

Fridas, la lingerie menstruelle qui change votre perception des menstruations

Libérons la parole autour des menstruations !

Le tabou des menstruations engendre un manque de visibilité sur les alternatives aux protections hygiéniques existantes.

Pourtant, alors que les protections jetables de grandes surfaces polluent et que leurs compositions sont régulièrement dénoncées par les associations de consommateurs, la lingerie menstruelle s'impose comme une solution plus écologique et plus saine pour les femmes.

Elle est par ailleurs plus économique, puisqu'une culotte menstruelle dispose d'une durée de vie de 3 ans minimum avec une absorption optimale.

C'est donc pour simplifier la vie des personnes menstruées, les aider à se réapproprier leurs corps, leur anatomie, que Cynthia a créé [Fridas](#) : de la lingerie menstruelle pour associer écologie et esthétisme.

La marque a d'ailleurs lancé son nouveau modèle : Gwendolyne. Celui-ci affirme ses valeurs avec l'inspiration "tout ce qui se cachait avant, se montre aujourd'hui". Un modèle en tulle recyclé transparent avec la partie absorbante mise en avant.

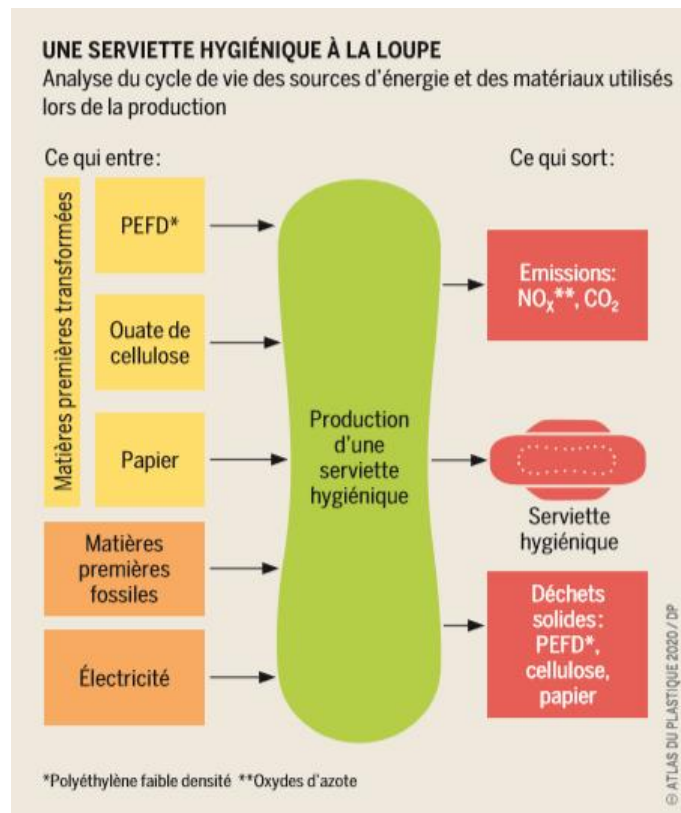
fridas

LINGERIE MENSTRUELLE

Des règles plus saines et moins polluantes, c'est possible !

« Les femmes sont plus affectées par les plastiques que les hommes, pour des raisons biologiques notamment : leur corps réagit différemment aux toxines. En outre, les produits d'hygiène qu'elles utilisent sont souvent contaminés... mais des solutions alternatives existent. » annonçait le manuel ["Atlas du plastique"](#).

La fabrique écologique publiait en mars dernier un ouvrage pédagogique sur le plastique dans la vie des Français, avec un focus sur les serviettes hygiéniques.



Les culottes Fridas sont **absorbantes, lavables et réutilisables**. Une alternative plus saine pour la peau, en contact avec du coton, et plus écologique, en réduisant les déchets liés aux protections périodiques.



Saine

Composée de tissus certifiés OEKO-TEX 100 et sans produit chimique



Écologique

Lavable et réutilisable



Responsable

Tissus et confection made in Europe

Des culottes révolutionnaires : un changement de perception

Cynthia Afonso, fondatrice de Fridas, raconte :

« Je cherchais une solution puis j'ai vu les serviettes jetables mais j'ai réalisé que ça ne changeait pas la perception négative que nous avons des menstruations. Je me suis donc tournée vers la lingerie menstruelle qui pour moi, apporte une autre perception sur les protections et le rapport aux règles. »

Depuis 2019, Fridas propose des culottes qu'elle appelle « révolutionnaires ». Pourquoi ? Parce qu'elles font évoluer le quotidien des personnes menstruées, elles changent leur perception des menstruations et de leur corps et elles libèrent la parole sur de nombreux sujets encore tabous aujourd'hui, tout en préservant la planète de tonnes de déchets.

« Les serviettes lavables sont une bonne alternative, mais il y a toujours cet aspect de rappel d'une souffrance : inconsciemment la serviette devient le « pansement » pour les menstruations. Avec la lingerie menstruelle, c'est différent, c'est une culotte qui peut même être jolie, on est content de l'enfiler. C'est plus une "tenue de guerrière" pour les règles. »



Un concept qui souhaite inclure toutes les morphologies en proposant de précommander les tailles ne figurant pas entre le 34 et 48. Mais également inclure toutes personnes menstruées en abordant des sujets tels que la transidentité. Avec comme projet de créer un modèle unisexe pour la rentrée pour mettre en avant les hommes transgenre menstrués.

« Nous souhaitons changer la perception des menstruations et inclure toutes les morphologies, mais aussi la transidentité. »

Déjà fière du succès de sa première culotte menstruelle « Anna », et dans un souci d'aller toujours plus loin dans l'utilisation des matières recyclées innovantes, la marque Fridas annonce le lancement de son second modèle : « Gwendolyne » sur Ulule.



Gwendolyne à la pointe de l'écologie et au service du confort



Les matières utilisées pour la confection des culottes Fridas sont choisies consciencieusement et avec soin pour la santé des consommateurs et celui de l'environnement. Elles sont fabriquées dans des ateliers situés au Portugal, à partir de tissus sélectionnés uniquement en Europe (France, Espagne, Pays-bas).

Noire intemporelle et en matières recyclées, Gwendolynne offre une **protection de 4h minimum, pouvant aller jusqu'à 12h en fonction des flux**. Elle est lavable en machine et s'adapte aux activités mouvementées du quotidien.



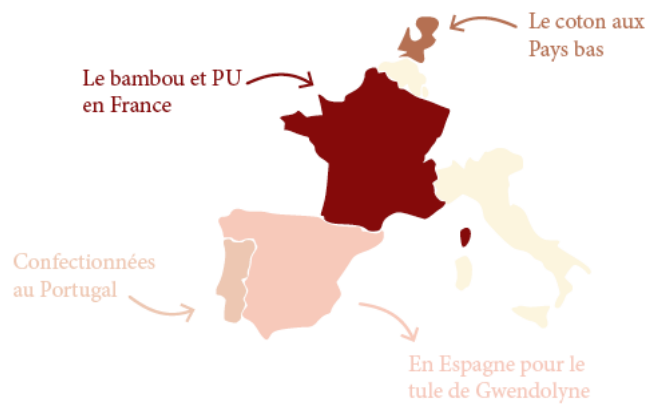
La peau est en contact avec du **coton organique** qui draine le sang vers le second tissu, le **bambou**, qui permet l'absorption. Le troisième tissu en plastique, encore une fois **recyclé**, assure l'imperméabilité.

La lingerie Fridas innove dans les textiles et propose des culottes en tissus recyclés.

Pour sa cadette, Anna, la marque a utilisé du Crabyon. Tissu à base de carapaces de crustacées, déchets de l'industrie alimentaire. Pour une culotte 100 % zéro déchet. Le tissu est biodégradable et utilisé en milieu médical pour ses propriétés anti-bactérienne, anti-humidité et cicatrisante.

Pour son second modèle, elle utilise du tulle recyclé en polyamide, pour une culotte en matière recyclée et recyclable cette fois-ci vegan.

Conception Européenne
Tissus OEKO-TEX standard 100 + GOTS



A propos de Cynthia, fondatrice de Fridas



Espagnole, Cynthia vit jusqu'à l'âge de 15 ans en France, puis part pour l'Espagne quelques années, pour revenir dans l'Hexagone où elle poursuit ses études et finit par créer Fridas à la sortie de son Master. Curieuse, elle aime apprendre d'autres cultures et savoir-faire et réalise de nombreux voyages et échanges internationaux pendant ses études notamment au Mexique, où elle se sensibilise aux thématiques écologiques et se découvre un esprit entrepreneur et engagé.

Souffrant d'endométriose, elle se renseigne sur les remèdes aux douleurs des cycles menstruels et se penche sur des alternatives de protections hygiéniques plus saines. Elle crée Fridas aux côtés de sa meilleure amie Amandine, qui est encore présente en tant que conseillère et confidente Fridas. Aujourd'hui elle voudrait faire de Fridas, l'entreprise pour laquelle elle aurait rêvé travailler. Transparente, humaine et partager ses valeurs à travers elle.

Fridas ambitionne de développer de nouveaux coloris et modèles de culottes menstruelles, et d'agrandir sa gamme de produits pour répondre à d'autres problématiques liées à l'hygiène intime tel que les fuites urinaires, les lochies post partum ou les pertes de lait. En innovant toujours dans les matières pour surprendre avec des tissus recyclés. Pour de la lingerie vraiment écologique.

Pour en savoir plus

Site internet : <https://befridas.com>

Facebook : <https://www.facebook.com/fridas.solution>

Instagram : <https://www.instagram.com>

Linkedin : <https://www.linkedin.com/company/fridas-underwear>

Contact Presse

Cynthia Afonso

Email : fridascontact@gmail.com

Téléphone : 06 58 44 29 74