



LES FICHES PRATIQUES DES ATELIERS ZÉRO

et la féminité



La féminité Zéro déchet, quand on l'a adopté, on se demande comment on a pu faire autrement tout ce temps!!! D'une simplicité, d'un confort incomparable, sans parler des bénéfices sur la santé!

CONCEPT/OBJET	CONSEIL/ASTUCE	LES +	LES -	ILS REMPLACENT...	QUELQUES MARQUES
SERVIETTES JETTABLES	Choisir des matières fabriquées en coton bio, sans parfums, ni autres substances.	Limite les matières toxiques en contact avec les muqueuses.	Beaucoup de déchet.	-	JHO ...
SERVIETTES LAVABLES	Attention aux modèles qui comportent une pression parfois inconfortable assise.	Limite les déchets.	La serviette ne reste pas toujours en place.	Les serviettes jettables.	Votre couturière préférée Imse Vimse
CULOTTES LAVABLES	Pouvoir toucher et choisir le tissu avant de l'acheter, certaines marques sont moins agréables que d'autres.	Durables, pratiques, considérablement fiables, hygiéniques (plus que le jetable!) économiques (même si chères à l'achat).	Avoir un stock de 6 à 8 pour ne pas être à court pendant le cycle (longues à sécher après lavage). Pas toujours pratique à changer en milieu de journée hors de chez soi. Prévoir un modèle avec pressions sur le côté et des pochettes de rangement.	Les serviettes jettables.	Le blog de "Chaurdon Pastel" compare toutes les marques avec de nombreux critères.
CUPS	Choisir la bonne taille et la bonne texture en fonction de votre âge, morphologie.	Fiables, pratiques pour les activités aquatiques.	Parfois difficile de comprendre comment les positionner. Compliqué pour se rincer les mains s'il n'y a pas de robinet dans les wc. Les mettre et enlever sous la douche pour un meilleur confort.	Les tampons.	-