



DISPOSITIFS "RÈGLES DOULOUREUSES"

L'UVSQ met en place deux dispositifs à destination des personnes étudiantes menstruées en situation de règles douloureuses ou de dysménorrhée.

Année universitaire 2026-2027

Les règles entraînent des douleurs qui peuvent fortement altérer la concentration et rendre difficile le suivi ou la présence en cours.

La dysménorrhée est le terme médical donné aux douleurs abdominopelviennes qui précèdent ou accompagnent les règles (douleurs menstruelles). Ces douleurs durent en général un à trois jours. L'intensité des douleurs est variable. Les personnes peuvent

ressentir une simple gêne, des douleurs modérées voire très intenses.

L'objectif de ces dispositifs est de reconnaître les effets invalidants provoqués par les règles et de permettre de ne pas compromettre la réussite universitaire.

Deux dispositifs possibles, selon votre situation

DISPOSITIF 1 : Le « crédit-jours » pour les menstruations douloureuses invalidantes

Le « crédit-jours » renvoie à un système d'absence sans justificatif.

Dans le cas d'absences en lien avec les douleurs menstruelles invalidantes (sans diagnostic médical de dysménorrhées), il s'agit d'une réserve de **12 jours d'absence autorisés sans certificat médical par année universitaire (de 1 à 3 jours consécutifs par mois maximum)**.

Ce dispositif ne peut être activé :

- » lors des sessions d'examens,
- » lors des évaluations de contrôle continu (CC et CCI),
- » pendant les périodes de stages,
- » pour les personnes étudiantes inscrites en apprentissage : dans ce cas, le congé menstruel n'est applicable que si un accord de branche le prévoit (ex. CCNT66/79 /CHRS : alternantes incluses explicitement) ou si l'entreprise a mis en place un dispositif interne.

Pour en bénéficier, **la déclaration d'absence au titre du crédit-jours pour les menstruations douloureuses invalidantes doit être effectuée dans un délai de 48 heures après le premier jour d'absence** ; auprès de la scolarité et/ou du secrétariat pédagogique de la formation en transmettant la déclaration d'absence.

Téléchargez la déclaration d'absence - 185 Ko, DOCX">> Téléchargez la déclaration d'absence (Word)

DISPOSITIF 2 : L'aménagement des études pour les dysménorrhées avec cause organique ayant un impact sur les études

La personne étudiante menstruée sujette à des dysménorrhées douloureuses en lien

avec une cause organique diagnostiquées peut bénéficier d'un aménagement.

La personne doit solliciter le service de santé des étudiants de l'UVSQ pour un rendez-vous. Elle doit se présenter avec ses examens radiologiques et un courrier du médecin (attestation médicale) stipulant les répercussions sur les études de la personne, afin d'obtenir un aménagement d'étude.

Pour les personnes qui sont inscrites dans des formations en alternance, ces aménagements ont trait à la partie universitaire de la formation. Ces derniers n'emportent pas d'effets sur les obligations résultant du contrat de travail en alternance, notamment en matière de justification des absences, de suivi par le service de prévention et de santé au travail et de rémunération, lesquelles demeurent régies par les dispositions du Code du travail et par les avis du médecin du travail. Il convient alors de se rapprocher de son centre de formation d'apprentis et de son employeur pour l'examen et la mise en œuvre des aménagements nécessaires en milieu professionnel.

Cet aménagement est mis en place en lien avec le Service d'accompagnement des étudiants et personnels en situation de handicap - SAEPH) dans le cadre du régime spécifique d'étude (RSE) de l'UVSQ.