



Pourquoi penser à la prévention des déchets lorsqu'on prend soin d'un bébé ?

L'arrivée d'un enfant est bien souvent signe de bouleversement. Ce peut être le bon moment pour adopter des gestes plus respectueux de l'environnement, particulièrement en termes de prévention de déchets.

Les repas

Objectif : limiter certains déchets, notamment d'emballages, et le gaspillage alimentaire

Comment ?

- ✓ Pour donner du lait à son bébé, il peut être fait le choix entre l'allaitement maternel ou les laits infantiles.

L'allaitement maternel présente certains avantages pratiques (disponibilité, absence de stérilisation, protection contre les infections et les allergies, de matériel à transporter...) et n'entraîne pas de production de déchets.

Conseil / exemple de geste contribuant à limiter la production de déchets :
En cas d'utilisation d'un tire-lait, celui-ci peut être loué plutôt qu'acheté (renseignements disponibles en pharmacie).

L'alimentation au lait infantile présente d'autres types d'avantages, notamment en termes d'organisation, mais peut entraîner une sur-production de déchets (boîtes de lait, bouteilles d'eau, biberons et tétines...).

Conseils / exemples de gestes contribuant à limiter la production de déchets :

- les boîtes de lait peuvent être réutilisées comme boîtes de rangement ;
- certaines marques de lait proposent des recharges qui se verse dans la boîte initiale (emballage réduit)
- il est possible d'acheter des biberons de grande contenance dès la naissance, et de les conserver pour toute la durée d'usage nécessaire pour l'enfant.

- ✓ L'alimentation d'un nouveau-né se diversifie en général entre le 4ème et le 6ème mois : il est alors recommandé de lui proposer des aliments simples et en petite quantité au début.

Conseils / exemples de gestes contribuant à limiter la production de déchets :

- préparer des purées et compotes « maison », éventuellement congelées dans des portions correspondant aux besoins de l'enfant ;
- privilégier les fruits et légumes de saison, plutôt en circuit court ou en AMAP

(association pour le maintien d'une agriculture paysanne) ;

– en cas de recours à des produits « tous prêts », privilégier ceux qui se présentent sous une forme portionnable, afin d'éviter le gaspillage de produits qui, achetés en grande quantité, ne pourront pas être entièrement consommés. Pour les familles nombreuses en revanche, et/ou celles consommant un produit en grande quantité, les gros conditionnements sont à privilégier afin de limiter les déchets d'emballage.

La toilette et les soins quotidiens

Objectif : limiter les quantités de déchets de produits et d'emballages

Comment ?

- ✓ L'utilisation d'une petite baignoire est recommandée, pour des raisons de sécurité et parce que cela est moins effrayant pour les tous-petits. De plus, en termes de ressources, cela consomme moins d'eau qu'une baignoire classique. De plus, il est possible de nettoyer un bébé à l'eau ; sinon, privilégiez des produits d'hygiène pour bébé en grands contenants, utilisables longtemps, et de préférence « bio » et avec l'écolabel européen, afin de privilégier des produits plus respectueux de l'environnement et de la santé humaine.
- ✓ Concernant le change de bébé, il peut être fait le choix entre des produits jetables à usage unique ou des produits réutilisables. Pour les couches en particulier, il est possible d'utiliser des couches en tissu lavable ou des couches jetables en papier sanitaire. La production annuelle de couches jetables en France représente 40% des ordures ménagères d'une famille ayant un enfant de 0 à 2 ans (source : ADEME). Les couches lavables représentent une alternative à la fois écologique et économique aux couches jetables. Il existe aujourd'hui des modèles de couches réutilisables qui ressemblent beaucoup aux changes complets jetables.

Si toutefois vous avez besoin de couches jetables, privilégier celles ayant le logo environnemental *Nordic ecolabel* (ou *Nordic Swan*).



Conseils / exemples de gestes contribuant à limiter la production de déchets :

- éviter de recourir à des lingettes et autres papiers sanitaires jetables à usage unique, leur préférer des textiles réutilisables (gants de toilette, langes en tissu...) ;
- certaines crèches ont lancé des projets pilotes consistant à expérimenter l'utilisation de couches lavables.

Certaines sociétés peuvent proposer un service de lavage des couches réutilisables, à destination de structures collectives telles que les crèches ou de particuliers.

Les équipements, vêtements, jouets et autres accessoires pour bébé

Objectif : éviter les achats superflus

Comment ?

La plupart des équipements, vêtements, jouets et autres accessoires pour bébé ne servent que pendant une durée limitée.

Voici quelques conseils / exemples de gestes contribuant à limiter la production de déchets :

- ✓ récupérer ou acheter des produits qui ont déjà servi à d'autres enfants (attention toutefois aux normes de sécurité, pour les équipements en particulier) ;
- ✓ donner, prêter ou revendre les produits dont on ne se sert plus.

Pour aller plus loin :

Fiche technique de l'Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie (ADEME) « Impacts environnementaux des couches pour bébé » :

<http://www.ademe.fr/impacts-environnementaux-couches-bebe>

Guide ADEME sur l'utilisation de couches lavables : <http://www.ademe.fr/couche-lavable-lessayer-cest-ladopter>