



## Informations sur les produits d'hygiène féminine lavables

### Informations générales - bien les choisir

Voir l'article de Canal Vie qui décortique les différentes options de produits d'hygiène féminine lavables : [Protection féminines réutilisables : avantages et inconvénients! \(canalvie.com\)](https://www.canalvie.com/actualites/protections-feminines-reutilisables-avantages-et-inconvenients/)

Autre article de la Presse qui recueille des témoignages de femmes qui en utilisent : [Révolution dans les menstruations | La Presse](#)

Baucoup d'informations pertinentes sur le site du Réseau Québécois d'Action pour la Santé des Femmes (RQASF) qui a mis sur pieds la Campagne Rouge pour la sensibilisation aux enjeux reliés aux menstruations : [Campagne Rouge #LaVieEnRouge - Une campagne de sensibilisation du RQASF](#)

### Incitatif financier municipal

Pour bénéficier du programme, contactez votre municipalité de résidence :

Maria : [Municipalité de Maria un milieu attachant Chaleurs Gaspésie Québec Canada \(mariaquebec.com\)](https://www.mariaquebec.com/) ou 418 759-3883

Carleton : [Ville de Carleton-sur-Mer – Communauté authentique et active, vivante à l'année où il fait bon vivre une diversité d'expériences entre mer et montagne.](#) Ou 418 364-7073

Nouvelle : [Accueil - Municipalité de Nouvelle \(nouvellegaspesie.com\)](https://www.nouvellegaspesie.com/) ou 418 794-2253

Escuminac : [Accueil - Escuminac](#) ou 418 788-5644

Pointe-à-la-Croix : [Municipalité de Pointe-à-la-Croix](#) ou 418 788-2011

Ristigouche-sud-Est : [Ristigouche Sud-Est](#) ou 418 788-5769

Matapédia et Les Plateaux : [Matapédia - Territoire Matapédia et les Plateaux \(matapedialesplateaux.com\)](http://matapedialesplateaux.com)

Ou Matapédia : 418 865-2917

St-André-de-Restigouche : 418 865-2234

St-Alexis-de-Matapédia : 418 299-2030

St-François d'Assise : 418 299-2066

L'Ascension-de-Patapédia : 418 299-2024

### Quelques sites web pour passer des commandes de produits d'hygiène féminine lavables :

La Girafe Bleue (à Bonaventure!) : [Les Bobettes de Menstrues - La Girafe Bleue](#)

Madame L'Ovary : [Boutique - Mme L'Ovary](#)

Öko Créations : [Öko-Pads \(okocreations.ca\)](http://okocreations.ca)

Diva Cup : [Accueil - Divacup FR](#)

Nixit (alternative Diva Cup) : [nixit menstrual cup : made in Canada – nixit canada \(letsnixit.ca\)](http://nixitmenstrualcup.com)

Culotte menstruelle de la gamme Leakproof de [Knix fait à Toronto](#)

Et d'autres choix de produits faits au Québec ou au Canada sur Etsy : [Serviettes hygiéniques lavables | Etsy CA](#) ou [Culotte menstruelle | Etsy CA](#)

## Informations sur les couches lavables

### Informations générales - bien les choisir

Voir l'article de Protégez-vous qui décortique les différentes caractéristiques des couches lavables : [Comment choisir des couches lavables | Protégez-Vous.ca \(protegez-vous.ca\)](http://protegez-vous.ca)

Autre article intéressant : [Couches lavables: TOUT ce que vous devez savoir | Maman Favoris](#)

### Informations sur les couches mises à disposition dans les organismes du territoire

Compagnie La Petite Ourse : [Couches lavables exclusives pour nouveau-nés et bébés | La Petite Ourse – La Petite Ourse](#)

## Incitatif financier municipal

Pour bénéficier du programme, contactez votre municipalité de résidence :

Maria : [Municipalité de Maria un milieu attachant Chaleurs Gaspésie Québec Canada \(mariaquebec.com\)](https://mariaquebec.com) ou 418 759-3883

Carleton : [Ville de Carleton-sur-Mer – Communauté authentique et active, vivante à l'année où il fait bon vivre une diversité d'expériences entre mer et montagne.](#) Ou 418 364-7073

Nouvelle : [Accueil - Municipalité de Nouvelle \(nouvellegaspesie.com\)](https://nouvellegaspesie.com) ou 418 794-2253

Escuminac : [Accueil - Escuminac](#) ou 418 788-5644

Pointe-à-la-Croix : [Municipalité de Pointe-à-la-Croix](#) ou 418 788-2011

Restigouche-sud-Est : [Restigouche Sud-Est](#) ou 418 788-5769

Matapédia et Les Plateaux : [Matapédia - Territoire Matapédia et les Plateaux \(matapedialesplateaux.com\)](https://matapedialesplateaux.com)

Ou Matapédia : 418 865-2917

St-André-de-Restigouche : 418 865-2234

St-Alexis-de-Matapédia : 418 299-2030

St-François d'Assise : 418 299-2066

L'Ascension-de-Patapédia : 418 299-2024

## Autres sites web pour passer des commandes de couches :

Plusieurs boutiques ici : [Les meilleures couches lavables québécoises \(lesmeilleursauquebec.ca\)](https://lesmeilleursauquebec.ca)

Boutique Mère Hélène : [Couches lavables | La Mère Hélène \(merehelene.com\)](https://merehelene.com)

Et d'autres choix de produits faits au Québec ou au Canada sur Etsy : [Couche lavable | Etsy](#)