

CET ÉCRAN A ÉTÉ PARTAGÉ À PARTIR DE LA PRESSE+

Édition du 13 janvier 2018,
section PAUSE WEEK-END, écran 5



LITTÉRATURE JEUNESSE

POUR EN FINIR AVEC LE TABOU DES RÈGLES !

SILVIA GALIPEAU
LA PRESSE

Ni bleues, ni puantes, ni dégueu. L'auteure féministe Élise Thiébaud publie un ouvrage décomplexé et féministe, à mi-chemin entre le manuel et le manifeste, pour en finir avec un tabou vieux comme le monde, en s'adressant à celles qui en ont le plus besoin : les préados. Un livre que bien des femmes auraient certainement aimé lire au même âge...

Le saviez-vous ? On raconte qu'au Moyen Âge, les chevaliers trempaient leur épée dans le sang menstruel pour la rendre invincible. Mieux : aujourd'hui, des recherches ont démontré que les menstruations, loin d'être des déchets, contiendraient en fait de précieuses cellules souches.

« J'ai voulu faire des règles un outil d'émancipation, en parlant avec humour, sans complexe, de manière franche, sans être vulgaire », explique l'auteure de *Règles... quelle aventure !*, Élise Thiébaud.

Après *Ceci est mon sang*, un ouvrage étonnamment instructif sur les menstruations publié l'an dernier, la féministe Élise Thiébaud n'a visiblement pas fini de nous surprendre. Voilà qu'elle arrive avec un livre jeunesse à la fois drôle, léger et illustré, pédagogique par-dessus le marché, sur un sujet a priori peu joyeux : les règles. « Quand on parle des règles, la première réaction, c'est généralement le rejet, le dégoût, le malaise. J'avais envie de surprendre, rit-elle. Le rire relaxe ! »

DES FEMMES TOUJOURS GÊNÉES

D'autant plus qu'il y avait ici un grand besoin : non seulement il n'existe sauf erreur aucun livre du genre pour les jeunes filles (les menstruations sont généralement réduites à un maigre chapitre dans les ouvrages sur la puberté), mais les parents sont aussi souvent mal outillés pour aborder le sujet, et en plus, les études démontrent que la moitié des femmes sont encore et toujours gênées et mal à l'aise quand elles sont menstruées.

« Nous avons intériorisé une infériorité soi-disant naturelle à cause du tabou des règles et c'est ça que je m'attaque à déconstruire. »

— Élise Thiébaud

À travers l'humour, donc, et grâce aux illustrations de Mirion Malle, Élise Thiébaud livre ici une mine d'informations sur la question (« Parce que savoir, c'est émancipateur ») : du cycle menstruel (illustré) à la ménopause, en passant par les tabous ancestraux, le SPM et le premier rendez-vous chez le gynéco, on devine que le contenu de l'ouvrage dépasse largement le simple sang menstruel (« L'équivalent d'une tasse de thé sur plusieurs jours », faut-il le rappeler).

Au passage, l'auteure aborde en effet d'importantes questions entourant l'endométriose (laquelle touche de 10 à 15 % des femmes), le syndrome du choc toxique, les sécrétions naturelles et la très actuelle question du consentement (qu'elle résume ainsi : « La liberté est la tienne »).

« On est beaucoup dans l'affolement avec les ados. Moi, j'ai plutôt un discours positif de bienveillance, chaleureux. Parce que plus on est informé, plus on prendra des informations qui seront bonnes pour nous, plus on se fera respecter et plus on se respectera. Et plus on se respectera, plus on prendra soin de sa santé ! »

Les règles... quelle aventure !

Élise Thiébaud et Mirion Malle

Éditions la ville brûle

72 pages