

Couches lavables modernes

Les **couches lavables modernes** sont composées de 3 éléments :

- 1 un voile protecteur : il sert à protéger la couche et à évacuer les selles
- 2 une partie absorbante : elle retient efficacement l'urine
- 3 une enveloppe imperméable



Les **couches lavables modernes** sont pratiques :

- un système élastiqué permet l'adaptation à la morphologie de l'enfant,
- la fermeture de la couche se fait grâce à des pressions ou des velcros,
- il existe des modèles en taille unique ou plusieurs tailles en fonction du poids de l'enfant.

Utilisation au quotidien

- La mise en place d'un change lavable ne prend pas plus de temps que pour une couche jetable. Quelques jours sont nécessaires pour prendre le coup de main.
- Hormis le voile qui peut contenir des selles, rien ne se jette, tout se lave.
- Les couches souillées sont stockées à sec dans un seau hermétique.



Les couches se lavent à 40 ou 60 °C, selon les matières, avec le linge de la maison et tous les 2 jours au maximum.



Info

D'après un sondage réalisé en Côte-d'Or en décembre 2013, 71 % des assistantes maternelles sont favorables à l'utilisation des couches lavables dans leur cadre professionnel.

Témoignage : Aurélie et Benjamin, parents de 2 enfants (3 ans et 6 mois)

« Sensibles à l'environnement et la santé de notre enfant, nous avons choisi de passer aux couches lavables pour diminuer notre production de déchets mais également pour éviter que notre enfant soit en contact avec des produits chimiques qui pourraient avoir des conséquences plus tard sur sa santé. Nous utilisons tout de même des couches jetables lors des voyages. Nous utilisons également les lingettes lavables pour nettoyer les fesses de bébé. »

Coût

Entre la naissance et la propreté de l'enfant, l'utilisation des couches lavables est **moins coûteuse** pour les parents.

L'achat de couches lavables est un **investissement qui se rentabilise** assez rapidement.



	Couches jetables	Couches lavables
Achat 5000 couches jetables	750 à 2000 €	0 €
Achat 24 à 40 couches lavables	0 €	350 à 600 €
Achat de voiles	0 €	50 €
Lavage des couches	0 €	90 €
Surcoût d'enlèvement des déchets (en Redevance Incitative)	250 €	0 €
TOTAL	1000 à 2250€	490 à 740€

Coût pour un enfant de 0 à 2 ans et demi

Témoignage : Sylvie, auxiliaire de puériculture

« Nous utilisons des couches lavables au multi-accueil depuis plusieurs mois. Elles sont aussi pratiques d'utilisation que les couches jetables. Nous avons remarqué que l'utilisation des couches lavables n'entrave pas la mobilité des enfants. »



Bilan environnemental

De la naissance à l'acquisition de la propreté (vers 2 ans et demi), un enfant génère 5000 couches jetables, soit **1 tonne de déchets**.

Le bilan environnemental global de l'utilisation des couches lavables est positif, en leur faveur. Une étude* montre que de leur fabrication à leur fin de vie, les couches lavables consomment :

- 3,5 fois moins d'énergie
- 2,3 fois moins d'eau

Et génèrent **60 fois moins de déchets solides** que les couches jetables.

L'impact environnemental des couches jetables a lieu lors de leur fabrication, tandis que celui des couches lavables a lieu au cours de leur utilisation. C'est pourquoi, il faut les utiliser au mieux :

- ne pas les laver au-delà de 60 °C,
- faire des machines complètes,
- éviter le sèche-linge,
- ne pas les repasser.



Info

De nombreux modèles de couches lavables sont fabriqués en France. Cela renforce l'emploi local.

Où trouver des couches lavables modernes ?

→ Location pour essayer

Plusieurs marques proposent leurs modèles en location avant de les acheter :

www.lulu-nature.com

www.bambi-net.com

www.langesdeflo.com

www.eco-bebe.com

www.zebulange.com

www.locacouche.com



L'association **Materner** d'Arc-sur-Tille propose la location de kits avec des conseils : mater_nait@orange.fr ou 06 34 35 89 78.

→ Achat d'occasion

Il est possible d'acheter des couches lavables d'occasion en bourses de puériculture, ou sur internet (www.leboncoin.fr).

→ Achat neuf

Quelques magasins bio vendent des couches lavables en Côte-d'Or (voir la liste sur www.ecotidiens21.fr/cms/CL). De nombreux sites internet vendent des couches lavables neuves.



Pour plus d'information

Le site internet dédié à la réduction des déchets en Côte-d'Or : www.ecotidiens21.fr

Le témoignage d'utilisateurs de couches lavables en Côte-d'Or : www.ecotidiens21.fr/cms/videoCL

L'association française de promotion des couches lavables : www.bulledecoton.org



En Côte-d'Or,
AGIR
au quotidien
adoptons
Les couches
lavables