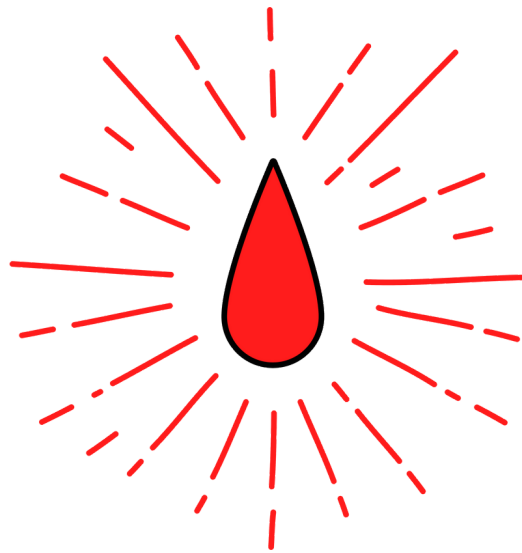


2024



Een einde aan menstruatiearmoede

Het Vlaams Memorandum van BruZelle vzw

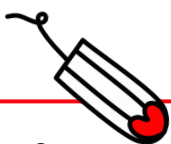


BruZelle vzw
Locquenghienstraat 19
1000 Brussel
www.bruzelle.be
info@bruzelle.be



Inhoudstafel

Voorwoord	3
Verschil tussen menstruatiearmoede en menstruatie-onzekerheid	4
Stand van zaken: cijfers	5
Wie is BruZelle vzw?	6
Beleidsaanbevelingen voor de Vlaamse overheid	8
Algemeen	8
Voor het bestrijden van menstruatiearmoede	9
Voor het bestrijden van menstruatie-onzekerheid	10
Contact en colofon	12



Voorwoord



Beste lezer

Zolang er al gemenstrueerd wordt, bestaat er **menstruatiearmoede**. Toch is het de laatste tijd een veelbesproken thema. Maar wist u dat dit over meer gaat dan slechts een financieel gebrek waarbij mensen geen menstruatieproducten kunnen aankopen? Ook **menstruatieschaamte** en **menstruele kennisarmoede** spelen hier een cruciale rol. Het oplossen van menstruatiearmoede zorgt voor **een verbetering van de menstruele gezondheid en de mentale last** die bij de menstruatie komen kijken.

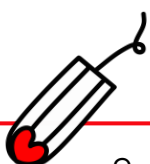
In deze zaken, en nog vele anderen, heeft BruZelle vzw zich de afgelopen jaren verdiept. **Sinds 2016** verzamelen en verdelen wij **gratis menstruatieproducten** aan zij die het nodig hebben. Dat was zelfs nog ver voordat de term “menstruatiearmoede” geïntroduceerd werd. Als pionier in België bij het bestrijden van menstruatiearmoede en als expert in het doorbreken van het menstruatietaboe, streeft BruZelle ernaar dat **elke menstruerende persoon** de menstruatie **op een waardige manier**, met **de gewenste producten** en **zonder schaamte** kan beleven. Maar vooraleer we een volledig menstruatievriendelijke samenleving zijn, moeten we nog grote stappen zetten.

Een goede aanzet tot deze stappen kan u terugvinden in dit Memorandum. Wij nodigen u dan ook uit om met ons mee te denken over zo’n menstruatievriendelijke samenleving en hier dan ook naar te handelen. Zo’n samenleving hangt namelijk direct samen met **gelijke kansen** en een **gelijke behandeling van de genders**. Ongetwijfeld zaken die ook u hoog in het vaandel draagt.

BruZelle maakt een onderscheid tussen **menstruatiearmoede** en **menstruatie-onzekerheid**. Een overzicht en het verschil tussen beiden vindt u terug op pagina 4. Idealiter lossen we beide zaken op. Maar voor BruZelle primeert het oplossen van menstruatiearmoede. Daarna kunnen we streven naar een volledig menstruatievriendelijke samenleving waarin ook menstruatie-onzekerheid geen rol meer speelt.

Laten we samen een einde maken aan menstruatiearmoede.

Het BruZelle-team



Verschil tussen menstruatiearmoede en menstruatie-onzekerheid

BruZelle maakt het onderscheid tussen menstruatiearmoede en menstruatie-onzekerheid. Beide zaken zijn niet hetzelfde. Voor BruZelle primeert het oplossen van menstruatiearmoede, omdat dit een cruciale factor is voor een samenleving met gelijke kansen. Vervolgens is het ook belangrijk om naar een menstruatiezekere samenleving toe te werken. Dit draagt bij tot de gendergelijkheid.

Menstruatiearmoede

= de beperkte of onbestaande toegang tot de gewenste menstruatieproducten voor menstruerende personen (door een gebrek aan financiële middelen of menstruatieschaamte).

= het ontbreken van propere, aangepaste en veilige sanitaire voorzieningen om van menstruatieproduct te veranderen.

= een gebrek aan kennis over menstruele gezondheid.

Dit kan leiden tot schooluitval, uitsluiting van het sociale leven en werkverzuim.

Hoe lossen we dit op?

- Het voorzien van gratis menstruatieproducten verlaagt menstruatiearmoede.
- Het investeren in propere en veilige sanitaire infrastructuur op openbare plaatsen verlaagt menstruatiearmoede.
- Het voorzien van accurate informatie over menstruele gezondheid op een taboedoorbrekende manier verlaagt menstruele kennisarmoede en menstruatieschaamte.

Dit is een cruciale stap naar een samenleving met gelijke kansen.

Menstruatie-onzekerheid

= op een specifiek moment niet over de gewenste menstruatieproducten beschikken als menstruerend persoon (door vergetelheid of een onvoorziene menstruatie). Dit hoeft geen direct verband te houden met de financiële omstandigheden waarin een persoon zich bevindt.

= een gebrek aan kennis over de menstruatie waardoor het menstruatie-taboe, en de sociale normen die hierbij horen, blijft bestaan.

Dit kan tijdelijk leiden tot een verstoring van het welzijn van een persoon.

Hoe lossen we dit op?

- Het voorzien van gratis menstruatieproducten op openbare plaatsen verlaagt de menstruatie-onzekerheid voor alle menstruerende personen én verlaagt de menstruatieschaamte om een menstruatieproduct te vragen aan anderen.
- Het menstruatietaboe doorbreken door educatie en sensibilisering te voorzien en op een open manier te spreken over de menstruatie.

Dit is een cruciale stap naar een menstruatievriendelijke samenleving, die bijdraagt tot de gendergelijkheid.



Stand van zaken: cijfers

Ook in België is menstruatiearmoede geen ver-van-ons-bed-show. Zo heeft 18,7% van de Belgische bevolking een risico op armoede en sociale uitsluiting.

De cijfers van een enquête van iVOX, in opdracht van Always, tonen dat 6% van alle Belgen tussen 12 en 49 jaar eind 2021 het moeilijk heeft met de financiële aankoop van menstruatieproducten.

Volgens een rapport van Caritas Vlaanderen uit 2020 heeft maar liefst 12% van de Vlaamse schoolgaande meisjes tussen 12 en 25 jaar wel eens niet genoeg geld om zich een menstruatieproduct te veroorloven.

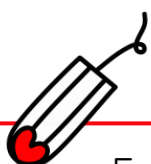
Deze cijfers hebben dus enkel betrekking op de financiële moeite met de aankoop van een menstruatieproduct. Maar het niet beschikken over een product kan ook andere oorzaken hebben, zoals schaamte en het taboe rond de menstruatie.

In het voorjaar van 2021 voerde Zijkant in samenwerking met JOETZ een onderzoek uit via de app Waddist bij Vlaamse jongeren. Aan het onderzoek namen 2500 jongeren deel tussen de 12 en 30 jaar. Van deze groep stelt 64% dat er te weinig open gepraat wordt over de menstruatie. Daarnaast stelt 11% van deze jongeren dat ze nog nooit met iemand open gesproken hebben over de menstruatie.

Hoewel het cijfermateriaal beperkt is, komt er toch een noodzaak naar voren. Menstruatiearmoede, menstruatie-onzekerheid en menstruatieschaamte komen ook in Vlaanderen voor.

Bronnen

- Website Armoedecijfers, geraadpleegd op 14 februari 2024; <https://www.armoedecijfers.be/>.
- Persbericht Always, gepubliceerd op 16 december 2021; <https://procter.prezly.com/plus-de-25000-jeunes-belges-declarent-avoir-deja-manque-les-cours-pendant-leurs-regles-faute-de-moyens-pour-sacheter-des-protections-menstruelles>.
- Rapport Caritas, "Dubbel taboe : menstruatiearmoede in Vlaanderen", gepubliceerd in maart 2020; https://caritasvlaanderen.be/sites/default/files/inline-files/Caritas_rapport_Menstruatiearmoede.pdf.
- Artikel op website Zijkant, gepubliceerd op 7 mei 2021; <https://www.zijkant.be/1-op-de-10-jongeren-sprekt-met-niemand-over-menstruatie/>.





Wie is BruZelle vzw?

BruZelle vzw strijdt **sinds 2016** actief tegen menstruatiearmoede in **heel België**.

Daarvoor heeft ze drie doelen:

- (1) het verdelen van **gratis menstruatieproducten** om menstruatiearmoede en menstruatie-onzekerheid tegen te gaan,
- (2) het **informer en sensibiliseren** over menstruatiearmoede en menstruele gezondheid,
- en (3) het verspreiden van **advies en expertise** rond een menstruatievriendelijk beleid bij verschillende instanties, organisaties en overheden.

Het hoofdkantoor van BruZelle ligt in Brussel. Maar vanuit lokale antennes opereren plaatselijke vrijwilligers om aan de lokale noden te voldoen. BruZelle heeft antennes in Leuven, Gent, Antwerpen, Ath, Luik, Charleroi, Namen, Waals-Brabant en Henegouwen.

Sinds 2017 werden er al **2.803.782 menstruatieproducten*** verdeeld. Deze producten zitten in kleurrijke zakjes, volledig gemaakt door vrijwilligers. Deze zakjes worden voornamelijk gedoneerd aan armoedeorganisaties, gezondheidsorganisaties en vrouwenorganisaties. In februari 2024 voorziet BruZelle ook 100* Vlaamse basisscholen en secundaire scholen van gratis menstruatieproducten voor de leerlingen. Jaarlijks stijgt de vraag naar producten nog steeds. In de zomer van 2023 voorzag BruZelle ook menstruatieproducten op enkele festivals om daar in te spelen op de menstruatie-onzekerheid.



*Cijfers dateren van februari 2024

Naast het voorzien van menstruatieproducten, wil BruZelle ook actief **het taboe rond de menstruatie** doorbreken. Dit doet ze door deel te nemen aan lezingen, debatten, festivals, conferenties, studies en interviews.

In 2022 ontwikkelde BruZelle **“Regels van 3”**, een educatief en participatief programma om het taboe rond de menstruatie te doorbreken bij jongeren, volwassenen, maatschappelijk werkers en leerkrachten. Tijdens dit programma bieden we informatie aan over menstruatie-armoede, menstruele gezondheid, menstruatieproducten en menstruatieschaamte. Sinds de start van het programma vonden er bij de doelgroep jongeren al **538 sessies*** plaats. Hierbij werden er maar liefst **7915* jongeren** bereikt in Vlaanderen, Wallonië en het Brussels-Hoofdstedelijk-Gewest.

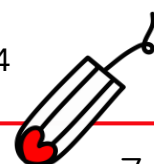
Na elke sessie vullen de jongeren een kort vragenformulier in. Uit dit vragenformulier blijkt dat 5696* jongeren iets bijgeleerd hebben tijdens de sessie. Hiervan voelen 3843* jongeren zich klaar om met anderen over de menstruatie te praten.

In oktober 2023 werkte BruZelle nauw samen met SENSOA (het Vlaams expertisecentrum voor seksuele gezondheid) en in november 2023 werd BruZelle bekroond met het label van EVRAS Jeunesse (éducation à la vie relationnelle, affective et sexuelle, samenwerking tussen la Communauté française, la Région wallonne en la Commission communautaire française de la Région de Bruxelles-Capitale).

Maar de vraag naar opvoeding rond menstruele gezondheid en sensibilisering rond de menstruatie blijft groot en het aantal aanvragen dat BruZelle ontvangt voor deze sessies ligt dan ook hoog. Om dit aantal aanvragen te kunnen beantwoorden, vraagt BruZelle een structurele subsidie.



*Cijfers dateren van februari 2024

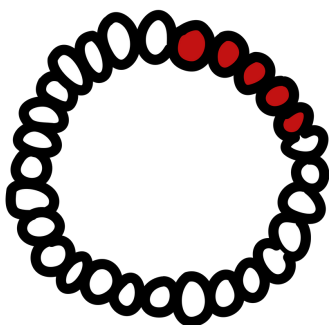


Beleidsaanbevelingen voor de Vlaamse Overheid

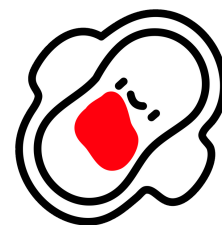
Algemeen

BruZelle vraagt:

1. Een nultarief of vrijstelling van btw op menstruatieproducten.
2. Een garantie dat menstruatieproducten gebruiksvriendelijk én kwaliteitsvol zijn.
3. Om menstruatiearmoede toe te voegen aan het thema Volksgezondheid.
4. Om menstruatiearmoede als geheel te bekijken en rekening te houden met de verschillende facetten waar dit invloed op uitoefent.
5. Om medici, (huis)artsen en experts rond reproductieve gezondheid die al langere tijd de titel hebben vergaard te stimuleren om bijscholingen te volgen over de seksuele en reproductieve gezondheid. Vooral over typische menstruatieziekten (zoals endometriose en PCOS) zijn de laatste decennia verschillende medische doorbraken gebeurd.
6. Om leerkrachten, jeugdwerkers en –begeleiders in te lichten over menstruatiearmoede.
7. Om te reflecteren en debatteren over menstruatieverlof en te onderzoeken hoe dit gerealiseerd kan worden.
8. Om producenten van menstruatieproducten te verplichten om de volledige samenstelling van het product te vermelden op de verpakking.
9. Om het middenveld te contacteren, hun advies op te volgen en hun acties uit het terrein te gebruiken als voorbeeld.

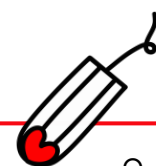


Voor het bestrijden van menstruatiearmoede



BruZelle vraagt:

1. Een verspreiding van gratis wegwerp menstruatieproducten voor menstruerende personen in een zeer kwetsbare positie.
 - Dit zonder dat deze personen hier gegevens voor moeten achterlaten.
 - De toegang moet makkelijk, toegankelijk en zonder drempels zijn.
 - De keuzevrijheid van de menstruatieproducten staat hierbij centraal en het aanbod moet zowel inwendig als uitwendig te gebruiken producten bevatten.
2. Om onderzoek te voeren naar menstruatiearmoede in Vlaanderen en hier anoniem cijfermateriaal over te verzamelen. Hierbij moet menstruatiearmoede steeds op intersectionele wijze bekeken worden.
3. Om menstruatiearmoede te kaderen binnen een breder armoedebestrijdingsbeleid.
4. Om OCMW's te stimuleren rekening te houden met menstruerende personen, d.w.z. extra budget toe te kennen voor de aankoop van menstruatieproducten voor menstruerende personen tussen de 10 en 55 jaar door middel van een algemeen systeem van een "kaart voor menstruatieproducten"; en rekening te houden met het aantal menstruerende personen binnen het gezin en het budget hierop af te stemmen.
 - Een menstruatie kost gemiddeld maandelijks €10 per persoon.
5. Om de mogelijkheid te onderzoeken om gratis wegwerp menstruatieproducten te verspreiden aan menstruerende personen in een situatie van menstruatiearmoede. Hierbij kunnen o.a. jongerencentra, centra voor algemeen welzijn, scholen en universiteiten betrokken worden.
 - Dit zonder dat deze personen hier gegevens voor moeten achterlaten.
 - De keuzevrijheid van de menstruatieproducten staat hierbij centraal en het aanbod moet zowel inwendig als uitwendig te gebruiken producten bevatten.
6. Om seksuele opvoeding over menstruele gezondheid toe te voegen aan de eindtermen van het lager onderwijs.
7. Om menstruele gezondheid toe te voegen aan de onderwijsdoelen van de eerste graad in het secundair onderwijs.
8. Om seksuele en menstruele gezondheid toe te voegen aan de minimumdoelen van de 2de en 3de graad van het secundair onderwijs en scholen te ondersteunen bij de ontwikkeling van een brede visie hierop.



9. Om kennis te verspreiden over duurzame menstruatieproducten én het gebruik hiervan te promoten.

10. Om te onderzoeken welke instanties duurzame menstruatieproducten kunnen terugbetalen en deze hier ook toe aan te zetten (bijvoorbeeld mutualiteiten), mits hier voldoende over geïnformeerd wordt.

- Dit zonder dat deze personen hier gegevens voor moeten achterlaten.
- De toegang moet makkelijk, toegankelijk en zonder drempels zijn.
- De keuzevrijheid van de menstruatieproducten staat hierbij centraal en het aanbod moet zowel inwendig als uitwendig te gebruiken producten bevatten.

11. Om de lokale besturen te stimuleren om voldoende gratis, propere en veilige publieke sanitaire voorzieningen te voorzien.

- Deze goed te onderhouden om de meest hygiënische omstandigheden te garanderen.
- Deze steeds te voorzien van toiletpapier, proper water, handzeep, een vuilnisbakje en gratis wegwerp menstruatieproducten.
- Deze sanitaire voorzieningen zijn ook toegankelijk voor mensen met een (fysieke) beperking.
- Idealiter zijn deze sanitaire voorzieningen ook aangepast aan het gebruik van duurzame menstruatieproducten, zoals bijvoorbeeld een kleine wastafel om de menstruatiecup in te wassen.

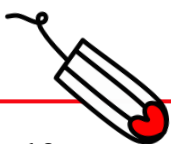
Voor het bestrijden van menstruatie-onzekerheid



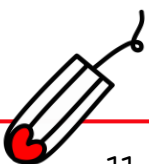
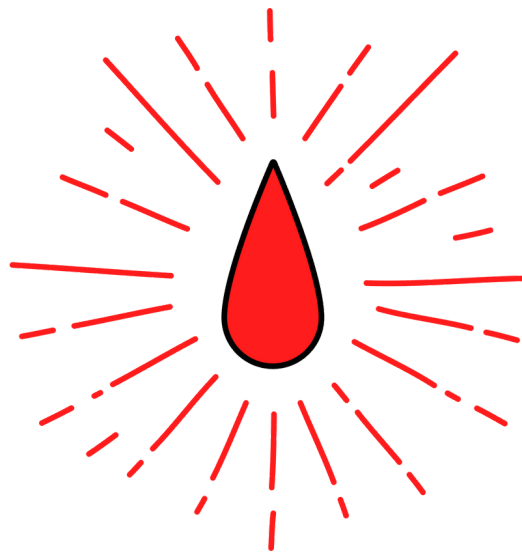
BruZelle vraagt:

1. Om gratis wegwerp menstruatieproducten te voorzien in de openbare ruimte.

- Dit zonder dat personen hier gegevens voor moeten achterlaten.
- De toegang moet makkelijk, toegankelijk en zonder drempels zijn.
- Dit op plaatsen waar jonge menstruerende personen samenkomen (scholen, sportzalen, deeltijds kunstonderwijs, jeugdbeweging, kampen...)
- De keuzevrijheid van de menstruatieproducten staat hierbij centraal en het aanbod moet zowel inwendig als uitwendig te gebruiken producten bevatten.



2. Bedrijven, organisaties en andere instanties te stimuleren om zelf een aanbod van menstruatieproducten te voorzien in de toiletten.
3. Om kennis te verspreiden over duurzame menstruatieproducten én het gebruik hiervan te promoten.
4. Om de sanitaire voorzieningen aan te passen aan het gebruik van duurzame menstruatieproducten, bijvoorbeeld door een kleine wastafel te installeren voor het wassen van de menstruatiecup.




Contact

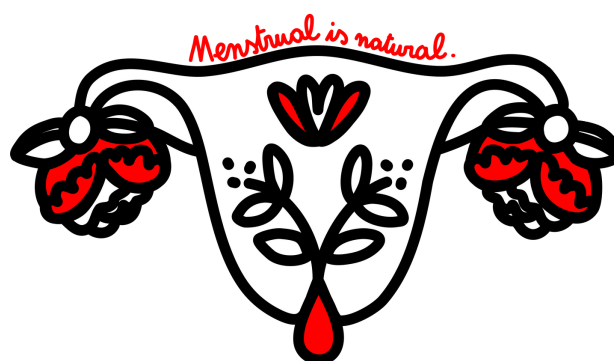
BruZelle vzw
Locquenghienstraat 19, 1000 Brussel
info@bruzelle.be
www.bruzelle.be

Sociale media

 BruZelle 

 BruZelle

 bruzelle.vzw.asbl



Colofon

- Inhoud Memorandum: BruZelle
- Redactie Memorandum: Hannah Geeraerts
Hannah Geeraerts - Beleidsmedewerker
hannah.geeraerts@bruzelle.be
+32 468 49 60 96
- Illustraties: Noirelavache

