

tabou des règles

Et si ça me concernait aussi ?



**Le congé
menstruel,
c'est la
règle !**

Avoir ses règles concerne un peu **plus d'un tiers** du personnel de l'administration communale pour qui c'est une préoccupation durant 2500 jours, sur quarante ans, en moyenne.

En avez-vous déjà parlé avec vos collègues, vos amies, votre conjointe ou vos enfants ?

Un congé menstruel, d'une durée maximale de trois jours par mois (cumulable jusqu'à douze jours par an pour un poste à plein temps), est disponible pour les personnes souffrant de règles douloureuses et incapacitantes.



yverdon-les-bains.ch/egalite



congé menstruel

endométriose

Avoir mal, c'est normal ?



**Le congé
menstruel,
c'est la
règle!**

L'endométriose est une maladie gynécologique chronique qui affecte environ **10% des femmes***. Elle est caractérisée par la présence de tissu semblable à l'endomètre (muqueuse de l'utérus) en dehors de la cavité utérine. Elle peut être associée à de nombreux symptômes douloureux.

* L'endométriose est souvent considérée comme une maladie féminine. Néanmoins, elle peut aussi affecter les hommes trans, les personnes non-binaires, agenes ou intersexes.

**Vous avez mal durant
vos règles ? Parlez-en
à votre gynécologue**
(ce n'est peut-être pas normal)

Un congé menstruel, d'une durée maximale de trois jours par mois (cumulable jusqu'à douze jours par an pour un poste à plein temps), est disponible pour les personnes souffrant de règles douloureuses et incapacitantes.



s-endo.ch



congé menstruel

menstruations zéro déchet

Vous êtes plutôt jetable ou durable ?



Le congé menstruel, c'est la règle !

Les protections menstruelles jetables ont un fort impact environnemental : leur production consomme beaucoup de ressources, et elles génèrent 100 kg de déchets non recyclables par personne menstruée. Elles peuvent contenir des substances toxiques comme des pesticides et coûtent environ **CHF 4'000.- sur une vie.**

Et si j'essayais une option plus durable ?

Un congé menstruel, d'une durée maximale de trois jours par mois (cumulable jusqu'à douze jours par an pour un poste à plein temps), est disponible pour les personnes souffrant de règles douloureuses et incapacitantes.



yverdon-les-bains.ch/egalite



congé menstruel