



Un café parent s'est déroulé le 4 novembre 2017 sur la thématique **Bébé Zéro Déchet**. Compte-rendu pour celles et ceux qui sont déjà dans cette démarche ou souhaitent avoir plus d'informations pour se lancer.

Le Zéro déchet adapté aux bébés et aux enfants concerne aussi bien l'hygiène, que l'alimentation, le matériel de puériculture, les vêtements, les jouets et livres. Petit tour d'horizon de chaque secteur.

L'hygiène

Dès qu'on dit hygiène pour les bébés, on pense inévitablement aux couches lavables ! De la naissance à la propreté (variable selon l'enfant), il sera nécessaire d'utiliser environ 4500 couches !

Au fil des années, les couches lavables ont évolué, se sont diversifiées, on trouve davantage de modèles, des marques différentes, à des prix divers. Comment s'y retrouver et comment choisir le bon modèle ? Le site Les couches lavables.fr fournit un mode d'emploi, des conseils d'utilisation et d'entretien et un [tableau comparatif couches jetables / couches lavables](#).

L'achat de couches lavables représente un investissement mais qui peut être diminué grâce aux nombreuses offres d'occasion qu'on trouve aujourd'hui (LeBonCoin, groupes dédiés sur les réseaux sociaux). Et pour faciliter le choix d'un modèle, d'une marque, des entreprises ou associations louent des couches lavables : l'association [Les alternatives de Lilly](#) à Bordeaux ou des sites comme [EcoMome](#), [Locacouche](#), [Ma petite couche](#).

En ce qui concerne le reste de l'équipement pour l'hygiène, les lingettes jetables souvent décriées par les associations de consommateur en raison des nombreux composants toxiques qu'elles contiennent et la pollution qu'elles représentent, peuvent être remplacées par des lingettes lavables.

Le liniment acheté en pharmacie en flacon plastique peut être fabriqué à partir d'une recette toute simple : 50% d'eau de chaux et 50% d'huile d'olive bio.

Pour bien hydrater la peau de bébé, une huile d'amande douce, de calendula, d'argan en flacon en verre sera parfaite.

L'alimentation

A la naissance, l'alimentation de bébé se compose exclusivement de lait. L'allaitement est bien sûr la méthode zéro déchet par excellence, pour les mamans qui le souhaitent et le peuvent aussi.

Dès l'introduction d'une alimentation plus diversifiée, une réduction des déchets passe par la réalisation de petits pots / repas bébé maison qui peuvent être portionnés et congelés.

De même, il est possible de préparer des compotes et des gâteaux ou biscuits maison pour les goûters. Il existe maintenant des gourdes réutilisables pour les compotes.

Le matériel de puériculture

L'arrivée d'un bébé nécessite d'avoir du matériel adapté : lit à barreaux, table à langer, baignoire pour bébé, chaise haute, landau/poussette... Achetés neufs, tous ces articles représentent un coût important.

Aujourd'hui, les sites de petites annonces en ligne, les brocantes regorgent d'offres intéressantes pour du matériel de puériculture à proximité de chez soi. Des boutiques de dépôt/vente se sont aussi spécialisées dans le domaine de la puériculture.

Et pour économiser encore sur cet aspect-là, essayez de déterminer au mieux vos besoins. Les articles de puériculture sont très nombreux et variés mais tous ne sont pas forcément utiles, peuvent prendre de la place et coûter de l'argent pour une utilisation très réduite, voire inexistante.

Les vêtements

Quand les vêtements et/ou chaussures pour bébés et enfants ne sont pas transmis directement dans la famille, il est possible là aussi de faire de réelles économies et de générer moins de déchets en achetant d'occasion. Les sites d'annonces en ligne, les brocantes, les dépôts-ventes et les bourses aux vêtements seront privilégiés. Il est souvent possible de trouver des lots de vêtements en parfait état et pour un prix très avantageux.

Les modèles de vêtements pour petits nous font souvent craquer mais inutile de remplir la garde-robe de votre enfant qui ne portera sans doute jamais tout !

Les jouets / les livres

Dernier point qui concerne les jouets et livres pour les enfants. Les sources mentionnées au-dessus sont parfaites pour acheter des jouets de tous âges et à des prix très bas. Les jouets sont produits en masse et ne servent qu'un temps. Le système de l'occasion est idéal et les offres pour les jouets premier âge sont très importantes en brocantes, bourses aux jouets et sur internet.

Il existe aussi le système de location de jouets par internet comme sur le site [Club des P'tits loups](#), ou plus rarement encore entre particuliers. Si vous avez une ludothèque à proximité de chez vous, c'est le moment de profiter de ce service.

De même, une bibliothèque/médiathèque sera un lieu à privilégier pour emprunter, parfois gratuitement, des livres, des magazines, des DVD, des jeux de société...

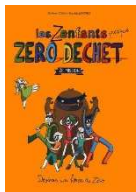
Comme le rappelle Béa Johnson, « Le meilleur déchet, c'est celui qui n'existe pas ». Le déchet est partout et pour tout. Mais avec un minimum d'attention et une remise en cause du quotidien, il est tout à fait possible de consommer mieux, plus respectueusement de la planète et sans gros efforts.

Bibliographie



Famille presque zéro déchet – Ze guide / Jérémie Pichon et Bénédicte Moret, Thierry Souccar Editions, 2016.

Chapitre *Les enfants zéro déchet*, pages 175 à 196.



Les Zenfants presque zéro déchet – Ze mission / Jérémie Pichon et Bénédicte Moret, Thierry Souccar Editions, 2016.



Zéro déchet / Béa Johnson, Les Arènes, 2013.

Webographie

Le Zéro déchet facile – Rubrique Enfants zéro déchet

<http://lezerodechetfacile.com/index.php/category/enfant-zero-dechet/>

Forum Zéro déchet - Zéro Déchet, le Forum :: Quotidien du Zéro Déchet :: Alternatives et Questions
:: Enfants et Grossesse

<http://www.zerodechet.org/f11-enfants-et-grossesse>

Famille presque Zéro Déchet – Ze groupe (Facebook) : Zero dechet family.