

# Défi « famille zéro déchet » : atelier « faites-le vous-même » : la couture pour les débutants

*L'atelier, qui se déroule chez les Chiffonniers de la joie à Morlaix, est animé par Rozenn Gouret, de l'association L'Etend'arz, dont le siège social est à Locquéolé. Cette association, créée en 2015, anime régulièrement des ateliers couture, ouverts à tous, sur le Pays de Morlaix, mais aussi des ateliers de sérigraphie, de fabrication de jouets en bois et de teintures végétales, bref tout ce qui touche un peu à l'art textile et à l'écologie.*

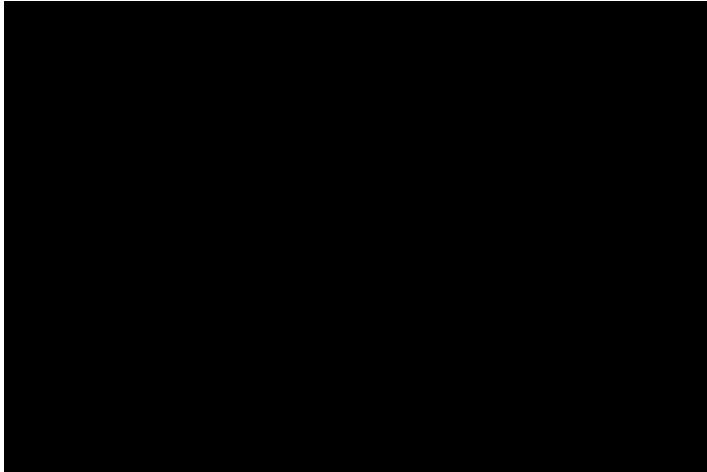
En lien avec une artiste bengalie, qui, de son côté, contribue à la mise en place dans des villages du Bangla Desh, d'ateliers de tissage artisanaux, l'association envisage dans l'avenir de faire ses propres créations de tissus, mais ce n'est qu'un projet pour l'instant.

A cet atelier, participaient 8 femmes et aucun homme faisant ainsi mentir la chanson « papa pique et maman coud ».

L'atelier s'est déroulé en deux temps : découverte de la machine à coudre et de la technique d'enfilage, et première réalisation : une lingette pour la toilette du visage.

Première découverte : il n'existe pas UNE machine à coudre mais autant de modèles qu'il y a de participantes, ce qui ne simplifie pas les explications pour la première épreuve, l'enfilage. Cette étape est fondamentale : si vous buttez sur ce casse-tête, inutile d'essayer d'aller plus loin, ce serait un peu comme si vous partiez à la pêche sans savoir accrocher votre hameçon à la ligne. Comme d'une machine à l'autre, cela peut varier, le plus simple est de se reporter à un des

nombreux tutoriels qu'on trouve facilement en ligne.



Mais à l'expérience, cela se révèle moins compliqué qu'il n'y paraît, le cheminement des fils étant en général balisé. Il suffit de faire les choses dans l'ordre et de ne jamais s'affoler et surtout de se souvenir que les fils doivent toujours être tendus.

Petite astuce de réglage ensuite : une fois que vos deux fils, celui de la bobine du haut et de la cannette du bas sont bien en place et noués entre eux : plus votre tissu est épais, plus vous devez choisir un point long. Quant à la largeur, droit ou plus ou moins en zig-gaz, cela dépend de la finition que vous voulez obtenir.

La machine enfilée et les réglages faits, il est temps de passer aux travaux pratiques : la fabrication d'une lingette.

1°.Découpez un carré d'environ 10 centimètres dans un tissu éponge (ici c'était du coton bio). Cela peut être du tissu de récupération mais pour le confort et la douceur du produit final, il vaut mieux utiliser un coupon neuf, car il s'agit de la face appliquée sur la peau.

2°.Découpez un carré de même dimension dans un tissu quelconque, de récupération de préférence et si possible très coloré qui servira de doublure à la lingette.

3°. Mettez les deux carrés de tissu l'un contre l'autre, endroit contre endroit (car on va d'abord coudre à l'envers). Si vous n'êtes pas sûr de votre dextérité, prenez la précaution de fixer l'ensemble avec quelques épingles.

4°. Engagez l'ensemble sous le pied presseur à un demi-centimètre du bord et commencer à coudre en ligne droit, jusqu'à ce que vous arriviez à un demi-centimètre du bord (si vous cousez à un centimètre, arrêtez-vous à un centimètre du bord

5°. Faites pivoter votre pièce de 90° et recommencez l'opération sur les deux côtés suivants

6°. Quand vous arrivez au 4° côté, arrêtez-vous à environ trois centimètres du bord et faites une petite marche arrière afin de bien stopper votre couture.

7°. Dégagez la pièce et coupez le fil.

8°. Afin d'avoir une finition propre, « dégarnissez » chaque coin en coupant en biais le tissu qui dépasse de la piqûre sur environ la moitié de chaque côté ; cela évitera d'avoir un bourrelet disgracieux quand on retournera la pièce.

9°. Une fois cet ébarbage terminé, insérez deux doigts dans l'ouverture laissée dans le 4° côté et retournez l'ensemble de façon à ce que les deux côtés « endroit » soient à l'extérieur.

10°. Remettez la pièce sous le pied-presseur et faire une surpiqûre à deux millimètres du bord sur les 4 côtés.

Petite astuce : pour avoir une belle finition, tirez sur chaque coin avec la pointe d'une épingle afin d'éviter d'avoir un petit bourrelet à chaque coin.

Voilà, votre lingette est terminée. Fini les lingettes en papier qui remplissent inutilement nos poubelles !

Et si vous utilisez des chutes de tissu de différentes couleurs et de différents motifs pour l'envers de la lingette, cela peut faire une belle collection. Lors de l'atelier, l'une des participantes a réussi ainsi un bel assortiment de 5 lingettes, verte, rouge, jaune, à fleurs ou à rayures, du plus bel effet !

L'atelier suivant qui concernait des couturières plus expérimentées devaient se lancer dans la fabrication de « porte-tartes ». Si l'une d'entre elles pouvait nous dire ce que c'est, cela nous éclairerait bien.

Pour en savoir plus sur l'enfilage :

<https://www.youtube.com/watch?v=lX4WgEVMs8Q>

<https://www.youtube.com/watch?v=kfbwFbN-jfg>

<https://www.pratique.fr/enfiler-machine-coudre.html>

<https://fr.wikihow.com/enfiler-une-machine-à-coudre>

### ***Focus sur les...Chiffonniers de la joie***

*Les chiffonniers de la joie, c'est une association qui évolue dans une dynamique d'innovation sociale, solidaire et durable. Créée en 1984, cette association située 74 Route de Callac à Morlaix a pour vocation première de favoriser la socialisation en fusionnant vie collective et activités professionnelles. Lieu d'échange et de cohésion sociale, les chiffonniers contribuent grandement à la réinsertion socio-professionnelle de personnes fragilisées. « L'activité de Ressourcerie c'est l'outil de cette dynamique de socialisation » explique Isabelle Ogès directrice de*

*l'association et éducatrice.*

*11 salariés, une soixantaine de bénévoles qui œuvrent à recycler divers objets et à leur redonner une nouvelle vie avant leur mise en vente dans la ressourcerie. Ordinateurs transformés en machines de gamers old school\*, boîtes de cigares métamorphosées en instruments de musique, meubles restaurés, ou plus simplement recyclage de vêtements, de livres, d'ustensiles de cuisine, et d'objets en tout genre ; ce système de ressourcerie qui se veut durable permet une réduction des déchets. En effet, les objets recyclés sont récupérés grâce à un système de collecte mobile et via deux points de collecte dans les déchetteries de Taulé et Langolvas.*



*Transmettre, apprendre, partager son savoir, grâce aux divers ateliers proposés par Les chiffonniers de la joie. Restauration et création de mobilier, tapisserie d'ameublement, couture, et atelier numérique et mécanique, autant d'ateliers éclectiques et accessibles à tous.*

*Abondance d'idées et de projets pour les dynamiques chiffonniers de la joie, en effet l'association prévoit la création d'un hébergement collectif pour les personnes qui ne peuvent vivre seule, qui ont besoin de vivre en collectif. Le futur lieu d'hébergement sera rénové avec des techniques d'écoconstruction. Une formation d'écoconstruction sera alors*

*mise en place l'année prochaine.*

*\* à l'ancienne*

*Pratique :*

*74 Route de Callac, 29600, Morlaix*

*02 98 62 18 60*

*Horaires ressourcerie : lundi – fermé*

*mardi – 14h-18h*

*mercredi – 10h-12h / 14h-18h*

*jeudi – 14h-18h*

*vendredi – 14h-18h*

*samedi 10h-12h / 14h-18h*

*dimanche – fermé*

*Horaires ateliers : Atelier tapisserie d'ameublement –  
mercredi après midi*

*Atelier couture – mercredi 10h-12h*

*Atelier numérique et mécanique **samedi 10h-12h / 14h-18h***

*Atelier restauration et création de mobilier **samedi 10h-12h /  
14h-18h***

**Youna Forner**