

# Dossier : comment concilier règles, protection de la santé et de l'environnement.

*On estime aujourd'hui qu'une femme utilise et jette dans sa vie entre 100 et 150 kilos de serviettes, tampons, et applicateurs ! (Source : livre « [Flow, the cultural story of menstruation](#) »). Face aux enjeux actuels de protection de l'environnement, de plus en plus de personnes se mobilisent pour faire baisser le volume de ces déchets, que ce soit en tant qu'utilisatrices, ou en tant qu'entrepreneur.e.s et fabricant.e.s de serviettes réutilisables, coupes menstruelles, culottes menstruelles ou éponges. La préservation de la santé est également devenue une problématique importante : nombreuses sont celles qui veulent aujourd'hui savoir quels sont les composants de produits utilisés au quotidien. Ce double mouvement semble expliquer le recours de plus en plus nombreux aux protections alternatives.*

Au sommaire du dossier :

- [Retour historique](#)
- [Des produits jetables à la composition pas toujours claire...](#)
- [Quelles alternatives zéro déchet?](#)
- Zoom sur des acteurs bretons : [La Minette](#), [Doujañ](#), [Biolunes](#)
- [Témoignages d'utilisatrices bretonnes](#)