

Position

Menstruationsgerechtigkeit für Alle: Maßnahmen gegen Periodenarmut in Rheinland-Pfalz

Adressat*innen:

- Ministerium für Familie, Frauen, Kultur und Integration Rheinland-Pfalz
- Ministerium für Bildung Rheinland-Pfalz
- Landesschüler*innenvertretung Rheinland-Pfalz (LSV)
- Mitgliedsverbände des Landesjugendringes Rheinland-Pfalz
- Ausschuss für Gesundheit des Landtages Rheinland-Pfalz
- Ausschuss für Bildung des Landtages Rheinland-Pfalz
- Ausschuss für Arbeit, Soziales, Pflege und Transformation des Landtages Rheinland-Pfalz
- Ausschuss für Familie, Jugend, Integration und Verbraucherschutz des Landtages Rheinland-Pfalz
- Ausschuss für Gleichstellung und Frauen des Landtages Rheinland-Pfalz
- Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V.

Die Menstruation ist gesellschaftlich nach wie vor ein mit Scham besetztes Thema. Produkte werden vornehmlich mit blauer Flüssigkeit beworben, nach Tampons wird nur im Flüsterton gefragt und der weit verbreitete Begriff "Hygieneprodukte" suggeriert Unreinheit menstruierender Menschen. Darüber hinaus sind Menstruationsprodukte teuer und vor allem für Menschen mit geringem Einkommen eine Belastung (46 Euro im Monat¹) und auch in der Berechnung des Bürgergeldes nicht ausreichend berücksichtigt.

Insgesamt sind Frauen* und Mädchen* zwischen 16 und 24 Jahren deutlich häufiger von Periodenarmut betroffen als ältere.²

Periodenarmut kann schwerwiegende gesundheitliche, psychische und soziale Folgen haben, schränkt die Betroffenen in ihrem Alltag ein und entwürdigt sie.

Wir möchten, dass Jugendverbände in Rheinland-Pfalz Orte sind, an denen sich Jugendliche aller geschlechtlicher Identitäten sicher- und wohlfühlen. Das Bereitstellen von Menstruationsprodukten ist nicht nur ein Lösen von Notsituationen, vielmehr stärkt dies eine Kultur der Achtsamkeit und Empathie.

Daraus folgt für uns:

1. Der Landesjugendring Rheinland-Pfalz verpflichtet sich vor Veranstaltungen zu prüfen, wie und wo kostenlose Menstruationsprodukte bei Veranstaltungen und in der Geschäftsstelle zur Verfügung gestellt werden können. Hierzu werden verschiedene Produkte in verschiedenen Größen (Tampons, Binden, etc.) auf den Toiletten, oder anderen geeigneten Orten für alle Geschlechter bereitgelegt. Bei der Anschaffung der Produkte ist auf nachhaltige Standards zu achten. Der Landesjugendring stellt Informationsmaterialien zur Verfügung, die es den Mitgliedern ermöglichen, aktiv zum

- Abbau von Tabus beizutragen und die Teilhabe aller Geschlechter am Verbandsleben sicherzustellen.
2. Der Landesjugendring Rheinland-Pfalz, insbesondere die AG Förderpolitik, sucht nach Fördermöglichkeiten, die es Trägern der Kinder- und Jugendarbeit ermöglichen, Menstruationsprodukte zu subventionieren.
 3. Die Mitgliedsverbände im Landesjugendring Rheinland-Pfalz werden mit Blick auf deren Häuser, Geschäftsstellen und Veranstaltungen dazu angeregt, sich mit dem Thema auseinanderzusetzen, eine Sensibilisierung zu schaffen und eigene Lösungen umzusetzen. Außerdem soll geprüft werden, inwiefern die Thematik in Schulungsformaten, sexualpädagogischen Konzepten sowie institutionellen Schutzkonzepten für Prävention von sexualisierter Gewalt aufgegriffen werden kann.
 4. Der Landesjugendring Rheinland-Pfalz befürwortet darüber hinaus, dass kostenlose Menstruationsprodukte in allen öffentlichen Gebäuden und bei öffentlichen Veranstaltungen auf den Toiletten aller Geschlechter zur Verfügung stehen sollen. Insbesondere bitten wir die Schulträger*innen für die Ausstattung von Schulen mit kostenfreien, umweltverträglichen Periodenprodukten zu sorgen, welche allen frei zugänglich sind. Damit dies tatsächlich Umsetzung findet, braucht es eine gesamtgesellschaftliche Sensibilisierung, für die sich der Landesjugendring Rheinland-Pfalz einsetzt.
 5. Der Landesjugendring Rheinland-Pfalz fordert die Politik, im Besonderen das Bildungsministerium Rheinland-Pfalz dazu auf, sich inhaltlich und strukturell mit der Thematik der Periodenhygiene und -armut zu beschäftigen. Der Themenbereich soll fest im Lehrplan verankert werden und dies nicht nur im Fachbereich Biologie, sondern auch im Bereich Sozialkunde, den Klassenleitungsstunden und in der Gesellschaftslehre. Für Grundschulen fordern wir ein Konzept für den Umgang mit früh einsetzender Periode bei Schüler*innen, den Umgang damit, Sensibilisierung der Lehrkräfte und die Bereitstellung von kostenfreien Produkten. Akzeptanz und Sensibilisierung bei Periodenbeschwerden/Endometriose für betroffene Menschen sind zu fördern.

Begründung

Eine Frau* hat im Lauf ihres Lebens im Schnitt 500 Monatszyklen und gibt dabei über 10.000 Euro für im Schnitt 10.000 bis 17.000 Bedarfsartikel rund um die Menstruation aus: dies beinhaltet Einwegprodukte wie Tampons oder Binden oder nachhaltige Produkte wie eine Menstruationstasse, sowie Schmerzmittel und schmerzlindernde Maßnahmen. Der Begriff „Periodenarmut“ (period poverty) ist ein Querschnittsthema und beschreibt das Problem, wenn Menstruierende sich diese Artikel nicht leisten können oder, aus finanziellen Gründen, nicht so häufig wechseln wie notwendig. Das kann das Risiko für Infektionen fördern.

Laut einer Studie von Plan International³ ist es in Deutschland für fast ein Viertel der Mädchen* und Frauen* trotz Senkung der Mehrwertsteuer auf 7% in 2020 finanziell schwierig, sich ausreichend mit Binden und Tampons zu versorgen. Die Hälfte aller Teilnehmerinnen* würde sich sogar besser mit Hygieneartikeln versorgen, wären diese günstiger.

Die Forderung nach finanzieller Unterstützung für Periodenprodukte gründet auf dem Verständnis, dass die Menstruation ein natürlicher Prozess im menschlichen Körper ist. Gleichzeitig stellt sie Menstruierende vor finanzielle Herausforderungen, die Nicht-Menstruierenden nicht begegnen. Die jährlichen Ausgaben für Menstruationsprodukte belaufen sich auf etwa 540 Euro, was insbesondere für ohnehin finanziell benachteiligte Personen und Familien eine zusätzliche finanzielle Belastung darstellt.⁴ Im neuen Bürgergeld sind nur 21,48€ für die gesamte Gesundheitspflege vorgesehen.⁵

Diese Mehrkosten führen zu Ungleichheiten und Diskriminierung bei gesellschaftlichen Gruppen, die ohnehin von Pay Gaps und ähnlichen Benachteiligungen betroffen sind. Dies führt dazu, dass der Zugang zu angemessenen und ausreichenden Periodenprodukten nicht für alle gleichermaßen gewährleistet ist. Es ist daher notwendig, Maßnahmen zu ergreifen, um die finanzielle Belastung zu mindern und die Gleichberechtigung für alle Geschlechter zu fördern.

Nach Artikel 11 (Abs. 1) des UN-Sozialpaktes hat jeder Mensch einen Anspruch auf die Gewährleistung eines angemessenen Lebensstandards. Der Zugang zu Menstruationsprodukten gehört dazu.

Mangelnde Hygiene oder Entsorgungsmöglichkeiten an öffentlichen Toiletten, auch in Schulen, können dazu führen, dass Menstruierende eher zu Hause bleiben.⁶

Zudem führen Tabuisierung und Scham dazu, dass Menstruierende Sorge haben bei Krankmeldungen in Job, Schule, Ausbildung oder Universität. Viele nehmen Schmerzmittel ein, um ihren Alltag zu bewältigen, was schädliche Nebenwirkungen mit sich bringen kann.⁷

Darüber hinaus trägt die Förderung nachhaltiger Periodenprodukte nicht nur zur individuellen Gesundheit bei, sondern auch zum Umweltschutz. Gebleichte Produkte und die Verwendung von Chemikalien in herkömmlichen Periodenprodukten können gesundheitliche Risiken darstellen. Des Weiteren führt die Entsorgung von Einwegprodukten zu einem erheblichen Plastikmüllproblem. Jede menstruierende Person nutzt in ihrem Leben durchschnittlich rund 16.800 Periodenprodukte. Allein durch Wegwerfprodukten kommen mehr als 20.000 Tonnen Abfall in Deutschland zustande.⁸ Dieser zerfällt zu Mikroplastik, welches Meere, Flüsse und Strände verschmutzt und unsere Wasserversorgung verunreinigt. Für eine nachhaltige Lebensweise werden Alternativen benötigt, die unseren Planeten und menstruierende Menschen schützen. Rheinland-Pfalz hat die Möglichkeit, durch eine umfassende Finanzierung dieser umweltfreundlichen Alternativen einen positiven Beitrag zum Umweltschutz zu leisten und gleichzeitig soziale Gerechtigkeit zu fördern.

Die Auseinandersetzung mit dem Thema Periodentabu und Periodenarmut ist von entscheidender Bedeutung, da es sich um ein aktuelles Thema handelt, das im öffentlichen Diskurs nicht ausreichend wahrgenommen wird. Jugendverbandsarbeit versteht sich als Schutzraum, in dem junge Menschen nicht nur gemeinsam wachsen, sondern wo es auch möglich ist, dass einige von ihnen (zum ersten Mal) mit (der eigenen) Menstruation konfrontiert werden. Ein respektvoller und achtsamer Umgang miteinander und mit dem ansonsten noch tabuisierten Thema Periode hilft allen Beteiligten sich wohlfühlen. Ein solides Grundwissen über Menstruation ist unerlässlich, um Vorurteile abzubauen und die Teilhabe aller Mitglieder am Verbandsleben sicherzustellen.

Um weitere Forderungen und Verbesserungen auf diesem Gebiet voranzutreiben, ist eine aktive Beschäftigung und das Einsetzen der Jugendverbände folglich von grundlegender Bedeutung.

Maßnahmen, um die Bedürfnisse der Betroffenen zu berücksichtigen können sein:

- Bereitstellung von frei zugänglichen Periodenprodukten und Wärmflaschen in den Gruppenräumen und bei Veranstaltungen, sowie Entsorgungsmöglichkeiten
- Möglichkeiten des Rückzugs während Veranstaltungen, auch aus einer verantwortlichen Rolle heraus

- Schaffung einer offenen Gesprächskultur, bei der es möglich ist über Probleme und Bedürfnisse während der Periode zu sprechen

Letztendlich liegt es in der Verantwortung der Jugendverbände, sich aktiv für soziale Gerechtigkeit einzusetzen und sicherzustellen, dass niemand aufgrund von Tabus oder finanziellen Hürden benachteiligt wird. Wenn nicht wir, wer dann? Es ist an der Zeit, dieses wichtige Thema anzugehen und positive Veränderungen innerhalb unserer Verbände herbeizuführen!

Einstimmig beschlossen durch die 117. Vollversammlung des Landesjugendringes Rheinland-Pfalz e. V. am 06. April 2024 in Osthofen.

¹ <https://www.femeda.de/leben/so-viel-kostet-deine-periode/> Abruf 5. April 2024

² [Periodenarmut: Zustand in Deutschland 2021 | Statista](#)

³ [Plan-3_Pager_Menstruation-A4-Apr2022.indd](#)

⁴ [Wenn sich Frauen keine Perioden-Produkte leisten können: Kommunen suchen Lösungen - Wirtschaft - SZ.de \(sueddeutsche.de\)](#)

⁵ [Bürgergeld Regelsatz und Regelbedarf 2024 \(buenger-geld.org\)](#)

⁶ [Plan-3_Pager_Menstruation-A4-Apr2022.indd](#)

⁷ ["Periodenarmut": Wenn das Geld für die Menstruation nicht reicht - SAT.1 REGIONAL \(sat1regional.de\)](#)

⁸ [Große Umweltbelastung: Tampons bestehen zu 90 Prozent aus Plastik \(globalcitizen.org\)](#)