

# *The Power Of Blood*

*Et si les règles n'étaient plus un tabou ?*

*Les Nanas  
d'Paname*

×



#RespectezNosRègles



# *Une mobilisation collective contre le tabou des règles*

A travers douze influenceuses, leadeuses d'opinion et porteuses d'initiatives, les **Nanas d'Paname** s'associent à **CARE** pour une campagne engagée sur le tabou des règles. Les 12 ambassadrices dévoilent sur Instagram leur photo en culottes et pantalons blancs tachés de rouge (faux sang, paillettes, fleurs). Cette action collective dénonce les impacts du tabou des règles en France et dans le monde.

*« Grâce à ces images fortes de sens, nous voulons étonner et interpeller. Nous voulons inciter toutes et tous à s'interroger sur les menstruations, ce phénomène naturel qui est toujours tabou. »*

*« Grâce à ces images de femmes fortes qui revendiquent qu'il n'y a pas de honte à avoir ses règles, nous dénonçons les impacts de ce tabou partout dans le monde : dans certains pays, les femmes et les filles sont considérées comme impures quand elles ont leurs règles, elles sont exclues socialement voire exilées de leur maison ; leur santé est mise en danger ; à la puberté, beaucoup arrêtent leur scolarité ; et partout dans le monde, trop de femmes éprouvent encore de la honte.. »*

**les Nanas d'Paname** et **CARE**

**Les ambassadrices** : l'artiste et humoriste @ **Noémie.de.lattre**, la chanteuse @ **AnaisDelva**, les militantes Camille de @ **jemenbatsleclito** et Justine de @ **sang.sations**, les mannequins @ **\_Julierobert\_** et @ **lael\_Joly**, les artistes @ **CarolineDrogo** et @ **Fanaha**, la sportive et entrepreneuse @ **KellyBessis**, la masseuse et entrepreneuse @ **Marion\_brocard**, la make-up artist vegan @ **imsarahdasilva**, et la fondatrice de Loovida et poétesse @ **rosaliedebesse**.

# *Des photos pour faire évoluer les consciences*

L'ensemble de l'opération est à découvrir, dès aujourd'hui, sur les comptes Instagram *des Nanas d'Paname* (@lesnanasdpaname) et **CARE France** (@care\_france) avec le hashtag

**#RespectezNosRègles**

Une femme a ses règles en moyenne entre 2 555 et 3 000 jours dans sa vie, soit plus de 8 ans au total ! Dans trop de pays, pour trop de femmes, c'est autant de jours à éprouver un sentiment de honte ou être victimes de discriminations et de violences.

**Il faut que ça change !**

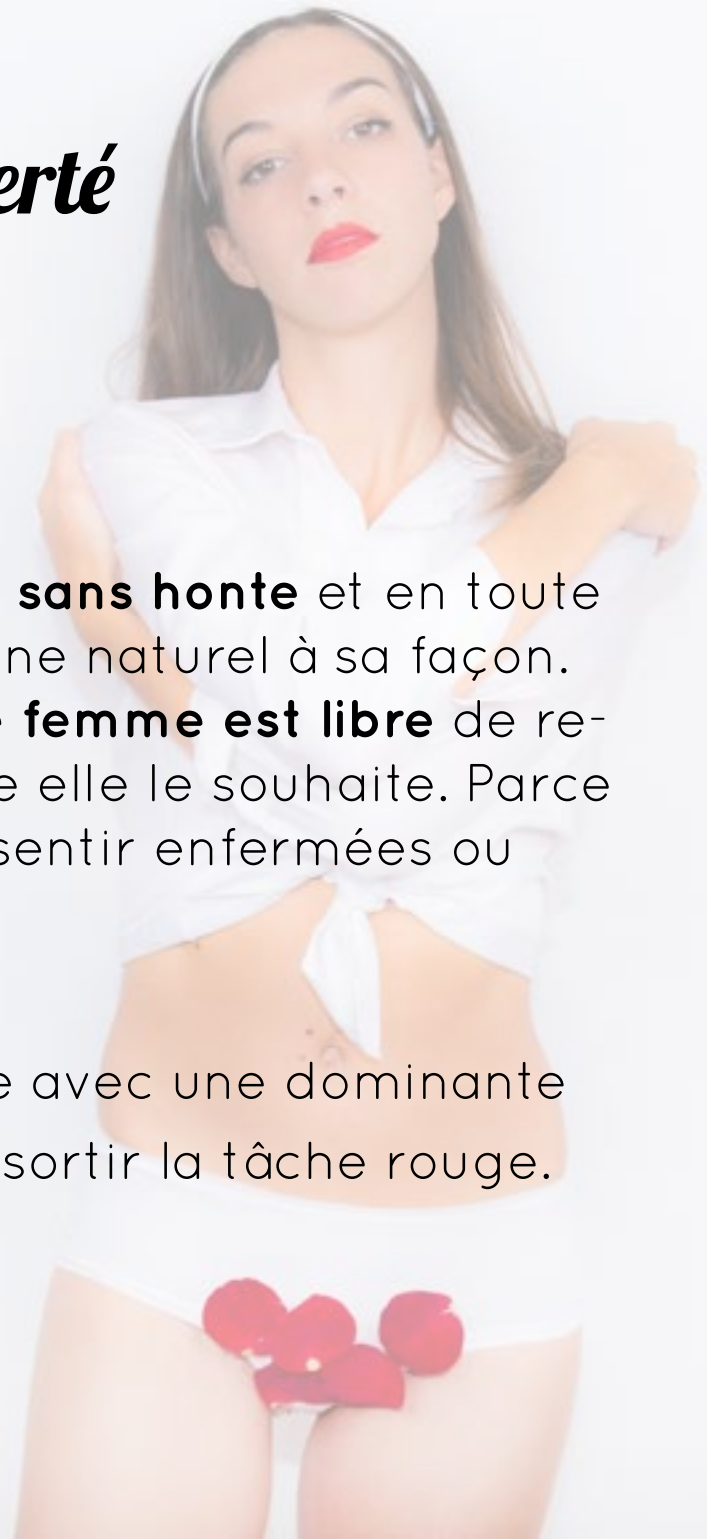


# ***Sang, fleurs et paillettes : Parler des règles en toute liberté***

*«Le seul moyen de briser le tabou des règles est d'en parler ! »*

Cette campagne invite les femmes à **parler de leurs règles sans honte** et en toute liberté : chacune doit pouvoir se réapproprier ce phénomène naturel à sa façon. Parce que chaque femme est différente. **Parce que chaque femme est libre** de représenter sa vie et de réinventer ce moment intime comme elle le souhaite. Parce que ce qui compte, c'est de libérer la parole, de ne pas se sentir enfermées ou écrasées par ce tabou.

Chloé Bonnard a choisi une direction artistique très sobre avec une dominante blanche pour mettre en avant chaque femme et faire ressortir la tâche rouge.



# ***Des ambassadrices mobilisées contre le tabou des règles***

*«Notre volonté est de détabouiser le sujet des règles car ne l'oublions pas : c'est grâce à elles que nous donnons la vie.»* **@imsarahdasilva, make up artist vegan et membre des Nanas d'Paname**

*«Les règles ce n'est pas crade : c'est juste naturel. Et si on arrêta de se taire et qu'on commençait à vous prouver tout ça ? Tu viens ?»* **Camille Aumont Cernel, fondatrice du compte Instagram @jemenbatsleclito**

*«Je pense que le meilleur moyen de combattre un tabou c'est d'en parler, de le montrer et ainsi de briser la loi du silence qui l'entoure.»* **Justine Courtot, fondatrice du compte Instagram @sang.sations**

\*Les 12 témoignages entiers sont à disposition sur le lien dropbox





# Les Nanas d'Paname

Co-fondé par Chloé Bonnard dans le but de rassembler, **Les Nanas d'Paname** est un projet humain, fédérateur et artistique mettant en avant des femmes inspirantes et porteuses de projets, qui s'assument et qui croient en leurs rêves...

Aujourd'hui, c'est un collectif puissant de 50 parisiennes prescriptrices et leurs initiatives valorisent les notions d'entraide et de sororité.

Le projet repose sur deux piliers :

**L'artistique** : une identité visuelle marquée et identifiable, chaque Nana d'Paname a son portrait «Warrior» et c'est comme ça que l'on s'est fait connaître.

**L'humain** : la volonté de rassembler des femmes leaders dans leur domaine, auxquelles on peut s'identifier et qui cherchent à faire bouger les lignes sur des sujets de société.



**CARE** est une ONG de solidarité internationale qui lutte contre l'extrême pauvreté et défend les droits des femmes. En 2018, CARE a soutenu plus de 56 millions de personnes dans 95 pays.

**CARE** lutte contre le tabou des règles partout dans le monde (éducation à la santé sexuelle et reproductive), lutte contre les stéréotypes de genre, forme à la fabrication de serviettes hygiéniques réutilisables tout en distribuant des kits d'hygiène, et construit des latrines et points d'eau.

Notre ambition est de briser les préjugés pour permettre à chaque fille et femme de vivre ses règles en toute sérénité, sans danger pour sa santé et sans impacter ses droits. Cette action de mobilisation avec *Les Nanas d'Paname* est le troisième opus de la campagne de sensibilisation contre le tabou des règles lancée par l'association **CARE** en janvier 2019 : #RespectezNosRègles

# ***Contacts Médias***

## ***Les Nanas D'Paname***

**Chloé Bonnard**, 06 07 62 14 71  
chloe@lesnanasdpaname.com

## Association **CARE France**

**Laury-Anne Bellessa**, 07 86 00 42 75  
bellessa@carefrance.org

> Toutes les photos des influenceuses, prises par Chloé Bonnard (photographe et créatrice des Nanas d'Paname), et la vidéo de l'opération sont à libre disposition des médias vers [ce lien](#)

> Les Nanas d'Paname et l'association CARE sont disponibles pour toute interview.

Merci à Kelly Bessis de nous avoir prêté son lieu **Dadalacoloc** pour le shooting.  
La vidéo est signée Louise Baudry et Chloé Pouzet.