

Pistes d'action...

1. Normaliser les menstruations

POUR...

- Libérer la parole
- Rendre visible et rompre l'isolement
- Promouvoir la santé en diminuant la stigmatisation, les tabous, les stéréotypes sexuels et sexistes

Qui?
Tout le monde !



Qui ?
Les médias,
les professionnels de la santé,
le MSSS, les institutions
d'enseignement, etc.

2. Encourager la réappropriation positive du cycle menstruel

POUR...

- Une image corporelle saine
- Une meilleure estime de soi
- La bienveillance envers soi-même



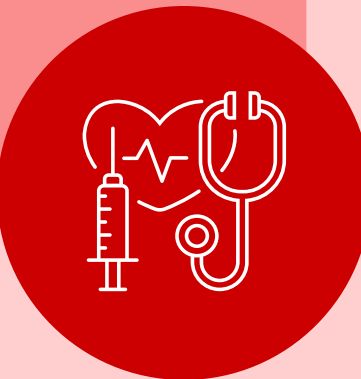
3. Diminuer la médicalisation excessive des menstruations

EN...

- Se référant aux menstruations comme le 5e signe vital, au même titre que la température, le pouls, la respiration et la pression artérielle
- Transformant les pratiques médicales
- Valorisant les savoirs expérientiels et les alternatives

Qui ?

Professionnels de la santé, MSSS,
institutions d'enseignements de
médecine, Collège des médecins, etc.



CAMPAGNE ROUGE

4. Réduire la précarité menstruelle

EN...

- Allégeant l'impact financier qui pénalise les femmes, contribuant à l'égalité entre les sexes
- Favorisant l'accessibilité aux produits périodiques gratuits
- Incitant les instances décisionnelles à participer aux coûts des protections réutilisables



Qui ?

Les deux paliers de gouvernement, les municipalités, les organismes en lutte contre la pauvreté et pour l'égalité entre les genres, etc.



POUR...

- Protéger la santé en diminuant l'exposition aux produits toxiques
- Promouvoir l'écoresponsabilité
- Limiter l'impact sur l'environnement en réduisant les déchets



Qui ?

Santé Canada, ministère de l'Environnement, les municipalités, etc.

Vous souhaitez vous impliquer ?

Consultez notre site web:

www.rqasf.qc.ca

www.rqasf.qc.ca/campagnerouge



Devenez membre pour vous joindre à la prochaine action de mobilisation.



rqasf

Réseau québécois d'action pour la santé des femmes

Avec le soutien financier du

Secrétariat à la condition féminine

Québec 