

Notice de jeu

Parlons'sang : Pourquoi un jeu sur les protections périodiques ?

Lors de leurs premières règles, les personnes menstruées reçoivent souvent une serviette jetable, peut être un tampon, et on n'en parle plus. Et pourtant il existe d'autres protections périodiques : coupe menstruelle, culotte de règles, éponge menstruelle...

La meilleure protection périodique... et bien elle n'existe pas ! Chacune a ses avantages et inconvénients. Connaître toutes les protections qui existent et leurs caractéristiques permet de faire un choix éclairé sur la ou les protections qu'on a envie d'utiliser maintenant, mais aussi de pouvoir changer au cours de sa vie.

L'objectif de ce jeu est donc d'apporter des connaissances sur une palette variée de protections périodiques. Le jeu est accessible pour des personnes jeunes, dès qu'elles savent ce que sont les règles (à 8-9 ans, par exemple).

Menstruations (ou règles) : Il s'agit de l'écoulement de sang par le vagin qui a lieu de manière périodique. Ce phénomène naturel correspond en fait au décrochement de la muqueuse utérine (endomètre) lorsque l'ovule n'a pas été fécondé.

À noter : certaines protections ne sont pas représentées dans les puzzles (notamment le disque menstruel et les tampons réutilisables) car elles posent encore beaucoup de questions et que nous n'avons pas jugé pertinent de les faire apparaître.

Dans tous les cas, avant utilisation d'une nouvelle protection, il est important de se rapporter aux instructions d'utilisation du fabricant.

Comment jouer ?

Mélanger les pièces et disposez les face visible devant vous. Reconstituer les puzzles en retrouvant les caractéristiques associées aux différentes protections périodiques.

Décryptage du code couleur :

- . Sans encadré : nom de la protection périodique ;
- . Encadré jaune : le coût de la protection périodique ;
- . Encadré vert : la quantité de déchets générée par la protection périodique ;
- . Encadré bleu : les impacts sur la santé de la protection périodique ;
- . Encadré marron clair : la composition de la protection périodique ;
- . Encadré rouge foncé : comment on utilise la protection périodique ;
- . Encadré bleu-vert clair : que faire de la protection périodique une fois utilisée.



Projet soutenu par Grenoble Alpes Métropole