

Présentation de la Trousse Ocazou

2025



Introduction:

L'âge moyen des premières menstruations a tendance à être de plus en plus précoce, ce qui peut générer de l'incompréhension, de l'anxiété et un sentiment d'isolement chez les jeunes. Il est essentiel d'aborder ce sujet de manière préventive afin d'assurer une transition sereine et d'éviter que ce changement naturel ne devienne un frein au bien-être, à l'estime de soi et à la participation scolaire et parascolaire.

Qui sommes nous?

Trousse Ocazou est un organisme à but non lucratif fondé par une entrepreneure sociale et mère de deux adolescentes. Son initiative met en lumière la précarité menstruelle présente dans nos écoles et vise à éliminer le tabou qui entoure les menstruations grâce à la sensibilisation.

Nous distribuons dans les écoles primaires des kits de Premières Menstruations Ocazou, un outil pédagogique et préventif conçu pour préparer les jeunes filles à l'arrivée de leurs premières menstruations et à toutes les autres fois du reste de leur vie.

Le kit Ocazou sert aussi d'outil pour les parents pour accompagner leur jeune fille.

Ce kit contient des produits adaptés ainsi que des ressources éducatives permettant aux jeunes filles d'aborder cette étape avec autonomie, confiance et sérénité.

- Un livret pédagogique qui répond aux questions des jeunes
- Une trousse à transporter partout
- Un journal intime pour les inciter à mettre des mots sur leurs émotions
- Un sac magique
- Des serviettes menstruelles fabriquées spécialement pour ado. Elles sont faites 100% en coton biologique et sont hypoallergéniques.



Quels enjeux de santé et de bien-être devraient faire l'objet d'actions de prévention en priorité? Pourquoi ?

Les menstruations devraient faire l'objet d'actions de prévention en priorité car cela a un impact direct sur le bien-être, la réussite scolaire et l'estime de soi chez les jeunes filles. Une prévention précoce, inclusive et adaptée permettrait de réduire les inégalités, briser les mythes et offrir des outils concrets pour prendre soin de soi dès le plus jeune âge.

De plus, il est important d'aborder le sujet des premières menstruations sous un angle positif car :

- Les premières menstruations peuvent survenir dès l'âge de 9 ans dans certains cas.
- La durée moyenne des menstruations s'étend sur 40 ans de la vie d'une femme.
- Le cycle menstruel a un impact significatif sur notre quotidien.
- Les produits menstruels pourraient avoir des effets sur notre santé et sur l'environnement.

Quels groupes de la population la Stratégie devrait-elle viser en priorité ? Pourquoi ?

Notre solution cible en priorité les jeunes (filles et garçons) du 3ème cycle du primaire, entre l'âge de 9 ans et 13 ans particulièrement les jeunes filles issues de milieux vulnérables, où l'accès à l'information et aux produits menstruels sont limités. Cela permet de garantir l'égalité des chances.

Les parents doivent également être impliqués, car leur soutien et leur compréhension sont essentiels pour garantir que l'information parvienne efficacement à la maison et soit intégrée au quotidien des jeunes.

Quelles sont vos idées pour agir collectivement afin d'améliorer la santé et le bien-être de la population ?

Pour agir collectivement, il est important d'établir des partenariats avec les écoles et les institutions publiques pour mettre en place des ateliers éducatifs favorisant un dialogue ouvert et décomplexé autour des menstruations, distribuer gratuitement des kits Ocazou et installer des dispensaires de produits dans les établissements scolaires.

Quelles actions de prévention déjà en place devraient être poursuivies ou renforcées? Laquelle ou lesquelles devraient être arrêtées?

Actions à poursuivre ou renforcer:

- Le cours actuel sur les menstruations dans les écoles primaires se limite à des aspects scientifiques. Il devrait être réévalué et élargi pour aborder toute la complexité des enjeux de santé et de bien-être des élèves, notamment en prenant en compte l'aspect émotionnel et psychologique de cette transition.

- Les infirmières, souvent responsables de la vaccination, devraient aussi être formées pour traiter les questions liées aux menstruations et les aborder avec les élèves dans un cadre bienveillant.

Actions à arrêter :

- L'éducation menstruelle ne doit pas se limiter aux protections et à la transition vers l'âge adulte. Il est crucial d'intégrer une approche plus globale et inclusive, axée sur la prévention, la bienveillance et la déstigmatisation du sujet pour soutenir le bien-être des élèves.
- Il est préoccupant que certaines enseignantes soient contraintes d'acheter des protections menstruelles de leur propre poche. Cela montre un manque de ressources et d'égalité d'accès, et devrait être remplacé par un soutien institutionnel adéquat.

Comment l'innovation pourrait-elle y contribuer?

L'innovation sociale réside dans la distribution des kits Ocazou, qui offrent une approche préventive et éducative complète. Ces kits ne se limitent pas à fournir des produits menstruels, mais incluent également des ressources pédagogiques pour démystifier les menstruations et accompagner les jeunes filles dans cette étape de leur vie. Grâce à cette approche innovante, nous offrons un soutien tangible et accessible, permettant de briser les tabous, de réduire l'anxiété et de promouvoir une gestion saine et sereine des menstruations.

Quels sont les principaux obstacles à surmonter pour mettre en œuvre ces actions? Comment pourrait-on y arriver?

Les principaux obstacles incluent le manque d'infirmières scolaires pour animer les ateliers, les tabous culturels et les inégalités financières dans les écoles pour offrir ces ressources.

1. Le manque d'infirmières scolaires: Pour que nous puissions offrir des ateliers dans toutes les écoles, nous aurons besoin d'infirmières scolaires qui doivent être formées pour offrir un message uniforme.

Solution proposée:

Collaborer avec la direction des programmes jeunesse des CIUSSS et offrir une formation aux infirmières scolaires.

2. Les tabous culturels: Les menstruations restent un sujet souvent tabou dans certaines communautés, ce qui peut empêcher une discussion ouverte. Cela pourrait aussi entraîner des appréhensions chez les parents des élèves.

Solution proposée : Informer les parents des contenus éducatifs reçus par les élèves et leur offrir l'opportunité de découvrir le kit Ocazou. Cela permettra aux parents de mieux comprendre le programme, d'engager une discussion ouverte avec leurs enfants et de soutenir un dialogue constructif à la maison.

3. Les inégalités financières dans les écoles: Certaines écoles n'ont pas un budget alloué à ce genre d'atelier ou pour offrir le matériel aux élèves gratuitement.

Solution proposée : Nous souhaitons offrir ces ressources gratuitement grâce aux subventions et aux dons

Quelles sont les principales occasions à considérer? Comment pourrait-on les saisir?

1. Occasion: L'augmentation de la prise de conscience sociale sur la santé menstruelle des personnes menstruées.

Comment la saisir : Sensibiliser collectivement pour souligner que les jeunes filles dans le milieu scolaire sont souvent négligées, en demandant des collaborations pour étendre l'impact du programme et en incitant à une approche plus inclusive.

2. Occasion: distribution gratuite des produits menstruels dans les édifices gouvernementaux et dans les entreprises.

Comment la saisir : Plaider pour une extension de ces initiatives aux écoles, en intégrant des programmes éducatifs pour sensibiliser les jeunes filles et les accompagner dans leur gestion menstruelle.

3. Occasion: Les infirmières sont déjà présentes dans les écoles pour la vaccination.

Comment la saisir : les impliquer dans des discussions sur les menstruations avec les élèves.

4. Occasion: le stress des enseignants face à leurs nombreuses responsabilités crée une demande pour des programmes de prévention innovants externes.

Comment la saisir : Profiter de cette demande pour proposer des ateliers et kits comme ressources complémentaires, afin de soulager les enseignants tout en répondant aux besoins des élèves.

Comment impliquer davantage les citoyens et citoyennes dans les actions de prévention en santé?

Pour impliquer les citoyens, il est essentiel de les inclure dans la discussion à travers des événements communautaires, des campagnes sur les réseaux sociaux, et des activités scolaires. Créer des espaces de dialogue et de partage permettrait de briser les tabous et de sensibiliser plus largement.

Notre impact:

Plus de 3 000 jeunes sensibilisés.

Développement:

Un projet évaluatif en collaboration avec le CIUSSS et des partenaires financiers, prévu pour l'année scolaire 2025-2026, afin de mesurer son impact sur les connaissances et le bien-être jeunes filles, dans l'optique d'un déploiement à plus grande échelle.

