Menstruatiecup

Bij afval denken we vaak aan verpakkingen, plastic en etensresten. Maar ook veel producten die we dagelijks gebruiken, belanden na één keer gebruiken in de afvalbak. Door vaker te kiezen voor herbruikbare alternatieven kun je afval voorkomen. Zo kiezen steeds meer vrouwen voor een menstruatiecup als alternatief voor tampons en maandverband. Een menstruatiecup is een herbruikbaar opvangbakje van zacht medisch siliconen dat tijdens de menstruatie wordt gedragen.

Een menstruatiecup heeft verschillende voordelen:

- **Duurzaam:** één cup gaat gemiddeld 5 tot 10 jaar mee. Hierdoor ontstaat veel minder afval dan bij wegwerpproducten.
- **Voordelig:** hoewel de aanschafprijs hoger is, bespaar je op de lange termijn aanzienlijk op de kosten van menstruatieproducten.
- **Comfortabel:** veel gebruikers ervaren meer bewegingsvrijheid tijdens sporten, zwemmen en dagelijkse activiteiten.
- **Betrouwbaar:** een menstruatiecup kan, afhankelijk van de menstruatie, tot 8 tot 12 uur gedragen worden voordat deze geleegd hoeft te worden.
- **Milieuvriendelijk:** door minder afval en minder grondstoffengebruik draagt een menstruatiecup bij aan een duurzamere leefomgeving.

Door te kiezen voor een menstruatiecup maak je een bewuste keuze voor jezelf én voor het milieu.