

## Atelier 5

### Bébé zéro déchet et couches lavables

Février 2019

De la naissance à l'âge de la propreté, les couches de nos enfants représentent environ 1 tonne de déchets, soit 40% des déchets ménagers d'un foyer en moyenne. Suivant les estimations, le budget alloué aux couches jetables seraient de l'ordre de 1500 € contre 200 à 700 € pour un lot de couches lavables neuves.

Les couches lavables sont une alternative économique mais surtout écologique et sanitaire. Certaines substances chimiques détectées dans les couches jetables peuvent présenter des "risques" pour la santé des bébés et devront être éliminées par les fabricants dans les meilleurs délais, a exigé le gouvernement le 23 janvier 2019.

A la fin de l'atelier, vous aurez toutes les clés pour choisir les couches lavables : fermeture à scratch ou à pression ; fabriquées en coton, bambou, chanvre ou microfibre ; le modèle classique, les « tout en 1 », les « tout en 2 », ainsi que les conseils pour les laver et entretenir.

Animation : Enedina Pouvreaux pour le territoire *ParisEstMarneBois*, coordinatrice du défi.

### Retour sur les séances

Les participants, parents et bébés, ont montré un grand intérêt pour le sujet. Grâce à eux, nous avons eu de riches échanges.

Après une présentation des enjeux économiques, mais surtout écologiques et sanitaires des couches pour bébés, nous avons évoqué l'actualité concernant la demande du gouvernement aux fabricants de couches jetables d'éliminer certaines substances chimiques détectées.

Un grand merci aux deux mamans participantes au défi Familles zéro déchet pour leurs contributions à cet atelier :

- Joanna nous a montré les différents (et nombreux) modèles de couches qu'elle utilise avec ses enfants et nous a confié ses secrets d'entretien.
- Jeanne-Aurélien, co-fondatrice d'ApiNapi <http://www.apinapi.fr/>, le spécialiste des couches lavables, nous a exposé les types de couches lavables existants sur le marché avec les explications sur leurs atouts, les modes d'entretien et les accessoires.

### Pour aller plus loin

Risques liés à certaines substances chimiques détectées dans les couches jetables :  
<https://www.europe1.fr/societe/couches-pour-bebes-des-risques-lies-a-des-substances-chimiques-selon-lanses-3843665>

Et l'engagement des fabricants du 8 février 2019 :  
<https://fr.news.yahoo.com/couches-bébés-fabricants-sengagent-à-142217450.html>

Fabriquer le liniment pour les changes de bébé :

<https://www.lessentieldejulien.com/2012/07/le-liniment-une-recette-facile-et-douce-pour-bebe/>

Laver les couches lavables :

<https://www.consoglobe.com/guide-nettoyage-couches-lavables-4131-cg>

Coudre des couches lavables:

<http://www.babysteps-planner.com/les-couches-maison/>

Les ateliers « mode d'emploi couches lavables » à la Maison du zéro déchet à Paris

<http://lamaisonduzerodechet.org/event/couches-lavables-mode-demploi-baby-blossom/>