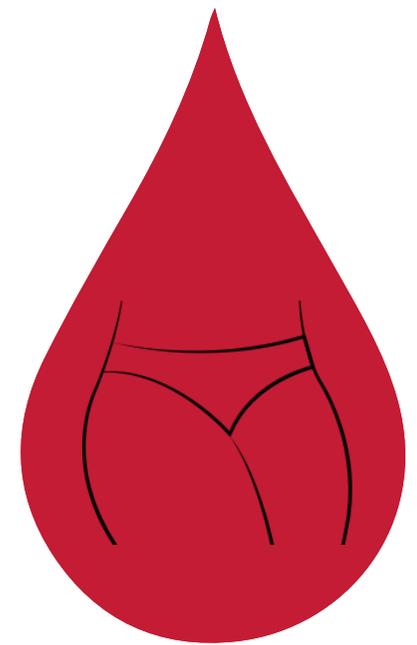


100 pour sang



Une initiative au coeur d'enjeux
économiques, sanitaires, environnementaux et éducatifs



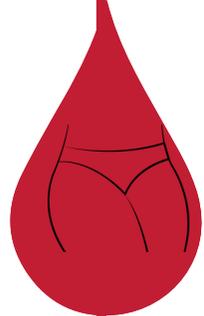
RÉJEANNE

100
pour sang

Une initiative implusée par la cellule verte de la paroisse Bx Marcel Callo

Laudato Si', l'encyclique du pape François sur la sauvegarde de la maison commune, a fortement contribué à aider à prendre conscience de l'ampleur des problèmes écologiques grâce à l'écologie intégrale.

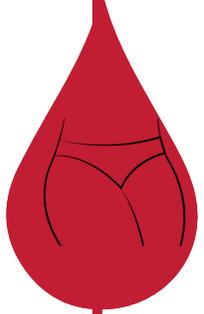
" 100 pour sang " s'inscrit dans les pas du pape François qui invite aujourd'hui les communautés catholiques à une conversion écologique, à s'engager et à accompagner des changements nécessaires de mentalités, de pratiques, de styles de vie, ...



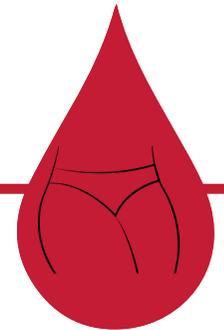
100
pour sang

4 objectifs majeurs

- Informer et accompagner les changements de mentalité et de pratique en matière de protections périodiques
 - Favoriser l'accès à la santé et à l'hygiène
- Diminuer le coût lié à l'achat de protections périodiques en soutenant financièrement l'achat de culottes menstruelles (ou pour fuites urinaires) ou de serviettes lavables
 - Réduire l'impact environnemental



100 pour sang



UN ENJEU ÉCONOMIQUE

Au cours de sa vie, une femme aura ses règles pendant environ 40 ans soit 480 cycles menstruels ce qui représente, en moyenne, un coût d'environ 5.700 €. *
1,5 à 2 millions de femmes n'auraient pas les moyens de se procurer régulièrement des protections hygiéniques. Beaucoup de femmes sont victimes de précarité menstruelle : en premier lieu les personnes sans domicile fixe, les étudiantes pauvres et les plus précaires (mères célibataires, migrantes, ...)

*enquête publiée par Le Monde le 2 juillet 2019

100

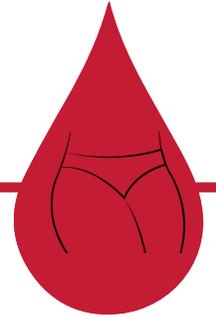


pour sang

Les protections périodiques sont des produits de première nécessité. Cependant, selon un sondage commandé par l'Ifop, 8% des femmes et filles interrogées déclarent renoncer à changer de protections périodiques autant qu'il le faudrait, faute de moyens. (15% des jeunes femmes de moins de 25 ans). Nombreuses sont celles qui ont recours à des protections de fortune.

C'est réellement **un enjeu de santé publique, de solidarité, d'égalité de traitement et d'éducation.**

*Baromètre "Hygiène et Précarité en France" publié le 16 mars 2021



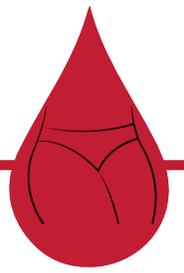
pour sang

Le tabou autour des règles tend à constituer un véritable enjeu de société et de santé publique. Les conséquences de la précarité menstruelle sont graves et portent atteinte tant à la santé physique (démangeaisons, infections, chocs toxiques) qu'à la santé mentale et sociale (sentiment fort de mal-être, de perte de confiance en soi, de dépossession d'une dignité fondamentale, de difficultés de socialisation, absences au travail ou en cours, etc).

La santé des personnes menstruées peut être mise en danger par le manque d'information et de moyens financiers.

Si la coupe menstruelle est une belle initiative pour réduire considérablement les déchets, toutes les femmes ne sont pas nécessairement à l'aise avec l'usage d'un dispositif intra-vaginal, sans compter que certains d'entre eux entraînent des infections gynécologiques (syndrome de choc toxique).

La culotte de règles ou menstruelle fait désormais partie des solutions pérennes et durables pour préserver la santé des jeunes filles et des femmes et l'environnement.



pour sang

Depuis le milieu du XXème siècle, de nombreux tampons et serviettes hygiéniques contiennent entre peu et beaucoup de plastique dans leur conception et des substances potentiellement nocives et polluantes une fois à l'état de déchet.

Les protections périodiques se présentent sous forme de produits jetables et portables avec un conditionnement de plus en plus recentré sur des emballages individuels.

Tous les ans en France, on jette près de 4,5 milliards de protections périodiques, ce qui équivaut en volume à plus d'un million de m de protections périodiques soit 10.700 semi-remorques soit 176 km de semi-remorques les uns à la suite des autres.

Une femme, au cours de sa vie, utilise en moyenne 10.000 protections hygiéniques. Chaque protection met 500 ans à se biodégrader et des composants contaminent les sols et l'eau pendant toutes ces années.

pour sang

Toutes ces données nous aident à prendre conscience des lourdes conséquences que peuvent avoir nos choix en matière de protections hygiéniques.

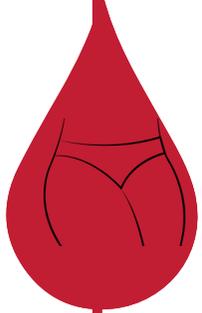
Comment limiter la pollution environnementale ?

par l'usage de produits alternatifs moins polluants tels que :

- les protections jetables bio
- les serviettes hygiéniques lavables
- les coupes menstruelles

par l'adoption d'une solution sans déchets :

- la culotte absorbante pour les règles et les fuites urinaires

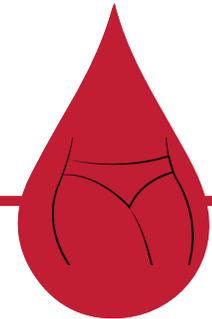


Pourquoi passer aux culottes absorbantes pour les règles et fuites urinaires ou aux serviettes hygiéniques lavables ?

- pour prendre soin de son corps
- pour prendre soin de l'environnement en réduisant les déchets périodiques
 - pour faire des économies

100

renseignements sur www.paroissemarcelcallo61.fr

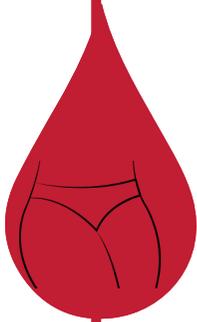


pour sang

L'adoption de culottes absorbantes pour les règles et les fuites urinaires et de serviettes lavables passe par un changement de mentalité pour un avenir social et environnemental plus sain. Ce changement de mentalité doit être accompagné.

La dimension éducative est primordiale pour :

- Informer
- Lever les tabous autour des règles
- Sensibiliser et renforcer l'accès à l'information
- Encourager et accompagner le changement de mentalité et de pratique



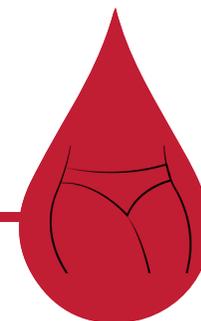
100

pour sang

LA CULOTTE MENSTRUELLE

100

Aspects pratiques et concrets



pour sang

Une alternative économique

Le budget moyen des protections hygiéniques (pour les règles) est d'environ 13€ par mois selon les personnes.

Une culotte menstruelle coûte **entre 20 et 50€**. Elle se lave et se réutilise.

Sa durée de vie moyenne varie selon les modèles et les marques. Pour les produits commercialisés par la Biocoop (marque Bertyne) et Rejeanne, elle est de plusieurs années à condition de bien respecter les consignes de lavage.

Il faut un minimum de **3 culottes, idéalement 5**.

Si d'autres protections, en complément, ne sont pas utilisées, cela représente **un investissement entre 60 et 250€, en fonction du nombre et du modèle acheté**.

Ce kit peut-être amorti dès la première année.



pour sang

Les critères de choix

L'absorption est le premier critère à respecter surtout si les règles sont abondantes.

Le niveau d'absorption est précisé dans la description du produit (jusqu'à 12 heures).

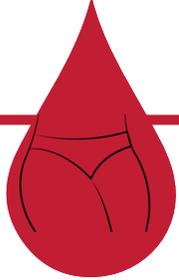
Les matières utilisées peuvent être 100% coton BIO certifié OEKO-TX. Ainsi les culottes en coton bio préservent le corps et l'environnement.

Le prix est lié à la manière dont le produit est fabriqué et sa provenance. La culotte menstruelle 100% française et écologique sera 2 à 3 fois plus chère mais les premiers retours ont tendance à montrer que le degré d'absorption et le confort sont plus élevés pour les culottes menstruelles éco-responsables testées.

Comment laver une culotte menstruelle ?

La culotte se rince à l'eau froide jusqu'à ce que l'eau soit claire. Elle est lavable en machine à 30°, si possible dans un sac de lavage. Elle est à sécher impérativement à l'air libre.

100
pour sang



LA CULOTTE MENSTRUELLE

AIDE FINANCIÈRE

MONTANT

Toute personne désireuse de changer de pratique en matière de protection périodique (pour les règles ou les fuites urinaires) peut bénéficier d'une aide jusqu'à hauteur de 40€. Nous proposons une aide de 20€ à l'achat de la première culotte menstruelle. Il est important d'essayer, d'une part pour découvrir ce nouveau mode de protection, d'autre part, pour s'assurer que le modèle convient à la morphologie et donne satisfaction. Il est possible de bénéficier d'une seconde aide de 20€ pour l'achat d'autres culottes (forfait).

L'aide n'est pas soumise à des critères d'attribution.

Seule la volonté de changer de pratique compte !

LA CULOTTE MENSTRUELLE

Le choix des fournisseurs et/ou des lieux de vente

Les personnes désireuses d'acheter une ou plusieurs culottes menstruelles, ont le choix de la marque et du lieu d'achat.

Dans le cadre de notre démarche éco-responsable, nous avons un partenariat localement avec la Biocoop de Flers et, sur un internet, avec Rejeanne.

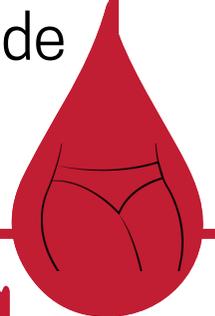
Pour bénéficier du soutien financier, il suffit de prendre contact au 06 16 16 75 71 ou par mail : v.saliou@laposte.net pour obtenir un code de réduction.

Si les achats ont lieu dans d'autres points de vente, il sera demandé un justificatif d'achat.

Dans tous les cas, il est nécessaire de nous contacter au préalable puisque les aides sont limitées au budget alloué par le Lions club de Flers qui s'élève à 2.000 €.

100

pour sang



PARTENAIRES DE 100 POUR SANG

Autour de la cellule verte de la paroisse Bx Marcel Callo, plusieurs partenaires se sont associés et mènent diverses actions :

- Collège, lycée et pôle d'enseignement supérieur de l'ensemble Saint Thomas d'Aquin de Flers
- Lions club de Flers
- Secours catholique, antenne de Flers
- Apel (Association des parents d'élèves du collège, du lycée et du pôle d'enseignement supérieur de l'ensemble Saint Thomas d'Aquin de Flers)
- Biocoop Flers
- Réjeanne : <https://www.rejeanne-underwear.com/>

100

pour sang

