

FLASH INFO

[Mars 2026]

Pour un congé menstruel dans la loi !

Les douleurs des règles ne doivent plus être un obstacle au travail.

Le congé menstruel est un arrêt de travail permettant aux personnes menstruées ayant des règles particulièrement douloureuses de prendre un ou plusieurs jours de repos, sur la base d'un justificatif médical valable 1 année. Il couvre les jours où les symptômes sont suffisamment forts pour empêcher de travailler correctement.

Inscrire le congé menstruel dans la loi serait une vraie avancée et profiterait à toutes, du secteur public au privé, des entreprises aux services publics. Aujourd'hui, certaines femmes et filles menstruées prennent des jours de congés ou RTT pour combler ce manque. Chaque mois, des millions de femmes et de personnes menstruées subissent des douleurs si fortes qu'elles leur rendent le travail extrêmement difficile, voire impossible. Cette situation reste pourtant largement sous-estimée dans l'organisation et le droit du travail.

Permettre un jour d'arrêt de travail, pris en charge par la sécurité sociale, mène à un retour plus efficace : plus concentré, plus productif, plus serein.

L'UNSA demande :

- 1 – L'inscription dans la loi d'un arrêt de travail spécifique
- 2 – Sans aucun jour de carence afin que les salariées ne soient pas pénalisées financièrement
- 3 – Des aménagements professionnels souples : télétravail, horaires adaptés, espaces de repos lorsque la situation le permet
- 4 – Des campagnes de sensibilisation et de formation pour en finir avec les tabous et prévenir les discriminations liées aux menstruations au travail

Les règles existent, les douleurs aussi.

www.congemenstruel.fr

L'UNSA, à l'origine de l'appel à cette vaste mobilisation nationale pour un nouveau droit, a lancé une pétition ayant recueilli à ce jour plus de 81000 signatures et s'adresse dorénavant aux parlementaires, députés et sénateurs. **L'UNSA rappelle qu'en France, deux propositions de loi ont été rejetées sans réelle prise en compte des témoignages, des expériences et des études. Le Japon, la Corée du Sud, Taïwan, l'Indonésie, la Zambie ou l'Espagne ont déjà reconnu ce droit.**

Le 8 mars, journée internationale des droits des femmes, l'UNSA informera les Françaises et les Français du soutien des parlementaires à ce nouveau droit et reste à la disposition de toutes et tous pour avancer ensemble sur ce sujet d'importance nationale.



Pour l'UNSA, il est essentiel de défendre, de sécuriser et d'élargir les droits des femmes au travail comme dans la société. L'égalité de droit ne se décrète pas, elle s'organise avec de nouvelles protections adaptées à la réalité. Les deux projets de lois sur le congé menstruel ont été rejetés, **pour l'UNSA il est temps de rattraper notre retard.**

80124 signatures à ce jour. Et vous, avez-vous signé ?



**SIGNEZ LA PÉTITION
SUR CONGEMENSTRUUEL.FR**



UNSA Défense

78 et 80 rue Vaneau
75007 PARIS -

01 42 22 37 02



federation@unsa-defense.org



portail-unsa.intradef.gouv.fr



www.unsa-defense.org



@UnsaDefense



www.facebook.com/UNSADefense



Unsa defense diffusion

**POUR UN CONGÉ
MENSTRUEL
DANS LA LOI.**



SIGNEZ LA PÉTITION
SUR CONGEMENSTRUEL.FR

**80 000
SIGNATURES**

pour le

**CONGÉ
MENSTRUEL**

**PROCHAIN OBJECTIF :
100 000 SIGNATURES**

CONGEMENSTRUEL.FR



**Oui au Congé
Menstruel dans la Loi**

 **Signer la pétition**

80 124

Signatures vérifiées ▼



**VOTRE ALLIÉE
DU QUOTIDIEN**

**CE QUE NOUS
DEMANDONS :**

**L'INSCRIPTION DU CONGÉ MENSTRUEL DANS
LA LOI, AVEC UNE APPLICATION CLAIRE ET
SIMPLE DU DISPOSITIF.**

- un certificat médical, fourni une seule fois
- une demande confidentielle au RH et/ou au manager, sans entrer dans les détails
- un nombre de jours défini : 1 à 2 par mois, selon les besoins
- une flexibilité de télétravail pour celles qui préfèrent continuer à travailler depuis chez elles
- un processus discret et non intrusif, traité comme n'importe quel autre arrêt de travail