

Tu es une femme, ma fille...

- Le premier baiser, le premier rapport sexuel, ça peut s'oublier. Mais ses premières règles, chaque femme s'en souvient comme si c'était hier.
- Ce passage de l'enfance à la vie adulte est vécu différemment selon l'expérience transmise par la mère ou les autres femmes de la famille.
- Selon un récent sondage, 39% des Suissesses se disent prêtes à renoncer complètement, ou presque, à leurs règles.

Par Marie-Claude Martin

- Maman, maman!
- Oui, ma chérie?
- Ça y est...
- Quoi?
- Je les ai...
- ????????
- Je les ai... Mes règles, je les ai...
- Oh, mon bébé!

«Ce jour-là, sans faire exprès, ma mère m'a blessée. Je lui disais ma fierté d'être devenue grande et elle me renvoyait à un statut d'enfant. C'était affectueux, bien sûr, mais j'attendais autre chose...» Vingt ans plus tard, Hélène se souvient comme si c'était hier de sa déception, et des larmes qui ont suivi. Sa mère, en revanche, a complètement oublié l'épisode qu'elle juge anodin au vu de ce que, elle, adolescente, a vécu. «J'avais 17 ans. Ma mère a eu une moue dégoûtée et m'a dit: «Fais gaffe de pas tomber enceinte!» Pas un baiser, pas une explication, rien!» Mais l'excès d'enthousiasme n'est pas forcément mieux perçu. Nathalie a éprouvé de la gêne quand sa mère s'est empressée d'annoncer la bonne nouvelle à toute la famille. «C'était indécent, disproportionné, ce que je vivais n'avait rien d'exceptionnel.» A l'inverse, pour Béatrice, la normalité de l'événement ne dispensait

pas sa mère de s'en réjouir au lieu de lui indiquer froidement «le tiroir de la salle de bains assigné aux protections périodiques».

AMBIVALENCE MÈRE-FILLE

Si les mères ne se souviennent pas forcément des premières règles de leurs filles, les filles, elles, ont un souvenir très précis de la manière dont leurs mères ont accueilli l'événement. Même si elles n'en ont pas parlé ensemble. C'est le cas de la réalisatrice valaisanne Emmanuelle de Riedmatten qui a gardé secret le fait d'être réglée jusqu'à ce que sa mère commence à s'en inquiéter. «J'avais perçu chez elle une sorte de honte là autour. Honte qu'inconsciemment j'avais dû intégrer.» Ce secret est à l'origine des *Visites de la Lune* (2001), beau documentaire sur le sang des femmes, et le silence qui lui est attaché. On y décèle, comme d'ailleurs dans la plupart des témoignages, une sorte d'inéquation entre l'attente des filles et la réponse des mères, comme si ce rite de passage, ce moment unique, irréversible de la vie d'une femme, exacerbait l'ambivalence de leur relation. Alors quelle est la bonne attitude? «Il n'y a pas de loi en la matière. Certaines mères

sabrent le champagne, d'autres sont plus discrètes. De même les jeunes filles. Certaines ont envie d'en parler, d'autres pas. Je crois pour ma part à la valeur de l'exemple. Si une mère se plaint d'être entravée, d'avoir mal au ventre ou à la tête, elle donne le signal d'un inconfort, d'une gêne. Si, au contraire, elle le vit bien, dans une sorte d'orgueil d'être femme, ça se passera mieux. L'idéal étant pour la jeune fille de vivre ses premières règles comme une promotion», dit Adriana Bouchat, psychologue et psychothérapeute, à Lausanne. La même rappelle le rôle du père, dont le regard compte aussi dans ce moment symbolique. Ainsi que celui des autres femmes de la famille, sœurs, tantes, et bien sûr les copines auxquelles sont réservées les confidences et les conseils pratiques. «Jamais j'aurais demandé à ma mère comment on met un tampon. C'est trop intime, sexuel. Mais avec les copines, quels fous rires! On a même inventé un code quand on a nos règles, qu'on est de mauvaise humeur et que les garçons nous emmerdent: la ragnagna attitude...»

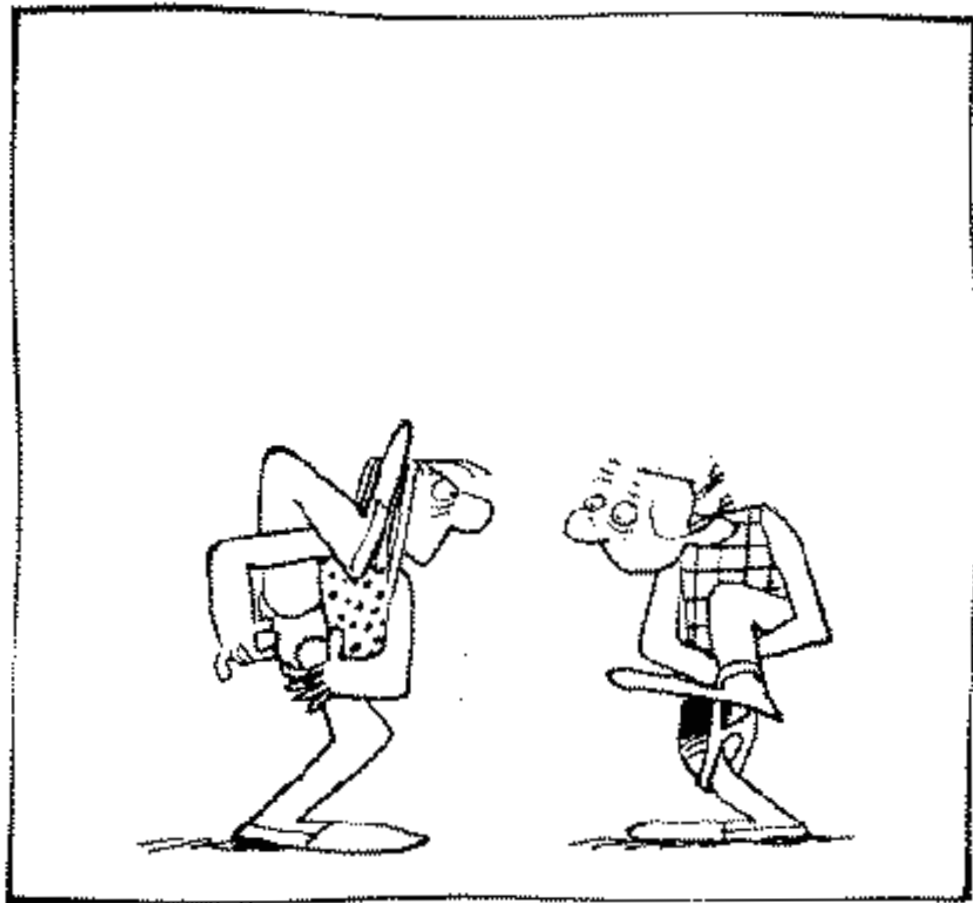
La légèreté de Jennifer, 15 ans, témoigne du chemin parcouru en cinquante ans, de la ceinture sanitaire au microtampon, >

> du silence à la surinformation, de la dramatisation d'être femme (maux de ventre, migraines, seins gonflés, sexualité mise entre parenthèse, etc.) au confort désormais revendiqué de vivre femme, du moins dans les pays acquis à l'égalité entre les sexes.

DEUIL DE L'ENFANCE

Pourtant, même banalisées, les premières règles conservent toute leur valeur symbolique. «Qu'on le veuille ou pas, elles sont un moment décisif dans la vie d'une femme, un marqueur du temps. Elles signifient: je suis une femme et je suis jeune. Cette horloge biologique est spécifiquement féminine. A la différence des hommes qui peuvent croire que le temps est infini, le nôtre n'est pas réversible: il y a un avant, un pendant et un après», rappelle Eliane Perrin, sociologue à l'HEDG (Haute Ecole Santé Genève).

Pour devenir femme, il faut donc faire le deuil de l'enfance, et cette rupture peut se révéler douloureuse. «Avant qu'elles n'arrivent, j'avais l'impression que je pouvais tout faire, tout être, que j'étais un garçon et une fille. Mes premières règles m'ont rendue triste. Mon destin biologique me rattrapait», dit Marie-Eve qui a fini par s'en accommoder. D'autres en revanche persistent dans leur refus, notamment par des troubles alimentaires qui peuvent provoquer des aménorrhées temporaires ou totales, en cas d'anorexie. «Pour certaines



C. BRETECHER

jeunes filles, il y a peut-être double deuil, celui de l'enfance et celui du genre: elles doivent aussi abandonner l'illusion magique que les choses peuvent toujours changer, précise Adriana Bouchat. Pour parodier Simone de Beauvoir qui disait

qu'on ne naissait pas femme mais qu'on le devenait, je dirais qu'on est née avec un sexe, mais qu'il faut se l'approprier.» En Suisse, l'âge moyen des premières règles est de 12 ans et 3 mois. Il y a cent cinquante ans, il était fixé à 16 ans.

Depuis, à chaque décennie la moyenne baisse de quatre mois. Cette précocité vérifiée dans les pays industrialisés s'explique par une meilleure alimentation et donc à une structure osseuse plus rapidement développée. Mais cette maturité physique ne correspond pas forcément à la maturité affective, professionnelle et économique des adolescents, de plus en plus dépendants de leurs parents. «Par la pub notamment, tous les enfants savent ce que sont les règles avant même qu'on leur en parle, dit Françoise Pilloud, animatrice en éducation sexuelle, à PROFA Lausanne. C'est à 12 ans que les filles posent le plus de questions, dont certaines traduisent leur inquiétude: «Est-ce que les règles, ça fait mal?» «Est-ce qu'on a nos règles jusqu'à ce qu'on meure de vieillesse?» «Pourquoi y a-t-il beaucoup de sang qui coule?»

RÈGLES À LA CARTE

Les filles l'imaginent rouge et très liquide alors que souvent, lors des premiers écoulements, il est plus proche d'une pâte brunâtre que d'un jet d'encre écarlate. D'où un malentendu fréquent. «J'ai cru que j'avais une maladie d'estomac ou une petite diarrhée. Je n'ai pas pensé une seconde que c'étaient mes règles», dit Isabelle, 30 ans. L'autre angoisse récurrente liée au premier sang (aux suivants aussi d'ailleurs) est celle dite du pantalon blanc, comme si les couleurs claires, irrésistiblement, attiraient le sang. >



M. RAMEL

L'INTIMITÉ MISE EN BOÎTE

Le cadeau d'une mère à toutes les adolescentes, c'est Moonbox, un étui pratique et fun pour cacher tampons et serviettes. En vente dès mercredi.

Parce qu'elle est mère de deux filles, 10 et 12 ans, et qu'elle avait envie de faire de leurs premières règles un sujet de réjouissance, la Lausannoise Béatrice Braun a inventé Moonbox. Conçues en trois couleurs (rose, bleu, vert) et neuf logos différents, ces petites boîtes carrées (10x10 cm), à glisser dans la poche du jeans ou à oublier au fond des sacs d'école, peuvent accueillir tampons et serviettes de toutes marques et formats.

Moonbox, c'est plus qu'un nouvel accessoire de mode, c'est aussi un symbole...

Oui. Quand une jeune fille entre dans le monde des adultes, il incombe aux femmes de son entourage de lui donner des repères, de l'aider, de l'accompagner. Les règles, c'est une affaire de femmes, de transmission, de savoir à partager. Mais il n'est pas toujours facile de trouver les mots justes: un objet, un symbole vaut souvent mieux qu'un long discours.

Quel est le message que vous faites passer aux adolescentes?

Nous avons bricolé cette boîte en famille, avec mes deux filles. L'idée de Moonbox, en référence aux cycles de la lune, est de donner une certaine légèreté et gaieté à ce rendez-vous mensuel, parfois vécu comme une entrave.

Sa mise en vente est prévue le 8 mars, Journée internationale des femmes... C'est un pur hasard. Mais il se trouve qu'il fait bien les choses. MCM

Moonbox, en vente dans toutes les pharmacies, à 9 fr. 90, ou sur www.moonbox.ch.



DR

Du tablier sanitaire au protège-string

Pour les femmes, le tampon et la serviette adhésive comptent parmi les inventions les plus merveilleuses du XXe siècle. Etape suivante: la disparition des règles?

Inutile de remonter aux femmes des cavernes pour comprendre l'inconfort occasionné par les bien nommées «mauvaises périodes.» Paille, papier, herbe, laine, et même feuilles de papyrus ramollies en guise de tampon dans l'Egypte antique, les femmes ont toujours bricolé des protections de fortune pour endiguer leurs règles. Mais au prix de quel inconfort? Dix femmes témoignent.



1910

Antoinette, 92 ans: «Une punition»

«Quand j'ai vu le sang couler, j'ai cru que j'avais une maladie.

Ma mère m'a dit d'un ton lugubre: «C'est le malheur de toutes les femmes, notre punition!» Ensuite, pour les explications, elle m'a renvoyée à la jeune fille de maison. J'ai eu droit à mon sac à chiffons, une besace dans laquelle les femmes glissaient des morceaux de coton et de tissu, dont l'assemblage ressemblait à un linge pour bébé. Il fallait les laver pour les réutiliser. Juste après la guerre, des amies m'ont parlé de serviettes qu'on pouvait acheter en commerce. Quel soulagement même si elles étaient monstrueusement larges et épaisses. Et qu'il fallait d'horribles culottes spéciales pour les fixer.»

1940



Carla 75 ans: «La Suisse était moderne»

«J'ai passé mon adolescence dans un village d'Italie du Nord où les femmes lavaient leur linge intime ensemble, à la fontaine du village. C'était assez gai, d'ailleurs, tout ce rouge en même temps. En 1960, je suis montée à Genève rejoindre ma sœur. Je me souviens de sa réaction quand elle a vu mes grands linges à plier tremper dans le bidet: elle a ri de bon cœur et m'a donné un paquet de serviettes hygiéniques à jeter. Pour moi, c'était une révolution.»



1930

Jeanne, 60 ans: «Des pantalons rouges»

«J'avais 15 ans et ma mère s'est empressée de m'acheter des serviettes qui s'attachaient à la taille. L'accoutrement était assez désagréable. Moi qui avais un joli ventre plat, j'avais l'impression d'être un Bibendum: «Faut te laver plus souvent...» m'a-t-elle dit encore. Je lui ai répondu que je voulais un pantalon rouge «comme ça, si ça coule, ça ne se verra pas...»

1950

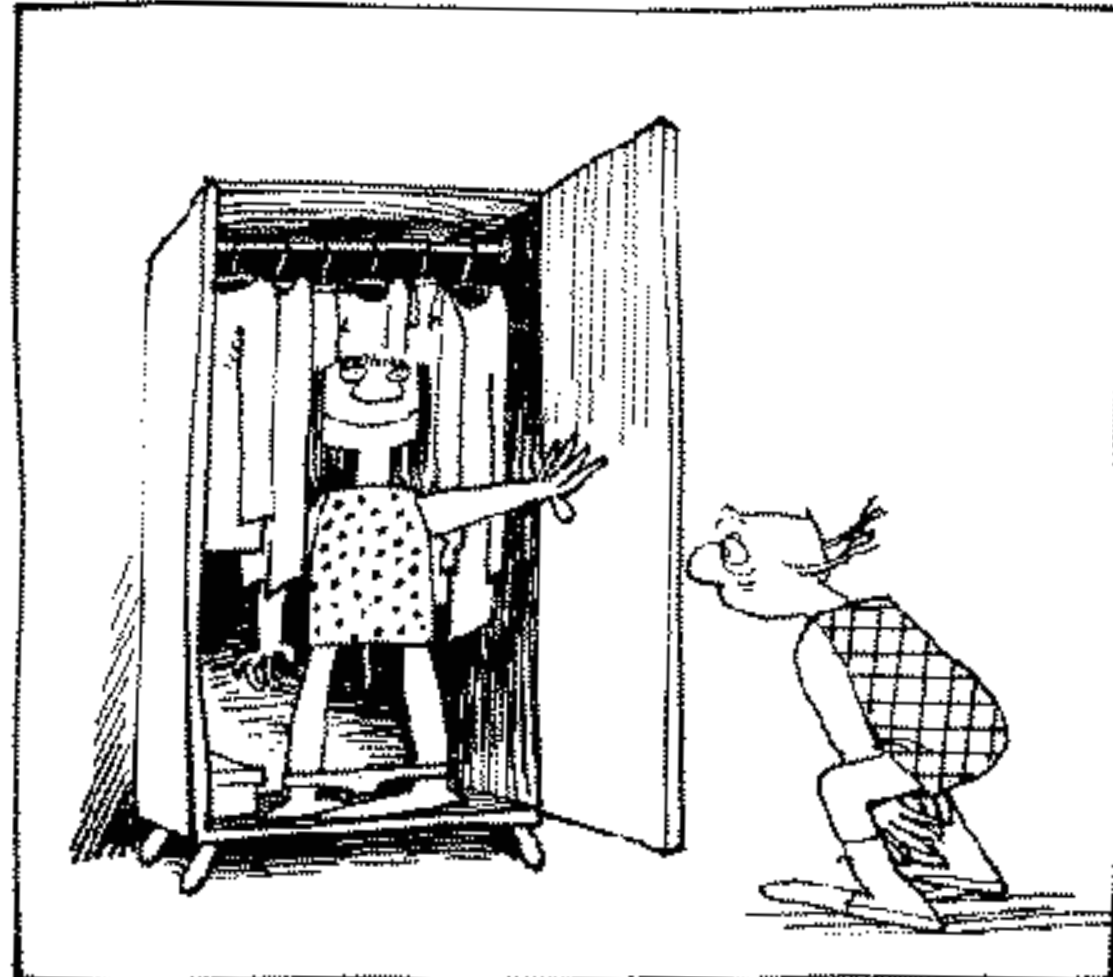


Christine, 55 ans: «La honte d'acheter»

«A l'époque, il y avait encore une certaine gêne autour des règles. En Belgique où je vivais, j'achetais mes serviettes en donnant très discrètement à la pharmacienne le coupon de commande de l'emballage précédent. Elle allait les chercher derrière le comptoir et me les donnait déjà emballées. Pas question de demander la chose, et moins encore de la montrer.»

AVEC OU SANG?

Si, médicalement, les règles sont inutiles aux femmes qui ne veulent pas d'enfants, pourquoi ne pas les supprimer? L'idée fait son chemin depuis 2000, date de la publication de *Is menstruation obsolete?*, cosigné par le Brésilien Coutinho et l'Américain Segal. Leur argument: les femmes enfantent de moins en moins et n'ont jamais eu autant leurs règles qu'aujourd'hui. Cette récurrence est à l'origine de divers maux chroniques telles l'anémie, la migraine, l'irritabilité ou la mélancolie, qui pourraient disparaître en même temps que les menstruations. Leur point de vue est relayé par deux chercheuses mexicaines, Sarah Thomas et Charlotte Ellerston, qui ont dressé une liste de nuisances, individuelles et collectives, liées aux règles: augmentation du coût de la santé, baisse de la productivité, discriminations professionnelles, absentéisme, etc. Au-delà de leur plaidoyer libéral et égalitariste, se profile l'éternel débat qui oppose le temps linéaire, économiquement performant, «immortel» au temps cyclique, scandé par les saisons et les humeurs de la lune. Le temps des hommes, dit-on, contre celui des femmes. Jusqu'à quand? Que les exceptions défient les règles. **MCM**



C. BRETECHER

> Si les premières menstruations scellent un destin de femme, elles ne sont plus systématiquement associées à la fécondité. «J'étais heureuse de devenir une femme, pas forcément une mère», dit Florence, sous pilule depuis qu'elle a 16 ans. Elle ne veut pas d'enfants, du moins pour l'instant, trop occupée à mener à terme ses études d'économiste. En période d'examen ou de vacances, elle la prend non-stop «pour ne pas être gênée». Jeanne, elle, s'est fait poser un stérilet supprimeur de règles sur les conseils de son amie Catherine qui a fini par choisir cette option après avoir testé l'implant (un petit tube

d'hormones placé sous la peau du bras et dont l'effet dure trois ans) et le patch. Elle ne devrait pas tarder à essayer la pilule saisonnière qui permet d'avoir ses règles quatre fois par année. «Sans aucune contre-indication médicale, elle est idéale pour les sportives, les étudiantes et les femmes très actives professionnellement», dit Eliane Perrin. Elle devrait connaître un certain succès puisque, selon une statistique récente* effectuée en Suisse, 39% des femmes seraient prêtes à prendre un contraceptif qui permette d'empêcher totalement ou presque les menstruations. Mieux: 49% des femmes ayant une acti-

tivité professionnelle ou celles âgées entre 16 et 25 seraient ravies d'avoir leurs règles tous les trois mois seulement. Ce désir d'échapper à la fatalité des 28 jours rejoint le vœu exprimé par de nombreuses

petites filles. Lesquelles se réjouissent d'avoir leurs règles, mais une fois, une fois seulement. «Après, à quoi ça sert puisqu'on sait qu'on est une femme?»

* Enquête commandée en janvier par Shering et menée en Suisse alémanique et en Suisse romande auprès de 484 femmes de 16 à 35 ans.

Quiz

C'est l'histoire (vraie) d'un garçon de 8 ans qui demande des tampons pour son anniversaire. Sa mère lui dit: «Mais mon chéri, tu es un garçon, tu n'en as pas besoin! Pourquoi en voudrais-tu?»

«Parce qu'avec des tampons, on peut nager, sauter à l'élastique et même faire du VTT.» C'est dire l'impact de la pub... Laquelle, en Suisse, n'a vraiment commencé à communiquer sur le sujet qu'au début des années 50. Sept questions pour tester vos connaissances.

1) Tampax a vendu le premier tampon avec applicateur en:

- a) 1921.
- b) 1936.
- c) 1954.

2) Lequel n'est pas le nom d'un tampon?

- a) Fem.
- b) Fib.
- c) Fax.

3) La première personne à avoir prononcé le mot «règles» dans une pub est:

- a) Susan Sarandon.
- b) Cindy Crawford.
- c) Mireille Darc.

4) Les serviettes autoadhésives existent depuis:

- a) Les années 1960.
- b) Les années 1970.
- c) Les années 1980.

5) Il y a cent cinquante ans, les femmes vivaient en moyenne 40 périodes de règles de toute leur vie contre 360 à 400 aujourd'hui. Pourquoi?

- a) Les femmes étaient plus souvent enceintes ou donnaient plus longtemps le sein.
- b) Les femmes décédaient jeunes.
- c) Elles n'étaient pas en si bonne santé.

6) Une seule de ces expressions n'est pas une métaphore des règles, laquelle?

- a) Tante Flo.
- b) Les voisins débarquent.
- c) Les ragnagna.

7) Que signifient les initiales OB, tampons créés en 1951?

- a) Ce sont celles de sa conceptrice, Olivia Backer.
- b) Ohne Binden, soit «sans serviettes» en français.
- c) Ce sont les deux premières lettres d'obstétrique.

Résultats: 1) b 2) c 3) b 4) a+b 5) a+b 6) b, ce sont les Anglais 7) b



Nathalie, 45 ans: «Avec l'applicateur»

«Comme la plupart de mes copines, je faisais la gym en pantalon quand j'étais indisposée. C'était le mot magique: indisposée. Ça voulait dire qu'on était des femmes. A 16 ans, j'ai voulu passer aux tampons. C'était plus pratique à mes yeux. J'ai acheté un paquet de Tampax, me suis installée aux toilettes du collège et en suis ressortie toute fière. J'ai déchanté un peu plus tard. Je ne pouvais même pas m'asseoir, tellement ça me faisait mal. Après une journée, j'ai décidé de lire le mode d'emploi et j'ai compris qu'il fallait enlever le tube applicateur...»



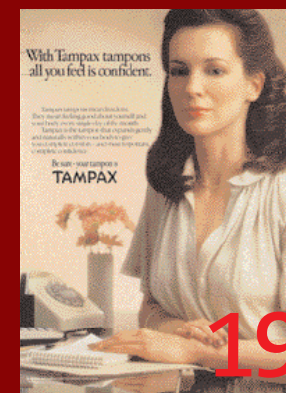
1974

Charlotte, 32 ans: «Ah! la ficelle...»

«J'ai toujours aimé nager. Comme je n'avais aucune envie de me priver de piscine à cause de mes «ragnagna», j'ai décidé de passer au tampon. Au début, je pensais que c'était dangereux parce que ça empêchait le sang de couler. Ma sœur m'a dit que c'était une superstition. Dans l'eau, après avoir vérifié que je ne laissais aucune trace derrière moi, j'ai oublié mes règles, j'étais bien. Mais quand je suis sortie, j'ai vu que la ficelle dépassait de mon maillot de bain. De ma vie, je n'ai jamais connu pareille honte.»

Vanessa 25 ans: «Essayage pour de faux»

«J'étais surinformée. Ma sœur aînée, ma mère et toutes mes copines m'en avaient déjà parlé. La différence entre serviettes et tampons, avec ou sans tube applicateur, tout le blabla. A vrai dire, j'avais déjà essayé tout le matériel avant même d'avoir mes règles. Alors quand je les ai eues, je n'avais plus qu'une envie: ne plus les avoir. D'ailleurs, je suis une adepte de pilule sur mesure (ndlr: la micropilule que l'on prend non-stop) qui me permet de programmer mes règles en fonction de mon agenda.»



1980



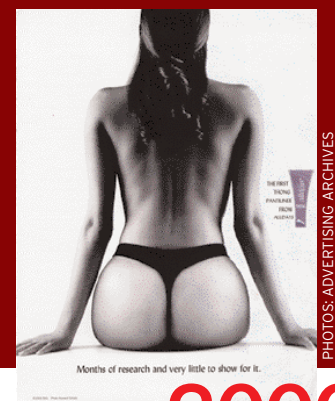
1990

Leone, 14 ans: «Difficile à enfiler»

«Quand j'ai eu mes règles, à 13 ans, maman m'a donné à choisir entre des serviettes toutes fines et des minitampons. J'ai passé une matinée à essayer d'enfiler des petits O.B. Pas facile! Maintenant que je sais m'en servir, je préfère les serviettes, c'est moins sexuel.»

Jennifer, 10 ans et demi: «Inutile»

«Je trouve que les règles c'est comme Jurassic Park, ça fait dinosaure. Les filles ne devraient plus les avoir, d'ailleurs ça ne sert à rien, sauf à être sûre d'avoir des bébés. De toute façon, on peut le savoir autrement. Mais bon je me réjouis quand même le jour où ça arrivera.»



2000



1967

BIBLI. DES ARTS DÉCORATIFS, PARIS/ARCHIVES CHARME/LE BRIDGEMAN ART LIBRARY

PHOTOS: ADVERTISING ARCHIVES