



WEG MET MENSTRUATIEARMOEDE

**Aanbevelingen aanpak menstruatiearmoede
voor gemeenten**

I INLEIDING

Veel mensen verkeren in bestaansonzekerheid, de hoge inflatie heeft dat niet alleen verergerd maar ook zichtbaarder gemaakt. We zien schrijnende situaties. Bijna 1 op de 10 vrouwen en meisjes¹ kan zich geen menstruatiemiddelen veroorloven. De problemen zijn onder meer geconstateerd bij mensen die rond de armoedegrens leven, zoals een deel van de cliënten van Voedselbanken, dak- en thuislozen en ongedocumenteerden². En zowel bij de vrouwen en meisjes zelf, als bij de hulpverlenende instanties heerst er nog een taboe om menstruatie en menstruatiearmoede te bespreken. Dat leidt ertoe dat deze vrouwen en meisjes zelfs zover gaan dat ze maaltijden overslaan omdat ze anders geen geld hebben om tampons en maandverband te kopen.

In september 2021 publiceerden we een manifest, waarin we gemeenten oproepen meer oog te hebben voor menstruatiearmoede, en het aanpakken ervan op te nemen in hun armoedebeleid. Het manifest was opgesteld en ondertekend door Stichting Armoedefonds, ATD Vierde Wereld, De Bovengrondse, Valente, Nationaal Fonds Kinderhulp, Alliantie Kinderarmoede, SUN Nederland, WOMEN Inc., Simavi en de FNV.

Natuurlijk is het noodzakelijk om in te zetten op het verhogen van de bestaanszekerheid. Toch is het ook nodig om specifieke maatregelen te treffen om menstruatiearmoede tegen te gaan. Het taboe op het onderwerp maakt dat het niet kunnen betalen van tampons of maandverband, moeilijk bespreekbaar is en het fenomeen veelal verborgen blijft. Daarom zou er proactief gekeken moeten worden naar een oplossing, omdat vrouwen en meisjes dit niet vanzelf aankaarten. Gemeenten moeten in hun armoedebeleid rekening houden met de kosten van menstruatiemiddelen voor huishoudens en deze doelgroep goed in beeld hebben of krijgen. Een aantal gemeenten heeft gelukkig al beleid gemaakt om menstruatiearmoede aan te pakken. In deze brochure geven we voorbeelden van hoe deze gemeenten dat hebben gedaan en komen we met verdere aanbevelingen aan gemeenten.



¹ Niet alleen vrouwen en meisjes menstrueren, maar ook non binaire personen of transgender personen.

² Verkenning menstruatie-armoede in Nederland (2019) door De Bovengrondse o.l.v. Lorijn de Boer.

Interview ervaringsdeskundige

Maaike (36 jaar, alias)

Kun je iets vertellen over je persoonlijke situatie?

Ik ben een alleenstaande moeder van 5 kinderen, waarvan er nog 4 bij mij thuis wonen. Mijn jongste dochter is 8 jaar en ik heb daarnaast nog 3 kleintjes die nog in de luiers zitten. Mijn ex-partner betaalt geen alimentatie, maar helpt incidenteel wel eens met de zorg voor de kinderen. Ik hoop dat hij later nog wel alimentatie gaat betalen, maar dat is nog erg onzeker. Ik werk ongeveer 16 uur in de week als huishoudelijke hulp en zit daarmee onder bijstandsniveau. Voor het kleine bedrag dat ik aanvullend nog kan krijgen, wil ik het gedoe en papierwerk niet hebben en de onzekerheid dat ik misschien terug moet betalen.

Wat is je budget per week of maand?

Ik heb normaal ongeveer 70 euro per week te besteden. Ik koop luiers voor de kinderen altijd via online aanbiedingen en dan ook veel tegelijkertijd, zodat ik een tijdje vooruit kan. In de maand dat ik luiers moet kopen, heb ik nog 40 euro per week over. Ik maak geen gebruik van de Voedselbank, omdat ik het ophalen van de pakketten niet kan combineren met mijn werk en de zorg voor de kinderen. Ik maak wel gebruik van de Nemen of Geven kast bij mij in de buurt. En dat helpt mij heel erg.

“Als ik 50 cent heb, koop ik liever een brood, want dat geef ik de kinderen ook mee naar school. Als je in armoede leeft, is brood echt het belangrijkste.”

Waarom is het belangrijk dat je gratis maandverband of tampons ontvangt? Hoe loste je dit in het verleden op?

Zo ben ik altijd zeker dat ik de maatschappij in kan, als ik ongesteld ben. Toen de kast van Willy er nog niet was, had ik geen maandverband. Ik moest luiers voor de kinderen kopen en gebruikte er daar zelf ook wel eens eentje van. Ik heb ook washandjes gebruikt, en die dan steeds met de hand uitgewassen. De eerste paar dagen vloeit je heel veel. Dan kan je het beste een luier pakken. Ik ging wel gewoon naar mijn werk, maar dat was geen pretje. Van het goedkope maandverband krijg ik uitslag. Zo'n pakje kost misschien maar 50 cent, maar ook dat heb je niet altijd. Als ik 50 cent heb, koop ik liever een brood, want dat geef ik de kinderen ook mee naar school. Als je in armoede leeft, is brood echt het belangrijkste.

“De eerste paar dagen vloeit je heel veel. Dan kan je het beste een luier pakken. Ik ging wel gewoon naar mijn werk, maar dat was geen pretje.”

Hoe voelde het voor jou dat je zelf niet altijd geld had om maandverband of tampons te kopen?

Ik ging aan mezelf twijfelen. Als ik geen maandverband had kunnen kopen voor die maand, dacht ik: ik heb het niet goed gedaan. Doordat ik aan zoveel dingen moet denken als moeder, vergat ik het ook wel eens. Ik voelde me dan niet fris.

II VIJF GOEDE VOORBEEDEN VAN GEMEENTEN

DEN HAAG

De gemeente Den Haag is in samenwerking met Stichting Armoedefonds in augustus 2021 gestart met het uitdelen van gratis menstruatieproducten op verschillende locaties in de stad. Vrouwen en meisjes die niet voldoende geld hebben om zelf maandverband of tampons te kopen, kunnen hier gebruik van maken. Keuzevrijheid is daarbij belangrijk. Daarom worden via het Armoedefonds alle mogelijke producten aangeboden: maandverband, tampons, maar ook duurzame oplossingen zoals cups en wasbaar maandverband. Het Armoedefonds koopt de producten in en distribueert ze naar de juiste locaties in de stad. Dit zijn locaties verspreid over de hele gemeente, die in direct contact staan met de sociale minima. Ook monitort het Armoedefonds hoe het loopt en is er tussentijds contact met de locaties wanneer er een nieuwe levering van producten nodig is. De gemeente Den Haag financiert dit initiatief samen met zorgverzekeraar VGZ. Het gaat om meer dan zestig uitgiftepunten zoals de Voedselbank, Servicepunten XL en locaties van de daklozenopvang. Daarnaast doen 12 middelbare scholen mee.

In gesprek met Arjen Kapteijns (GroenLinks, wethouder Den Haag)



Waarom vindt u het belangrijk om extra ondersteuning te bieden aan minima op het gebied van menstruatieproducten?

Leven in armoede is heel moeilijk omdat je steeds keuzes moet maken in wat je wel of niet koopt. Vaak is het zo erg dat je zelfs moet kiezen tussen verschillende producten die gewoon de basis zijn voor een gezond en menswaardig bestaan. Zoals tussen kleding of fruit, of tussen menstruatieproducten of met de tram naar school kunnen. Iedereen heeft recht op bestaanszekerheid. Wij vinden het niet kunnen dat vrouwen en meisjes zonder menstruatieproducten zitten. Dat is namelijk echt een basisvoorziening en essentieel voor je gezondheid. Daarom verstrekken wij de producten vanaf 2021 gratis.

Hoe pakt u dit in de praktijk aan?

De gemeente heeft een goede samenwerking met het Armoedefonds en verschillende organisaties in de stad opgezet, waaronder scholen. Het Armoedefonds coördineert en regelt de inkoop en distributie over de punten. Daarbij geven wij als gemeente aan wat wij als noodzakelijke punten zien, zoals de daklozenopvang, scholen en bibliotheken. Als organisaties zich melden, wordt met het Armoedefonds besproken of de locatie toe kan treden als uitgiftepunt.

De uitgiftepunten zelf beheren de producten en geven ze uit als bezoekers zich ervoor melden. Sommige uitgiftepunten zetten het ook neer, zodat het gewoonweg gepakt kan worden.

Hoe loopt het tot nu toe in de gemeente Den Haag?

Erg goed. Er zijn inmiddels meer dan 60 uitgiftepunten ontstaan over de gehele stad. De afname komt goed op gang. Ik monitor of de producten ook bij de juiste doelgroep terechtkomen. We hebben ook besloten om de pilot door te zetten in 2022.

Waarom heeft u gekozen voor een samenwerking met het Armoedefonds?

Het Armoedefonds heeft ervaring in het inkopen en uitgeven van menstruatieproducten. Daarnaast spreekt de filosofie van het Armoedefonds ons aan: zij bestrijden armoede door de lokale organisaties in de gemeenten heel goed te kennen en te versterken. Dat is precies de aanpak die goed past bij de uitgifte van gratis menstruatieproducten.

Wat maakt u persoonlijk betrokken bij dit thema?

Het gaat me echt aan het hart dat, in zo'n rijke stad als Den Haag, er zoveel mensen in armoede leven. Het is voor mij onbestaanbaar dat we dit laten gebeuren. Daar zet ik me graag voor in.

ROTTERDAM

In Rotterdam kunnen meisjes uit gezinnen met een laag inkomen via het jeugdtegoed op de Rotterdampas vanaf 1 juli 2021 menstruatieproducten kopen en afrekenen via het tegoed dat de gemeente op de pas stort. Voor gezinnen met een laag inkomen wordt de Rotterdampas door de gemeente gratis ter beschikking gesteld. Maar de Rotterdampas is in principe ook te koop voor andere burgers, zij kunnen daarmee leuke dingen doen in de stad zoals het bezoeken van de diertuin of musea. Het jeugdtegoed is een aanvullend geldbedrag op de Rotterdampas voor kinderen van 4 tot en met 17 jaar, van ouders met een laag inkomen. Door besteding van dit bedrag bij de aangesloten winkels en vervoersbedrijven kunnen deze kinderen makkelijker meedoen op school en in hun vrije tijd. Nu kunnen meisjes daar dus ook menstruatiemiddelen van aanschaffen, maar het jeugdtegoed zelf is niet verhoogd.

LEIDEN

Om het probleem aan te pakken geeft Stichting Leergeld Leiden en Omstreken cheques aan meisjes van ouders met een laag inkomen, waarmee ze zelf de menstruatieproducten kunnen kopen. Op deze manier kunnen de meisjes zelf de producten uitkiezen die ze fijn vinden.

De stichting geeft coupons waarmee ze in de winkel zelf hun menstruatieproducten kunnen kopen, zodat meisjes zelf kunnen kiezen voor het product dat ze fijn vinden. De stichting geeft cheques uit van 15 euro per kwartaal. Eind april 2021 is de stichting begonnen met uitdelen en al snel werd duidelijk dat het probleem in Leiden van grote omvang is. In 3 weken tijd waren al 100 meisjes geholpen.

WESTERWOLDE

In de Groningse gemeente Westerwolde konden aanvankelijk inwoners tampons en maandverband inleveren voor mede-inwoners die niet genoeg geld hebben voor deze producten. De gemeente heeft, vanwege de grote behoefte die er was, besloten ook een financiële bijdrage te leveren.

De gemeente heeft voorgesteld om tampons en maandverband te kopen van geld uit een pot die bedoeld is voor armoedebestrijding. Daarmee willen ze het probleem structureel aanpakken. De Voedselbank zou de middelen moeten verspreiden.

AMSTELVEEN

In Amstelveen is op verschillende middelbare scholen een pilot gestart met het gratis aanbieden van menstruatiemiddelen aan meisjes die dat nodig hebben. De Amstelveense scholen en de gemeente zijn van mening dat het niet kunnen betalen van menstruatieproducten geen belemmering mag zijn voor deelname aan school.

Interview ervaringsdeskundige

Nikki (45 jaar) - Amsterdam

Kun je iets vertellen over je persoonlijke situatie?

Na een scheiding ben ik in een depressie geraakt en direct ook financieel in de problemen gekomen. Ik kwam er alleen voor te staan als moeder met twee jonge kinderen, zonder alimentatie. Nu, 20 jaar later ben ik eindelijk toegelaten tot een schuldhulpverleningstraject. Ik ben altijd positief en dacht ook toen: "Ik heb een dak boven mijn hoofd, ik ben gezond en ik kan mijn kind te eten geven. Dat was voor mij het belangrijkste."



"Ik heb 50 euro per week. Ik merk nu wel dat doordat alles duurder wordt, ik het einde van de week niet meer haal met dit budget."

Wat is je budget per week of maand?

Ik heb 50 euro per week. Ik merk nu wel dat doordat alles duurder wordt, ik het einde van de week niet meer haal met dit budget. Gelukkig ga ik op vrijdag naar de Voedselbank.

Ik heb een aandoening waarvoor ik een bepaald dieet moet volgen en niet alles kan eten. Om kosten te besparen, kook ik altijd voor twee dagen. Ik haal mijn vlees bij de halal slager en mijn kleding bij de kringloop. Hygiëneproducten zijn erg duur. Wat ik echt nodig heb koop ik bij de Action.

Waarom is het belangrijk dat je gratis maandverband of tampons ontvangt? Hoe loste je dit in het verleden op?

Ik hoop dat ik eerdaags in de overgang kom, dat het afgelopen is met deze ellende. Ik denk dat iedere vrouw het wel een keer mee heeft gemaakt, dat ze toiletpapier in haar slipje moest doen. Voordat ik de producten bij de Voedselbank kreeg, was dat voor mij normaal. Ik menstrueer heel heftig, een week lang en dan gaan er behoorlijk wat verbandjes en tampons doorheen. Het geeft je een heel onzeker gevoel wanneer je zonder producten zit en jezelf moet behelpen met toiletpapier.

"Ik denk dat iedere vrouw het wel een keer mee heeft gemaakt, dat ze toiletpapier in haar slipje moest doen. Voordat ik de producten bij de Voedselbank kreeg, was dat voor mij normaal."

Hoe voelt het voor jou dat je zelf niet altijd geld had om maandverband of tampons te kopen?

Je voelt je zo armoedig. Jeetje....ik heb altijd goede banen gehad en zit nu al een lange tijd in deze situatie. Ik ben heel blij dat ik nu gewoon altijd de producten heb, die nodig zijn. En ik blijf positief! Ook als de omstandigheden tegen zitten, geniet ik nog oprecht van kleine dingen.

III AANBEVELINGEN VOOR EFFECTIEVE AANPAK VAN MENSTRUATIEARMOEDE

1. ZET IN OP VERHOGEN VAN DE BESTAANSZEKERHEID

Menstruatiearmoede is een symptoom van een groter probleem van armoede en een te laag inkomen. Daarom zou de bestaanszekerheid verhoogd moeten worden.

2. VRIJ BESCHIKBAAR EN KEUZEVRIJHEID

Werp zo min mogelijk drempels op voor vrouwen en meisjes om gebruik te maken van de producten. Bied de producten het liefst aan zonder dat vrouwen ernaar hoeven te vragen. Laat vrouwen en meisjes zelf beslissen welke producten ze willen gebruiken en wat het beste bij hen past. Geen keuzevrijheid hebben in welk product het beste bij je past, is ook een vorm van menstruatiearmoede. Meisjes en vrouwen zien zich soms gedwongen om goedkope producten te gebruiken waar ze last van krijgen.

3. RICHT OP EEN BREDERE DOELGROEP

Focus op jongeren is goed, maar vergeet volwassenen in armoede niet. Daarnaast is het ook goed om aandacht te hebben voor mensen die net boven de armoedegrens leven. Ook zij komen vaak niet of nauwelijks rond. De aanbeveling is om de maatregelen te richten op 150% van het sociaal minimum en op ongedocumenteerden. Ga (als gemeente) in gesprek met de doelgroep zelf en laat hen meedenken in hoe en waar je de producten het beste kunt aanbieden. Wat werkt voor hen het beste?

4. NIET TEN KOSTE VAN ANDERE ARMOEDEMAATREGELEN

Wanneer de armoedemaatregel met de andere maatregelen gaat concurreren, wordt het ene gat met het andere gedicht. Zo is het in de maatregel van de gemeente Rotterdam heel fijn dat meisjes menstruatieproducten kunnen kopen van het tegoed op de Rotterdampas, maar als het tegoed zelf niet stijgt blijft er minder over voor andere dingen zoals kleding.

5. BLIJF ONDERZOEKEN

Doe onderzoek naar de omvang van armoede en menstruatiearmoede binnen de gemeente en waar deze zit. Zodat de gemeente het beleid zo effectief mogelijk kan inrichten. Blijf daarnaast toetsen of je werkwijze en de uitreiking daadwerkelijk helpen. Oftewel: Blijf in gesprek met de doelgroep.

COLOFON

Uitgave Stichting FNV Pers

Redactie & Productie Afdeling Communicatie & Marketing FNV

Vormgeving FNV Ontwerp & Projecten

Druk FNV Repro

220086

