produits donnés deux fois par an (en septembre et en janvier) au ministère de l'Éducation et de l'Apprentissage de la petite enfance du Manitoba. Les produits pourront être commandés sur une base mensuelle.

## Quel est le coût estimatif associé à cette initiative?

---

Shoppers Drug Mart Inc. fait don de 3 345 620 produits menstruels chaque année pour une période de trois ans, pour une valeur totale d'environ 1 907 000 \$, soit 635 700 \$ pour chacun des trois exercices. Le gouvernement du Manitoba soutiendra l'initiative en stockant puis en distribuant les produits directement aux écoles et aux organismes.

## Pourquoi le gouvernement du Manitoba a-t-il choisi de recevoir un don d'une entreprise, plutôt que de mettre en œuvre une autre méthode de financement?

---

La réception du don de Shoppers Drug Mart Inc. témoigne d'une réponse adaptée au besoin reconnu d'un accès sans obstacle aux produits menstruels dans les écoles et les organismes du Manitoba. Shoppers Drug Mart Inc. est un champion de la finance sociale. Il s'agit d'un chef de file et d'un partenaire axé sur la collectivité qui aide à répondre aux besoins des Manitobains, ce qui rend le Bureau de l'innovation sociale fier de collaborer avec lui une deuxième fois dans le cadre d'un grand projet. Cet effort intégré privé-public, qui réunit Shoppers Drug Mart Inc., et le ministère des Familles et le ministère de l'Éducation et de l'Apprentissage de la petite enfance, témoigne de l'engagement de tous les secteurs de la société manitobaine envers l'amélioration de la condition de nos personnes ayant leurs règles, en particulier celles qui sont vulnérables et dans le besoin.

## **Comment le gouvernement du Manitoba surveillera-t-il le succès de l'Initiative d'accès aux produits menstruels?**

---

Une évaluation de l'initiative sera effectuée afin d'éclairer les futures décisions de financement relatives aux produits menstruels. L'évaluation sera conçue pour établir qui accède aux produits et où, puis les données seront extrapolées pour éliminer d'autres obstacles.

## **La province allouera-t-elle des fonds pour assurer un accès sans obstacle aux produits menstruels une fois que l'entente aura pris fin?**

---

Oui. Le gouvernement du Manitoba s'est engagé à accroître l'accès aux produits menstruels pour les jeunes et les adultes les plus nécessiteux. À la fin de l'entente avec Shoppers Drug Mart Inc., le gouvernement évaluera s'il doit conclure à nouveau un contrat philanthropique ou mettre en œuvre un autre plan. Une évaluation de l'initiative éclairera les futures décisions de financement relatives à la fourniture de produits menstruels.

## **Que recevront les divisions scolaires et les écoles dans le cadre de l'Initiative d'accès aux produits menstruels?**

---

Dans le cadre de cette initiative, deux types de tampons peuvent être commandés :

- ✓ Tampax Pearl, degré d'absorption régulier, non parfumé
- ✓ Tampax Pearl, degré d'absorption super, non parfumé

Veillez noter que la différence entre les tampons réguliers et super est le degré d'absorption. Les tampons réguliers absorbent de 6 à 9 grammes de sang menstruel. Les tampons super absorbent de 9 à 12 grammes de sang menstruel. Ils offrent l'absorption supplémentaire dont certaines personnes ont besoin lorsque leur flux menstruel est abondant.

Quatre types de serviettes sanitaires peuvent être commandés :

- ✓ Always Ultra Thin, taille 1, régulières avec ailes
- ✓ Always Ultra Thin, taille 2, longues super, avec ailes
- ✓ Always Ultra Thin, taille 2, longues super, avec ailes, parfum frais
- ✓ Always Ultra Thin, taille 2, longues super, sans ailes

La variété des produits menstruels (p. ex. tampons et serviettes) pouvant être commandés peut être modifiée sans préavis.

Des distributeurs seront offerts au cours des prochains mois. D'autres renseignements et instructions entourant la commande de produits suivront sous peu.

## **Les divisions scolaires et les écoles disposant déjà de programmes d'accès aux produits menstruels peuvent-elles participer à cette initiative?**

---

Toutes les divisions scolaires et les écoles indépendantes subventionnées peuvent commander des produits menstruels dans le cadre de cette initiative.

## **Comment les écoles peuvent-elles commander des distributeurs de produits menstruels et des contenants pour y jeter ceux-ci?**

---

Des distributeurs de produits menstruels et des contenants pour y jeter ceux-ci seront offerts au cours des prochains mois. D'autres renseignements et instructions entourant la commande de produits suivront sous peu. Les divisions scolaires devraient commencer à faire des évaluations des besoins pour déterminer le nombre de produits dont elles ont besoin. Les distributeurs existants situés dans les écoles qui n'ont pas été fournis par Shoppers Drug Mart Inc. peuvent ne pas être adaptés aux produits donnés.

## **Comment les écoles peuvent-elles commander des produits menstruels?**

---

Les produits menstruels seront accessibles dans le cadre du processus mensuel de commande d'équipements de protection individuelle (EPI) mis en place pendant la pandémie de COVID-19. Le formulaire de commande d'EPI présente maintenant l'option de commande de produits menstruels.

Les commandes peuvent être modifiées sans préavis afin de permettre une distribution équitable des produits. Les commandes ne peuvent être modifiées ou réexpédiées. Si les produits menstruels ne répondent pas aux besoins d'une école pour une raison quelconque, les dons à une autre école ou à un refuge pour victimes de violence familiale sont encouragés.

## Comment les divisions scolaires et les écoles devraient-elles distribuer les produits menstruels aux élèves?

---

Dans le cadre de cette initiative, les divisions scolaires utiliseront leur connaissance des besoins locaux et leur pouvoir discrétionnaire pour déterminer au mieux les écoles prioritaires qui recevront ces produits. Les écoles seraient encouragées à tenir compte de la voix et du point de vue des élèves lorsqu'elles déterminent où et comment les produits menstruels seront distribués.

Les divisions scolaires et les écoles devraient veiller au respect de la vie privée des élèves et à leur accès aux produits menstruels, tout en reconnaissant que l'objectif de ce programme est de viser les personnes les plus nécessiteuses. L'accès doit respecter les diverses caractéristiques protégées par le Code des droits de la personne du Manitoba (voir <https://web2.gov.mb.ca/laws/statutes/ccsm/h175f.php>).

## Quelles considérations en matière d'accessibilité les écoles doivent-elles prendre en compte concernant la distribution des produits menstruels et l'emplacement des distributeurs et des contenants pour y jeter les produits menstruels?

---

Les écoles doivent examiner et déterminer avec soin l'emplacement approprié des distributeurs de produits menstruels et des contenants pour y jeter ceux-ci. Les décisions doivent être centrées sur la personne et privilégier l'intimité et l'accessibilité pour tous les élèves à tout moment.

Les écoles doivent créer des **espaces sécuritaires** pour les élèves qui en ont besoin. Un espace sécuritaire est un environnement positif, non menaçant, où tout le monde se sent à l'aise sans craindre la discrimination ou des représailles. La création d'un espace sécuritaire est particulièrement importante lorsqu'il s'agit de traiter des questions de santé en milieu scolaire, comme les menstruations, car ces questions peuvent toucher des expériences profondément personnelles ou traumatisantes. Pour obtenir plus de renseignements sur une approche tenant compte des traumatismes, voir le site du Crisis Prevention Institute pour consulter le *Resources Guide: Trauma-Informed Care* (qui se trouve au [www.crisisprevention.com/CPI/media/Media/download/PDF\\_TICRG.pdf?\\_gl=1\\*1jn6lfj\\*\\_gcl\\_aw\\*R0NMLjE2NjY3OTk0MjkuQ2owS0NRand0ZU9hQmhEdUFSSXNBREJxUmVneHhIZDdyYklwcE9NNkQwV3JuNXy2a21zc3h4d1hyUmN3eUxLUklfbEE4Y3FQVUlhd114VWFBbHFrRUFMd193Y0I](http://www.crisisprevention.com/CPI/media/Media/download/PDF_TICRG.pdf?_gl=1*1jn6lfj*_gcl_aw*R0NMLjE2NjY3OTk0MjkuQ2owS0NRand0ZU9hQmhEdUFSSXNBREJxUmVneHhIZDdyYklwcE9NNkQwV3JuNXy2a21zc3h4d1hyUmN3eUxLUklfbEE4Y3FQVUlhd114VWFBbHFrRUFMd193Y0I)) (en anglais seulement) ou le document rédigé par Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA) intitulé *SAMHSA's Concept of Trauma and Guidance for a Trauma-Informed Approach* (qui se trouve au <https://store.samhsa.gov/sites/default/files/d7/priv/sma14-4884.pdf>) (en anglais seulement).

Les divisions scolaires doivent « prendre raisonnablement en considération l'accès sans obstacle et les principes de conception universelle dans la planification de toutes les nouvelles constructions et rénovations importantes (RM 164/98) » (Éducation et Apprentissage de la petite enfance Manitoba, Norme 9). Les écoles doivent tenir compte de la confidentialité, du respect de la vie privée et de l'accessibilité des élèves lors de la distribution des produits menstruels.

Voici quelques considérations à prendre en compte :

- ✓ installer les distributeurs à une hauteur accessible dans un espace de taille appropriée;
- ✓ offrir des produits dans des endroits variés. Certains élèves peuvent se sentir à l'aise et en sécurité uniquement lorsque les produits sont accessibles dans les toilettes non genrées ou universelles. D'autres préfèrent un accès rapide et ouvert grâce à **un poste de menstruations** ou **un poste d'hygiène** (voir photo) où l'élève peut avoir accès à d'autres produits d'hygiène;
- ✓ fournir des ressources dans des langues et des formes de communication représentatives des élèves de l'école;
- ✓ veiller à ce que les produits menstruels soient disponibles après les heures de classe et pendant les excursions lorsque les élèves participent à des activités scolaires;
- ✓ signaler aux élèves les membres du personnel professionnel auxquels ils peuvent s'adresser pour parler de leurs préoccupations en matière de santé et qui peuvent leur fournir des informations pertinentes et précises sur la santé;
- ✓ tenir compte de la voix des élèves en ce qui concerne la distribution et la publicité des produits menstruels.



Source : Oregon Department of Education. *Menstrual Dignity for Students Toolkit*. Novembre 2022. Reproduit avec permission.

## Comment les écoles peuvent-elles intégrer la voix des élèves dans la prise de décision?

---

Les élèves peuvent apporter un éclairage précieux sur la manière dont les écoles mettent en œuvre cette initiative. Il existe de nombreuses façons pour les écoles de faire participer les élèves. Voici quelques suggestions pour les directions d'école :

- ✓ créer et réaliser un sondage anonyme;
- ✓ organiser un comité des élèves ou un forum ouvert avec des élèves et le leadership étudiant;
- ✓ utiliser des boîtes à questions anonymes dans les salles de classe et/ou les toilettes universelles, ou virtuellement (p. ex. Google Forms, Padlet ou Mentimeter);
- ✓ établir des liens avec des groupes d'élèves et les soutenir (p. ex. conseils des élèves, alliance gai-hétéro, groupes d'intérêts spéciaux);
- ✓ suivre, évaluer et ajuster en permanence la mise en œuvre du projet, en fonction des données, en examinant l'utilisation par les élèves, les commentaires et même la présence des élèves.

## Comment les écoles primaires peuvent-elles soutenir leurs élèves dans le cadre de cette initiative?

---

La ménarche, c'est-à-dire l'apparition des premiers saignements menstruels, survient en moyenne vers 12 ans. Cependant, l'apparition des premières règles varie souvent et dépend d'un certain nombre de facteurs. La puberté peut survenir chez les personnes qui ont leurs règles dès l'âge de 9 à 11 ans (c'est-à-dire de la 4<sup>e</sup> à la 6<sup>e</sup> année), ce qui peut être plus difficile pour une personne lorsque celle-ci ou ses camarades ne comprennent pas ce qui se passe dans leur corps. Les hormones peuvent également amener une personne à ressentir de nouvelles sensations et émotions. Les jeunes élèves peuvent être réticents à entamer des conversations avec leurs parents et leurs aidants naturels. Cela peut entraîner un stress ou une stigmatisation supplémentaires pour l'élève, ce qui affecte sa santé mentale ainsi que ses soins d'hygiène et sa sécurité.

Il est important que les écoles primaires prévoient de soutenir les élèves qui ont leurs règles au cours des années du primaire. Les divisions scolaires et les écoles devraient élaborer une procédure claire sur la façon dont un élève peut s'adresser au personnel professionnel au sujet de questions de santé personnelles, en déterminant quel est le meilleur membre du personnel pour répondre aux questions de santé d'un élève, et en décidant comment les fournitures seront mises à la disposition de l'élève et comment la vie privée de l'élève sera préservée.

Une planification appropriée des leçons dans le cadre des cours d'éducation physique et d'éducation à la santé peut également contribuer à améliorer la compréhension et la sensibilisation en matière de santé et d'hygiène menstruelles et à réduire la stigmatisation potentielle liée aux menstruations. Il est essentiel d'établir une communication réfléchie et proactive avec les parents et les aidants naturels pour traiter des questions de santé et d'éducation à la santé en milieu scolaire, comme la santé et l'hygiène menstruelles. Les partenariats positifs avec les parents et les aidants naturels garantissent les meilleurs résultats pour tous les élèves, et pas seulement pour ceux qui sont directement concernés.

# Bibliographie

- Amaze. *All about Getting Your Period*. <https://amaze.org/video/all-about-getting-your-period/>, consulté le 5 décembre 2022.
- . Page d'accueil (en anglais seulement), <https://amaze.org/>, consulté le 5 décembre 2022.
- . *Menstruation Sensation: All about Your Period*. <https://amaze.org/video/puberty-menstruation-sensation/>, consulté le 5 décembre 2022.
- . *Menstruation Stigma*. <https://amaze.org/video/menstruation-stigma/>, consulté le 5 décembre 2022.
- . *Menstruation: What to Expect*. <https://amaze.org/video/puberty-menstruation-what-to-expect/>, consulté le 5 décembre 2022.
- . *Period Hygiene: Tampons, Pads, and Menstrual Cups*. <https://amaze.org/video/period-hygiene-tampons-pads-menstrualcups/>, consulté le 5 décembre 2022.
- . *Period in Third Period (Chapter Video)*. <https://amaze.org/video/period-in-third-period/>, consulté le 5 décembre 2022.
- . *Period Symptoms and Self Care*. <https://amaze.org/video/period-symptoms-and-self-care/>, consulté le 5 décembre 2022.
- . *Puberty Toolkit*. <https://amaze.org/educators/toolkits/puberty/>, consulté le 5 décembre 2022.
- Bureau de l'accessibilité du Manitoba, page d'accueil, <https://accessibilitymb.ca/index.fr.html>, consulté le 2 décembre 2022.
- Center for Young Women's Health. *Eco-Friendly Period Products: All Guides*. <https://youngwomenshealth.org/eco-friendly-period-products-all-guides/>, consulté le 5 décembre 2022.
- . Page d'accueil (en anglais seulement), <https://youngwomenshealth.org/>, consulté le 5 décembre 2022.
- . *Menstrual Period: All Guides*. <https://youngwomenshealth.org/menstrual-period-all-guides/>, consulté le 5 décembre 2022.
- . *Menstrual Period: Relative Energy Deficiency in Sports*. 13 octobre 2021, <https://youngwomenshealth.org/guides/female-athlete-triad/>, consulté le 2 décembre 2022.
- . *Period Products: Information about Tampons and Pads*. <https://youngwomenshealth.org/guides/period-products/>, consulté le 5 décembre 2022.
- . *Period Products: Using Your First Tampon*. <https://youngwomenshealth.org/guides/tampons/>, consulté le 5 décembre 2022.
- Centre for Sexuality, page d'accueil (en anglais seulement), [www.centreforsexuality.ca/](http://www.centreforsexuality.ca/), consulté le 5 décembre 2022.
- . *Learning Centre*, [www.centreforsexuality.ca/learning-centre/](http://www.centreforsexuality.ca/learning-centre/), consulté le 5 décembre 2022.
- . "Your Body," [www.centreforsexuality.ca/learning-centre-category/your-body/](http://www.centreforsexuality.ca/learning-centre-category/your-body/), consulté le 5 décembre 2022.
- Consortium conjoint pancanadien pour les écoles en santé, *Qu'est-ce que l'approche globale de la santé en milieu scolaire?* [www.jcsh-cces.ca/fr/notions/sante-scolaire-globale/](http://www.jcsh-cces.ca/fr/notions/sante-scolaire-globale/), consulté le 1<sup>er</sup> décembre 2022.

- Crisis Prevention Institute, *Resources Guide: Trauma-Informed Care*, 2022, accessible au [www.crisisprevention.com/CPI/media/Media/download/PDF\\_TICRG.pdf?\\_gl=1\\*1jn6lfj\\*\\_gcl\\_aw\\*R0NMLjE2NjY3OTk0MjkuQ2owS0NRand0ZU9hQmhEdUFSSXNBREJxUmVneHhZDdyYklwcE9NNkQwV3JuNXy2a21zc3h4d1hyUmN3eUxLUklfbEE4Y3FQVUIhdi14VWFBbHFrRUFMd193Y0I](http://www.crisisprevention.com/CPI/media/Media/download/PDF_TICRG.pdf?_gl=1*1jn6lfj*_gcl_aw*R0NMLjE2NjY3OTk0MjkuQ2owS0NRand0ZU9hQmhEdUFSSXNBREJxUmVneHhZDdyYklwcE9NNkQwV3JuNXy2a21zc3h4d1hyUmN3eUxLUklfbEE4Y3FQVUIhdi14VWFBbHFrRUFMd193Y0I).
- Enfants en santé Manitoba, *Grandir en douceur!* 2015, accessible au [www.gov.mb.ca/healthychild/mcad/growingupok\\_fr.pdf](http://www.gov.mb.ca/healthychild/mcad/growingupok_fr.pdf).
- . *Aider vos enfants à grandir en douceur!* accessible au [www.gov.mb.ca/healthychild/mcad/helpgrowingupok\\_fr.pdf](http://www.gov.mb.ca/healthychild/mcad/helpgrowingupok_fr.pdf).
- Gender Spectrum, page d'accueil (en anglais seulement), <https://genderspectrum.org/>, consulté le 5 décembre 2022.
- Hospital for Sick Children, *AboutKidsHealth*, [www.aboutkidshealth.ca/](http://www.aboutkidshealth.ca/), consulté le 5 décembre 2022.
- . "Mental Health Learning Hub," *AboutKidsHealth*, [www.aboutkidshealth.ca/mentalhealth](http://www.aboutkidshealth.ca/mentalhealth), consulté le 5 décembre 2022.
- . "Teen Learning Hub." *AboutKidsHealth*. [www.aboutkidshealth.ca/yourteen](http://www.aboutkidshealth.ca/yourteen), consulté le 5 décembre 2022.
- La Société des obstétriciens et gynécologues du Canada, *Le sexe et moi*, [www.sexandu.ca/fr/](http://www.sexandu.ca/fr/), consulté le 5 décembre 2022.
- Manitoba, *Loi sur l'accessibilité pour les Manitobains*, L.M. 2013, chap. 40, Imprimeur de la Reine — Publications officielles, 2013, accessible au <https://web2.gov.mb.ca/laws/statutes/2013/c04013f.php>.
- . *Code des droits de la personne*, C.P.L.M., chap. H175, Imprimeur de la Reine — Publications officielles, 2022, accessible au <https://web2.gov.mb.ca/laws/statutes/ccsm/h175f.php>.
- Ministère de l'Éducation du Manitoba, *Les auxiliaires d'enseignement dans les écoles du Manitoba*, 2009, accessible au [www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/enfdiff/assistants/index.html](http://www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/enfdiff/assistants/index.html).
- . *Guidance on Supporting Students Who Require Interventions or Supports That Must Be Delivered in Close Physical Proximity*, 2021, accessible au [www.edu.gov.mb.ca/k12/covid/docs/guidance\\_support\\_students.pdf](http://www.edu.gov.mb.ca/k12/covid/docs/guidance_support_students.pdf).
- . *Plan éducatif personnalisé — Guide d'élaboration et de mise en œuvre d'un PEP*, 2010, accessible au [www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/enfdiff/pep/docs/document\\_complet.pdf](http://www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/enfdiff/pep/docs/document_complet.pdf).
- Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur du Manitoba, *Des écoles sûres et accueillantes — Guide pour l'équité et l'inclusion dans les écoles du Manitoba (MB MonAGH)*, accessible au [www.edu.gov.mb.ca/m12/ecole\\_sure/monagh/index.html](http://www.edu.gov.mb.ca/m12/ecole_sure/monagh/index.html).
- Ministère de l'Éducation et de l'Apprentissage de la petite enfance, *Aperçu du programme d'éducation physique et d'éducation à la santé du Manitoba, Éducation physique et Éducation à la santé*, [www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/ped/epes/epesm-s4/index.html](http://www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/ped/epes/epesm-s4/index.html), consulté le 2 décembre 2022.
- . *Écoles sûres et accueillantes*, [www.edu.gov.mb.ca/m12/ecole\\_sure/index.html](http://www.edu.gov.mb.ca/m12/ecole_sure/index.html), consulté le 5 décembre 2022.
- . *Les normes pour les programmes d'éducation appropriés*, 2022, accessible au [www.edu.gov.mb.ca/m12/enfdiff/pea/docs/aep\\_fr.pdf](http://www.edu.gov.mb.ca/m12/enfdiff/pea/docs/aep_fr.pdf).

- Ministère de l'Éducation et de la Formation du Manitoba, *Habitudes de vie saines, Éducation physique et Éducation à la santé, M à S4 : Cadre manitobain des résultats d'apprentissage pour un mode de vie actif et sain*, 2000, accessible au [www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/ped/epes/epesm-s4/docs/habitude.pdf](http://www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/ped/epes/epesm-s4/docs/habitude.pdf).
- . *Gestion personnelle et relations humaines, Éducation physique et Éducation à la santé, M à S4 : Cadre manitobain des résultats d'apprentissage pour un mode de vie actif et sain*, 2000, accessible au [www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/ped/epes/epesm-s4/docs/personal.pdf](http://www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/ped/epes/epesm-s4/docs/personal.pdf).
- . *Foire aux questions sur le document Soutien aux élèves transgenres ou d'une diversité de genres dans les écoles du Manitoba*, accessible au [www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/appui/transgenre/docs/faq.pdf](http://www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/appui/transgenre/docs/faq.pdf).
- . *Tenir compte de la diversité religieuse dans les écoles du Manitoba — Un guide pour les éducatrices et les éducateurs*, 2018, accessible au [www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/appui/diversite\\_religieuse/index.html](http://www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/appui/diversite_religieuse/index.html).
- . *Écoles sûres et accueillantes — Une approche de planification à l'échelle de l'école pour favoriser la sécurité et l'appartenance*, 2017, accessible au [www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/enfdiff/approche\\_plan/index.html](http://www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/enfdiff/approche_plan/index.html).
- . *Soutien aux élèves transgenres ou d'une diversité de genres dans les écoles du Manitoba*, 2017, accessible au [www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/appui/transgenre/index.html](http://www.edu.gov.mb.ca/m12/frpub/appui/transgenre/index.html).
- Oregon Department of Education, *Menstrual Dignity for Students Toolkit*, novembre 2022, accessible au [www.oregon.gov/ode/students-and-family/healthsafety/Documents/ODE%20Menstrual%20Dignity%20For%20Students%20Toolkit.pdf](http://www.oregon.gov/ode/students-and-family/healthsafety/Documents/ODE%20Menstrual%20Dignity%20For%20Students%20Toolkit.pdf).
- Rainbow Resource Centre, page d'accueil, <https://rainbowresourcecentre.org/>, consulté le 5 décembre 2022.
- Sexual Education Resource Centre, page d'accueil, <https://serc.mb.ca/>, consulté le 5 décembre 2022.
- . *Teen Talk*, <https://teentalk.ca/>, consulté le 5 décembre 2022.
- Substance Abuse and Mental Health Services Administration, SAMHSA's Concept of Trauma and Guidance for a Trauma-Informed Approach, HHS Publication No. (SMA) 14-4884, 2014, accessible au <https://store.samhsa.gov/sites/default/files/d7/priv/sma14-4884.pdf>.
- Teaching Sexual Health, page d'accueil, <https://teachingsexualhealth.ca/>, consulté le 5 décembre 2022.
- . *Lesson Plan & Resource Finder*, <https://teachingsexualhealth.ca/teachers/lesson-plans-resources/resource-finder/>, consulté le 5 décembre 2022.
- . *Puberty—My Period—All about Menstruation: Lesson 5*, <https://teachingsexualhealth.ca/teachers/resource/puberty-my-period-all-about-menstruation-lesson-5/>, consulté le 5 décembre 2022.
- Teen Clinic, page d'accueil, <http://teenclinic.ca/>, consulté le 1<sup>er</sup> décembre 2022.
- Tell It Like It Is, page d'accueil, <https://nevertmi.ca/>, consulté le 5 décembre 2022.
- . *Sexual Health and Wellness Resources*, <https://nevertmi.ca/resources/>, consulté le 5 décembre 2022.
- The Trevor Project, page d'accueil, [www.thetrevorproject.org/](http://www.thetrevorproject.org/), consulté le 5 décembre 2022.