

Déclaration de dispense menstruelle - Année universitaire 2026-2027

Les dysménorrhées correspondent aux douleurs abdominopelviennes qui précèdent ou accompagnent les règles. Ces douleurs se caractérisent par une crampe ou une douleur sourde et constante, aiguë ou lancinante. Selon les données de la cohorte épidémiologique Constances (Inserm), environ 40 % des personnes menstruées déclarent des douleurs menstruelles modérées à sévères, susceptibles d'impacter leur qualité de vie.

Dans un souci de bienveillance, d'équité et d'inclusivité, l'Université Bourgogne Europe met en place un dispositif de dispense menstruelle, permettant aux personnes menstruées souffrant de dysménorrhées de justifier ponctuellement de leur absence, sans avoir à fournir de certificat médical. Cette dispense repose sur une déclaration sur l'honneur.

Modalités de la dispense

Dès le début d'année, la déclaration est transmise sous pli au service de scolarité qui en informe le responsable de formation concernée. La personne menstruée souffrant de dysménorrhées peut bénéficier d'un maximum de 11 jours de dispense par année universitaire. Chaque jour déclaré donne lieu à une attestation d'absence justifiée (ABJ), qui ne saurait être reconnue comme justificatif valable par un établissement d'accueil de stage ou d'alternance.

A chaque nouvelle absence relative aux règles douloureuses, une version mise à jour du document est envoyée par mail à la scolarité. Cette version actualisée reprend les dates déclarées au cours de l'année universitaire. La personne menstruée informe les enseignants concernés lors de chaque absence en indiquant que le justificatif est envoyé à la scolarité.

Déclaration sur l'honneur

Je soussigné-e,

Nom – Prénom :

Numéro étudiant : Formation/Année :

déclare sur l'honneur avoir régulièrement de fortes douleurs liées à mes règles.

Date.....

Signature :

Absences déclarées au titre de la dispense

Les dates indiquées ci-dessous, au fur et à mesure de mes absences, correspondent à des absences motivées par des douleurs menstruelles.

Date d'absence	Signature	Date d'absence	Signature
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			

Accompagnement

Les personnes menstruées souffrant de dysménorrhées peuvent, si elles le souhaitent, bénéficier d'un accompagnement par le Service de Santé Étudiante (SSE) dans le cadre du dispositif Endo&Campus.

Coordonnées du SSE :

📍 6A rue recteur Marcel Bouchard, 21000 Dijon

☎ 03 80 39 51 53

✉ medecine-preventive@ube.fr