

# Menstruatiearmoede aanpakken?

Graag iets meer dan een doekje voor  
het bloeden!

**Standpunt van de Vrouwenraad  
over menstruatiearmoede en  
de bestrijding van menstruatiearmoede**

Goedgekeurd door RvB 19/1/2021



## Opbouw van dit standpunt

<b>Stap 1: Wat is menstruatiearmoede?</b> .....	<b>3</b>
- Definitie van menstruatiearmoede .....	3
- Menstruatie is een biologisch proces dat essentieel is voor de reproductie van de mens ....	3
- Menstruatiearmoede en menstruatieschaamte, een dubbel taboe .....	4
<b>Stap 2: Situering menstruatiearmoede in internationale verdragen en onderzoek</b> .....	<b>6</b>
- Menstruatiearmoede is gelinkt aan mensenrechten en vrouwenrechten .....	6
- Menstruatiearmoede duikt op in Europa .....	7
- Menstruatiearmoede in Vlaanderen? .....	9
<b>Stap 3: Recente getuigenissen en reacties van (jonge) vrouwen in Vlaanderen</b> .....	<b>10</b>
<b>Stap 4: Hoe menstruatiearmoede de wereld uit helpen?</b> .....	<b>12</b>
- De strijd tegen menstruatiearmoede als hefboom naar een gendergelijke samenleving: het Paarse Pact. ....	12
- De Vrouwenraad pleit voor de volgende beleidsmaatregelen .....	13
Een nultarief of vrijstelling van taksen (BTW) op menstruatieproducten.....	13
Het gratis ter beschikking stellen van wegwerp menstruatieproducten via scholen, apothekers, in openbare toiletten en welzijnsinstanties .....	15
De terugbetaling van duurzame menstruatieproducten via sociale zekerheid / ziekteverzekering .....	15
Empowerende educatie en sensibilisering: een beweging weg van menstruatieschaamte en naar duurzame menstruatieproducten.....	17
<b>Bronnen</b> .....	<b>19</b>
<b>Bijlage</b> .....	<b>20</b>



# Stap 1: Wat is menstruatiearmoede?

## 1.1 Definitie van menstruatiearmoede

Het UNFPA, Bevolkingsfonds van de Verenigde Naties, is het agentschap voor seksuele en reproductieve rechten binnen de Verenigde Naties. In navolging van het Nederlandse onderzoek in 2019 van het feministisch collectief “De Bovengrondse”<sup>1</sup> (p. 3 - 4) baseert ook de Vrouwenraad zich op de volgende internationale definitie van het UNFPA<sup>2</sup>:

*“Menstruatiearmoede is in essentie de beperkte toegang hebben tot de middelen die je nodig hebt om veilig en comfortabel je menstruatie door te komen. Deze middelen bestaan uit de volgende drie aspecten:*

- 1. Toegang tot producten om het bloed op te vangen (zoals tampons, maandverband of een cup). Het is daarbij van belang dat die producten veilig, schoon en effectief zijn, én dat ze acceptabel zijn voor degene die ze gebruikt (sommige vrouwen willen/kunnen bijvoorbeeld niets inbrengen, en accepteren daarom geen tampons).*
- 2. Goede sanitaire voorzieningen. Dit betekent een veilige en privé-plek om de bovengenoemde producten te vervangen (wc en wasbak); een plek om ze weg te gooien of (bij herbruikbare producten) te wassen; een veilige privé-plek om jezelf met zeep en water te wassen.*
- 3. Kennis over menstruatie. Dit betekent basisinformatie over menstruatie en informatie over gezondheidsproblemen rond de menstruatie, voor iedereen die menstrueert. Kennis is bijvoorbeeld van belang om medische aandoeningen.*

## 1.2 Menstruatie is een biologisch proces dat essentieel is voor de reproductie van de mens

Niemand kiest voor menstruatie, maar als je spontaan begint te bloeden is het wel noodzakelijk om dit op een veilige en hygiënische manier op te vangen. Menstruatie is een biologisch proces inherent verbonden aan het vrouwelijke geslacht en staat los van seksuele voorkeuren en genderidentiteiten van mensen. Als we in deze nota spreken over meisjes en vrouwen verwijzen we naar mensen met vrouwelijke geslachtsorganen en doelen we dus op alle mensen die biologisch kunnen menstrueren en zodoende een essentiële rol (kunnen) spelen in de reproductie van de mens. Menstruatie is biologisch proces dat aan de

---

<sup>1</sup> <https://debogengrondse.nl/wp-content/uploads/2020/11/Rapport-menstruatie-armoede-De-Bovengrondse.pdf> ;  
<http://hetdamesverband.nl/hetonderzoek>

<sup>2</sup> <https://www.unfpa.org/menstruationfaq#menstruation%20and%20human%20rights>



grondslag ligt van het voortbestaan van de hele samenleving, van alle mensen ongeacht hun sekse, genderidentiteit, klasse, afkomst, opleiding, enzovoort.

Gezien het belang van menstruatie voor onze samenleving, is het onrechtvaardig en discriminerend om menstruerende meisjes en vrouwen individueel te belasten met alle aspecten die dit biologisch en maandelijks terugkerend proces met zich meebrengen. Willen we gendergelijkheid en gelijke kansen ook voor menstruerende meisjes en vrouwen waarborgen, dan vraagt dit om een solidaire samenleving. Dit vraagt om een beleid dat bijv. de extra kosten van menstruatie, de uitdagingen op vlak van gezondheid en de impact op het dagelijks functioneren van meisjes en vrouwen erkent, (pro)actief voorkomt en/of (curatief) wegneemt.

Hoe essentieel menstruatie en reproductie is voor een samenleving, wordt trouwens treffend geïllustreerd door 'The Handmaid's Tale' (1985, Margaret Atwood) dat in 2015 werd verfilmd in een gelijknamige televisieserie. Het uniform met de rode cape en witte kap is symbool geworden voor de strijd voor vrouwenrechten. Het verhaal werd niet toevallig razend populair de voorbije jaren. Het greep in op de #metoo-beweging, de aanstelling van Trump als nieuwe en vrouwonvriendelijke president van de Verenigde Staten, gevolgd door de invoering van strengere abortuswetgeving in bepaalde staten in de VS, met uitlopers over de hele wereld – denk bijvoorbeeld aan Polen in Europa. Gelukkig is de vrouwenbeweging veerkrachtig gebleken: denk maar recent aan de abortuswetgeving in Argentinië. Niettemin blijven seksuele en reproductieve rechten onder druk staan.

## 1.3 Menstruatiearmoede en menstruatieschaamte, een dubbel taboe

Menstruatiearmoede is onzichtbaar en hardnekkig tegelijkertijd. Dat komt omdat menstruatiearmoede **ingebod is in het veel bredere fenomeen van menstruatieschaamte**. Het gebrek aan geld en de schaamte die dit teweeg brengt (armoede) gaat hand in hand met de schaamte voor ongecontroleerd bloedverlies of 'het lekken' (menstruatie).

Menstruatiearmoede omvat dus "een dubbel taboe", zoals de titel van het onderzoek van Caritas<sup>3</sup> in Vlaanderen luidt. Het gaat om de schaamte over menstrueren én de schaamte over het ontberen van geschikte producten om het bloed op te vangen.

Dat dubbel taboe zorgt ervoor dat het fenomeen sterk verborgen wordt door de betrokkenen (en dus onzichtbaar is én blijft). Het verklaart waarom het zo lang onder radar is gebleven ook Westerse landen en bijgevolg waarom het dus een hardnekkig probleem is.

---

<sup>3</sup> [https://caritasvlaanderen.be/sites/default/files/inline-files/Caritas\\_rapport\\_Menstruatiearmoede\\_0.pdf](https://caritasvlaanderen.be/sites/default/files/inline-files/Caritas_rapport_Menstruatiearmoede_0.pdf)



In 2019 voerde Plan International een onderzoek naar “menstruatieschaamte” bij Nederlandse meisjes (12-25 jaar).<sup>4</sup> Het bevragen van menstruatiearmoede en menstruatieonzekerheid was maar een klein onderdeel om de algehele kennis, mening en ervaring van meisjes over menstruatie te achterhalen.

De cijfers spreken voor zich. Menstruatieschaamte is (nog steeds) een structureel probleem in onze samenleving:

- 30% van de meisjes vindt het ongemakkelijk om met vrienden over menstruatie te praten, 10% vindt het ook ongemakkelijk om met vriendinnen hierover te praten
- 25% van de meisjes verzwijgt dat ze menstrueert ten opzichte van anderen
- 20% van de meisjes geeft aan dat er niet openlijk wordt gesproken over menstruatie in het gezin

Wat menstruatiearmoede betreft, constateerde deze studie dat in Nederland:

- 9% van de meisjes (12-25 jaar) een gebrek heeft aan menstruatieproducten door geldgebrek (12-25 jarigen) maar ...
- **12% van de 16-20 jarige meisjes** geeft aan dat ze wel eens geen geld hadden om producten te kopen en moesten de hulp inroepen van een vriend/kennis om een product te mogen gebruiken van hen.

*Menstruatiearmoede gaat dus niet alleen over het gebrek aan menstruatieproducten omwille van geldgebrek (10%) bij meisjes en jonge vrouwen maar is ingebed in wijdverspreide menstruatieschaamte (20 à 30%) in onze samenleving.*

**De puberteit (16 tot 20 jaar) blijkt een kritieke leeftijd** om menstruatiearmoede te ervaren. Het betreft de eerste jaren waarop de meeste meisjes maandelijks menstrueren maar nog niet over een eigen inkomen beschikken.

Menstruatiearmoede blijft vaak onzichtbaar en **wordt versterkt door meer algemene menstruatieschaamte** (28% van de meisjes vindt het moeilijk om over menstruatie te spreken met vrienden).

<sup>4</sup> <https://www.planinternational.nl/actueel/bijna-een-op-de-tien-meisjes-geen-geld-voor-maandverband-of-tampons>



# Stap 2: Situering menstruatiearmoede in internationale verdragen en onderzoek

## 2.1 Menstruatiearmoede is gelinkt aan mensenrechten en vrouwenrechten

### Menstruatiearmoede is een schending van mensenrechten

Art. 25 van het Mensrechtenverdrag (UNDHR, 1948) stelt dat:

*“Een ieder heeft recht op een levensstandaard, die hoog genoeg is voor de gezondheid en het welzijn van zichzelf en zijn gezin, waaronder inbegrepen voeding, kleding, huisvesting en geneeskundige verzorging en de noodzakelijke sociale diensten, alsmede het recht op voorziening in geval van werkloosheid, ziekte, invaliditeit, overlijden van de echtgenoot, ouderdom of een ander gemis aan bestaansmiddelen, ontstaan ten gevolge van omstandigheden onafhankelijk van zijn wil.”*

Menstruatiearmoede tast dit mensenrecht fundamenteel aan zoals zal blijken uit deze nota.

### Menstruatiearmoede is een schending van vrouwenrechten en meer specifiek van seksuele en reproductieve rechten

Op de Vierde Wereldconferentie van Vrouwen in 1995 in Peking werd door alle betrokkenen een verklaring en actieplatform opgesteld met daarin 12 prioritaire uitdagingen/ interventiedomeinen, met als doel het **empoweren van vrouwen door expliciet vrouwenrechten te benoemen als mensenrechten** en dus uitiem de gendergelijkheid te realiseren.

Het eerste domein betreft **“vrouwen en armoede”** en benadrukt de feminisering van armoede. De erkenning door de regeringen van de vrouwelijke dimensie van armoede is een van de grote verwezenlijkingen van de Conferentie van Peking. Aangezien dit “een noodzakelijke voorwaarde is voor het bepalen en uitvoeren van een doeltreffend armoedebestrijdingsbeleid dat rekening houdt met de basisbehoeften maar ook met het gebrek aan kansen en mogelijkheden waarvan vrouwen al te vaak het slachtoffer zijn”.

De derde interventiegrond gaat over **“vrouwen en gezondheid”** en verwijst heel gedetailleerd naar alle aspecten van seksuele en reproductieve rechten (informatie, educatie, toegang tot gezondheidszorg, ...).



Samengevat:

*“De Conferentie van Peking erkende het recht van vrouwen op een goede mentale en lichamelijke gezondheid. Er werd in het bijzonder de nadruk gelegd op de noodzaak om vrouwen en meisjes een universele toegang tot een aangepaste, toegankelijke en betaalbare gezondheidszorg te waarborgen. Zowel om economische als culturele redenen hebben vrouwen en meisjes immers vaak een beperktere toegang tot de gezondheidszorg dan jongens en mannen, vooral in de ontwikkelingslanden. De risico's die verband houden met de levensomstandigheden (armoede, ondervoeding, geweld, isolement, stress...), het gebrek aan gynaecologische en reproductieve zorgen of het gebrek aan informatie (HIV, SOA, ...) hebben vaak zeer negatieve gevolgen voor de gezondheid van vrouwen.”<sup>5</sup>*

De verklaring van Peking is tot op vandaag een leidinggevend document in de strijd voor zowel vrouwenrechten als mensenrechten. Het wordt actief opgevolgd en gemonitord door zowel de VN (CEDAW), de Europese Unie, als door de lidstaten zelf.

## **Menstruatiearmoede leidt tot de discriminatie van meisjes en vrouwen**

Het internationale VN-Vrouwenverdrag (CEDAW, 1979), dat alle vormen van discriminatie ten aanzien van vrouwen actief en wereldwijd wil bannen, benadrukt dat lidstaten van de VN alle maatregelen moeten nemen om voor vrouwen gelijke toegang en deelname aan onderwijs (art. 10), tewerkstelling (art. 11), en ook gezondheidszorg (art. 12) te waarborgen en actief te promoten. Dit zijn rechten die allemaal rechtstreeks in het gedrang komen bij het ervaren van menstruatiearmoede (zie studies Plan International UK, 2017; Caritas Vlaanderen, 2020 en Plan International/ de Bovengrondse in Nederland, 2019).

## 2.2 Menstruatiearmoede duikt op in Europa

Menstruatiearmoede kwam op de publieke agenda in Europa in de nasleep van de acties van vrouwenbewegingen wereldwijd, in Europa en concreet ook in ons land om de BTW op menstruatieproducten te verlagen.<sup>6</sup> In de strijd tegen de “tampontaks” werden er onderzoeken opgezet omtrent de toegang tot en het gebruik van menstruatieproducten. Zo kwam het fenomeen van “period poverty” of menstruatiearmoede plots ook bovendrijven in het Westen waar het voorheen onzichtbaar bleef.

<sup>5</sup> [https://igvm-iefh.belgium.be/nl/activiteiten/internationaal/verenigde\\_naties/actieplatform\\_beijing](https://igvm-iefh.belgium.be/nl/activiteiten/internationaal/verenigde_naties/actieplatform_beijing); zie ook: <https://www.un.org/womenwatch/daw/beijing/platform/health.htm>

<sup>6</sup> <https://www.vrt.be/vrtnws/nl/2017/10/06/-tampontaks-verdwijnt---btw-op-tampons-en-maandverband-van-21-na/>



In 2017 kwam menstruatiearmoede voor het eerst echt op de maatschappelijke agenda in Europa door een onderzoek van Plan International in het Verenigd Koninkrijk.<sup>7</sup> Uit een online bevraging van meer dan 1000 meisjes tussen 14 en 21 jaar kwamen onthutsende vaststellingen naar boven.

- 10% van de bevroagde meisjes gaven aan dat ze soms gewoonweg géén geld hadden om menstruatieproducten te kopen
- 15% gaven aan dat ze het moeilijk hadden om er aan te geraken
- 15% gaven ook aan dat ze producten hadden moeten 'lenen' van een vriendin om hen uit de nood te helpen

Wat deden deze meisjes dan als ze hun menstruatie hadden?

- 12% improviseerde met toiletpapier, zakdoeken, dubbel ondergoed, enzovoort
- 19% kocht goedkopere, maar wel minder geschikte producten

De cijfers weerspiegelen dat:

- 10% van de meisjes tot 21 jaar **“menstruatiearmoede”** kennen. Dit is werkelijk het ontbreken van menstruatiemateriaal om het bloed op te vangen waardoor het dagelijks functioneren in het gedrang komt.
- 19 % van de meisjes **“menstruatieonzekerheid”** kennen. Dit is een maandelijks, terugkerende twijfel en zoektocht naar geschikte producten op het moment dat je regels daar terug zijn.

We kunnen dus stellen dat bijna **1 op 5 meisjes in meer of mindere mate** geschikte menstruatieproducten ontbreken en/of **moeten improviseren om het bloed van hun menstruatie op te vangen**. Dat geeft maandelijks terugkerende stress- en angstgevoelens met blijvende effecten op het zelfvertrouwen van meisjes. Dit heeft dan weer als gevolg dat de genderongelijkheid in stand wordt gehouden.

Recent resulteerde de volgehouden aandacht, maatschappelijke acties en het onderzoek in the UK en meer specifiek Schotland tot een verregaande wetgeving waarbij Schotland het eerste land ter wereld is waar menstruatieproducten de facto voor “iedereen die ze nodig heeft, beschikbaar moeten zijn” (Period Products Free Provision Bill).<sup>8</sup> Via diverse kanalen moeten lokale autoriteiten menstruatieproducten universeel en gratis ter beschikking staan van iedereen die het nodig heeft. Er wordt zowel ingezet op gratis verdeling via scholen en openbare toiletten als de mogelijkheid voor burgers om met hun C-card ook producten te verkrijgen in apothekers en nog andere systemen.<sup>9</sup>

---

<sup>7</sup> <https://plan-uk.org/media-centre/plan-international-uks-research-on-period-poverty-and-stigma>

<sup>8</sup> [Period Products \(Free Provision\) \(Scotland\) Bill - Parliamentary Business : Scottish Parliament](#)

<sup>9</sup> <https://www.bbc.com/news/uk-scotland-scotland-politics-51629880>





## 2.3 Menstruatiearmoede in Vlaanderen?

Het verkennend onderzoek van Caritas uit 2020 bevestigt de tendens ook bij ons. Dit onderzoek is belangrijk, maar focuste bijna uitsluitend op menstruatiearmoede: het ontbreken van geld om menstruatieproducten te kunnen kopen en dus te moeten gaan lenen of improviseren.

- Het betreft een online bevraging bij 2600 meisjes tussen 12 en 25 jaar
- 12% van de meisjes ontbreekt geld om menstruatieproducten te kopen
- 12% van de Vlaamse meisjes moest al eens een product lenen van een vriendin door geldgebrek
- 45 % van meisjes die leven in armoede (materiële deprivatie) kent menstruatiearmoede en ontbreekt dus de middelen om de nodige producten te kopen (maar slechts 3% van alle bevroagden leefden in armoede, dus ongeveer 78 meisjes op de 2600)
- 15% van meisjes die leven in armoede (materiële deprivatie) hebben al eens een dag school gemist omdat ze geen menstruatieproducten hadden

Het kwantitatief luik van het onderzoek gaat niet dieper in op de relatie met menstruatieschaamte.

Er gingen wel 4 diepte-interviews door met meisjes in armoede om de impact van menstruatiearmoede te verkennen: **de stress en angstgevoelens waren zeer groot, evenals de schaamte voor menstruatiearmoede.**



## Stap 3: Recente getuigenissen van (jonge) vrouwen

In Vlaanderen zorgden de onderzoeksresultaten van Caritas over menstruatiearmoede voor een stroomversnelling in het maatschappelijk debat<sup>10</sup>, aangezien Caritas – in lijn met de andere onderzoeken – ook vaststelde dat 12 % van de Vlaamse meisjes menstruatiearmoede kennen. Zo was er al een voorstel van resolutie van menstruatiearmoede<sup>11</sup> in het Vlaams parlement (door Sp.a en Groen) maar dit voorstel werd weggestemd in de Commissie Welzijn door de meerderheidspartijen die momenteel aan een eigen resolutie over menstruatiearmoede aan het schrijven zijn. Er beweegt dus wel wat.

Het is ook interessant om te zien welke reacties het onderzoek uitlokte bij het brede publiek toen het gepubliceerd werd via sociale media. Je kan **reacties en getuigenissen geanonimiseerd nalezen in de bijlage achteraan dit standpunt**. We verzamelden 5 reacties op de facebookpagina van de Vrouwenraad, 10 reacties op sociaal.net en 2 e-mails gericht aan de Vrouwenraad. Het is opvallend dat er voornamelijk reacties kwamen van allemaal jonge vrouwen.

De bijdrage op [sociaal.net](https://www.sociaal.net), een web platform met bijdragen van en voor sociale professionals, leverde 10 reacties op wat uitzonderlijk veel is voor dit platform.<sup>12</sup> Van de 10 reacties zijn er 2 van de auteur zelf die niet anders kon dan nog eens te reageren op de 8 spontane reacties die op elkaar ingripen. De meeste reacties gaan namelijk bijna allemaal over hetzelfde: **jonge vrouwen houden stuk voor stuk een pleidooi om massaal een shift te maken naar duurzame menstruatieproducten, zowel cups als wasbare maandverbanden**.

Ze geven daarvoor diverse argumenten aan: eens je over de drempel bent is het zeer comfortabel in gebruik, geen gedoe want je kan het buitenshuis een ganse dag inhouden (cup), makkelijk in gebruik, veel goedkoper op lange termijn, veel beter voor het klimaat en de natuur want je verkleint de afvalberg enorm. Ze erkennen bovendien het belang van sensibilisering en educatie (onbekend is onbeminde) en ook de nood om de diversiteit aan specifieke noden, overtuigingen, vrije keuze, van meisjes en vrouwen te respecteren.

---

<sup>10</sup> <https://www.vrt.be/vrtnws/nl/2020/12/29/200-000-euro-in-de-strijd-tegen-menstruatie-armoede/>

<sup>11</sup> <http://docs.vlaamsparlement.be/pfile?id=1626444>

<sup>12</sup> Het meest gelezen artikel van sociaal.net in 2020 bevat 5 reacties.



### De stem van een nieuwe generatie feministen?

De getuigenissen die we verzameld hebben (zie bijlage), zijn geen wetenschappelijk onderzoek. Ze zijn wel indicatief voor wat er leeft in onze samenleving, voor welke maatregelen er ook draagvlak is bij jonge feministen.

De jonge en nieuwe generatie vrouwen bevinden zich in het 'normaal' van

- een superdiverse samenleving (denk aan wasbare maandverband omwille van religie, culturele overtuigingen, maar ook beperking en bepaalde aandoeningen...)
- een inclusieve en solidaire samenleving (duurzaam product gratis zodat maandelijkse kostprijs weg valt, actie 1 kopen, 1 gratis om te delen?)
- een duurzame samenleving (pleidooi voor sensibilisering en gebruik van duurzame menstruatieproducten)

De Vrouwenraad neemt niet alleen onderzoek, wetgeving en internationale verdragen ter harte, maar zeer zeker ook de stem van de nieuwe, jonge generatie feministen en de principes die zij naar voorschrijven. De dialoog over het gebruik van en de shift naar duurzame menstruatieproducten is er één waarin de Vrouwenraad een changemaker kan zijn in Vlaanderen, in België.



# Stap 4: Hoe menstruatiearmoede de wereld uit helpen?

## 4.1 De strijd tegen menstruatiearmoede als hefboom naar een gendergelijke samenleving: het Paarse Pact

Als Vrouwenraad willen wij de komende jaren streven naar een gendergelijke, zorgzame en duurzame samenleving waarin alle mensen alle kansen krijgen. Menstruatiearmoede is dus geen marginaal armoedeprobleem, dat door een smal, categoriaal beleid kan worden opgelost. Een categoriaal beleid is symptoombestrijding. Het zou een (tijdelijk) doekje voor het bloeden zijn voor de menstruerende armen, maar het probleem van structurele genderongelijkheid onaangeroerd laten.

Dat kan nochtans wel indien we menstruatiearmoede bestrijden vanuit de verdediging van mensenrechten, vrouwenrechten en specifiek de seksuele en reproductieve rechten van alle meisjes en vrouwen. Menstruatiearmoede bestrijden vanuit een streven naar gendergelijkheid, wordt zo een hefboom naar empowerment van meisjes en vrouwen, het realiseren van mensenrechten. Dit veronderstelt een universeel beleid vanuit de onderlinge solidariteit tussen de seksen alsook een intersectioneel beleid dat rekening houdt met de specifieke noden en diversiteit binnen de groep van menstruerende vrouwen (denk aan leeftijd, klasse, religie en culturele overtuigingen, leven met een beperking, gender, ...).

Deze visie kadert voor de Vrouwenraad ook breder in de shift naar een "nieuw normaal", post-corona. Een samenleving waarin 'welzijn' het hoogste goed wordt en niet louter economische 'winstmaximalisatie'. Economische productie moet ten dienste blijven staan van het welzijn van de mens, niet omgekeerd. Het gaat over een shift naar een ander soort samenleving met een feministische economie aan de grondslag. Dit idee is uitgewerkt in het "Purple Pact" van de Europese Vrouwenlobby, en door de Vrouwenraad vertaald in het "Paarse Pact" voor Vlaanderen.

### De Vrouwenraad houdt vanuit haar Paarse Pact een pleidooi voor :

#### Een duurzame samenleving

We moeten geleidelijk aan en met respect voor de keuzevrijheid en specifieke noden van alle betrokkenen de shift maken naar duurzame menstruatieproducten zoals menstruatiecups en wasbare maandverbanden, inlegkruisjes, en absorberend ondergoed. Zo verkleinen we op korte en lange termijn de afvalberg wereldwijd. Zorg dragen voor de planeet is zorg dragen voor de mens. Want jong geleerd is oud gedaan.



### ♥ Een zorgzame samenleving

Door in te zetten op sensibilisering, educatie, dialoog en empowerment, reeds van op jonge leeftijd en doorheen de hele levensloop, van meisjes (en ook jongens) ... in al hun diversiteit, wordt menstruatiearmoede én menstruatieschaamte doorbroken. Zo waarborgen we onderwijskansen en gelijke kansen van meisjes en vrouwen op alle levensdomeinen. Zo stopt het herhaaldelijk psychologisch ondergraven van het zelfbeeld en zelfvertrouwen van opgroeiende vrouwen omdat ze maandelijks schaamte-, angstgevoelens of stress ervaren ten gevolge van hun menstruatie.

### ♥ Een gendergelijke samenleving

alleen door een universeel en intersectioneel beleid gebaseerd op de 3 P's kunnen we een gendergelijke samenleving waarmaken. Cruciaal hierin is het begrijpen van menstruatiearmoede als een schending van mensenrechten die genderongelijkheid en discriminatie van meisjes en vrouwen produceert (principeel). Het beschikbaar maken van menstruatieproducten, educatie, sensibilisering en toegankelijke gezondheidszorg voor alle mensen (praktisch), alsook het empoweren van meisjes van bij jonge leeftijd om met menstruatie om te gaan (psychologisch), moet vertrekken vanuit dat mensenrechtenperspectief om bij te dragen tot een gendergelijke samenleving.

## 4.2 Vrouwenraad pleit voor deze beleidsmaatregelen

### 4.2.1 Een nultarief of vrijstelling van taksen (BTW) op menstruatieproducten

De strijd voor minstens een verlaagd BTW-tarief op menstruatieproducten (cfr. afschaffing van de tampontaks) heeft voor het eerst menstruatiearmoede zichtbaar gemaakt. Bovendien was het ook de eerste stap in het thematiseren van menstruatiearmoede en menstruatieschaamte als motor van structurele genderongelijkheid.

*“Het getuigt van solidariteit tussen geslachten en generaties om er samen voor te zorgen dat elke vrouw kan beschikken over veilige en propere menstruatieproducten. Daarom roepen we op om geen belastingen meer te heffen op menstruatieproducten. In een tweede beweging moeten we producten volledig gratis maken. Dat kan door bijvoorbeeld een terugbetaling te voorzien via de sociale zekerheid.”<sup>13</sup>*

<sup>13</sup> Zie sociaal.net – oproep Caritas, 30/10/2020



**Caritas lanceerde ook een petitie**<sup>14</sup> waar ze de volgende 5 eisen als volgt opsommen:

*“Caritas Vlaanderen doet daarom een aantal aanbevelingen aan de overheid:*

- Zorg voor extra middelen via OCMW's
- Installeer automaten met gratis maandverband in secundaire scholen
- Ga naar een 0% belastingtarief voor menstruatieproducten
- Zorg voor een terugbetaling van menstruatieproducten via de sociale bescherming
- Verhoog inkomens en uitkeringen tot boven de Europese armoedegrens”

Ook het **Europese Parlement**<sup>15</sup> stemde op 15/1/2019 voor een uitgebreide resolutie over gendergelijkheid en fiscaliteit waarin het probleem van menstruatiearmoede benoemd wordt, expliciet et advies wordt gegeven aan de Europese Commissie en lidstaten om menstruatieproducten via scholen te voorzien en ook volledig vrij te stellen van taksen bij verkoop.

*“Het Europees Parlement,*

*(...)*

*1. verzoekt de Commissie om in alle beleidsmaatregelen inzake belastingen gendergelijkheid te ondersteunen en de lidstaten specifieke richtsnoeren en aanbevelingen te doen toekomen, om een einde te maken aan belastinggerelateerde genderdiscriminatie en om ervoor te zorgen dat er geen nieuwe belastingen, wetten inzake overheidsuitgaven, programma's of praktijken worden vastgesteld die de verschillen tussen mannen en vrouwen op de arbeidsmarkt of met betrekking tot het inkomen na belastingen vergroten;*

*21. beschouwt "menstruatiearmoede" als een actueel probleem in de EU en wordt hierin gesteund door Plan International UK dat stelt dat naar schatting 1 op de 10 meisjes geen geld heeft voor maandverband of tampons; betreurt dat producten voor vrouwelijke hygiëne en verzorgingsproducten en -diensten voor kinderen, ouderen en personen met een handicap nog steeds niet in alle lidstaten als basisgoederen worden beschouwd; dringt er bij alle lidstaten op aan om geen btw te heffen op zorgproducten en producten bestemd voor de hygiënische bescherming van de vrouw door gebruik te maken van de flexibiliteit die de btw-richtlijn ter zake biedt en dus voor deze essentiële basisproducten een verlaagd tarief van 0 % in te voeren; beseft dat een prijsverlaging door een btw vrijstelling voor deze producten een enorm voordeel zou opleveren voor jonge vrouwen; steunt de acties die zijn opgezet ter bevordering van een ruime*

<sup>14</sup> [https://secure.avaaz.org/community\\_petitions/nl/caritas\\_vlaanderen\\_vzw\\_wil\\_jij\\_je\\_mee\\_inzetten\\_tegen\\_menstruatiearmoede\\_in\\_vlaanderen/?kxgPhrb&utm\\_source=sharetools&utm\\_medium=email&utm\\_campaign=petition-1093401-wil\\_jij\\_je\\_mee\\_inzetten\\_tegen\\_menstruatiearmoede\\_in\\_vlaanderen&utm\\_term=xgPhrb%2Bnl](https://secure.avaaz.org/community_petitions/nl/caritas_vlaanderen_vzw_wil_jij_je_mee_inzetten_tegen_menstruatiearmoede_in_vlaanderen/?kxgPhrb&utm_source=sharetools&utm_medium=email&utm_campaign=petition-1093401-wil_jij_je_mee_inzetten_tegen_menstruatiearmoede_in_vlaanderen&utm_term=xgPhrb%2Bnl)

<sup>15</sup> Resolutie van het Europees Parlement van 15 januari 2019 over gendergelijkheid en belastingbeleid in de EU, (2018/2095(INI)). [https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/TA-8-2019-0014\\_NL.pdf](https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/TA-8-2019-0014_NL.pdf)



*beschikbaarheid van producten voor de hygiënische bescherming van vrouwen en spoort de lidstaten aan om ervoor te zorgen dat er in bepaalde (openbare) ruimten, zoals scholen, universiteiten en opvangvoorzieningen voor daklozen, en voor vrouwen met een laag inkomen aanvullende producten voor hygiënische bescherming beschikbaar zijn, om "menstruatiearmoede" uit te bannen uit alle openbare toiletten in de hele EU;"*

#### 4.2.2 Het gratis ter beschikking stellen van wegwerp menstruatieproducten via scholen, apothekers, in openbare toiletten en welzijnsinstanties

In de resolutie van het Europees parlement (15/1/2019) aan de Europese Commissie en alle Europese lidstaten staat om te streven naar gendergelijkheid door gendermainstreaming toe te passen op hun fiscale systemen en fiscaal beleid. Lidstaten moeten zich bewust zijn van de manier waarop genderongelijkheid nog op zeer diverse wijzen in de samenlevingsstructuren zit ingebakken en hoe een slim en gedifferentieerd fiscaal beleid genderongelijkheid net kan tegen gaan en dus kan bijdragen tot gendergelijkheid. Deze resolutie roept op om menstruatiearmoede te erkennen en bestrijden:

- door menstruatieproducten (zowel wegwerp als duurzaam) **gratis ter beschikking stellen via scholen**, omdat het voornamelijk een probleem is bij meisjes en jonge vrouwen, en leidt tot absentisme op school of werk
- door het invoeren van **een nultarief (of vrijstelling van taksen)** op menstruatieproducten wordt expliciet aangemoedigd door het Europese parlement.

In Schotland vinden we beide maatregelen terug, maar ook in veel andere landen wereldwijd is er ofwel reeds een nultarief of vrijstelling van belasting en/of het gratis ter beschikking stellen van producten via scholen of andere openbare plaatsen. (vb. nultarief belasting op menstruatieproducten in India, gratis menstruatieproducten binnenkort in Nieuw-Zeeland, een petitie voor gratis producten is lopende in Australië.)

#### 4.2.3 De terugbetaling van duurzame menstruatieproducten via de sociale zekerheid/de ziekteverzekering

Op lange termijn willen wij zoveel mogelijk weg van wegwerp menstruatieproducten. In diverse landen in het Zuiden of het Oosten experimenteert men nu reeds volop met het ter beschikking stellen van wasbare maandverbanden en jonge vrouwen stampen zelf hun eigen kleine ondernemingen uit de grond om wasbare maandverbanden te maken. Waarom zou dat dan hier niet kunnen?



Enkele inspirerende voorbeelden online

- “Padman” in India, “Arunachalam Muruganantham. The first man to wear a sanitary napkin:  
[https://www.youtube.com/watch?v=V4\\_MeS6SOWk&list=PLbbuDrPKWSqSCzhQ8CSxayL99LOoqsgRC&index=5&t=0s](https://www.youtube.com/watch?v=V4_MeS6SOWk&list=PLbbuDrPKWSqSCzhQ8CSxayL99LOoqsgRC&index=5&t=0s)
- Wasbare maandverbanden maken en menstruatietaboe doorbreken in Bangladesh:  
<https://plan-international.org/sexual-health/busting-period-taboos>

Wij pleiten voor **een veralgemeende terugbetaling van duurzame menstruatieproducten op maat van de diverse groep van meisjes en vrouwen** (naargelang specifieke noden, leeftijd, overtuigingen, eigen keuzevrijheid, voor of na zwangerschap, ...). Dit kan door de ziekteverzekering **vanuit het oogpunt van preventieve gezondheidszorg** en proactieve gezondheidsbevordering. Een aspect dat nu nog steeds veel te weinig aandacht krijgt aangezien onze ziekteverzekering nog dominant is gericht op het curatieve aspect.

Nu zien we ook voorbeelden in het onderzoek van meisjes die oneigenlijk gebruik maken van de pil (ze blijven doornemen) om zo het probleem van menstruatiearmoede te omzeilen, dit omdat de pil tot 25 jaar volledig terugbetaald is door de ziekteverzekering. Duurzame menstruatieproducten beschikbaar maken voor iedereen via de ziekteverzekering is gezondheidsbevorderend en zal de drempel aanzienlijk verlagen voor meisjes en vrouwen om ook de stap naar duurzame producten te durven zetten.



Maandverband	87%
Tampons	64%
Inlegkruisjes	52%
Menstratiecups	8%
Menstratieondergoed	2%
Wasbaar maandverband	1%
Een ander product	1%

Figuur uit onderzoeksrapport “Dubbel Taboe”, Caritas, 2020, p. 21

Onder het adagium “**jong geleerd is oud gedaan**” zien we nu (bij de getuigenissen en reacties) dat een nieuwe jonge generatie feministen opstaat die deze shift naar duurzaamheid omarmen. Maar onder hun leeftijdsgenoten zijn zij nog maar een kleine minderheid, ongeveer **12% van de respondenten van het onderzoek van Caritas gebruiken nu frequent reeds duurzame producten** (cups, wasbaar ondergoed of maandverband). Nog 88 % te gaan dus!





### Zijn duurzame producten wel op maat van de (zeer diverse groep van) meisjes en vrouwen in armoede?

Zij gebruiken nu bijna uitsluitend wegwerp, wat evident is gezien de kostprijs van duurzame producten. De eenmalige aankoop is nu geen optie voor hen. Mochten zij echter over duurzame producten beschikken dan is hun probleem wel onmiddellijk voor meerdere jaren opgelost en herwinnen zij hun vrijheid, die zo cruciaal is voor gelijke kansen en ontplooiingsmogelijkheden.

Al te vaak wordt ook in stereotypen gedacht over meisjes/vrouwen in armoede die ook menstruatiearmoede ervaren. Men denkt bijvoorbeeld in de eerste plaats aan vrouwen die dak- en thuisloos zijn. Wegwerpproducten lijken dan noodzakelijk in de strijd tegen menstruatiearmoede. Maar de realiteit is dat de meeste meisjes en vrouwen die menstruatiearmoede ervaren (16- tot 20-jarigen in het onderzoek), gewoon thuis wonen, klein behuist, maar wel met een dak boven hun hoofd. Een cup kan makkelijk en op een veilige manier 12 uur bloed opvangen. De cup kan dus 's morgens ingebracht worden in de privacy van de eigen badkamer en ook 's avonds daar weer uitgenomen worden. Geen gedoe op school, op het werk of onderweg.

#### 4.2.4 Empowerende educatie en sensibilisering: weg van menstruatieschaamte en de shift naar duurzame menstruatieproducten

De wereldwijde aandacht voor menstruatiearmoede leidt tot diverse positieve, empowerende acties op het terrein die wij ook in Vlaanderen en België willen promoten. We moeten weg van menstruatieschaamte en menstruatie als een normaal en waardevol biologisch proces beschouwen in een kader van reproductieve rechten. Pas dan wordt menstruatiearmoede ook zichtbaar en omkeerbaar.

Menstruatiearmoede duurzaam bestrijden vraagt dus dialoog, sensibilisering en educatie om het dubbel taboe te doorbreken. Het ter beschikking stellen van producten moet samen gaan met sensibilisering om vooral ook de shift naar meer duurzame producten mogelijk te maken. De vele negatieve connotaties rond menstruatie (vuil/onrein, ...) en stigmatiserende culturele mythes (vb. het brood gaat niet rijzen als je menstrueert) moeten één voor een geslecht worden en vervangen worden door genuanceerde en ook empowerende boodschappen (vb. wie menstrueert kan een kind op de wereld zetten, dat is een kracht).

Enkele voorbeelden van sensibiliserende acties in het publieke debat die kunnen inspireren:

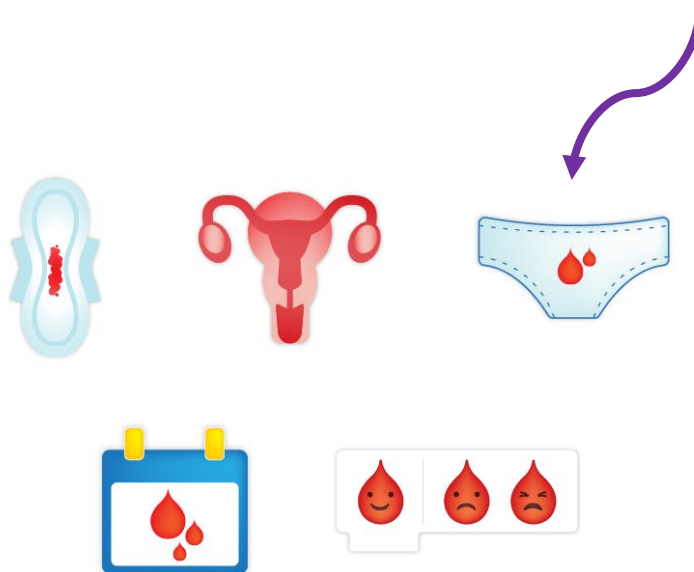
- de viering van **8 december als de Werelddag van “Waardige Menstruatie”** [Global South Coalition For Dignified Menstruation](#)



- [De Rajasthan Royals, een befaamd Indiaas cricket team zal reclame maken voor Niine, een fabrikant van maandverbanden in India om zo de taboes omtrent menstruatie te bestrijden.](#)
- Op Netflix toont de docu **'Period. End of sentence'** goed aan hoe menstruatiearmoede kadert in een breder verhaal van menstruatieschaamte. Deze is ook te bekijken via YouTube: <https://www.youtube.com/watch?v=Lrm2pD0qofM>
- Het gebruik aanmoedigen van de **menstruatie-emoji** om op een makkelijke, laagdrempelige manier te communiceren dat je menstrueert op dit moment in digitale communicatie is drempelverlagend en doorbreekt het taboe.

### Ongesteldheidsemoji

*“Om de taboe rond ongesteldheid te doorbreken, ontwikkelde Plan International vorig jaar vijf emoji's met als thema menstruatie. 18.700 mensen steunden dit initiatief en stemden op hun favoriet. De winnaar – het onderbroekje met bloed – is door Plan aangedragen bij Unicode Consortium, de organisatie die bepaalt of een symbool wordt toegevoegd of niet. Helaas werd ons verzoek afgewezen, maar we geven uiteraard niet op!”<sup>16</sup>*



<sup>16</sup> <https://www.planinternational.nl/actueel/de-ongesteldheids-emoji-is-nu-beschikbaar>  
<https://plan-uk.org/blogs/six-ways-our-period-emoji-could-improve-your-life>



# Bronnen

## 2017 - VK

- <https://plan-uk.org/media-centre/plan-international-uks-research-on-period-poverty-and-stigma>

## 2019 - Nederland

- <https://debovengrondse.nl/wp-content/uploads/2020/11/Rapport-menstruatie-armoede-De-Bovengrondse.pdf>
- <https://www.planinternational.nl/uploaded/2019/11/Plan-International-Bloedserieus-onderzoek-over-menstruatie-armoede-en-schaamte.pdf?x12053>
- <https://www.planinternational.nl/pers/bijna-een-op-de-tien-meisjes-heeft-wel-eens-geen-geld-voor-maandverband>

## 2020 - VK

- <https://www.bbc.com/news/uk-scotland-scotland-politics-51629880>
- <https://www.bbc.com/news/uk-england-53236870>
- <https://plan-uk.org/period-poverty-in-lockdown>
- <https://www.globalcitizen.org/en/content/period-poverty-everything-you-need-to-know/>

## 2020 - Vlaanderen

- [https://www.standaard.be/cnt/dmf20191105\\_04701622](https://www.standaard.be/cnt/dmf20191105_04701622)
- <https://sociaal.net/achtergrond/menstruatie-armoede-in-vlaanderen/>
- [Menstruatie-armoede in Vlaanderen | Caritas \(caritasvlaanderen.be\)](#)
- [Raadslid Lieselotte Thys \(Open Vld\) vraagt stadsbestuur om aandacht te hebben voor menstruatiearmoede: "12% van meisjes heeft geen geld om tampons en maandverband te kopen" | Geel | hln.be](#)
- [Vrouwenraad - We spreken van #menstruatiearmoede wanneer... | Facebook](#)
- [Nieuws \(vrouwenraad.be\)](#)

## 2020- Europees

- Vraag, antwoord en richtlijn over de fabricatie van menstruatiecups en het loslaten van bepaalde chemische stoffen inde productie van de siliconen cups:  
[https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/E-8-2019-001166-ASW\\_EN.html](https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/E-8-2019-001166-ASW_EN.html)

## 2020- Wereldwijd / globaal

- <https://dignifiedmenstruation.org/wp-content/uploads/2020/05/Final-POLicy-statement.pdf>
- [https://www.un.org/en/events/pastevents/pdfs/Beijing\\_Declaration\\_and\\_Platform\\_for\\_Action.pdf](https://www.un.org/en/events/pastevents/pdfs/Beijing_Declaration_and_Platform_for_Action.pdf)



# Bijlage

## Getuigenissen en reacties op sociale media

### ♥ reacties op Facebook Vrouwenraad (eind november)

1. Twaalf procent van de vrouwen in Vlaanderen tussen 12 en 25 jaar oud leeft in 'menstruatie-armoede'. Dat betekent: niet genoeg geld hebben om maandverband, inlegkruisjes en tampons te kopen. Hieronder een moedige getuigenis en een krachtige boodschap van een sterke vrouw over menstruatie-armoede waar er de laatste tijd veel over gediscussieerd geweest is.  
"We moeten eerst en vooral luisteren naar mensen die in armoede leven of hiermee in aanraking zijn gekomen daarna pas een mening vormen:  
Ik wilde eigenlijk een reactie plaatsen op een facebookberichtje ivm het gratis maandverband. Iemand reageerde dat ze dat geld beter aan de ouderen moesten geven want dat die armen toch maar geld geven aan smartphones, gelhagels ed. Zelf ben ik groot geworden in een arm gezin waar geen budget was voor verzorgingsproducten. Ik wilde reageren maar plots dacht ik, misschien kan ik het in deze groep beter van mij afschrijven. Die persoon gaat niets hebben aan mijn verhaal en zin in tegenreactie heb ik ook niet. Mijn moeder ga ik niet kunnen veranderen. De situatie was zo en daar moest en moet ik het (nog steeds) mee doen."  
  
"Dus wat ik wilde schrijven: Ik zou graag hebben gehad dat mijn moeder geld genoeg had gehad voor een haarkleuring, dan had ik als kind op straat naast haar kunnen wandelen met een normaal uitzijnde moeder. Nu liep ik voor of achter haar, uit schaamte. Ze is psychisch ziek wat haar gedrag erg vreemd maakt. Geld voor maandverband, ontharingscreme en andere verzorgingsproducten was er niet. Als tiener is dat hard. Ik heb trauma's van geen maandverband te hebben. Ik weet als geen ander om ongelukken te verstoppen, al waren dat dikwijls geen ongelukken.  
Dus ja graag gratis maandverband voor onze jongeren, maar ook meer zorg voor onze ouderen. Er verzorgd uitzien kan wonderen doen aan je zelfbeeld en aan familierelaties."
2. "Kan er aub een ander woord voor menstruatie-armoede gezocht worden. Elke vrouw weet dat DAT niet het probleem is"  
[onduidelijk wat de schrijfster bedoeld, meerdere interpretaties mogelijk]
3. "Het wasbare maandverband is een betaalbaar en milieuvriendelijk alternatief voor wegwerpmaandverband. Ze respecteren het lichaam dankzij de gezonde samenstelling, en beperken de giftige schokken en de verspreiding van schimmels.  
Set met 3 stuks wasbaar maandverband zwart | Imsevimse (greenweez.be)"
4. "Duurzaam en op termijn veel goedkoper: mooncups en herbruikbaar (hoofdzakelijk katoenen) maandverband. Zelf geloof ik ook dat het gezonder is, maar dat kan ik niet staven met onderzoek."



5. Campagne ROSA formuleerde deze eis al in het platform voor de eerste Gentse Mars tegen Seksisme in 2017.
- We voerden hiervoor actie met de [Linkse Socialistische Partij LSP - PSL Parti Socialiste de Lutte](#) aan de Gentse gemeenteraad in aanloop van de verkiezingen in 2018.
  - Vandaag blijkt dit in Gent nog steeds niet mogelijk!
  - [Groen](#)-schepen Elke Decruyenaere liet eerder deze week zelfs weten dat dit geen optie is in Gent, op het voorstel van de [PVDA](#).
  - Dat terwijl 1/8 meisjes geen geld heeft voor tampons.
  - Het gratis aanbieden van maandverband en tampons via de scholen is geen luxe. Het vervult een basisbehoefte voor de gezondheid en de ontwikkeling van ALLE vrouwelijke scholieren.
  - Er is geen tegenstelling tussen een vertrouwensband op school en gratis hygiënische producten voor iedereen.
  - De argumentatie van Schepen Decruyenaere gaat over budget afdwingen in de coalitie. De beste manier om kansarmoede op school aan te pakken is niet door jongeren te verplichten om langs het secretariaat te gaan bij menstruatiearmoede, maar door middelen vrij te maken voor het onderwijs, ook voor opvolging en begeleiding van jongeren in kansarmoede.
  - [#Gentsegemeenteraad](#) [#menstruatiearmoede](#) [#gratis](#) [#Fightsexism](#) [#Volgenwedivoorbeeld](#), [#ElkeDecruyenaere](#) ?

## ♥ 8 reacties op sociaal.net bij het artikel van Caritas Vlaanderen<sup>17</sup>

R.

29-11-2020

Opgegroeid in armoede weet ik wat de jonge meisjes voelen en wat ze moeten doorstaan. Het doet me plezier dat het een naam heeft gekregen. Hopelijk komt er hulp voor alle jonge dames die te kampen hebben met deze problematiek. Het zijn vaak nog kinderen die snel volwassen worden als men met dit probleem te maken krijgt.

[Reageer](#)

- Caritas

<sup>17</sup> <https://sociaal.net/achtergrond/menstruatie-armoede-in-vlaanderen/>



04-11-2020

De vraag rond menstruatiecups kregen we wel vaker. In het onderzoek vroegen we de respondenten ook naar de meest gebruikte producten. Opvallend, maar niet opgenomen in het rapport omdat de data statistisch niet relevant bleken, is dat menstruatiecups minder frequent gebruikt worden door meisjes in een armoedesituatie. Ze zijn duurder in aankoop, maar het ontbreekt soms ook aan informatie rond die producten of aan de correcte hygiënische omstandigheden. Maar op zich kan dit zeker een deel van de oplossing zijn. En dat we daarmee duurzaamheid uitdragen is alleen maar positief!

[Reageer](#)

- 
- **L.M.**

03-11-2020

Eerlijk, voor ik dit artikel las, was ik mij helemaal niet bewust van dit probleem. Het was even schrikken. Dit is zonder meer schrijnend en raakt jongeren diep in hun waardigheid als mens. Willen jullie alsjeblief allemaal deze petitie ondertekenen?

[Reageer](#)

- 
- **N.V.**

31-10-2020

Ik sluit mij aan bij N.D.M. ivm de menstruatiecups. Het product is veilig, effectief en duurzaam. Het kan tot 12 uur gebruikt worden dus volstaat om de schooldag of werkdag mee door te komen. Heel vaak gaan duurzaamheid en armoedebestrijding hand in hand, daar zou best meer aandacht voor mogen komen.

[Reageer](#)



- **N.D.M.**

---

30-10-2020

Zouden jullie geen samenwerking met Organicup kunnen opstarten hiervoor? Die doen wel eens een actie 1 + 1 gratis, dus waarom niet 1 + schenk 1 gratis? Meer info: <https://www.organicup.com/nl/>

- 
- **E.**

05-11-2020

de menstruatiecups zijn een goed idee, er bestaan daar inderdaad acties rond.  
Toch is het voor veel, vaak jonge vrouwen een drempel. Vaak door de onbekendheid met het product.

En, een kanttekening is ook, dat dit voor een deel meisjes geen optie is. Vanuit geloofsoverwegingen willen/kunnen/mogen zij niet gebruiken dat vaginaal in te brengen is. Ondertussen zijn er ook herbruikbare (wasbare) maandverbanden op de markt. Misschien hierop ook inzetten?  
En, een kijktip rond dit thema: Period op Netflix.

- **G.P.**

08-11-2020

Dit! Net mijn gedachte. Hier kan toch onmiddellijk actie voor ondernomen worden. Zelfs een inzameling en schenking aan de organisaties. De VIVA-SVV, de vrouwenraad, femma ... kunnen hier ook hun steentje bijdragen.

- **S.E.**



09-11-2020

N., ik had net hetzelfde idee. Het zou al een stap in de goede richting kunnen zijn! We mogen uiteraard de meisjes die dit, zoals Elke zegt, uit geloofsoverwegingen niet mogen/kunnen/willen niet uitsluiten... Als we op meerdere opties richten zoals de cups, het wasbaar maandverband,.... wordt de draagkracht t.o.v. de meisjes/vrouwen misschien groter? Wat kunnen we, buiten het ondertekenen van deze petitie, concreet nog doen? Iemand een idee of tips? Ik wil graag helpen! :)

- o **Caritas**

17-11-2020

Het werd hier al gepost, maar herhaling kan geen kwaad. Als je concreet wil helpen, dan kan dat via de organisatie BruZelle. Alle info op [bruzelle.be](http://bruzelle.be). Maar, je kan natuurlijk ook helpen door dit artikel of één van de interviews op Radio 1 of StuBru of het artikel uit De Morgen verder te delen. Want hoe goed en zinvol inzamelacties ook zijn, structurele verandering moet van de politiek komen..

Reageer

- **B.**

30-10-2020

Wil je helpen het taboe te doorbreken -> <http://www.bruzelle.be>

Reageer





## ♡ Emails naar de Vrouwenraad

**Van:** XXX

**Verzonden:** woensdag 25 november 2020 12:16

**Aan:** (gans team Vrouwenraad)

**Onderwerp:** Re: menstruatiecups

Dag allen,

Ook ik gebruik een menstruatiecup en ik volg XXX erin dat dit inderdaad bij de jongere generatie zeer ingewerkt is. Heel wat van mijn vriendinnen gebruiken dit, echter zijn er ook een aantal die dit niet kunnen verdragen (zowel tampons als menstruatiecups) om medische redenen zoals bijvoorbeeld vaginisme (= een reactie waarbij de spieren rond de vagina automatisch samenknijpen, zonder dat de vrouw dit zelf wil). Dit maakt het zeer pijnlijk om tampons of cups te gebruiken (of seks te hebben).

Ook kunnen cups soms nog lekken, zeker bij zeer hevige menstruatie... Daarom vraag ik of er eventueel ook gekeken kan worden om herbruikbaar maandverband of absorberend ondergoed aan te bieden. Dit is herbruikbaar, makkelijk te wassen en voegt ook niet toe aan de afvalberg, en natuurlijk op lange termijn veel goedkoper. Het geeft een oplossing voor degenen die geen cup willen of kunnen gebruiken, en geeft ook extra bescherming bij lekjes.

Bedankt,

XXX (studente, 21 jaar)

**Van:** XXX [<mailto:XXX@hotmail.com>]

**Verzonden:** woensdag 30 december 2020 13:44

**Aan:** [info@vrouwenraad.be](mailto:info@vrouwenraad.be)

**Onderwerp:** Menstruatiearmoede

Beste

Enkele weken terug was ik gegrepen door de resultaten van het armoedeonderzoek van Caritas.

Daarna heeft het idee om een mail te schrijven lang in mijn hoofd gespeeld. Daarin wilde ik de vraag stellen om toch vooral duurzame alternatieven voor maandverband en tampons aan te reiken, gratis te maken ... Wegens tijdgebrek en steeds andere prioriteiten heb ik de mail echter niet getypt.

Vandaag was ik dan ook aangenaam verrast te lezen dat jullie, als Vrouwenraad, zullen inzetten op duurzaamheid wat betreft menstrueren.



Uit eigen ervaring kan ik positief spreken over de menstruatiecup. Ik gebruik deze bijna 2 jaar.

Niet enkel verkleint deze cup de afvalberg, maar het is ook een goedkopere oplossing. Toegegeven, het kost tussen de €20 en €40 voor één cup, maar deze zou goed blijven voor 10 jaar. Na twee jaar de mijne gebruikt te hebben heb ik nog steeds geen klachten.

Als je de aankoop van tampons en maandverband uitrekent voor 10 jaar, kom je véél duurder uit.

Daarom denk ik ook dat zo'n cup een positief effect kan hebben op zowel de afvalberg als op de armoede. Dit zou het meest aangeprezen product moeten zijn.

Alvast bedankt voor jullie inzet! Jullie doen goed werk!

Met vriendelijke groeten,

XXX