

# BLOODY MANIFESTO

UN MANIFESTE POUR  
CHANGER LES RÈGLES



#EnvironmenstrualWeek Octobre 2021

# BLOODY MANIFESTO

Un processus naturel qui concerne la moitié de la population mondiale ne devrait en aucun cas être tabou. Au contraire, nous devrions même avoir honte de négliger cette réalité.

Ce manifeste vise à faire la lumière sur la réalité “sanglante” qui se cache derrière les protections menstruelles jetables conventionnelles. Il appelle la Commission européenne à agir en faveur de l’autonomisation de la moitié de la population en permettant aux personnes concernées de faire des choix éclairés et d’avoir accès à des protections menstruelles justes, écologiques et non toxiques.

## Quel est le problème ?

Chaque mois, (au moins) la moitié de la population mondiale vit un processus tout à fait naturel : les menstruations. Cependant, le problème est tout autre !

**La problématique se rapporte au tabou qui existe autour des menstruations** et qui mène à un manque d’informations et de sensibilisation. Il contribue au manque d’accessibilité à des protections saines (*non toxiques*), écologiques (*réutilisables*) et justes (*détaxées*).

Actuellement, la vaste majorité des protections menstruelles vendues sur le marché européen (et dans le monde entier) sont des produits à usage unique (serviettes, protège-slips et tampons jetables). Ces produits ont des impacts **environnementaux, économiques, sociaux** et des conséquences sur la **santé**, et ce depuis leur production jusqu’à leur élimination, voire après (1).

Si de meilleures alternatives aux protections menstruelles jetables existent depuis des décennies, comme les protections réutilisables (par exemple les culottes et les coupes menstruelles) ainsi que les produits non toxiques et sans plastique, les personnes qui ont connaissance de ces produits et qui les utilisent représentent encore une minorité.

1. Pour plus d’informations, veuillez consulter l’annexe de ce manifeste.



Cela peut s'expliquer par de multiples facteurs :

🔴 **Le tabou autour des règles** : il est impossible de nier que les structures et les systèmes sociétaux dans lesquels nous évoluons perpétuent un tabou autour des menstruations. Les règles sont totalement naturelles, ont un certain pouvoir et concernent uniquement la personne menstruée. Pourtant, la société a largement influencé notre regard sur les menstruations, et les personnes concernées sont en réalité privées de leur autonomie, découragées et mal informées.

🔴 **Le manque d'information et de sensibilisation** : ce facteur est lié de près au tabou autour des règles. Nous vivons dans une société dans laquelle parler des règles est considéré comme honteux et gênant. Il est donc logique que les personnes menstruées soient intimidées et peu confiantes. Par conséquent, la société n'encourage pas la sensibilisation ni le partage d'informations sur le sujet.

🔴 **Les intérêts des sociétés multinationales** : les entreprises qui vendent des protections menstruelles bon marché à usage unique, en plastique et remplies de produits toxiques dominent actuellement le marché de l'UE. Elles se focalisent sur les produits jetables et rentables, au détriment du respect de l'environnement et de la santé des personnes concernées.

🔴 **L'indisponibilité** : les protections non toxiques et réutilisables **ne sont pas accessibles** largement dans la plupart des pays de l'Europe, ce qui rejoint également le point précédent. En réalité, il semble que ce type de protections soit surtout disponible en ligne ou dans des boutiques spécialisées. Elles sont généralement difficiles à trouver dans la plupart des magasins classiques, comme les supermarchés ou les commerces de proximité.

🔴 **L'inaccessibilité** : Les protections menstruelles **ne sont pas non plus accessibles financièrement** à la majorité des personnes qui en ont besoin. Même si les protections menstruelles réutilisables peuvent permettre aux personnes menstruées de faire des économies importantes sur le long terme, l'investissement initial peut représenter une barrière pour certaines personnes, notamment pour celles en situation de précarité.



## Comment pouvons-nous changer cela ?

L'UE doit prendre l'initiative de soutenir les personnes menstruées et de leur permettre d'être autonomes pour qu'elles aient toutes les clés en main. Nous avons besoin qu'un cadre réglementaire permettant à ces personnes d'être sensibilisées soit mis en place, afin qu'elles soient confiantes et libres de faire leurs propres choix en ce qui concerne leur corps, leur pouvoir d'achat et leurs menstruations.

## Il est possible d'y arriver avec des politiques qui appuient cette démarche et garantissent :

un **objectif de réutilisation à échelle européenne** des protections menstruelles à hauteur de 30 % en 2030 devant être porté à 60 % en 2040, allié à un objectif de collecte séparée pour le recyclage des produits menstruels à usage unique restants de 40 % d'ici 2025, 70 % d'ici 2030 et 90 % d'ici 2040 ;

des **programmes de sensibilisation autour des menstruations** dans les écoles, afin que les personnes menstruées puissent faire des choix éclairés en ce qui concerne leurs menstruations et leur corps. Elles seraient ainsi davantage informées de l'existence des différents types de protections et de leurs impacts inhérents (par exemple, pour celles à usage unique), ainsi que de leurs bénéfices (par exemple, pour les réutilisables). Elles sauraient également comment les utiliser et les éliminer correctement ;

une **disponibilité généralisée des protections menstruelles réutilisables non toxiques**, en particulier dans les grandes surfaces et les pharmacies européennes (au moins dans les mêmes proportions que les protections à usage unique), ainsi que des campagnes de sensibilisation sur les avantages des protections réutilisables par rapport à celles à usage unique ;

des **mesures économiques incitatives en faveur des protections menstruelles réutilisables** afin de dépasser les obstacles à l'achat (en proposant, par exemple, des réductions pour les protections menstruelles réutilisables et/ou une taxation des produits à usage unique) ; ainsi que des mesures pour encourager les États membres à réduire ou éliminer toutes les taxes sur les protections menstruelles réutilisables ;

une **obligation légale pour les fabricants de protections menstruelles d'éliminer toute substance chimique dangereuse et d'arrêter complètement leur usage dans leurs produits**, ainsi que l'obligation de faire apparaître l'ensemble des composants et substances dans la composition de leurs produits ;

une **mise à disposition gratuite de protections** pour les personnes en situation de précarité menstruelle.



En prenant de telles mesures, l'UE peut contribuer à changer les modes de consommation actuels en se détournant du jetable et en luttant contre les répercussions économiques, environnementales et sanitaires des protections menstruelles à usage unique. L'Europe peut également aider à combattre la précarité menstruelle et les inégalités, tout en permettant à la moitié de la population d'être autonome, tout en se positionnant sur les problématiques des femmes cisgenres, personnes trans et non binaires.

### **Pourquoi est-ce que ce sujet devrait être une priorité de l'UE ?**

Selon les objectifs de l'Union européenne en matière d'économie circulaire, **d'ici 2030, l'ensemble des produits présents sur le marché européen devront être justes, écologiques et sains**. En effet, la Commission européenne, à travers sa communication sur le pacte vert pour l'Europe et le nouveau plan d'action pour l'économie circulaire, a confirmé son intention de se concentrer sur la prévention des déchets et la réutilisation, ainsi que sur les façons d'empêcher la commercialisation de produits dangereux pour l'environnement sur le marché de l'UE.

Par ailleurs, il ne s'agit pas seulement d'une problématique environnementale et économique, il s'agit avant tout d'un enjeu social. À cet égard, l'Europe s'est engagée à entamer une transition en matière d'action sociale avec comme objectif une économie durable qui inclut toutes les personnes et toutes les zones géographiques, et comme priorité un investissement social, notamment en matière d'éducation, de conditions de travail, de santé à court et long terme, d'inclusion sociale, des droits des minorités et d'égalité des genres.

Par ailleurs, lutter contre cette problématique peut permettre à l'UE d'atteindre les objectifs 4, 5, 6, 10 et 12 de développement durable des Nations Unies, en renforçant les systèmes d'éducation, en réduisant les inégalités, en assurant un accès équitable aux protections menstruelles essentielles, en permettant aux personnes concernées d'être autonomes, en luttant contre la pollution, en réduisant la production globale de déchets, en améliorant la gestion des déchets toxiques et chimiques, en assurant une consommation éclairée et responsable et en promouvant un développement durable.



Les organisations et associations soutenant ce manifeste : en date du 18 mai 2021



Le manifeste sera ouvert aux signatures des organisations et associations, des membres du Parlement et des particuliers jusqu'au 26 octobre 2021. Il sera ensuite mis à jour pour refléter les nouvelles signatures à date et envoyé à la Commission européenne.

Vous pouvez signer et soutenir ce manifeste à l'adresse suivante : <http://bit.ly/signmanifesto>



**Les membres du Parlement européen soutenant ce manifeste :** en date du 18 mai 2021

Margrete AUKEN, Groupe des Verts/Alliance libre européenne, Danemark

Manuel BOMPARD, Groupe de la gauche au Parlement européen, France

Ciarán Cuffe, Groupe des Verts/Alliance libre européenne, Irlande

Clare Daly, Groupe de la gauche au Parlement européen, Irlande

Eleonora Evi, Groupe des Verts/Alliance libre européenne, Italie

Evelyn Regner, S&D, Autriche

Grace O'Sullivan, Groupe des Verts/Alliance libre européenne, Irlande

Jytte Guteland, Groupe des Verts/Alliance libre européenne, Suède

Kim Van Sparrentak, Groupe des Verts/Alliance libre européenne, Pays-Bas

Maria Arena, Groupe des Verts/Alliance libre européenne, Belgique

Mick Wallace, Groupe de la gauche au Parlement Européen, Irlande

Monika Vana, Groupe des Verts/Alliance libre européenne, Autriche

Petra de Sutter, Vice-Première Ministre, Groupe des Verts/Alliance libre européenne, Belgique

Piernicola Pedicini, Groupe des Verts/Alliance libre européenne, Italie

Terry Reintke, Groupe des Verts/Alliance libre européenne, Allemagne

Tilly Metz, Groupe des Verts/Alliance libre européenne, Luxembourg

**Le manifeste sera ouvert aux signatures des organisations et associations, des membres du Parlement et des particuliers jusqu'au 26 octobre 2021. Il sera ensuite mis à jour pour refléter les nouvelles signatures à date et envoyé à la Commission européenne.**

**Vous pouvez signer et soutenir ce manifeste à l'adresse suivante : <http://bit.ly/signmanifesto>**



## Tout savoir sur les protections menstruelles à usage unique

### En quoi sont-elles fabriquées ?

- **Les serviettes menstruelles à usage unique** : les serviettes menstruelles à usage unique traditionnelles sont généralement composées à 90 % de plastique. Le polyéthylène est le plastique le plus utilisé. Il est souvent associé à d'autres matériaux répartis sur différentes couches, notamment de la pâte à papier blanchie et du polyacrylate de sodium, avec une couche interne en polypropylène, des colles et de multiples parfums.
- **Tampons** : les tampons à usage unique sont principalement composés de matériaux absorbants (plus de 90 % du tampon) et d'une fine couche de plastique dans la partie absorbante (qu'il s'agisse de rayonne ou de polyester), de coton, ou d'un mélange de ces fibres qui sont généralement blanchies. Les tampons sont également pourvus de ficelles en plastique fabriquées en polypropylène ou en fibres de polyéthylène.

En outre, chaque produit est emballé individuellement dans du plastique. Les tampons sont par ailleurs généralement présentés avec un applicateur en plastique.

## Quelles sont les répercussions associées aux protections menstruelles à usage unique ?

### Impacts

### environnementaux

:

• **La production** : sur l'ensemble du cycle de vie de ces protections, la phase de production de ces produits représente l'impact environnemental le plus conséquent. Les conséquences qui découlent du processus de fabrication proviennent principalement de l'utilisation de gros volumes de pâte à papier, de coton, de rayonne viscosée, de la production de polymère superabsorbant (PSA) et d'autres composants comme le polyester, le polyéthylène, le polypropylène, les colles et les colorants. La fabrication de pâte à papier peut contribuer à la déforestation, à l'appauvrissement des sols et peut mener à l'épuisement accéléré des ressources naturelles. De même, l'exploitation des forêts et l'utilisation de machines et engins dans ce cadre peuvent engendrer des émissions de CO<sub>2</sub> et d'autres gaz à effet de serre dues à l'utilisation d'appareils alimentés par essence.

À l'épuisement des ressources naturelles (bois, pétrole brut, etc.), s'ajoutent des volumes conséquents d'eau et d'énergie utilisés lors de la fabrication. Ces derniers sont d'autant plus importants que la production et l'utilisation de ces produits en Europe et dans le monde sont massives. Une analyse du cycle de vie des tampons menée par l'École royale polytechnique de Stockholm a souligné que l'impact le plus important sur le réchauffement climatique était causé par la transformation du PE-BD (polyéthylène basse densité). Utilisé pour fabriquer les applicateurs de tampons ainsi que dans l'emballage plastique du tampon, il nécessite d'importants volumes d'énergie produite à partir de combustibles fossiles.

**Une seule année de menstruations équivaut à 5,3 kg équivalent CO<sub>2</sub> pour une personne menstruée en moyenne. Ainsi, l'utilisation annuelle moyenne d'environ 46 milliards de protections menstruelles à usage unique dans l'UE des 28 représente 245 000 tonnes équivalent CO<sub>2</sub>.**

2. Toutes les données et les informations contenues dans cette annexe peuvent être retrouvées dans le rapport sur [Les coûts environnementaux et économiques des protections menstruelles, couches pour bébé et lingettes à usage unique.](#)

# ANNEXE

---

- **Les déchets et leur élimination** : dans l'UE des 28, le nombre de protections menstruelles à usage unique utilisées en 2017 est estimé à près de 50 milliards. Cela correspond à une production de quasiment 590 000 tonnes de déchets par an.

Le mélange de matériaux composant ces produits et la présence de matières organiques après utilisation rendent leur recyclage techniquement compliqué et coûteux. Par conséquent, en Europe, les déchets associés à ces produits finissent généralement enfouis ou incinérés (s'ils ne sont pas jetés dans la nature), gaspillant donc des ressources et engendrant des impacts environnementaux délétères.

Envoyer de si gros volumes de protections menstruelles à usage unique dans les décharges implique des coefficients d'occupation des sols élevés. Il est également crucial de garder à l'esprit que les composants en plastique peuvent mettre plus de 500 ans à se désagréger.

- **Les déchets marins** : les protections menstruelles à usage unique figurent parmi les 10 produits jetables en plastique retrouvés le plus souvent dans les milieux marins européens. La Commission européenne classe cette catégorie des « produits d'hygiène » en cinquième place des produits à usage unique en plastique les plus répandus en Europe. Ces 10 principaux produits représentent 86 % de l'ensemble des déchets à usage unique en plastique retrouvés sur les plages. Ils constituent actuellement plus de la moitié des déchets marins en plastique.

Ces produits sont généralement jetés dans les toilettes par les personnes qui les utilisent, par manque d'informations et de sensibilisation ou à cause d'un étiquetage non adapté. Ils sont ainsi introduits dans le milieu marin par les infrastructures d'évacuation des eaux usées. Les protections menstruelles à usage unique qui sont jetées dans les toilettes peuvent également s'accrocher à des coudes, jonctions ou obstacles dans le réseau d'égouts. Leur accumulation forme des amas compacts et solides très résistants qui engorgent les canalisations et enrayent les pompes. Ces protections relâchent également une quantité considérable de microplastiques (petits morceaux de déchets plastiques, inférieurs à 5 mm de diamètre) dans les eaux usées, qui peuvent se retrouver ensuite dans la nature ou les boues d'épuration.

Lors de fortes précipitations notamment, le débordement engendré par les forts niveaux d'eau et les eaux pluviales dans les réseaux unitaires d'assainissement (systèmes utilisés par la plupart des villes européennes, qui recueillent à la fois les eaux usées et les eaux pluviales) finit par se déverser dans les cours d'eau. Cette eau excédentaire est alors susceptible de polluer les eaux réceptrices, à cause des débris et contaminants. Les répercussions négatives des déchets marins en plastique comprennent à la fois les impacts générés par les composants chimiques et les dommages physiques et apparents.

Les dommages causés par ces produits dans les infrastructures d'assainissement collectif, combinés à leur gestion, traitement et nettoyage, engendrent des frais élevés pour les administrations publiques et les ménages, comme nous le préciserons par la suite.

# ANNEXE

---

## Impacts économiques :

- **Les coûts de la gestion des déchets** : comme nous l'avons indiqué précédemment, ces protections sont assimilées au flux de déchets résiduels municipaux pour leur collecte. **En Europe, les coûts de collecte inhérents à ce flux de déchets peuvent être considérables. Ils varient fortement, allant de 1 € par an et par habitant dans certaines régions de la Grèce et de l'Italie à presque 10 € en Irlande.**

Le traitement final de ce flux de déchets, qu'il s'agisse d'incinération, de mise en décharge ou de traitement biomécanique des déchets (TMB), entraîne également des coûts. La plupart des États membres disposent actuellement de taxes pour l'élimination des déchets municipaux non dangereux déversés dans des décharges légales. Le taux d'imposition est disparate selon les pays, puisque la taxe s'élève à 3 € par tonne en Lituanie (2017) contre 87 € par tonne en Autriche et 93 € par tonne au Royaume-Uni (2016). Le coût total classique de mise en décharge d'une tonne de déchets municipaux dans l'UE (taxe à laquelle s'ajoute le tarif moyen de prise en charge) est compris entre 17,50 € en Lituanie et 155,50 € en Suède.

En ce qui concerne les coûts de l'incinération, le taux d'imposition varie grandement en Europe, allant de 8 € par tonne en Autriche à 52 € par tonne au Danemark. Le coût total classique de l'incinération d'une tonne de déchets municipaux dans l'UE (taxe à laquelle s'ajoute le tarif moyen de prise en charge) se situe entre 46 € pour la République tchèque et 174 € pour l'Allemagne. L'argent des taxes ainsi collecté est affecté directement au budget général de l'État. Il n'est pas reversé aux municipalités qui obtiennent de bons résultats, ni rattaché aux mesures nationales en matière de réduction des déchets et de recyclage.

- **Les coûts des déchets marins** : les coûts financiers induits par les déchets marins peuvent être divisés en trois grands groupes :

- **les coûts financiers réels liés aux frais engagés** : nettoyage des plages, dépannage des machines obstruées, prises en charge hospitalières dues aux répercussions sur la santé humaine, etc. ;

- **les coûts financiers occasionnés par les pertes de production ou de revenus** : pertes de revenus dans le secteur de la pêche en raison d'une réduction de la population de poissons ou de sa propre pollution, perte de revenus dans le secteur du tourisme, etc.

- **les coûts financiers associés au bien-être** : répercussions sur la santé humaine, perte de valeurs esthétiques et culturelles, etc.

Les protections menstruelles et autres déchets à usage unique rejetés dans les eaux usées occasionnent des dommages substantiels aux réseaux d'égouts. Jeter de tels produits dans les toilettes n'est pas sans conséquences. Ils sont notamment susceptibles d'obstruer les canalisations causant des problèmes d'écoulement, d'engorger les dégrilleurs des stations de pompage, d'enrayer les pompes et d'entraver la détection par les capteurs électroniques (créant une réaction en chaîne dans les stations de pompage qui provoquent des déversements d'eaux usées).

# ANNEXE

---

**La maintenance et le dépannage des installations obstruées, ainsi que l'élimination des déchets récupérés dans les stations d'épuration des eaux usées ont un coût estimé entre 500 millions et 1 milliard d'euros par an pour l'Union européenne. Ces frais sont répartis sur l'ensemble des ménages et répercutés sur leur facture d'eau, qu'ils soient concernés ou non par ces produits.**

## **Impacts sur la santé :**

De nombreuses protections menstruelles à usage unique traditionnelles (serviettes et tampons), tout comme leurs emballages, contiennent du plastique et d'autres matériaux synthétiques tels que de la rayonne, des colles ou des parfums artificiels, et des produits chimiques toxiques tels que des phtalates, du bisphénol A et des additifs pétrochimiques. Ces produits et matériaux, connus pour polluer l'environnement, sont des perturbateurs endocriniens pouvant entraîner certaines maladies, notamment des maladies cardio-vasculaires, des problèmes de fertilité et des cancers.

Les parfums synthétiques ajoutés à ces protections sont parfois fabriqués à partir d'un mélange de plus de 3 900 produits chimiques (dont du styrène, du chlorométhane, du chloroéthane, du chloroforme ou de l'acétone). Parmi ces composés chimiques, certains sont identifiés comme cancérigènes, irritants, reprotoxiques et peuvent être des neurotoxines ou des perturbateurs endocriniens. Les produits chimiques utilisés dans ces produits peuvent également modifier l'équilibre du pH des individus. Des traces de dioxines, qui apparaissent lors du blanchiment du produit, peuvent même être retrouvées dans les protections menstruelles, aux côtés de pesticides et d'herbicides, notamment de glyphosate. La plupart du temps, les fabricants ne font cependant pas figurer ces produits chimiques dans la liste des composants.

Par ailleurs, lorsque des protections se retrouvent dans le milieu marin, ces toxines sont susceptibles d'être relâchées dans l'eau ou d'être directement ingérées par la faune, sous la forme de microplastiques, et ainsi introduites dans le cycle alimentaire marin. Ces déchets en plastique attirent et concentrent également d'autres substances polluantes, telles que les polychlorobiphényles (PCB), le dichlorodiphényldichloroéthylène (DDE) et les nonylphénols. Ces substances entrent dans la chaîne alimentaire lorsque les déchets sont ingérés. Les composants en plastique peuvent également favoriser le transport d'espèces envahissantes (également appelé « transport par corps flottants ») et la contamination microbienne.

En outre, la pollution de l'eau par les déchets marins est susceptible d'engendrer de sérieuses répercussions pour la santé humaine, notamment une augmentation des risques de contamination bactériologique (par exemple, E. coli) et virale des eaux côtières. Toute consommation d'eau polluée ou tout contact avec cette dernière peut augmenter les risques de contracter une hépatite, le choléra, le typhus, la shigellose ou de souffrir de diarrhée ou d'éruptions cutanées.

Enfin, lorsque ces protections sont incinérées, la combustion des matières plastiques et des autres composants présents dans ces déchets relâche des substances dangereuses dans l'air, telles que des métaux lourds, des polluants organiques persistants (POP) et d'autres toxines, et génère des cendres d'incinération. La santé publique et la production alimentaire se retrouvent grandement impactées.

# ANNEXE

---

## Impacts sociaux :

- **La précarité menstruelle** : près d'une personne menstruée sur cinq éprouve chaque mois des difficultés à acheter des protections menstruelles jetables basiques en Europe, dans les régions pour lesquelles des statistiques sont disponibles. Ne pas avoir les moyens d'acheter des protections menstruelles peut réduire de façon significative la qualité de vie d'une personne menstruée. Les personnes menstruées issues de familles à faible revenu en Europe ne sont pas forcément en mesure de se rendre au travail ou à l'école, ou même de sortir de chez elles pendant leurs menstruations (souvent 5 jours par mois). Cela a des répercussions sur leurs études, leur travail ou leurs opportunités à long terme.
- **La taxation des protections menstruelles** : les protections menstruelles sont actuellement classées comme des articles de luxe ou non essentiels par la Commission européenne, ce qui permet leur taxation dans certains pays. Près de la moitié des 28 États membres de l'UE appliquent aux protections menstruelles la même TVA que pour les bijoux, le vin, la bière et les cigarettes. Cette taxe dépasse 20 % dans 10 de ces pays (dont la Hongrie, la Croatie, la Suisse et le Danemark). D'autres pays, tels que l'Espagne et la France, appliquent un taux de TVA réduit aux protections menstruelles. L'Irlande est le seul pays à ne pas taxer ces articles. **La taxation des protections menstruelles intensifie encore davantage les conséquences de la précarité menstruelle.**
- **Les inégalités de genre** : les économies rattachées aux protections menstruelles ont un enjeu crucial. En effet, le coût des protections menstruelles est souvent étroitement lié à la politique en matière d'égalité des genres ; affectant de façon disproportionnée les personnes menstruées : femmes cisgenres, les personnes trans et non binaires, qui disposent généralement de moins de revenus. En réalité, l'écart moyen de rémunération entre les genres en Europe atteint jusqu'à 16 %.

Ces protections menstruelles jetables dominent le marché intérieur de l'Union européenne, malgré les nombreuses répercussions néfastes de ces produits préjudiciables et l'existence d'alternatives réutilisables et non toxiques.

### Quels sont les avantages des protections menstruelles réutilisables ?

Parmi les **avantages environnementaux** des produits réutilisables, comparés à ceux à usage unique, figure leur potentiel de prévention des déchets. Ainsi, l'utilisation de protections menstruelles réutilisables (notamment de coupes et culottes menstruelles) entraîne une **réduction des déchets résiduels d'environ 5 kg par personne menstruée par an (soit une réduction de 99 % des déchets qui seraient générés par l'utilisation de produits à usage unique)**. En réalité, si seulement 20 % des personnes menstruées optaient pour la coupe menstruelle au lieu des protections à usage unique, la quantité de déchets pourrait être réduite de presque 100 000 tonnes par an.

## ANNEXE

---

Les protections réutilisables ont également des **avantages sociaux et économiques pour les personnes menstruées**. Ainsi, l'utilisation d'une protection menstruelle réutilisable au lieu de tampons ou de serviettes jetables entraîne des **économies annuelles situées entre 18 € et 119 € par personne. Calculées sur une durée de vie, elles peuvent dépasser 4 400 €**. Par conséquent, compte tenu des économies potentielles qu'elles peuvent engendrer, rendre les protections menstruelles réutilisables disponibles et accessibles dans toute l'UE permettrait de réduire la précarité menstruelle.

De même, cette potentielle réduction des déchets peut se traduire par des **économies substantielles pour les municipalités**, dues à une gestion et un traitement des déchets moindres ainsi qu'à une réduction des coûts issus des collectes de déchets sur les plages et dans la mer, puisque moins de déchets seraient rejetés dans la nature et dans les eaux usées.

Pour finir, les **bénéfices pour la santé** induits par l'utilisation de protections réutilisables doivent être soulignés. La plupart des tampons et serviettes jetables sont fabriqués à partir de matériaux imprégnés de produits chimiques qui perturbent le système endocrinien, notamment des phtalates, du glyphosate, du BPS, du BPA et d'autres substances non mentionnées dans les ingrédients. Ces produits sont en contact direct avec notre corps (et en particulier nos muqueuses) et sont ainsi susceptibles de se retrouver dans notre sang. Par conséquent, opter pour des protections menstruelles réutilisables, non toxiques et ne contenant pas de plastique peut contribuer à réduire l'exposition des personnes menstruées aux substances délétères.

# BLOODY MANIFESTO



## UN MANIFESTE POUR CHANGER LES RÈGLES

Ce manifeste a été rédigé dans le cadre des campagnes [Environmenstrual Week 2020/2021](#) & [PeriodPovertyWeek 2021](#), qui sont des semaines de sensibilisation en faveur de protections menstruelles justes, saines et respectueuses de l'environnement. Il s'inscrit également dans le cadre d'un groupe de travail européen regroupant le mouvement européen #breakfreefromplastic et les réseaux de Zero Waste Europe.

Autrice : Larissa Copello

Éditrice et designeuse : Eilidh Robb

Date de première publication : 26 octobre 2020

Traductrices : Marie-Laure Faurite et Séverine George (Écotraduire)

Vous pouvez signer et soutenir ce manifeste à l'adresse suivante : <http://bit.ly/signmanifesto>



**#break  
free  
from  
plastic**