



PRODUITS D'HYGIÈNE PERSONNELLE DURABLES

Des économies monétaires substantielles pour les citoyens !

Saviez-vous que plusieurs avantages financiers découlent de l'utilisation de produits d'hygiène personnelle réutilisables? Ayant pour la plupart une durée de vie utile de quelques années, ces derniers permettent de réduire de façon considérable la fréquence d'achat et, par le fait même, les dépenses des foyers.

L'impact économique des produits d'hygiène personnelle durables

Afin d'illustrer les économies générées par l'achat de produits hygiéniques réutilisables, voici quelques faits intéressants relatifs aux items admissibles au [programme d'aide financière](#) offert par la Ville. Rappelons que celui-ci couvre l'achat des :

- Couches lavables pour bébés ;
- Culottes d'entraînement à la propreté ;
- Compresse d'allaitement lavables ;
- Coupes et culottes menstruelles ;
- Éponges de mer menstruelles ;
- Serviettes hygiéniques et protège-dessous lavables ;
- Culottes d'incontinence urinaire.

Couches lavables pour bébés et culottes d'entraînements à la propreté

Un enfant utilisera environ 6 000 **couches jetables** avant d'atteindre le stade de la propreté. Cela représente une dépense variant en moyenne entre 1 400 \$ et 2 000 \$. En contrepartie, on estime que seulement 20 à 25 **couches réutilisables** seront nécessaires pour le rendre propre. Considérant que le coût d'achat d'un ensemble de départ de 20 couches lavables se situe habituellement entre 500 \$ et 750 \$, cela représente des économies environnant le millier de dollars par l'achat de ce type de couches à long terme.

De plus, les couches lavables sont ajustables et peuvent être utilisées comme culottes d'entraînement à la propreté lorsque le bambin est un peu plus vieux. L'utilisation polyvalente de ces dessous permet de faire encore plus d'économies par rapport aux options jetables, qui nécessitent d'acheter des couches pour bébés ainsi que des culottes d'apprentissage.

Produits d'hygiène féminine

Une femme aura ses règles pendant environ 39 ans au cours de sa vie, soit l'équivalent de près de 3 500 jours. Le coût annuel moyen pour l'achat de **produits menstruels jetables** (tampons et serviettes hygiéniques) étant évalué à plus de 70 \$, c'est donc environ 3 000 \$ qu'une femme déboursera pour ces protections féminines, de ses premières règles jusqu'à sa ménopause.

La dépense initiale en **produits d'hygiène réutilisables** (protège-dessous lavables, culottes menstruelles, coupes et éponges menstruelles) est quant à elle estimée à moins de 50 \$. Les citoyens préférant les options durables à leurs équivalents jetables économisent donc dès la première année.

Les protections menstruelles durables en quelques chiffres !

La **coupe menstruelle** se détaille environ à 35 \$. Bien que certains suggèrent de la remplacer tous les ans, la durée de vie de cette alternative écoresponsable peut aller jusqu'à 10 ans, dépendamment de la marque et de l'entretien effectué. Le coût d'une **culotte menstruelle** varie quant à lui entre 30 \$ et 50 \$. Sa durée de vie moyenne étant évaluée à 300 lavages, il faudra penser à la remplacer tous les 5 à 7 ans.

De son côté, l'**éponge menstruelle**, dont le coût se situe autour de 5 \$, peut être utilisée pendant de 6 à 10 mois. Enfin, l'achat d'un **protège-dessous lavable** nécessite un budget entre 10 \$ et 25 \$. Réutilisable pendant une période de 5 à 10 ans, cette protection féminine remplace 120 serviettes hygiéniques jetables.

Quand on sait qu'une boîte de produits menstruels à usage unique comprenant entre 15 et 20 unités coûte de 5 \$ à 10 \$ et doit être renouvelée chaque mois, il est difficile d'ignorer les avantages économiques considérables des alternatives « zéro déchet ».

Compressees d'allaitement lavables

Les compressees d'allaitement sont très appréciées par les femmes qui nourrissent leur bébé au lait maternel. Leurs versions jetables sont disponibles au coût approximatif de 10 \$ pour une boîte de 60 unités. Chacune d'entre elles doit être changée après la tétée. Sachant qu'une maman allaitera souvent son poupon jusqu'à l'âge de 12 à 24 mois, il est inutile de compter pour comprendre que l'utilisation de ces compressees entraîne des dépenses importantes à court ou moyen terme.

En plus d'être écologiques, les compressees mammaires lavables se veulent une alternative économique aux compressees jetables. Bien que ces dernières requièrent un investissement initial plus élevé que celui des options jetables (environ 2 \$ l'unité), elles pourront être réutilisées pendant la période complète de l'allaitement et servir pour un second enfant.

Culottes d'incontinence urinaire

Les culottes d'incontinence urinaire sont conçues pour les enfants, les adolescents et les adultes de tous âges et conditions. Le coût unitaire pour un modèle jetable est d'environ 1 \$. Étant donné que les culottes à usage unique sont à changer toutes les trois ou quatre heures, on peut imaginer que des dépenses onéreuses en découleront.

Pour leur part, les culottes anti-fuite lavables coûtent approximativement 40 \$ et ont une durée de vie se situant entre 5 et 10 ans. Qu'importe les besoins et habitudes de vie des individus portant une culotte d'incontinence urinaire, on se rend bien compte que les solutions réutilisables sont plus bénéfiques pour le portefeuille.

Pour tous les détails

Cette capsule d'information vous a plu et vous souhaitez faire le saut vers les produits d'hygiène personnelle durables ? Consultez le villesblg.ca/subvention pour connaître les modalités du programme d'aide financière offert par la Ville.