

LES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES RÉUTILISABLES





LES PROTECTIONS HYGIÉNIQUES

QUELQUES CHIFFRES CLÉS

130 KG

de serviettes, tampons,
applicateurs et emballages jetés
sur 38 ans de règles/femme

+ de 500 ans

temps de dégradabilité
d'une serviette et d'un tampon

10 000 à 15 000

produits menstruels utilisés
au cours de la vie d'une femme

+ de 1 800 €

de protections jetables
dépensées au cours de sa vie



LES SERVIETTES JETABLES VS réutilisables

JETABLE

Composition :

Plastique, cellulose, parfums de synthèse, additifs...

Coût d'une serviette :

Entre 0,14€ et 0,40€

Estimatif sur 5 ans :

- \approx 237€ de budget
- \approx 1200 serviettes jetées



RÉUTILISABLES

Composition :

Coton, bambou, chanvre, polyester PUL...

Coût d'une serviette lavable :

Entre 7€ et 20€

Estimatif sur 5 ans :

- \approx 141€ de budget
- \approx 12 serviettes utilisées

Existe en différents formats (jours/nuit) et pour différents flux (faible/modéré/abondant)



LES SERVIETTES JETABLES VS réutilisables

JETABLE

- Communication peu transparente
- Fabrication et utilisation à **fort impact environnemental**
- Composants nocifs selon une étude de l'ANSES



RÉUTILISABLES

- Douces et confortables
- Composition saine
- Écologiques et économiques

LES CULOTTES ET SERVIETTES réutilisables

AUTRE ALTERNATIVE AUX SERVIETTES JETABLES : LA CULOTTE MENSTRUELLE



- **Composition et caractéristiques similaires aux serviettes réutilisables**
- **Plus discrète et esthétique**
- **Entre 15€ et 40€**

LES CULOTTES ET SERVIETTES réutilisables

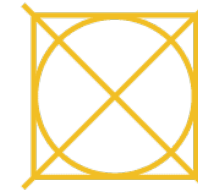
COMMENT BIEN ENTRETENIR SES SERVIETTES ET SES CULOTTES MENSTRUELLES ?



**Trempage ou
prélavage à la main**



**Lavable en
machine**



**Séchage à l'air
libre**

Astuce tâches récalcitrantes : Faire tremper la serviette dans de l'eau tiède avec du percarbonate de soude.

VOS QUESTIONS

Culottes et serviettes réutilisables



LES TAMPONS JETABLES VS LA COUPE MENSTRUELLE

JETABLE

Composition :

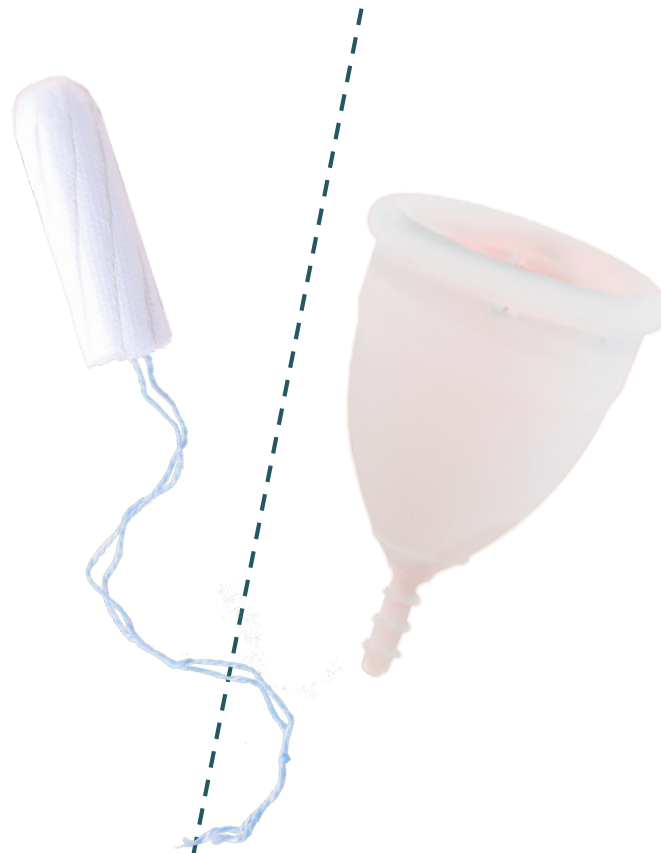
Plastique, cellulose, coton, rayonne, parfums de synthèse, chlore, additifs...

Coût d'un tampon :

Entre 0,05€ et 0,43€

Estimatif sur 5 ans :

- \simeq 216€ de budget
- \simeq 900 tampons jetées



RÉUTILISABLES

Composition :

Silicone médical hypoallergénique

Certification fiable : ISO 13485

Coût d'une coupe menstruelle :

Entre 15€ et 30€

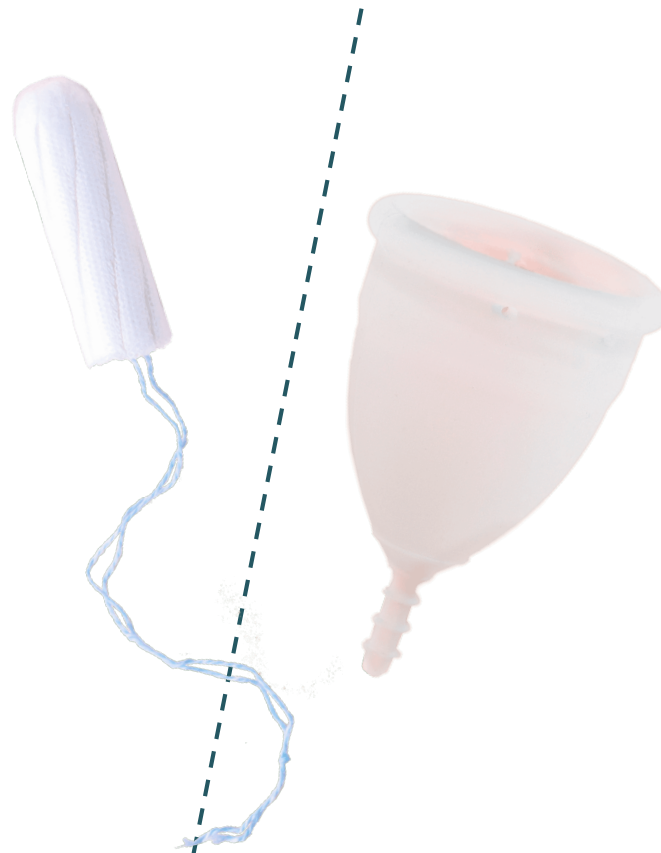
Estimatif sur 5 ans :

- \simeq 22€ en moyenne
- 1 coupe utilisée

LES TAMPONS JETABLES VS LA COUPE MENSTRUELLE

JETABLE

- Communication peu transparente
- Fabrication et utilisation à **fort impact environnemental**
- Composants nocifs selon une étude de l'ANSES

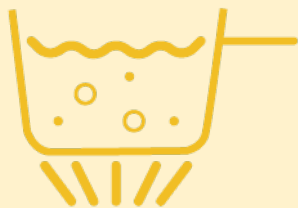


RÉUTILISABLES

- Invisible et respectueuse de la flore vaginale
- Compatible avec les sports d'eau
- Écologique et très économique

LA COUPE MENSTRUELLE

COMMENT BIEN ENTRETENIR SA COUPE ?

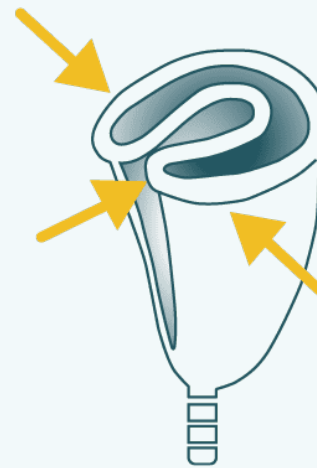


Stérilisation à
chaque début
de cycle



Rinçage à
chaque utilisation

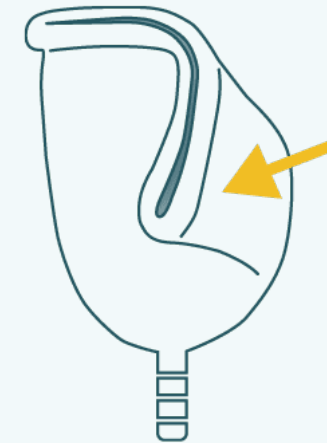
3 PLIAGES LES PLUS COURANTS



En C



En Tulipe



En 7

Attention au syndrome du choc toxique !

VOS QUESTIONS

Coupe menstruelle

LES LABELS ET CERTIFICATIONS FIABLES



**Toujours vérifier la composition de vos protections hygiéniques avant achat.
Ces logos peuvent vous aider.**

J'AGIS POUR RÉDUIRE SUBVENTIONNE VOS PROTECTIONS HYGIÉNIQUES RÉUTILISABLES

MODALITÉS DE LA SUBVENTION

- Habitants de la Charente
- Valable pour les serviettes réutilisables, culottes et coupe menstruelle
- Les protections hygiéniques doivent être réutilisables et réutilisables
- 50% du montant de la facture TTC, plafonné à 50€ dans la limite d'un achat par femme
- Choix du fournisseur libre
- Subvention versée qu'une seule et unique fois

PIÈCES À FOURNIR

- Facture d'achat nominative du bénéficiaire (avec le nom et l'adresse)
- RIB du bénéficiaire
- Justificatif de domicile





www.jagispourreduire.com