



ZAMBIA ALLIANCE OF WOMEN ZAW
IN COLLABORATION WITH
INTERNATIONAL ALLIANCE OF WOMEN



Table des matières

1. Introduction
2. Remarques préliminaires
3. Les différents types de produits menstruels et leur élimination
4. Déstigmatisation des menstruations
5. Distribution de serviettes et de livres
5. Les défis à relever
6. Points forts
7. Remarques finales
8. Conclusion





**ZAMBIA ALLIANCE OF WOMEN ZAW
IN COLLABORATION WITH
INTERNATIONAL ALLIANCE OF WOMEN**



1. Introduction

L'hygiène menstruelle est un aspect crucial de la santé et du bien-être des femmes, jouant un rôle essentiel pour assurer la dignité, le confort et la confiance des individus pendant leurs cycles menstruels. Au-delà de l'aspect biologique, une bonne gestion de l'hygiène menstruelle est essentielle pour prévenir les complications sanitaires et permettre aux femmes de mener une vie active et épanouie. Dans les sociétés du monde entier, briser le silence qui entoure la menstruation et promouvoir la sensibilisation aux pratiques hygiéniques ne favorise pas seulement le bien-être individuel, mais contribue également à démanteler des stigmates séculaires, à faire progresser l'égalité des sexes et à créer des environnements dans lesquels chaque femme peut vivre son parcours menstruel avec fierté et confiance. Comprendre et défendre l'hygiène menstruelle n'est pas seulement un impératif de santé ; c'est une étape essentielle pour favoriser des communautés inclusives, informées et autonomes.

Dans la poursuite de l'autonomisation des femmes, l'Alliance zambienne des femmes (ZAW), en partenariat avec l'Alliance internationale des femmes (AIF), vise à relever les défis auxquels sont confrontées les femmes et les jeunes filles en matière d'hygiène menstruelle par le biais du "Projet eau et serviettes".

Dans une manifestation tangible de cet engagement, une équipe de représentantes de ZAW, comprenant Mme Edah Chimya, Mlle Grace Kaputula, Mlle Deborah Mchulu, Mlle Lucy Nshimbi, et Mme Mwamba, s'est embarquée dans une visite transformatrice à l'école secondaire Chibwe à Kabwe le 15 novembre 2023. Cette action de sensibilisation a dépassé la défense traditionnelle des politiques, cherchant à avoir un impact direct et positif sur la vie des jeunes femmes.

2. Remarques préliminaires

Pour lancer la discussion, notre directrice exécutive, Mme Edah Chimya, a présenté l'équipe de ZAW et a exprimé sa gratitude pour la collaboration de l'école avec le projet "**Water and Pads**" (L'eau et les



**ZAMBIA ALLIANCE OF WOMEN ZAW
IN COLLABORATION WITH
INTERNATIONAL ALLIANCE OF WOMEN**



serviettes hygiéniques). Elle a ensuite remercié les élèves et les membres du personnel d'avoir accepté de participer à la discussion.

Au cours de la visite, l'équipe s'est engagée dans une session d'information couvrant des sujets cruciaux liés à la santé et à l'hygiène menstruelles. Au-delà de la distribution de produits d'hygiène menstruelle et de livres, l'objectif était de favoriser une meilleure compréhension du corps des femmes et de la santé génésique.

La session a commencé avec Mme Edah Chimya, notre directrice exécutive, qui a introduit la discussion sur l'hygiène menstruelle, soulignant son importance pour le bien-être personnel. L'équipe a saisi l'occasion de donner aux jeunes femmes des connaissances sur leur corps, en créant un environnement favorable à des conversations ouvertes sur la santé génésique.



3. Les différents types de produits menstruels et leur élimination

L'équipe a ensuite mis l'accent sur les différents types de produits menstruels disponibles, en engageant un dialogue sur leurs noms, leur apparence physique et leurs utilisations. L'importance d'une élimination responsable des produits d'hygiène menstruelle a été soulignée, ainsi que l'engagement à promouvoir la durabilité environnementale par le biais de pratiques de gestion des déchets appropriées.

4. Déstigmatiser les menstruations

Au fur et à mesure que les discussions s'approfondissaient, l'équipe a entamé une conversation en profondeur sur les menstruations et leur impact sur la société. Cette approche globale visait non



**ZAMBIA ALLIANCE OF WOMEN ZAW
IN COLLABORATION WITH
INTERNATIONAL ALLIANCE OF WOMEN**



seulement à éduquer mais aussi à déstigmatiser le sujet, permettant ainsi aux jeunes femmes d'embrasser leur processus biologique naturel en toute confiance.

5. Distribution de serviettes hygiéniques et de livres



6. Les défis

Dans les zones rurales, les lycéennes sont confrontées à une myriade de problèmes liés à l'hygiène menstruelle. Il s'agit notamment de

- Des installations sanitaires inadéquates, car elles ne disposent pas de toilettes à chasse d'eau et utilisent encore des latrines à fosse, ce qui entraîne un manque d'intimité et de propreté, contribuant à l'inconfort physique et à la détresse émotionnelle.
- L'indisponibilité et le caractère inabordable des produits d'hygiène menstruelle obligent de nombreuses filles à recourir à des solutions de fortune, ce qui compromet leur santé et leur bien-être.
- Le manque de sensibilisation à la santé menstruelle et la stigmatisation qui entoure la menstruation entravent encore plus leur capacité à gérer leurs règles avec dignité.

7. Point culminant

La journée internationale de l'hygiène menstruelle, le 28 mai, reconnaissant et symbolisant le cycle menstruel, a été un moment fort de la session. Cette appréciation a permis de rappeler l'importance mondiale de la santé et de l'hygiène menstruelles.



**ZAMBIA ALLIANCE OF WOMEN ZAW
IN COLLABORATION WITH
INTERNATIONAL ALLIANCE OF WOMEN**



8. Remarques finales

ZAW a assuré les élèves de l'école secondaire de Chibwe qu'elles continueraient à plaider en faveur du projet "Eau et serviettes hygiéniques" afin de relever les défis auxquels elles sont confrontés.

9. Conclusion

En s'engageant directement auprès d'établissements d'enseignement tels que l'école primaire et secondaire de Chibwe, ZAW a démontré son engagement non seulement à défendre les droits des femmes, mais aussi à favoriser activement l'autonomisation et l'éducation au sein des communautés.

La visite de l'école a mis en évidence les avancées significatives réalisées par ZAW en partenariat avec l'AIF, en encourageant les changements positifs et en créant une société plus équitable et plus autonome. Les histoires partagées, les leçons apprises et les liens tissés au cours de cette visite ont sans aucun doute contribué à la poursuite du processus d'autonomisation des femmes en Zambie et au-delà.