

Sewing to fight period poverty

Georgie: Hello. This is 6 Minute English from BBC Learning English. I'm Georgie.

Beth: And I'm Beth. *Menstruation* is an issue that's not often talked about, yet every month it affects billions of women around the world. *Menstruation*, or *periods*, are a natural process that typically happen once a month when women and girls bleed from their vagina [və'dʒaɪnə] for a few days as part of the reproductive cycle. When this happens, women need special products like sanitary ['sæntəri] pads or tampons to manage the flow of blood and go about their day-to-day life.

Georgie: Unfortunately, over 500 million people around the world either don't have access to these products or can't afford to buy them, and this is called period poverty. Period poverty has serious consequences, for example, girls on their periods not going to school affects their education, and women who can't work during their period have less income. What's more, it can cause health problems because, without sanitary products, it's easy to get infections.

Beth: In this programme, we'll be learning about one project fighting period poverty affecting thousands of women refugees. And, of course, we'll be learning some useful new vocabulary as well. But first, Georgie, I have a question for you. Periods affect girls and women of reproductive age, that's roughly half the female population, or 26% of the global population. But how many people is that? Is it: a) 2.1 billion people, b) 2.3 billion people or, c) 2.5 billion people?

Georgie: I'll guess it's about 2.1 billion people.

Beth: OK, Georgie, I'll reveal the answer at the end of the programme. Ella Lambert was a student at Bristol University when she started The Pachamama ['pætʃə,mæmə] Project in 2020 during the first Covid lockdown. She'd heard about period poverty and decided to put her lockdown time to good use by making sanitary pads, pieces of soft material used to absorb menstrual blood. Here's Ella explaining how her project got started to BBC World Service programme, 'People Fixing the World':

Ella Lambert: So I borrowed a sewing ['səʊɪŋ] machine from a friend, I learned how to *sew [səʊ] on Youtube, and then I just started making pads. And even now to this day, I can't sew anything else, only pads.

Myra ['maɪrə] Anubi: Ella started making reusable sanitary pads, which aren't a new thing. They're made from absorbent fabrics such as fleece and cotton sheets which means that they can be used over and over again after they're washed unlike disposable pads.

Georgie: Ella spent lockdown learning how to sew, how to join pieces of material by hand using a needle and thread, or with a sewing machine. In fact, Ella was so focused on sewing sanitary pads she didn't make anything else, and to this day, pads are the only thing she knows how to sew. Ella uses the phrase, to this day, to say: up to and including the present moment.

*Rem: sew (coudre) et sow (semmer) se prononcent pareil : [səʊ]

Coudre pour lutter contre la pauvreté menstruelle

Georgie : Bonjour. C'est 6 minutes en anglais de BBC Learning English. Je m'appelle Georgie.

Beth : Et moi Beth. La menstruation est une problématique dont on ne parle pas souvent, pourtant chaque mois elle affecte des milliards de femmes dans le monde. Les menstruations, ou les règles, sont un processus naturel qui communément se produit une fois par mois lorsque les femmes et les filles saignent du vagin pendant quelques jours dans le cadre du cycle de reproduction. Lorsque cela se produit, les femmes ont besoin de produits spéciaux comme des serviettes hygiéniques ou des tampons périodiques ("tampax") pour gérer l'écoulement de sang et vaquer à leurs occupations quotidiennes.

Georgie : Malheureusement, plus de 500 millions de personnes dans le monde, ou n'ont pas accès à ces produits, ou ne peuvent pas se permettre de les acheter, et on appelle ça la pauvreté menstruelle. La pauvreté menstruelle a de graves conséquences : par exemple, le fait que des filles en période de règles, n'ailent pas à l'école, affecte leur éducation et des femmes qui ne peuvent pas travailler pendant leurs règles ont moins de revenus. Qui plus est, cela peut causer des problèmes de santé car, sans produits sanitaires, il est facile d'attraper des infections.

Beth : Dans cette émission, nous étudierons un projet de lutte contre la pauvreté menstruelle qui touche des milliers de femmes réfugiées. Et bien sûr, nous apprendrons également du nouveau vocabulaire utile. Mais d'abord, Georgie, j'ai une question pour vous. Les règles affectent les filles et les femmes en âge de procréer, soit grosso modo la moitié de la population féminine, ou 26 % de la population mondiale. Mais combien de personnes cela représente-t-il ? Est-ce : a) 2,1 milliards de personnes, b) 2,3 milliards de personnes ou c) 2,5 milliards de personnes ?

Georgie : Je vais supposer que c'est environ 2,1 milliards de personnes.

Beth : OK, Georgie, je révélerai la réponse à la fin de l'émission. Ella Lambert était étudiante à l'Université de Bristol lorsqu'elle a lancé le projet Pachamama en 2020 lors du premier confinement de Covid. Elle avait entendu parler de pauvreté menstruelle et a décidé de mettre à profit (à disposition) son temps de confinement en fabriquant des serviettes hygiéniques, des morceaux d'étoffe douce utilisés pour absorber le sang menstruel. Voici Ella expliquant comment son projet a démarré dans l'émission *People Fixing the World* du service international de la BBC :

Ella Lambert : J'ai donc emprunté une machine à coudre à une amie, j'ai appris à coudre sur Youtube, puis j'ai juste commencé à faire des serviettes (protections). Et même encore maintenant, je ne sais rien coudre d'autre, seulement des protections.

Myra Anubi : Ella a commencé à fabriquer des serviettes hygiéniques réutilisables, qui ne sont pas des choses nouvelles. Elles sont faites à partir de tissus absorbants tels que des draps en molleton et en coton, ce qui signifie qu'ils peuvent être utilisés encore et encore après avoir été lavés, contrairement aux serviettes jetables.

Georgie : Ella a passé le confinement à apprendre à coudre, à assembler des morceaux d'étoffe à la main à l'aide d'une aiguille et d'un fil ou avec une machine à coudre. En fait, Ella était tellement concentrée à coudre des serviettes hygiéniques qu'elle n'a rien fait d'autre, et à ce jour, les serviettes hygiéniques sont la seule chose qu'elle sait coudre. Ella utilise l'expression à ce jour pour dire : jusqu'au moment présent inclus.

Beth: **Sanitary pads aren't easy** to make. The **outer layer** has to be soft **because** it touches the skin, but they **also** need to be absorbent [**əb'zɔ:bənt**], able to **soak up liquids** like blood and hold them. What's more, **Ella designed** her pads to be washed and **used again**, **unlike** most **sanitary pads** bought in shops, which are **disposable**, **designed** to be thrown **away** after they've been **used**.

Georgie: **Ella's network** of **volunteers** sewing **reusable sanitary pads** grew, and **to date** the **Pachamama Project** has **donated** tens of **thousands** of **period products** to **refugees fleeing conflict** in **Syria, Turkey** and **Lebanon** [**'leɪbənən**], as well as **women here** in the **UK**.

Beth: Plus, the **project** is helping in **other ways** too. **Despite affecting** so **many people**, and being **necessary for life itself**, **many cultures** consider **menstruation unclean** or **shameful**, not a **topic of polite conversation**. But **Ella** thinks her **project** is giving **refugees** the **confidence** to talk **about periods**, as she told **BBC World Service's, People Fixing the World**:

Ella Lambert: I have seen such **major change** in such a short short **period** of time. Like, the **women** originally who were **distributing** the pads **would barely even speak about it** and **we had it behind a curtain**, and now they'll chat **away** about the pads with their male **colleagues**, anyone that comes **into** the shop...

Georgie: **Before**, most **women refugees** would **barely** talk **about menstruation**, they would **only** just, scarcely talk **about** it. But now they're **happily chatting away**, passing the time talking to **other women**, and **even** to male **colleagues**.

Beth: I think it's time I **reveal** the **answer** to my **question** – **as a number**, how **many women** make up the 26% of the world's **population** who **menstruate**?

Georgie: I said it was 2.1 **billion people**...

Beth: Which was... the **correct answer**. **OK**, let's **recap** the **vocabulary** we've learned in this **programme** starting with the verb **to sew**, to join **material together** using a needle and thread, **either** by hand or with a sewing **machine**.

Georgie: The phrase, **to this day**, means up to and **including** the present **moment**.

Beth: The **adjective absorbent** means able to soak up and hold **liquid**, and the **adjective disposable** means **designed** to be thrown **away** after use.

Georgie: If you **barely** do **something**, you **only** just do it, by the smallest **amount**.

Beth: And **finally**, **to chat away** means to pass the time by talking a lot with **someone**. Once **again** our six **minutes** are up! We hope you'll join us **again** next time, **here** at 6 **Minute English**. Bye for now!

Georgie: Bye!

Beth : Les serviettes hygiéniques ne sont pas faciles à fabriquer. La couche externe doit être douce car elle touche la peau, mais il faut aussi qu'elles soient absorbantes, capable **d'éponger** les liquides comme le sang et de les retenir. Qui plus est, **Ella** a conçu ses serviettes pour être lavées et réutilisées, contrairement à la plupart des serviettes hygiéniques achetées en magasin qui sont jetables, conçues pour être jetées après avoir été utilisées.

Georgie : Le réseau de bénévoles d'Ella cousant des serviettes hygiéniques réutilisables a grandi et, **à cette date**, le projet Pachamama a fait don de dizaines de milliers de produits menstruels aux réfugiés **fuyant** les conflits en Syrie, en Turquie et au Liban, aussi bien qu'à des femmes ici au Royaume-Uni.

Beth : De plus, le projet aide également d'autres manières. Bien qu'elles affectent tant de personnes et qu'elles soient nécessaires à la vie elle-même, de nombreuses cultures considèrent les menstruations comme impures (malpropres) ou honteuses et pas un sujet de conversation polie. Mais Ella pense que son projet donne aux réfugiés la confiance [nécessaire] pour parler de règles, comme elle l'a dit dans [l'émission] *People Fixing the World* du service international de la BBC :

Ella Lambert : J'ai vu un changement tellement majeur en si peu de temps. Par exemple, les femmes qui, à l'origine, distribuaient les serviettes **auraient à peine, osé en parler** et **ça se passait** derrière un rideau, et maintenant elles vont causer de **protections** (périodiques) avec leurs collègues masculins, n'importe qui, qui rentre dans le magasin...

Georgie : Avant, la plupart des femmes réfugiées auraient à peine osé parler de menstruations, elles auraient seulement parlé de ça rarement. Mais désormais, elles en discutent joyeusement, passent le temps à parler à d'autres femmes, et même à des collègues masculins.

Beth : Je pense qu'il est temps de révéler la réponse à ma question : **en chiffres**, combien de femmes constituent les 26 % de la population mondiale en état d'avoir leurs règles ?

Georgie : J'ai dit que c'était 2,1 milliards de personnes...

Beth : Quelle était... la bonne réponse. **OK**, récapitulons le vocabulaire que nous avons appris dans cette émission en commençant par le verbe **coudre**, assembler des **pièces d'étoffe** à l'aide d'une aiguille et d'un fil, soit à la main, soit avec une machine à coudre.

Georgie : L'expression, [jusqu'à] **à ce jour**, signifie jusqu'au moment présent inclus.

Beth : L'adjectif **absorbant** signifie capable d'éponger et de retenir le liquide, et l'adjectif **jetable** signifie conçu pour être jeté après utilisation.

Georgie : Si vous faites **à peine** quelque chose, vous le faites tout juste, **dans** la plus petite mesure.

Beth : Et enfin, **bavarder** signifie passer le temps en parlant beaucoup avec quelqu'un. Une fois de plus nos six minutes sont écoulées ! Nous espérons que vous nous rejoindrez à nouveau la prochaine fois, ici à **6 minutes en anglais**. Et maintenant au revoir !

Georgie : Au revoir !