

The background features several green line-art illustrations of people in various poses: some standing, some sitting, some holding objects. There are also illustrations of menstrual products, including a tampon, a menstrual cup, and a pair of underwear. The central text is in large, bold, blue letters.

CHANGÉONS LES RÈGLES DES PROTECTIONS MENSTRUELLES

réutilisables pour toutes

A large blue circle containing a white arrow pointing downwards towards the text.

30€

de subvention

LES PROTECTIONS MENSTRUELLES LAVABLES

une alternative plus saine, écologique et économique

Réduire ses déchets et protéger l'environnement

Chaque femme aura jeté dans sa vie plus de **150 kg** de protections jetables. En France, cela représente environ **2 milliards de protections jetées** chaque année, dont une partie se retrouvera dans les stations d'épuration, ainsi que sur les plages et dans les océans.

Il est donc urgent de choisir des protections menstruelles lavables, réutilisables et recyclables en fin de vie pour réduire ensemble nos déchets.

30€

de subvention

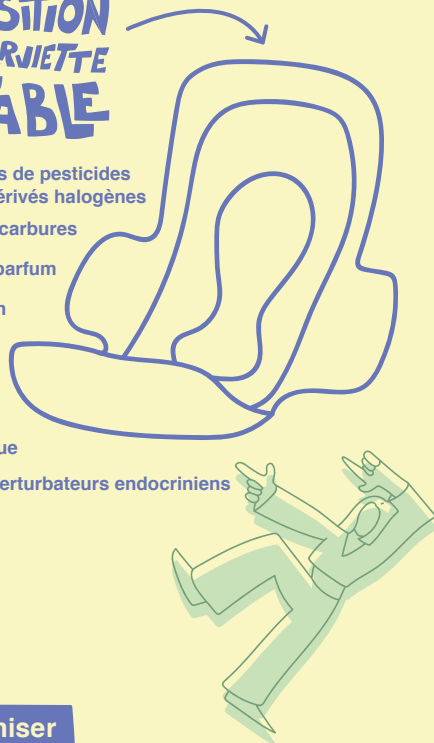


Respecter son corps et sa santé

Les protections lavables ne contiennent **ni perturbateurs endocriniens, ni autres substances toxiques**, elles sont donc meilleures pour votre santé !

COMPOSITION D'UNE SERVIETTE JETABLE

- ☹ Résidus de pesticides et de dérivés halogénés
- ☹ Hydrocarbures
- ☹ Additifs de parfum
- ☹ Aluminium
- ☹ Dioxines
- ☹ Alcools
- ☹ Plastique
- ☹ Perturbateurs endocriniens



Économiser

Une femme dépense en moyenne **3334 €** dans sa vie pour l'achat de protections jetables, soit environ **6,75 € par mois**. Avec une durée de vie de plusieurs années, les protections lavables sont beaucoup plus rentables et permettent de faire des économies.



CONTACT
revolutionmenstruelle@strasbourg.eu

QUE CHOISIR ?



Privilégiez les marques locales, en tissus bio, labellisées OEKO-Tex ou GOTS, et en silicone médical pour les coupes menstruelles

Rien à voir avec les protections menstruelles des années 50 !

Beaucoup plus faciles à utiliser et à laver, il vous suffira juste de rincer à l'eau froide les serviettes, culottes menstruelles et tampons lavables*, puis de les laver avec le reste de votre linge, en utilisant de préférence une lessive sans glycérine.

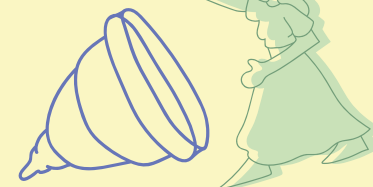
Pour la coupe menstruelle* : stérilisez à l'eau bouillante en début et fin de cycle. Videz-la puis rincez-la sous l'eau claire régulièrement.

* Il est important de suivre avec précaution les règles d'hygiène précisées lors de l'achat.

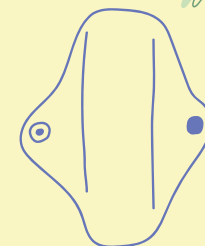
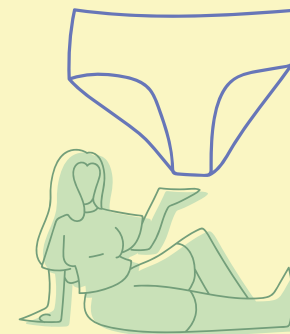
VOUS SOUHAITEZ EN SAVOIR PLUS ?

Rendez-vous sur :
objectifz.strasbourg.eu/fiche/revolutionmenstruelle

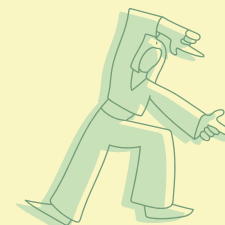
COUPE MENSTRUELLE



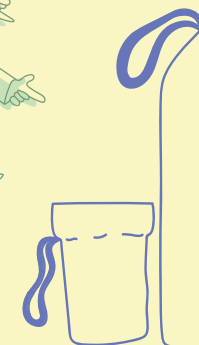
CULOTTE MENSTRUELLE / ABSORBANTE



SERVIETTE LAVABLE



TAMPON LAVABLE



COMMENT DEMANDER MA SUBVENTION?

L'Eurométropole de Strasbourg propose une aide allant jusqu'à 30 € pour tout achat de protections menstruelles lavables.

Pour obtenir votre subvention, rendez-vous avec facture, RIB et justificatif de domicile sur : demarches.strasbourg.eu/revolutionmenstruelle/ ou en scannant le QR code ci-dessous.

Cette subvention est renouvelable 3 fois par bénéficiaire, à raison d'une fois par an maximum.



OBJECTIF Z

L'Eurométropole de Strasbourg, accompagne tous les habitants pour réaliser l'**Objectif Zéro Déchet, Zéro Gaspillage** grâce à d'autres subventions :

- la subvention à l'achat ou location de couches lavables,
- la subvention à l'achat d'un composteur ou lombricomposteur individuel ou collectif...

Retrouvez toutes nos astuces et tutos zéro déchet zéro gaspillage sur : objectifz.strasbourg.eu