

# DES FLEURS DANS MA CULOTTE



LARIVIÈRE Sophie, MASSE Lisa

« Des fleurs dans ma culotte

– Le petit guide des  
protections périodiques  
écolos »

Éditions Kiwi

Paru en 2021

Tarif : 18 €

## Résumé :

Un guide pratique coloré et engagé pour des règles plus vertes !

Parce qu'elles durent plusieurs jours, tous les mois, pendant plus d'une trentaine d'années, les menstruations ont un impact colossal, à la fois sur la vie des personnes concernées et sur la planète. Pourtant, le tabou qui les entoure persiste.

Ce guide pratique et engagé vous aidera à choisir la ou les protections menstruelles idéales, qui respecteront à la fois votre corps et l'environnement. Cup, culotte, serviette lavable, flux instinctif libre, éponge...

## Mon avis :

« Des fleurs dans ma culotte » c'est LE livre qui met de la poésie dans les règles. Le titre m'a tout de suite beaucoup plu, il m'a arraché un sourire, mais surtout, il met de la beauté là où on ne s'y attend pas. Le but des autrices était de créer un outil pédagogique et il est pleinement atteint. Beaucoup de pages mériteraient d'être agrandies et affichées dans les écoles (et dans mon salon). Le cœur du livre est un guide complet sur les protections périodiques éco-responsables : lesquelles choisir en fonction de ses besoins, quelles marques sont disponibles sur le marché, comment les utiliser et les laver... Mais le livre aborde aussi d'autres sujets autour des menstruations tels que le SPM ou le syndrome du choc toxique. Mention spéciale pour l'explication en image la plus claire que j'ai jamais vue de ce qu'est l'endométriose, ainsi que pour avoir ouvert la parole sur les menstrues en voyage. Un régal pour les yeux qui brise les tabous.

### **Les points forts du livre :**

- Esthétique et poétique
- Pédagogique
- Positionnement écologique

### **À propos des autrices :**

Sophie Larivière, originaire de Saint-Hilaire-le-Château, se partage entre la Creuse et Paris où elle est directrice artistique free lance. Lisa Masse est illustratrice, elle travaille à Poitiers. Les deux jeunes femmes sont amies depuis 8 ans, elles se sont rencontrées pendant leurs études. En septembre, elles ont publié ensemble « Des fleurs dans ma culotte », un livre illustré sur les menstrues et les protections périodiques écologiques.

### **On en parle ici :**

[https://www.lamontagne.fr/felletin-23500/loisirs/elles-ont-des-fleurs-dans-leurs-culottes\\_14048101/](https://www.lamontagne.fr/felletin-23500/loisirs/elles-ont-des-fleurs-dans-leurs-culottes_14048101/)

### **Réseaux sociaux des autrices**

La page du projet : <https://www.instagram.com/desfleursdansmaculotte/>

Instagram de Sophie Larivière : <https://www.instagram.com/sophielariviere8>

Site internet de Sophie Larivière : <https://sophielariviere.com/art-direction>

Instagram de Lisa Masse : [https://www.instagram.com/lisa\\_\\_masse](https://www.instagram.com/lisa__masse)

Boutique Etsy de Lisa Masse : <https://www.etsy.com/fr/shop/LisaMasseShop>

Une « fiche-lecture » réalisée par Hanae Roquet, créatrice du compte @soeurcierelitteraire