

# Claire Cariou, l'Eclaireuz, sort un livre sur son Tro Breizh des solutions zéro déchet

*Claire Cariou, fondatrice de l'association Côte Waste, lauréate du prix du public lors des Trophées de la Transition 2023 avec l'Eclaireuz, s'apprête à sortir un livre sur son Tro Breizh des solutions zéro déchet à vélo, réalisé en 2021. Baptisé « En selle vers la réduction des déchets – Témoignage de ces professionnels qui ont osé s'y mettre », compile les pratiques de 33 entreprises, collectivités, lycées...qu'elle a rencontrés. Préfacé par Rob Hopkins, auto-édité, l'ouvrage est disponible en pré-vente.*

On connaît Claire Cariou, fondatrice de l'association Cote Waste, pour son projet de [Tro Breizh des solutions zéro déchet](#), qu'elle a réalisée en 2021, avec son vélo d'occasion sur les routes des cinq départements bretons. Au fil des 1400 kilomètres réalisés, elle a pu rencontrer des structures privées ou publiques qui sont dans des démarches collectives de réduction des déchets : entreprises qui ont réussi à faire baisser le volume de leurs déchets en interne, écoles qui travaillent sur le gaspillage alimentaire, collectivités, restaurants, food trucks...Son aventure a donné lieu à un documentaire, réalisé par Laurie-Anne Courson, baptisé « Cheval de fer ».

Après avoir compilé tous ces témoignages, Claire, qui a entre-temps fondé [l'Eclaireuz, son activité de services de zéro déchet aux entreprises et professionnel.le.s](#), sort un livre qui revient sur son périple en vélo.

Objectif de l'ouvrage : diffuser les pratiques observées, et

ainsi aider celles et ceux qui souhaitent lancer une démarche et franchir le cap de la réduction des déchets au travail.

Ce sont ainsi 33 structures (sur les 38 visitées) qui sont présentées dans le livre, qui mêle ainsi récit de voyage et retour d'expérience. On découvre ainsi par exemples les bonnes pratiques d'un lycée agricole, d'un salon de coiffure, de trois communautés de communes dont une île, d'une entreprise de cosmétique, d'une entreprise de portail, d'une exploitation agricole, d'un hôtel-restaurant, d'une fleuriste...les profils sont variés. « Ce sont donc leurs pratiques de réduction des déchets à la source explicitées de manière détaillée que je retranscris dans ce livre. Il ne s'agit pas d'un récit, mais bien d'un livre-outil, d'un objet pratique pensé pour motiver et aider celles et ceux qui aimeraient y aller, ou qui hésitent encore, voire qui n'y avaient même pas pensé. Il ne s'agit pas non plus d'un livre d'entretiens », précise Claire.

Et, cerise sur le gâteau (anti gaspi bien sûr), c'est Rob Hopkins, initiateur du mouvement des Villes en Transition, qui a co-signé la préface, avec Xavier Combes, son ami et traducteur français.

Auto-édité, « En selle vers la réduction des déchets – Témoignage de ces professionnels qui ont osé s'y mettre », est déjà disponible en pré-commande, via le site <https://www.helloasso.com/associations/cote-waste/boutiques/en-selle-vers-la-reduction-des-dechets-la-pre-vente>

Claire Cariou reprendra également le même chemin que son Tro Breizh, mais pas à vélo cette fois, en octobre, pour assurer la promotion de son livre et aller à la rencontre du public.