

● SOCIÉTÉ

“LES RÈGLES... QUELLE AVENTURE!”: LE LIVRE SUR LES MENSTRUATIONS À OFFRIR ABSOLUMENT AUX ADOS

Publié le 8 novembre 2017 à 11:52

Dans son nouveau livre jeunesse, la journaliste et auteure Élise Thiébaud parle des règles de façon positive, instructive et féministe. Un bel ouvrage illustré par Mirion Malle et disponible en librairies depuis le 2 novembre.



© Mirion Malle

Noël, ce n'est que dans un mois et demi, mais on a déjà trouvé le cadeau idéal pour les jeunes filles -et pourquoi pas les jeunes garçons- de votre entourage: le livre illustré *Les Règles... quelle aventure!* (Éd. *La Ville Brûle*). En s'adressant aux enfants à partir de l'âge de

10 ans, la journaliste et auteure Élise Thiébaud, 55 ans, cherche à aborder de façon déculpabilisante et informative les règles, “*mais aussi la sexualité, la liberté, la masturbation ou les mathématiques... Sans oublier la lune, les culottes menstruelles et la mayonnaise!*,” explique-t-elle. L'idée lui est venue après la parution en janvier dernier de son ouvrage *Ceci est mon sang*, avec lequel elle avait déjà l'ambition de réconcilier les femmes avec leurs menstruations: “*Beaucoup de gens me disaient ‘J’aurais voulu savoir ça plus tôt!’ Comme j’ai déjà écrit plusieurs livres pour ados chez Syros, je me suis dit que ça valait la peine d’essayer de rendre ces ‘histoire des règles’ accessibles au plus jeune âge.*”

Et pour s'adapter à ses lecteurs, Élise Thiébaud a choisi de s'associer avec la dessinatrice et blogueuse Mirion Malle qui illustre faits médicaux, références culturelles, mythologiques et réflexions féministes par des représentations de corps féminins qui célèbrent la diversité. Un bon moyen d'en finir avec la peur, le tabou et la honte qui entourent les règles dès le plus jeune âge. On a posé quelques questions à l'auteure.

Avez-vous constaté que les ados et préados étaient sous-informés sur les règles?

On est plus mal informés que sous-informés. Les règles ne sont jamais présentées de façon simple, avec franchise et entrain, comme c'est le cas chez les Scandinaves par exemple. Elles vont pourtant concerner 100 % des individus de sexe féminin plusieurs jours par mois durant 40 ans. Une proportion importante de ces personnes auront mal occasionnellement et 10 à 15 % d'entre elles seront concernées par l'endométriose ou d'autres maladies liées au cycle menstruel comme le syndrome des ovaires polykystiques. Ne pas pouvoir vivre ses règles avec décontraction va conduire les jeunes à négliger des symptômes, à ne pas être à l'aise avec leur corps, et à se sous-estimer.

À partir de quel âge faut-il parler de règles aux enfants?

J'ai du mal avec la notion d'obligation, les “*il faut*”. J'aurais tendance à penser que le bon moment est celui que l'enfant choisit. Je connais des mamans qui en ont déjà parlé à leurs enfants de 3 ans parce qu'elles ont été interrogées sur du sang qui leur coulait sur la jambe en sortant de la douche, et d'autres qui ont appris que leur fille avait ses règles un an après, parce que l'ado avait préféré garder ça pour elle, sans pour autant que ce soit un tabou dans la maison. Si on peut, le mieux est de trouver le moyen d'en parler librement au début de la puberté. Mais si on n'y arrive pas, ce n'est pas grave non plus. On fait ce qu'on peut quand on est parent et quand on est enfant! Il y a déjà bien assez de pression.

“Pour les règles, ce n'est pas grave de ne pas tout comprendre, parce que ça change pour chaque personne.”



Pourquoi vous êtes-vous associée avec Mirion Malle?

C'est une idée de l'éditrice Marianne Zuzula qui m'a très vite emballée. J'aimais le blog féministe de Mirion: Commando Culotte. Notre différence d'âge permettait aussi un beau dialogue. Dans le livre, elle a dessiné des ados solides, puissantes, audacieuses et jamais gnangnan. Elles peuvent avoir des cheveux crépus, des hanches larges, des cuisses rondes, et parfois même du poil aux pattes. Bref, elles reflètent la diversité de nos anatomies, loin des stéréotypes habituels.

Est-ce qu'à un moment de votre écriture vous avez craint de trop simplifier des processus et notions déjà parfois difficiles à comprendre pour certains adultes?

Non, l'idée ne m'a pas effleurée. Je n'ai pas peur de la complexité en général. Le livre est construit avec plusieurs niveaux de lecture, des dessins, des phrases en exergue, des encadrés en rouge, des définitions. On peut le picorer, et on comprendra peut-être certaines choses le moment venu. Pour les règles, ce n'est pas grave de ne pas tout comprendre, parce que ça change pour chaque personne. Ce qui compte, c'est d'avoir enfin les moyens de faire ses propres règles.

Propos recueillis par Margot Cherrid

