



Projet Graine Rouge

Mis en oeuvre avec l'appui de **Equipop**, le projet **Graine Rouge** s'inscrit dans l'engagement de **iléwa** en faveur de la dignité, de la justice menstruelle et de l'égalité de genre. Le projet répond à un contexte marqué par la persistance des tabous, des stéréotypes et du manque d'informations fiables autour des menstruations, qui affectent particulièrement les adolescentes et les jeunes femmes, tout en limitant l'implication des garçons et des hommes comme alliés.

À travers des approches innovantes combinant **art**, **digital**, **éducation par les pairs** et **actions en milieu scolaire**, le projet a contribué à transformer les perceptions, à renforcer l'accès à l'information et à promouvoir des récits positifs et inclusifs autour des menstruations.

GRAINE ROUGE

Concours artistique digital **« Graine Rouge »**

Le concours artistique digital a été conçu comme un outil de mobilisation créative et de sensibilisation de masse, invitant les jeunes à imaginer un monde idéal pour les personnes menstruées.

Cette approche a permis de toucher des jeunes (issue de milieux rural comme urbain) dans leurs espaces d'expression privilégiés et de favoriser leur appropriation des enjeux liés à la dignité menstruelle. Ce concours a permis de mobiliser :

35 œuvres artistiques
produites
(vidéos, dessins et illustrations)

06 lauréat.e.s
récompensé.e.s
(chèques, gadgets et formations)

87 850 vues & **5 608** interactions
sur les plateformes digitales

Cette activité a contribué à la diffusion de narratifs positifs, à la déconstruction des stéréotypes et à une large sensibilisation du jeune public et du grand public.

Web-émission Sans Tabou : Dignité menstruelle : **expérimenter le vécu des femmes**

L'émission digitale « **Sans Tabou** » a mobilisé des influenceurs appréciés des jeunes autour d'une approche expérientielle, visant à rendre visibles les réalités vécues par les personnes menstruées et à susciter empathie et dialogue, notamment chez les garçons et les hommes.

Résultats clés

3 255 vues & **266** interactions

**forte participation et réactions
spontanées du public**

**évolution des perceptions, avec une
reconnaissance accrue de la réalité
des douleurs menstruelles**

Cette activité a contribué à **briser les tabous**, à encourager l'implication des hommes comme alliés et à diffuser des messages clairs en faveur de la dignité menstruelle.



Formation de 10 champions iléwa sur la dignité menstruelle

La formation de 10 champions iléwa visait à **renforcer un noyau de jeunes leaders** capables de relayer des messages fondés sur les droits et de conduire des actions de sensibilisation de proximité, notamment en milieu scolaire. La formation a abordé de manière progressive et interactive les notions de menstruation, de cycle menstruel, de fonctionnement de l'appareil reproducteur féminin, de dysménorrhée, ainsi que les dimensions biologiques et sociales des menstruations. Un accent particulier a été mis sur l'évolution des approches, notamment le passage de l'hygiène menstruelle à la dignité, la justice et l'équité menstruelles, en positionnant les menstruations comme une question de droits humains et de dignité, et non plus uniquement comme une problématique sanitaire. Des outils pédagogiques participatifs, dont un jeu d'affirmations, ont permis de déconstruire les idées reçues, de lever les tabous et de renforcer les connaissances dans un cadre respectueux et inclusif. Un dernier module a permis un transfert de compétences en sensibilisation communautaire.

Résultats clés

10 champions formé.e.s et engagé.e.s

acquisition de connaissances solides sur la dignité, la justice et l'équité menstruelles

élaboration de plans d'actions de sensibilisation en milieu scolaire

Cette activité a permis de pérenniser les acquis du projet et de renforcer l'éducation par les pairs comme levier de changement durable.



Sensibilisation en milieu scolaire (Atlantique et Littoral)

Les sessions de sensibilisation menées dans **trois collèges et lycées** visaient à **renforcer l'accès à une information fiable et adaptée** pour les adolescent.e.s, dans des espaces structurants de socialisation.

Résultats clés

+300 élèves sensibilisé.e.s

amélioration de la compréhension des notions de dignité et de justice menstruelles

création d'espaces de dialogue sûrs et respectueux au sein des établissements

Ces actions ont contribué à normaliser le dialogue autour des menstruations et à réduire la stigmatisation en milieu scolaire.