










PROTECTIONS HYGIÉNIQUES RÉUTILISABLES :

à chacune sa(ses) solution(s) !

Quels choix s'offrent à vous ?

	 Durée de vie	 Coût à l'achat	 Rentabilité	 Composition
 Serviettes lavables	~ 2 à 5 ans (avec l'entretien adapté)	~ 8 à 20 € / pièce	Généralement amorti en 4 à 8 mois*	Tissus absorbants (souvent coton bio ou bambou) et membrane imperméable respirante en polyuréthane laminé
 Culottes menstruelles	~ 2 à 4 ans	~ 20 à 40 € / culotte	Généralement amorti en 6 à 12 mois*	Coton ou microfibre pour le confort, couches absorbantes en coton ou bambou et membrane imperméable respirante en polyuréthane laminé
 Coupes menstruelles	~ 5 à 10 ans	~ 15 à 30 €	Généralement amorti en 3 à 6 mois*	Silicone médical hypoallergénique, latex naturel ou caoutchouc naturel selon les marques

*Estimations indicatives : varient selon la marque, le flux et l'usage des protections jetables.

IL N'EXISTE PAS DE SOLUTION UNIQUE
à chacune de trouver la protection la plus adaptée ou d'en combiner plusieurs.

Elles sont toutes :
+ SAINES pour la santé de par leur composition,
+ ÉCOLOGIQUES que les protections jetables, elles permettent de réduire les déchets liés aux menstruations,
+ ÉCONOMIQUES avec un investissement initial vite amorti.