

# Pas à pas. Vers une salle de bain résolument Zéro Déchet

*Chaque année en France, ce sont 513 kilos de déchets ménagers qui sont générés par habitant. C'est deux fois plus qu'il y a quarante ans ! Cotons tiges, contenants en plastique, lingettes à usage unique... ces produits du quotidien font déborder les poubelles de nos salles de bains. Comment limiter son impact sur l'environnement grâce à sa consommation ? Eco-Bretons vous propose une série d'articles pour tendre pas à pas vers une salle de bain résolument Zéro Déchet. Zoom sur les produits lavants de nos salles de bain.*

Même

si l'on a tendance à l'oublier, les déchets ne sont pas seulement ceux que l'on utilise puis jette dans nos poubelles quotidiennement. Ce sont également ceux générés au cours du processus

de production et de transformation de ces produits.

Ainsi, en

France, une

tonne de déchets est générée chaque seconde ! Et

après

la cuisine, la

salle de bain est sans nul

doute

la deuxième plus grande source de déchets ménagers.

Entre

les cotons démaquillants, la

multitude de contenants en plastique des

crèmes,

shampoing, après-shampoing et autres

cotons

tiges,

les poubelles de nos salles de bains débordent un peu plus chaque jour. Certains composants de ces produits nécessitent une quantité de ressources en eau et en énergie considérable et la plupart des produits proposés dans le commerce ne se recyclent pas.

### **Le plastique, pas vraiment fantastique**

Dans nos salles de bains, le plastique se trouve dans chaque recoin : contenants de divers shampoings, gels douches, après shampoings, brosse à dents etc. Or, pour sa production, le plastique nécessite l'usage de ressources naturelles non renouvelables comme le pétrole ou le gaz naturel et une quantité d'eau non considérable. Après une durée de vie très courte, les produits composés de plastique finissent leur course la plupart du temps dans des décharges. Et même dans les décharges, le plastique continue de polluer en attendant d'être décomposé. Par exemple, un briquet met environ 100 ans à se décomposer quant à une serviette hygiénique, 450 ans. En Europe, seulement 25 % du plastique jeté dans les bennes à ordures est recyclé. Aujourd'hui, des alternatives existent se développent pour limiter les contenants et emballages plastique.

### **Alternatives à la brosse à dent en plastique**



A ce jour, il existe une brosse à dents 100 % écologiques et recyclables... mais peu adapté aux habitudes occidentales. Utilisée par les peuples indigènes de Californie, d'Inde et du Moyen Orient. Il s'agit de bouts de bois provenant de variétés locales *Cornus sericea* ou *Salvadora persica*. Il suffit d'écorcer un bout de bâton, de mastiquer la partie dégagée puis de se frotter délicatement les dents avec.

En France, la solution idéale n'existe pas. Cependant, [une brosse à dents](#) composé d'un manche en hêtre rouge, issu de forêts gérées Normandes. La seule ombre au tableau: les poils de la brosse en nylon ne se recyclent pas, il faut alors la jeter dans la poubelle d'ordures ménagères. En plus de cela, l'emballage est fait à base de carton recyclés et d'encres végétales 100 % compostables.

**Shampoing, savon, déodorant et dentifrice... tout en solide pour éviter les emballages !**



Il existe à ce jour en France de nombreuses alternatives sans emballages ni contenant à base de plastique. [Une initiative bretonne](#) propose depuis peu des déodorants écologiques dans un

bocal composés. Le peu d'ingrédients sont naturels et issus de l'agriculture biologique.

Les shampoings, savon, déodorant et dentifrice se retrouvent aisément sous forme solide dans de nombreux magasins biologiques. Et pour les plus minimalistes, il existe également des savon multiusages qui permettent aussi de bien de se laver les cheveux, le corps, les dents mais aussi peut être utilisé pour laver son linge... un produit indispensable pour les baroudeurs.euses ! Pour finir, de nombreux tutoriels sur la toile nous permettent de confectionner nous-même tous ces produits. Voici deux de nos articles pour savoir comment confectionner de A à Z son dentifrice maison mais aussi son propre savon

[\*De A à Z. Faire son dentifrice\*](#)

[\*De A à Z : Faire son savon soi-même\*](#)

## **Alternatives aux cotons-tiges**

Selon le Centre National de Recherche Scientifique (CNRS) la culture de coton consomme 24 % des pesticides à l'échelle mondiale. En plus de cela, 5260 litres d'eau sont nécessaires en moyenne pour en produire 1 kilo. Couplé à sa composition en plastique, il est grand temps de remplacer nos cotons-tiges. Plusieurs alternatives existent.



Les oriculis, originaire du Japon, sont des cure-oreille qui se présente sous la forme d'une tige recourbée. L'oriculi est fait en matière naturelle, généralement en bambou mais peut également se composer d'inox.

Chaque

jour, il est possible de tendre un peu plus vers le zéro déchet et

les avantages sont nombreux :

gain de temps et d'argent, limitation de son impact sur l'environnement etc.

Le

prochain article se penchera sur les alternatives aux protections

hygiéniques féminines.

---

Nous vous invitons à découvrir notre article sur la boutique zéro déchets Hakuna Taka. Avec une gamme de produits étendue, le site propose des produits alternatifs au tout jetable et au plastique. Cela permet soit de démarrer une démarche zéro déchets ou bien de la renforcer.

[Hakuna Taka, la philosophie zéro-déchets !](#)

Sources: [Sictomls.fr](#), [Planestocope.com](#), Béa Johnson- Zéro Déchet- 100 astuces pour alléger sa viennent, Famille presque

Zéro déchets- Ze guide