

L'université du Havre expérimente le congé menstruel : « Les règles peuvent être handicapantes »



Les personnes concernées par des règles douloureuses pourront désormais prendre un congé à l'université du Havre Photo d'illustration Freepik / rawpixel.com

Après [Rouen](#) ou [Strasbourg](#), c'est au tour de l'université du Havre d'adopter le congé menstruel, qui l'expérimente jusqu'au printemps 2025. Les étudiantes pourront s'absenter, sans justificatif. Une nouvelle dont elles se réjouissent.

C'est une grande nouveauté à l'université du Havre. L'établissement lance un dispositif permettant aux étudiantes souffrant de règles douloureuses (ou dysménorrhée) de s'absenter sans justificatif. Ce projet s'ouvre dans une phase expérimentale jusqu'au printemps 2025. Ainsi, durant cette période, toute étudiante qui le désire, pourra remettre un formulaire au service de médecine de l'université pour profiter du congé menstruel. « L'université [Le Havre Normandie](#) s'engage ainsi à offrir une prise en charge plus équitable des absences liées à la santé, en reconnaissant que la dysménorrhée ne devrait pas être un obstacle à la réussite académique des étudiantes », ont indiqué les services de l'université dans un communiqué, ce mardi 11 février 2025.

Les règles douloureuses, « un vrai problème de santé et de précarité »

Ce dispositif est déjà mis en place dans d'autres campus français, notamment à [Rouen](#) depuis 2023. Il a été instauré à l'initiative du syndicat d'étudiants Unef-RS. « Nous avons déposé le projet au niveau national pour que toutes les universités se saisissent du sujet. C'est un vrai problème de santé et de précarité », explique Raphaël Delage, président de l'Unef-RS de [Rouen](#). Auparavant, les étudiantes avaient besoin d'un justificatif d'absence signé par un médecin signé. Désormais, elles doivent simplement envoyer un mail à leur enseignant pour indiquer la raison de leur absence, sans justificatif. L'université peut ensuite, si besoin, vérifier la cohérence de ce motif.

Il s'agit d'un vrai soulagement pour les personnes souffrant de règles douloureuses. « Des personnes atteintes d'endométriose nous remercient régulièrement », précise le Rouennais. « Je trouve ça très bien, même si on n'en parle pas assez, salue [Clara](#), étudiante de 22 ans en master MEEF au [Havre](#). En cas de maladie chronique, on pouvait déjà se rapprocher du service de médecine préventive pour avoir des absences de courte durée. Mais ce n'est pas systématique et il faut le savoir. Les règles peuvent être très handicapantes, il faut en parler. » « Quand on a trop mal, c'est mieux de rester chez nous que de forcer les choses », confie Alice*, étudiante de 22 ans à l'Inspé du [Havre](#).

Un dispositif méconnu

« Il est essentiel de souligner que ce dispositif vise à soutenir les étudiantes réellement confrontées à des douleurs invalidantes. L'objectif n'est évidemment pas d'encourager l'absentéisme, mais de répondre à une problématique personnelle qui peut affecter la réussite académique. L'université encourage ses étudiantes à utiliser ce dispositif avec responsabilité », insiste l'université du Havre. Pourtant, selon Raphaël Delage, les abus sont loin d'être monnaie courante, bien au contraire. « Le dispositif est encore méconnu car les universités ne communiquent pas auprès du personnel », poursuit-il. Si le dispositif est donc bien mis en place, le tabou doit toujours être levé.