

OBJECTIF ZÉRO DÉCHET



ACTUALISATION 2021

Ce livret est un condensé des mises à jour du guide *Objectif Zéro Déchet*, initialement imprimé en 2018. Dans une logique de réduction des déchets nous n'inventons pas à se procurer la réédition de 2021 grâce aux compléments de ce livret. Les dons sont les bienvenus pour ce travail essentiellement bénévole. Bonne lecture !

SOMMAIRE

INTRODUCTION (P. 2)

TUTORIELS ET RECETTES (P. 4)

INDEX DES ADRESSES (P. 21)

REMERCIEMENTS & MENTIONS LÉGALES (P. 34)



LA GESTION DE NOS DÉCHETS

Nos déchets sont gérés par la Métropole de Lyon, qui a la « compétence déchets », c'est-à-dire qu'elle veille à leur collecte et à leur traitement. Ce travail est effectué en régie (par la Métropole elle-même), en prestation de service ou en délégation de service public (par des entreprises privées).

LES ORDURES MÉNAGÈRES

Nos ordures ménagères (62% de nos déchets) sont actuellement dirigées vers deux incinérateurs, ou Unités de Traitement et de Valorisation Énergétique (U.T.V.E), à Rillieux-la-Pape et Gerland. La combustion des déchets produit de la vapeur utilisée pour le chauffage urbain et de l'électricité, ce qui lie étroitement les thématiques déchets et énergie. Malheureusement, ces installations coûtent cher à la collectivité, aux contribuables et fatalement à notre environnement. **Un incinérateur doit être rempli en permanence pour être fonctionnel** et représente un engagement à long terme, ce qui peut s'avérer contradictoire avec une réelle politique de prévention. Enfin, les déchets ne disparaissent pas par magie : on les retrouve sous forme de mâchefers (déchets "imbrûlables") et de résidus toxique des fumées d'épuration (REFIOM).



LES DÉCHETS ORGANIQUES

Nos biodéchets, qui représentent un tiers de nos poubelles, sont aujourd'hui majoritairement incinérés alors qu'ils pourraient retourner à la terre pour préserver leur richesse organique et nourrir les sols.

Dans le cadre de la L.T.E, l'obligation est fixée pour les collectivités de mettre en place d'ici à 2025 une organisation permettant aux usagers de trier les déchets organiques à la source pour les valoriser. **Autrement dit, nous ne devons plus mélanger nos biodéchets (épluchures, déchets verts) à nos ordures ménagères.** L'Union Européenne fixe cet objectif à fin 2023. Les gros producteurs de biodéchets (restaurants, industries agro-alimentaires, marchés etc. qui produisent plus de 10 tonnes par an) ont quant à eux l'obligation de trier les déchets organiques à la source depuis 2006 (Loi Grenelle II). **Le (lombri)-compostage individuel et collectif n'a pas attendu l'application de la loi** et se développe à l'échelle des quartiers depuis plusieurs années. Soutenues en partie par la Métropole de Lyon, ces initiatives sont souvent portées par la volonté d'habitantes et reposent encore beaucoup sur leur bon vouloir. Cela dit, l'accompagnement de nouveaux sites de compostage s'accélère et les temps d'attente se réduisent fortement, sans compter l'existence d'initiatives associatives ou entrepreneuriales qui permettent déjà aux citoyen·nes et professionnel·les lyonnais·es de valoriser leurs biodéchets.

Malgré tout, ce qui est certain, c'est que pour atteindre le tri à la source généralisé de nos biodéchets, il faudra démultiplier les solutions face à un volume aussi important : sites de compostage industriels, démultiplication des (lombri)composteurs de proximité et individuels, ramassage en porte-à-porte ou en points d'apports volontaires.



ET LE TRI SÉLECTIF ?



Les déchets que nous mettons dans la poubelle de tri sélectif sont à ce jour acheminés vers le nouveau centre de tri situé à Chassieu, géré par un prestataire privé. Depuis 2020, la métropole de Lyon fait partie des territoires concernés par l'extension des consignes de tri. Depuis le 1er janvier 2020, tous les types d'emballages en plastiques sont désormais acceptés, dans le but de simplifier les consignes de tri et d'optimiser les rendements des installations et collectes. En effet, notre territoire n'est pas un bon élève, il présente un refus de tri élevé (environ 30% des déchets arrivant au centre de tri sont des erreurs qui sont redirigées vers les incinérateurs). Le tri et le recyclage, encore trop souvent associés (à tort), sont présentés comme la solution miracle face à nos poubelles débordantes, mais soulèvent plusieurs interrogations : toutes les familles de déchets triées sont-elles recyclables ? Si oui, ces déchets sont-ils effectivement recyclés ? Et pour quels bénéfices, si ce système requiert transports, énergies, ressources additionnelles pour les collecter, détruire, retransformer et redistribuer ? Ce modèle répond-il vraiment aux crises de sur-production de déchets ?

RÈGLES DE TRI SUR LA MÉTROPOLÉ DE LYON

Seuls les déchets d'emballages vont dans le bac de tri, en vrac, sans en altérer la forme (ne pas les écraser) ni les laver :

- Le carton / papier
- Le métal / aluminium (y compris les aérosols et barquettes en aluminium)
- Les plastiques sous forme de bouteille ou de flacon
- Les plastiques souples, depuis l'extension des consignes de tri, tels que les pots de yaourt, les barquettes, les sachets et films etc.

Attention les objets en plastique hors d'usage comme les jouets, équipements, stylos etc. n'ont pas de filière de recyclage et se jettent avec les ordures ménagères.

Le verre doit lui être amené dans un silo à verre. Une carte est disponible en ligne afin de les localiser : www.grandlyon.com/services/carte-des-silos-a-verre.html

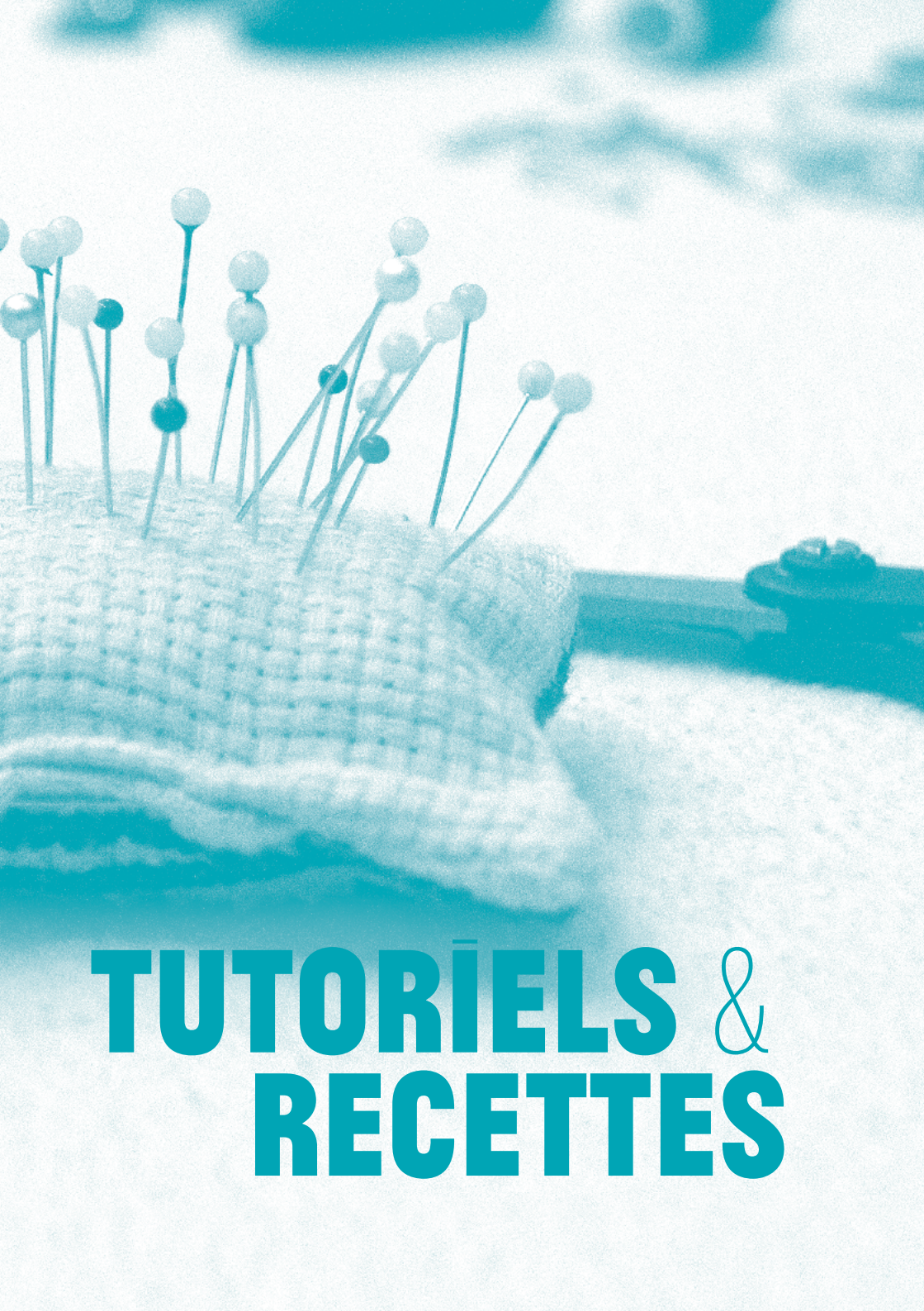
Tout textile peut être valorisé, via le don à des associations ou le dépôt dans les silos prévus à cet effet (y compris les textiles, chaussures, petite maroquinerie en mauvais état,...). Ces textiles sont ensuite revendus, recyclés/transformés en chiffon ou en isolant thermique, ou enfouis/incinérés. Une carte est disponible en ligne pour localiser les points relais : www.refashion.fr/citoyen/je-depose

Pour aller plus loin :

Chaque mois, l'association **Mouvement de Palier** forme des personnes ambassadrices aux enjeux du tri. Des outils ont été créés pour agir dans les immeubles et sensibiliser ses voisins. www.mouvementdepalier.fr/habitants

Guide du tri du Grand Lyon et des solutions de réduction autour de chez soi : www.grandlyon.com/services/dechets.html





TUTORIELS & RECETTES

PÂTE À TARTE

RECETTE

INGRÉDIENTS :

- 200 g de farine de blé
- 70 g de beurre ramolli

→ 8 cl d'eau

#1

Mélanger les ingrédients.

#2

Laisser reposer au moins une heure.

NOTE :

→ Pour une version végétalienne, remplacer le beurre par 5 cuillères à soupe d'huile végétale.

→ Pour varier les farines, veiller à garder 60% de farine de blé.

CRÈME DESSERT CHOCOLAT

RECETTE

INGRÉDIENTS :

- 50 cl de lait (végétal)
- 50 g de fécule de maïs

→ 75 g de sucre

→ 2 c. à s. bombées de cacao amer

#1

Mélanger la fécule, le cacao et le sucre puis délayer avec un petit peu de lait froid.

#2

Chauffer le lait dans une casserole. Quand il frémit le verser sur le mélange en remuant.

#3

Reverser le tout dans la casserole et faire cuire 1 minute. Toujours remuer avec un fouet. La crème va épaissir.

#4

Retirer du feu, répartir dans des ramequins et mettre au frais au moins 2 heures.

LAÏT VÉGÉTAL D'AVOÏNE

RECETTE

INGRÉDIENTS ET MATÉRIEL

- 150 g de flocons d'avoine
- 1 L d'eau froide
- 1 pincée de sel

- 1 mixeur plongeant
- 1 tissu en coton propre / gaze pour filtrer
- 1 contenant stérilisé (conseillé)

#1

Mettre les flocons d'avoine dans l'eau et mixer au moins une minute. Il faut que les flocons soient bien dissouts.

#2

Ajouter le sel. On peut aussi mettre une cuillère de sucre. Puis filtrer le lait à travers le tissu propre.

NOTES

- Il est important d'utiliser de l'eau froide pour éviter l'aspect gluant.
- On peut aussi faire des boissons à base d'oléagineux mais il faut compter un temps de trempage.
- Les résidus solides d'avoine (dits okara) peuvent servir à faire des gâteaux, fonds de tarte, etc.

PESTO

RECETTE

INGRÉDIENTS ET MATÉRIEL

- feuilles au choix (basilic, fênes de radis, carottes, salade fânée, chou kale etc.)
- oléagineux au choix (pignons de pin, noix, amandes, graines de tournesol etc.)
- huile d'olive

- ail sans germe
- jus de citron (optionnel)
- 1 mixeur plongeant

#1

Pour définir les mesures, se baser sur la quantité de feuilles et ajuster le reste des ingrédients à l'oeil, à l'odeur et au goût.

#2

Mixer tous les ingrédients. Saler et poivrer à votre goût.

NOTE

- Pour le conserver il faut recouvrir l'ensemble d'huile et éviter le contact avec l'air.
- On peut aussi mettre du parmesan, ou un peu de levure maltée pour une version végétalienne.

SERVIETTE HYGIÈNIQUE

TUTORIEL

MATÉRIEL :

- tissu imperméable à trouver de récup si possible : tissu parapluie, nappe cirée fine etc. Ou tissu PUL
- tissu absorbant/coton : alèse, serviette éponge fine ou microfibre
- pressions en métal ou scratch

- aiguilles
- machine à coudre
- 1 paire de ciseaux
- fils assortis ou contrastés en fonction de l'aspect désiré

#1

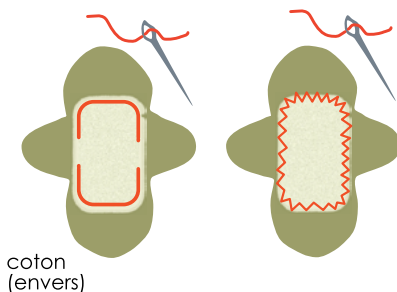
Dessiner le patron à partir d'un modèle de la taille souhaitée, au minimum de la taille de votre fond de culotte.

#3

Assembler la bande absorbante (au dessus) et la bande imperméable contre l'envers du tissu en coton.

#2

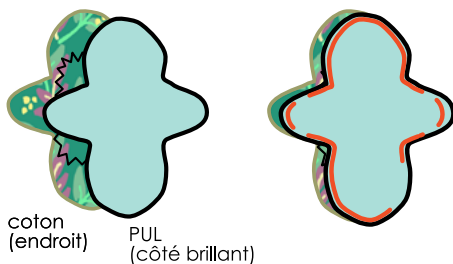
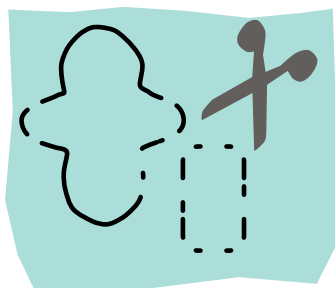
Couper les différents tissus (bande absorbante + bande imperméable) et dessiner sa serviette sur un tissu imprimé mais en détournant le patron (avec 1 cm de différence) en 2 exemplaires.



coton
(envers)

#4

Assembler les deux tissus endroit contre endroit en laissant une ouverture non cousue de 6 cm pour pouvoir retourner la serviette.

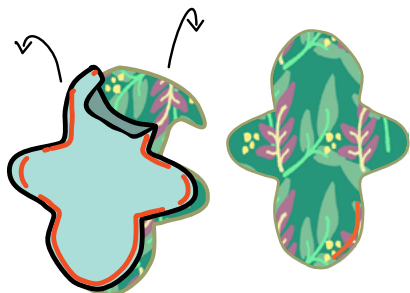


coton
(endroit) PUL
(côté brillant)



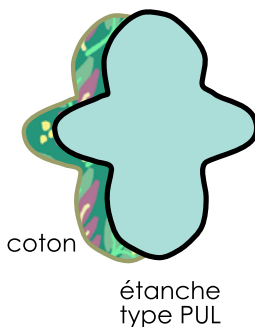
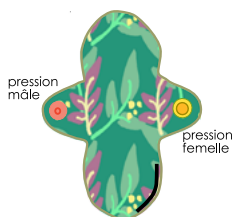
#5

Retourner la serviette et coudre à la main/machine la partie de 6 cm non cousue.



#6

Coudre des pressions sur la serviette pour la maintenir en place (et dans le bon sens car il faut pouvoir les fermer !).



UTILISATION :

- Laver avant la première utilisation.
- Remplacer les pressions par des scratch pour plus de confort (en vélo !).

CULOTTE MENSTRUELLE

TUTORIEL

MATÉRIEL :

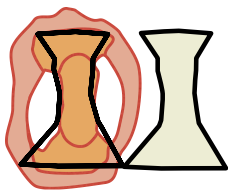
- culotte (en coton de préférence)
- tissu absorbant : alèse, serviette éponge fine ou tissu microfibre
- tissu imperméable, ciré ou tissu PUL
- tissu coton
- pressions en métal ou scratchs
- épingles, pinces ou trombones

- machine à coudre
- 1 paire de ciseaux
- fils assortis ou contrastés en fonction de l'aspect désiré
- aiguilles
- carton/papier

MÉTHODE #1 SUR LA CULOTTE

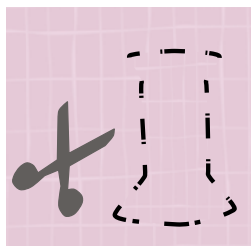
#1

Dessiner le modèle de couche en fonction du fond de votre culotte et de la surface d'absorption souhaitée et le découper dans le carton/papier.



#2

Positionner le modèle sur les trois tissus différents. Tracer le contour et découper.



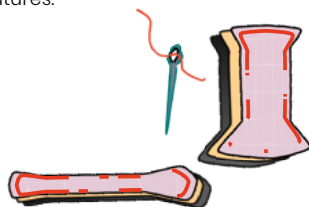
étanche
absorbante
douce et souple

#3

Superposer les trois couches l'une sur l'autre en les épinglant. Limiter l'usage des aiguilles le plus au bord ou utiliser des pinces/trombones pour immobiliser les couches entre elles.

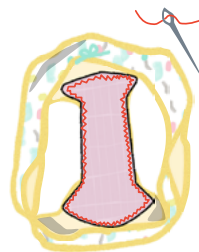
#4

Les assembler en les cousant par les bords. Le mieux est d'utiliser un point zigzag. Dégager vos coutures en coupant le surplus de tissu extérieur exclu des coutures.



#5

Poser cet ensemble de couches sur la culotte : fixer avec des aiguilles/pinces sur les bords et coudre le long du contour, idéalement avec un point zigzag. La culotte est prête.



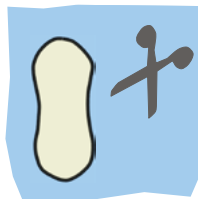
MÉTHODE #2 EN INSERTS

#1

Procéder aux étapes 1 à 4 de la première méthode.

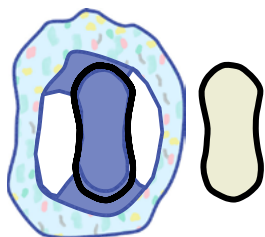
#2

Découper une couche supplémentaire de tissu imperméable.



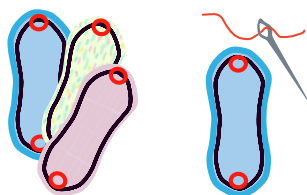
#3

Coudre la couche supplémentaire sur le fond de culotte le plus au bord possible avec un point zigzag.



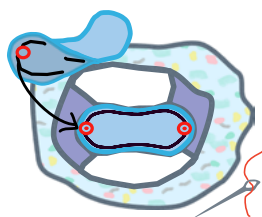
#4

Coudre des pressions aux extrémités haut/bas des couches assemblées et du fond de la culotte. Ainsi l'insert ne bougera pas et pourra être changé (si on en utilise plusieurs) pendant les jours de grand flux.



#5

Assembler votre insert en la clipsant sur la couche intérieure : voilà la culotte est prête !



NOTES :

- Il est pratique de faire un jeu de 3 (ou plus) insert de différentes épaisseurs pour toujours en avoir une sous la main et tourner selon votre flux pendant votre cycle.
- Remplacer les pressions par des scratch pour plus de confort (en vélo !).
- Penser à fabriquer (ou prévoir) une petite pochette étanche pour leur transport.

BAUME MASSANT

RECETTE

INGRÉDIENTS

- 20 g de beurre de cacao
- 10 g d'huile de coco vierge

- 2 à 5 g d'eau de fleurs d'oranger (optionnel)

#1

Faire fondre le beurre et l'huile au bain-marie. Ajouter l'eau de fleurs d'oranger hors feu et mélanger.

#2

Verser dans un moule ou un bocal pour obtenir un pain solide solidifié.

NOTES :

- Mettre au frigo pour solidifier plus vite
- Conserver 3 mois maximum au frais, (fond vite sur la peau et à température ambiante). Penser à marquer la date.

SHAMPOING SEC

RECETTE

INGRÉDIENTS ET MATÉRIEL

- 30 g de fécule de maïs (ou argile blanche, plus douce et absorbante)
- 2 c. à s. de cacao en poudre dégraissé et non sucré (cheveux bruns), ou une c. à c. de bicarbonate (cheveux blond), ou 2 c. à s. de cannelle en poudre (cheveux roux)
- 3 à 4 gouttes d'H.E au choix (H.E de lavande pour relaxer, H.E de menthe poivrée pour assainir)

- un pinceau à blush ou à poudre pour l'application
- un petit bocal hermétique au diamètre assez large pour pouvoir y plonger le pinceau

#1

Verser la fécule de maïs dans votre bocal. Ajouter la poudre correspondante à votre couleur de cheveux.

#2

Ajouter les gouttes d'H.E et fermer le récipient pour remuer.

UTILISATION

- Ne pas utiliser le shampoing sec tous les jours, cela risquerait de sécher le cuir chevelu.
- Saupoudrer un peu de poudre dans vos mains et frotter la racine des cheveux.
- Laissez agir 2 à 3 minutes, puis brossez vos cheveux.

MASQUE CHEVEUX

RECETTE

INGRÉDIENTS ET MATÉRIEL

- 3 c. à s. de beurre de karité
- 6 c. à s. d'huile d'olive
- quelques gouttes de vitamine E (pour la conservation)

- 2 à 3 gouttes d'H.E : Lavande Fine, Géranium Rosat ou Ylang Ylang (à choisir selon ses propriétés)

#1

Dans un bol, incorporer l'huile d'olive au beurre de karité.

#2

Faire chauffer le tout au bain-marie jusqu'à la fonte totale. Hors du feu, fouetter le mélange obtenu.

#3

Ajouter les gouttes d'H.E puis transvaser le mélange dans un pot et attendre quelques heures qu'il durcisse.

UTILISATION

- Application en masque avant shampoing ou en crème nourrissante.
- Marquer la date.

LOTION ANTI-MOUSTIQUE

RECETTE

INGRÉDIENTS ET MATÉRIEL

- 22,5 g d'H.V de tournesol
- 22,5 g d'H.V de coco
- 15 gouttes d'HE de Lavande Vraie

- 7 gouttes d'HE de Géranium Rosat
- 7 gouttes d'HE de Palmarosa
- flacon ou vaporisateur (au moins 50 mL)

#1

Faire chauffer l'H.V de coco si celle-ci est solidifiée. Hors feu, verser dans le flacon et laissez refroidir.

#2

Verser ensuite les H.V de tournesol et de coco dans votre flacon. Ajouter les H.E une à une. Mélanger en secouant.

UTILISATION :

- Tester la lotion dans le creux de votre coude pendant 24h. Evitez les zones sensibles autour des yeux et de la bouche.
- Appliquer sur les zones de la peau exposées. Elle dure quelques heures.

NOTES

- Pour les bébés, utiliser une recette alternative sans huile essentielle (pour 50 ml : 15 ml d'hydrolat de Laurier Noble, 15 ml d'hydrolat de Géranium Bourbon, 15 ml d'hydrolat de Lavande Fine, à mélanger dans un flacon vaporisateur désinfecté). Pulvériser le répulsif dans vos paumes et non sur votre bébé directement ni ses mains, avant de l'appliquer. Pour les nourrissons, utiliser une moustiquaire.
- Si vous comptez exposer votre lotion à des températures fraîches (<20°C en randonnée la nuit par exemple), l'huile de coco va se solidifier et occuper 1/3 de plus de son volume : ne pas remplir.
- Conserver à l'abri de la lumière.

PRODUIT DÉMAQUILLANT

RECETTE

INGRÉDIENTS

- 50 mL d'huile végétale au choix : coco, amande douce, olive vierge, jojoba, pépin de raisin...

- 50 mL d'eau florale : hydrolat (ou eau florale) de bleuet, de rose...

#1

Mélanger ces deux liquides pour obtenir un démaquillant bi-phasique efficace sur la plupart des produits de maquillage.

CONSERVATION

- Il se conserve 2 mois maximum au frigo si l'utilisation n'est pas quotidienne.
- Marquer la date.

NOTES

- Vous pouvez également utiliser un peu d'huile de ricin, qui nourrit et fortifie.
- Le bleuet possédant des propriétés permettant de réduire les cernes et les poches sous les yeux; il est idéal pour cette utilisation.

DÉODORANT

RECETTE

INGRÉDIENTS POUR 100G DE DÉODORANT

- 50 g d'H.V de coco
- 10 g de cire d'abeille (ou 15 g cire végétale)
- 25 g de bicarbonate de soude alimentaire (à ajuster en fonction des besoins : 17,5 g pour les peaux sensibles et/ou peu transpirantes, 30 g pour les peaux normales et/ou fortement transpirantes)
- 25 g de fécule de maïs

VERSION FLORALE

- 5 gouttes d'H.E. de Palmarosa
- 5 gouttes d'H.E. de Lavande Vraie

VERSION BOISÉE

- 5 gouttes d'H.E de Cyprès
- 5 gouttes d'H.E de Pin Sylvestre

#1

Faire fondre la cire dans l'huile au bain-marie. Ajouter petit à petit le bicarbonate, la fécule en remuant bien pour éviter les grumeaux.

#2

Retirer du feu, ajouter les huiles essentielles en continuant à remuer.

#3

Verser dans un moule ou dans un bocal et placer au frais jusqu'à solidification, démouler. C'est prêt !

NOTES

→ Il existe des versions minimalistes du déodorant zéro déchet : certaines appliquent sur leurs aisselles uniquement du bicarbonate de soude ou même uniquement 2 gouttes d'H.E de Palmarosa. C'est selon la sensibilité corporelle individuelle car le bicarbonate peut être irritant si vous avez la peau sensible. ne pas appliquer directement après un rasage. Si vous ressentez une sensation de tiraillement ou d'inflammation, changez pour une recette plus douce pour votre peau.

→ Ce déodorant n'est pas un anti-transpirant, il régule et empêche les mauvaises odeurs.

DÉODORANT EN GEL

RECETTE

INGRÉDIENTS

- 50 ml d'eau florale (lavande par exemple)
- 3 g de fécule

- 4 g de bicarbonate de soude alimentaire
- 20 goutte d'H.E anti-bactérienne (voir p.115)

#1

Faire chauffer l'eau florale (ou à défaut de l'eau). Ajouter la fécule et bien mélanger pour que cela s'épaississe.

#2

Incorporer le bicarbonate, puis les H.E quand le mélange a un peu refroidi. Transvaser dans un petit pot.

CIRAGE CHAUSSURES OU CUIR

RECETTE

INGRÉDIENTS ET MATÉRIEL

- 2 c. à s. de cire d'abeille (ou 1 c. à s. de cire de candelilla)
- 2 c. à s. d'huile de coco
- 4 c. à s. d'H.V liquide de votre choix

- 1 c à s. d'huile de vitamine E (optionnel)
- 1 chiffon doux ou vieux tee-shirts
- 1 chiffon type microfibre ou serviettes

#1

Nettoyer les chaussures pour enlever les poussières et saletés sèches avec un chiffon ou une brosse souple.

#2

Faire fondre la cire d'abeille au bain-marie.

#3

Une fois fondue, ajouter l'huile de coco. Retirer du feu et ajouter l'huile végétale liquide et la vitamine E. Bien mélanger.

#4

Verser la cire à chaussure dans un contenant large et laisser figer une heure environ. Si le cirage est trop figé, frotter pour le faire ramollir.

UTILISATION

- Après avoir nettoyer les impuretés, attendez 10 minutes et cirez vos chaussures avec un chiffon doux en répandant le mélange ou si vous avez déjà chez vous des brosses dite «palot» faites de petits mouvements circulaires. Commencer sur un petit morceau de cuir avant de procéder sur toute la surface.
- Une fois bien étalée, attendre 5-10 minutes et utiliser un chiffon sec absorbant type micro-fibre pour faire briller les chaussures en faisant des allers-retours.
- Refaire cette méthode une fois par mois environ pour nourrir/ré-imperméabiliser les chaussures.

CONSERVATION :

- Stocker le mélange dans un petit hermétique et à l'abri de la lumière.

NOTE

- La cire d'abeille permet de créer une barrière imperméable.
- L'huile de coco empêche le cuir de sécher et de craquer.
- La vitamine E assure une meilleure longévité à la cire, même si elle se conserve bien elle-même.



CAKE VAÏSSELLE

RECETTE

INGRÉDIENTS

→ 150 g de SCI

→ 30 g d'hydrolat d'Arbre à Thé ou Lavande

→ 10 g de cristaux de soude

→ 10 g d'acide citrique

#1

Placer votre bain-marie sur un feu moyen.

#2

Verser le SCI dans le saladier puis ajouter directement l'hydrolat.

#3

Mélanger jusqu'à ce que le tout forme une pâte onctueuse. Le SCI doit fondre.

#4

Ajouter les cristaux de soude. Mélanger.

#5

Ajouter l'acide citrique. Mélanger à nouveau.

#6

Verser le produit dans un bocal ou autre contenant propre.

#7

Placer le tout au frigo et laisser le cake vaisselle durcir.

#8

Au bout de quelques heures le sortir, il est prêt à l'emploi.

UTILISATION

→ Prendre une éponge ou autre brosse, la mouiller et la frotter contre votre cake et c'est parti ! (l'eau est nécessaire pour activer et faire mousser le détergent du produit).



LESSIVE AU LIÈRE

RECETTE

INGRÉDIENTS

→ 50 feuilles de lierre lavées et découpées

→ 1L d'eau

#1

Porter à ébullition et laisser les feuilles prédécoupées bouillir pendant 15 minutes avec un couvercle.

#2

Laisser macérer une nuit avec le couvercle.

#3

Filter et conserver dans une bouteille en verre.

UTILISATION

→ Convient pour tous types de linge.

→ Verser l'équivalent d'un petit verre à chaque lessive.

CONSERVATION :

→ Conserver à l'abri de la lumière 1 à 3 mois, marquer la date.

NOTE

→ Pour les grosses tâches, frotter au savon avant de mettre en lessive.

LESSIVE À LA CENDRE

RECETTE

INGRÉDIENTS ET MATÉRIEL

→ 2 verres de cendre

→ 1L d'eau

→ bocal ou bouteille hermétique

→ 1 tissu propre pour filtrer

#1

Mélanger le tout et laisser infuser 24 à 36h

#2

Filter pour récupérer le liquide comme lessive. Il se colore souvent dans les tons jaunes.

CONSERVATION :

→ À conserver à l'abri de la lumière.

UTILISATION

→ Privilégier pour les lessives de vêtements colorés, elle peut laisser des traces sur les vêtements blancs fragiles.

→ Vous pouvez récupérer la pâte de cendre ; elle nettoie à merveille les casseroles, plaques à induction, etc. En la faisant sécher. Compactée, elle peut se conserver dans un bocal quelques semaines.

→ Marquer la date.

ESSUIE-TOUT RÉUTILISABLES

TUTORIEL

MATÉRIEL POUR ENVIRON 8 ESSUIE-TOUT

- 1 grande serviette éponge, sans extrémités brodées de préférence
- 1 paire de ciseaux de couture

- 1 machine à coudre ou surjeteuse (optionnel)
- fil
- 1 mètre de couture

#1

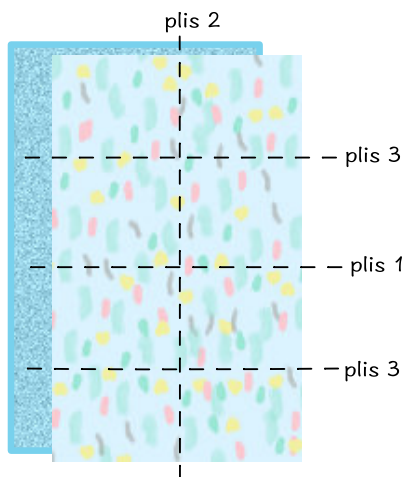
Plier la serviette en 2. Couper au niveau de la pliure de façon à avoir deux morceaux identiques.

#2

Plier chaque morceau obtenu en 2 et couper au niveau de la pliure.

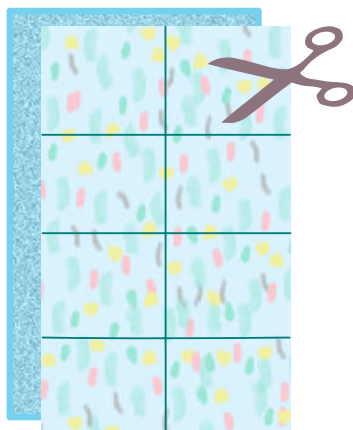
#3

Replier chaque morceau obtenu en 2 et couper au niveau de la pliure.



#4

Répéter l'opération jusqu'à avoir la taille souhaitée. Pour une grande serviette, découper en 8 morceaux permet d'avoir des carrés ou rectangles de tailles similaires aux essuietout jetables.

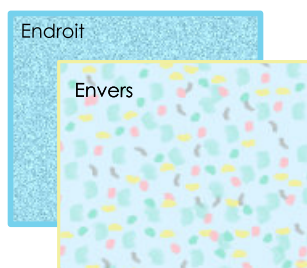


#5

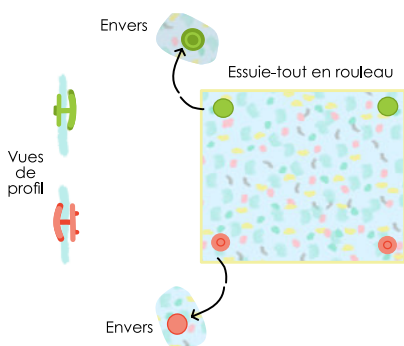
Surfiler à la machine ou surjeter les bords des essuietout qui correspondent à une découpe aux ciseaux (en bleu sur le schéma ci-dessus). Cette étape permet d'éviter que le tissu ne s'effiloche. On ne surfilera pas les bords externes de la serviette s'ils sont présents.

OPTIONNEL :

→ Pour plus d'absorption vous pouvez coudre deux épaisseurs entre elles (une couche serviette et une couche coton).



→ Pour avoir des essuie-tout qui se tiennent en rouleau, ou permettent d'emballer de la nourriture : poser 4 pressions sur chaque morceau, à environ 3 cm de chaque coin. On posera deux pressions "mâles" dans les coins sur une face de l'essuie-tout et deux pressions "femelles" dans les deux autres coins sur l'autre face de l'essuie-tout.

**NOTES :**

→ Il est possible de se passer de machine à coudre et de surfiler à la main avec du fil et une aiguille.

→ Si l'on se sert de serviettes de tailles différentes ou de tissus éponge au mètre, il faudra déterminer la taille souhaitée (une forme carrée reste le plus pratique si l'on souhaite emballer des aliments en fermant les pressions en diagonale), découper un morceau et s'en servir comme d'un gabarit pour découper les autres morceaux.

VARIANTE :

→ A partir d'un linge de bébé, plier et couper jusqu'à obtenir des rectangles d'environ 6 cm sur 12 cm. Surler les bords découpés aux ciseaux : on obtient une trentaine de morceaux qui remplacent très bien le papier toilette (au moins pour l'urine !). À laver dans un filet en machine.

COLLE À LA FARÎNE

Cette colle fixe très bien le papier et le carton. Elle peut être utilisée pour faire du papier mâché, recouvrir une boîte en carton etc. Une fois sèche, elle devient transparente et ne forme pas de moisissure.

RECETTE

INGRÉDIENTS :

- eau
- farine

#1

Dans un bol, délayer 1 verre de farine avec 1 verre d'eau.

#2

Dans une casserole, verser 4 verres d'eau et faites chauffer.

#3

Dès l'apparition des premières bulles, verser la préparation du bol dans la casserole. Remuez jusqu'à ce que le mélange épaississe (consistance d'une béchamel).

#4

Ôter du feu et transvaser dans un bocal avec couvercle.

#5

Attendre que la colle refroidisse avant de l'utiliser au pinceau ou avec les doigts.

CONSERVATION :

- Vous pouvez conserver cette colle au frigo quelques semaines.
- Marquer la date.

FUROSHIKI

Au Japon, on transportait traditionnellement ses produits de toilette aux bains publics dans un petit foulard noué. On a ensuite repris ce système pour emballer et décorer des cadeaux en utilisant simplement des carrés de tissus pliés ou noués.

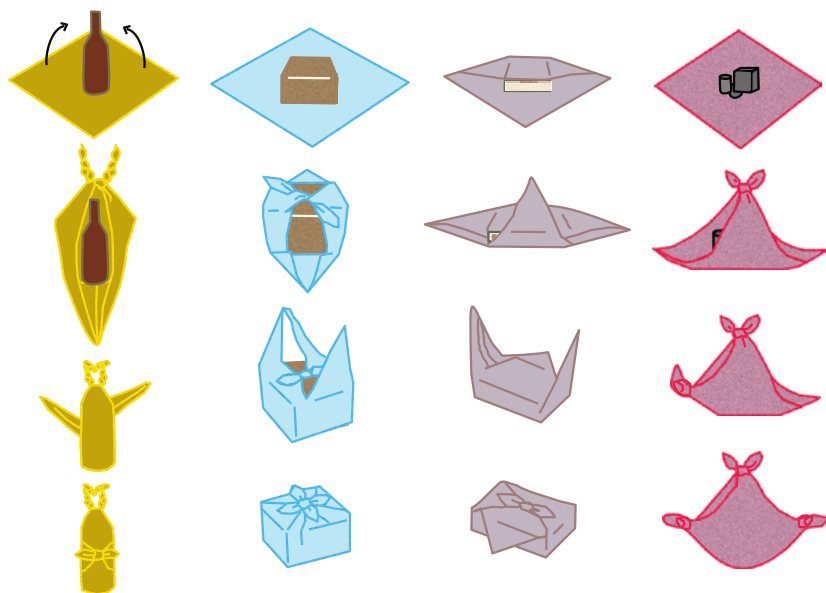
RECETTE

MATÉRIEL

→ tissu carré de 50x50 pour les petits livres

→ tissu carré de 75x75 pour les dimensions plutôt universelles (bouteilles, boîte)

Voici les 4 pliages les plus "classiques", vous en trouverez une infinité d'autres sur internet.



INDEX DES ADRESSES

Les tâches de couleur renvoient vers les différents chapitres du livre, vous pouvez vous aider de la légende en bas de page.

1^{ER} ARRONDISSEMENT

A DomiMod
Dépot-vente mode et déco
seconde main
36 rue Edouard Herriot
T. 06 42 43 74 37

Bloom
Friperie et atelier partage de
savoir-faire
25 rue des Capucins
T. 04 26 07 09 46

**Biocoop Lyon
Terreaux**
Rayon d'épicerie vrac
13 rue d'Algérie
T. 04 72 45 88 50

Bulko
Épicerie 100% vrac
3 quai Jean Moulin
T. 06 51 44 58 22

Carrie Bradshop
Friperie
17 rue Romarin
T. 09 51 83 93 80

Chez Biche
Seconde main, vintage ou
création unique
2 rue René Leynaud

Comptoir américain
Friperie
13 rue Constantine
T. 04 78 32 04 39

Croc aux Jeux
Ludothèque
5 place Sathonay
T. 06 76 16 98 32

Des Habits et Vous
Friperie
48 rue Sergent Blandan
T. 06 72 84 55 24

Elephant Vintage
Friperie
19 rue Hippolyte Flandrin

Frip' & Cheap
Friperie
11 montée des Carmélites
T. 09 81 22 09 99

Fripes Ketchup
Friperie
25 rue Sergent Blandan
T. 04 78 98 26 64

L'Épicerie des Halles
Rayon d'épicerie vrac
23 rue de la Martinière
T. 04 74 57 45 46

La Crafterie
Bière à la tireuse à emporter
4 place Tobie Robatel
T. 09 86 22 90 10

La Vie Claire
Épicerie bio, offre vrac
1 rue Thimonnier
T. 04 78 39 73 16

Les Arpenteurs
Bar à jeux
13 rue Lanterne

Les Épinards
Bar à jeux associatif
19 bis rue Sergent Blandan
T. 09 54 09 69 01



Loca Loca

Vêtements enfants d'occasion
6 rue des Capucins



Maison de l'Economie Circulaire

Lieu d'atelier, réparation, lombricompost
36 cours Général Giraud



Maison Marie Tounette

Droguerie naturelle
42 rue Sergent Blandan
T. 09 86 41 47 03



Moi j'm'en fous je triche

Bar à jeux associatif
8 rue René Leynaud
T. 04 69 70 13 00



The Bricklane

Friperie et salon de thé
59 montée de la Grande-Côte
T. 09 51 59 28 72



Tom & Co

Bière à la tireuse à emporter
5 rue des Capucins
T. 09 81 00 85 66

2^{EME} ARRONDISSEMENT



L'Aromathèque Jacobins

Matières premières pour DIY
9 rue de l'Ancienne Préfecture
T. 04 72 31 62 30



Atelier 100 Bon

Recharge de parfum
13 rue Sainte-Hélène
T. 04 78 03 09 77



Atelier des Nouveaux Designs

Ateliers partagés, matériauthèque, outillhèque
49 rue Smith



Au bonheur des dames

Dépôt vente de vêtements
3 rue Dubois
T. 04 72 40 97 56



Biocoop d'Ainay

Épicerie bio, offre vrac
32 rue du Plat
T. 04 78 42 09 46



Biocoop Bellecour

Épicerie bio, offre vrac
11 place Bellecour
T. 04 72 56 82 28



Biocoop Confluence

Épicerie bio, offre vrac
42 Cours Charlemagne
T. 04 28 29 70 07



Bon Fripe Bon Genre

Friperie, vide-dressing
8 rue de Brest
T. 07 88 73 74 12



Cap Épices

Épicerie fine, traiteur
39 rue de la Charité
T. 06 08 70 48 07



La Vie Claire

Épicerie bio, offre vrac
40 rue de la Charité
T. 04 78 42 09 19



La Vie Claire

Épicerie bio, offre vrac
87 bis cours Charlemagne
T. 04 72 31 25 79



La Vie Claire

Épicerie bio, offre vrac
12 rue Gentil
T. 04 72 15 70 66



L'Eau Vive

Épicerie bio, offre vrac
65 rue Victor Hugo
T. 04 72 40 02 24



Lili sur les Pavés

Vêtements, jouets et articles de puériculture, neufs et d'occasion
40 rue Sala
T. 09 53 68 26 97



Naturalia

Épicerie bio, offre vrac
4-6 rue Grolée
T. 04 78 38 12 55



Naturalia

Épicerie bio, offre vrac
37 quai Saint Antoine
T. 04 78 71 01 20



Naturalia

Épicerie bio, offre vrac
27 rue Victor Hugo
T. 04 78 60 47 97

Tilt Vintage

Friperie
62 rue Victor Hugo
T. 09 62 60 69 10

Vestiaire chic

Friperie vintage et dépôt vente
12 rue du Plat
T. 04 72 77 59 49

Violette et Berlingot

Confiseries en vrac
52 Passage de l'Argue
T. 04 72 40 97 49

3^{EME} ARRONDIS- SEMENT

À la Source

Épicerie 100% zéro déchet,
produits locaux
63 rue de la Part-Dieu
T. 09 80 65 81 98

Biocoop Vendôme

Épicerie bio, offre vrac
197 rue Vendôme
T. 04 78 38 56 10

Coup de Pouce Relais

Ludothèque
241 rue Duguesclin
T. 04 78 95 12 72

De l'Autre Côté de la Rue

Épicerie bio, produits locaux,
offre vrac et consigne
75 cours de la Liberté
T. 04 72 60 88 05

Epik Epok

Friperie
66 rue de Bonnel
T. 07 82 21 22 77

La Vie Claire

Épicerie bio, offre vrac
183 rue André Philip
T. 04 37 57 45 69

La Vie Claire

Épicerie bio, offre vrac
123 avenue de Saxe
T. 04 72 43 04 43

L'Essentielle

Épicerie bio et vrac
48 avenue Lacassagne

Le Frip Club

Friperie
14 rue Aimé Collomb
T. 06 12 17 15 28

Le Grenier

Insertion professionnelle,
création upcyclées
24 Rue Riboud
T. 04 78 53 97 39

Le Petit Souk

Ressourcerie de l'association
Solidarité Afrique
13 bis rue Giré
T. 04 78 18 49 15

L'Eau Vive

Épicerie bio, offre vrac
255 rue Vendôme
T. 04 37 57 07 07

L'Eau Vive

Épicerie bio, offre vrac
84 avenue Felix Faure
T. 04 28 70 26 33

Naturalia

Épicerie bio, offre vrac
139 avenue du Maréchal de
Saxe
T. 04 72 64 26 58

Nomade MicroPub

Bière à la tireuse à emporter
250 Rue André Philip
T. 09 54 46 45 71

Récolte Locale

Épicerie locale, offre vrac
53 cours Docteur Long

Rita Corp

Friperie
2 Rue Villebois Mareuil

Troc Nippes

Dépôt et vente de vêtements
138 cours Lafayette
T. 04 78 62 69 63

4^{EME} ARRONDIS- SEMENT

Biocoop Gros Caillou

Épicerie bio, offre vrac
1 rue Aimé Boussange
T. 04 37 40 87 75

Bric à Brac Croix-Rousse

Vente d'articles d'occasion
19 rue Pailleron

● Délices d'épices

Épices en vrac
8 rue de Cuire
T. 04 78 72 85 39

● ● ● La Vie Claire

Épicerie bio, offre vrac
Place du Théâtre – Place
Joannes Ambre
T. 04 78 69 20 93

● ● Le Diable Rouge

Vente de bières avec bouteilles
consignées
21 rue d'Austerlitz
T. 04 72 07 76 19

● ● ● L'Eau Vive

Épicerie bio, offre vrac
50 bis grande rue de la Croix-
Rousse
T. 04 78 29 93 96

● ● Les Enfants du Tarmac

Friperie et dépôt vente pour les
futures mamans et enfants
18 rue Dumont
T. 09 80 53 20 20

● Les Bons Plans de Tonton

Épicerie locale, offre vrac
19 cours d'Herbouville
T. 06 17 73 51 17

● Maison Courgette

Épicerie vrac
75 Grande Rue de la Croix-
Rousse
T. 04 72 07 91 76

● ● ● Neomart

Dépôt-vente de vêtements
enfants, meubles, puériculture
1 place du Cdt Arnaud
T. 09 80 45 89 59

● ● Pick & Gram

Matière première pour DIY
83 grande rue de la Croix
Rousse
T. 09 71 59 49 16

● Un Grain dans le Grenier

Épicerie bio, offre vrac
1 rue du Mail
T. 04 78 23 60 15

5^{EME} ARRONDIS- SEMENT

● La Main des Anges

Savonnerie
34 rue Saint-Jean
T. 06 12 26 82 76

● ● ● La Vie Claire

Épicerie bio, offre vrac
87 avenue du Point du Jour
T. 04 78 59 78 12

● ● ● Le grand panier bio

Épicerie bio, offre vrac
37-39 avenue de Ménival
T. 04 78 36 67 44

● Look-Vintage

Friperie vintage
8 quai de Bondy
T. 09 51 36 34 27

● Mandelines

Savonnerie
4 rue Saint-Jean
T. 04 78 42 15 19

● ● ● Patate

Épicerie bio, offre vrac
53 quai Pierre Scize
04 26 63 89 78

● ● ● (RE)trouvailles Ménival

Produits d'occasion
43 avenue de Ménival
T. 07 67 23 27 63

6^{EME} ARRONDIS- SEMENT

● Affaire à suivre

Dépôt vente de vêtements
94 rue Vendôme
T. 04 72 83 54 51

● L'Aromathèque Vitton

Matières premières pour DIY
70 cours Vitton
T. 04 37 24 19 94

● ● ● Bio c'Bon

Épicerie bio, offre vrac
46 rue Garibaldi
T. 04 78 14 89 49

● ● ● Biocoop Brotteaux

Épicerie bio, offre vrac
68 rue Waldeck Rousseau
T. 04 78 26 65 88

Comptoir de la Frip

Friprie
121 rue de Sèze
T. 04 78 26 53 96

Day by Day

Épicerie vrac
271 cours Lafayette
T. 04 87 62 34 64

Etablicyclette

Atelier associatif d'auto
réparation de vélo
57 rue Pierre Corneille

La Fée du Troc

Friprie et dépôt vente pour
futures mamans et enfants
84 rue Vendôme
T. 04 78 24 83 68

La Vie Claire

Épicerie bio, offre vrac
245 cours Lafayette
T. 04 72 74 26 30

La Vie Claire

Épicerie bio, offre vrac
125 rue de Vendôme
T. 04 78 24 02 37

La Vie Claire

Épicerie bio, offre vrac
3 cours Vitton
T. 04 72 44 01 08

L'Eau Vive

Épicerie bio, offre vrac
58 cours Franklin Roosevelt
T. 04 37 24 10 22

Mamie Marie

Épicerie bio, offre vrac
97 rue de Créqui
T. 04 72 74 07 25

Naturalia

Épicerie bio, offre vrac
27 cours Vitton
T. 04 37 51 58 24

Prune et Caramel

Friprie et dépôt vente pour
les futures mamans et enfants
64 rue Duguesclin
T. 04 78 93 56 86

Rue des producteurs

Épicerie producteurs locaux
1 cours Lafayette
T. 04 72 04 32 75

7^{EME} ARRONDIS- SEMENT

3 P tits Pois

Épicerie bio, offre vrac
124 rue Sébastien Gryphe
T. 09 54 18 54 64

L'Atelier Soudé

Ateliers participatifs de
réparation électronique
4 rue Croix-Barret

Atelier vélo Notre dame des sans abris

Atelier d'Adaptation à la Vie
Active et Atelier Chantier
d'Insertion.
29 rue Chalopin
T. 04 72 76 33 12

Biocoop Saxe Gambetta

Épicerie bio, offre vrac
15 avenue Jean Jaurès
T. 04 72 70 98 82

Bric à Brac

Vente d'articles d'occasion
17 rue de Toulon
T. 04 72 73 09 27

Bricole social club

Bricothèque, accorderie, repair
café et flablab
77 rue Montesquieu
T. 09 72 57 83 10

Ciclofficina

Réparation et entretien de vélo
4 rue Jangot
T. 04 69 67 60 08

Day by Day

Épicerie vrac
6 avenue Jean Jaurès
T. 04 37 37 49 87

Demain

Épicerie bio, coopérative,
offre vrac, circuit court
2 place des Pavillons
T. 09 86 65 70 90

Emmaüs Crequi

Vente d'articles d'occasion
283 rue de Créqui

En Aparthé

Boutique de thé, cafés en vrac
29 rue de la Thibaudière
T. 04 82 91 28 65

**Envie Rhône**

Electroménager seconde main
12 rue de Cronstadt
T. 04 72 71 71 52

**Frip Attitude**

Friperie Emmaüs
281 rue de Créqui
T. 04 37 70 80 45

**La Chouette curieuse**

Dépôt-vente de vêtements,
ateliers créatifs
123 rue Sébastien Gryphe
T. 04 28 29 07 87

**La pure second hand**

Friperie
59 - 61 Rue Montesquieu
T. 04 37 65 75 14

**La RénoCyclette**

Réparation et entretien vélo
Rue de Marseille
T. 07 69 04 04 01

**La Vie Claire**

Épicerie bio, offre vrac
8 rue Clément Marot
T. 04 78 96 42 04

**La Vie Claire**

Épicerie bio, offre vrac
138 Grande rue de la Guillotière
T. 04 37 37 25 05

**La Vie Claire**

Épicerie bio, offre vrac
36 rue de l'Université
T. 04 37 29 04 42

**L'Atelier du Chat Perché**

Atelier participatif d'entretien
et de réparation de vélo
29 rue Salomon Reinach

**L'Atenium**

Bar à jeux
80 rue Montesquieu

**Le Bric à Brac Numérique Emmaüs**

Matériel informatique
reconditionné
278 rue de Créqui
T. 04 69 67 29 23

**L'Épicerie Équitable**

Offre vrac
78 rue Montesquieu
T. 04 37 28 07 71

**Naturalia**

Épicerie bio, offre vrac
18 avenue Jean Jaurès
T. 04 72 94 40 65

**Ressourcerie créative de Lyon**

Ressourcerie
33 rue Pré Gaudry
T. 07 88 80 85 78

**Rue des Producteurs**

Épicerie producteurs locaux
108 cours Gambetta
T. 09 86 58 53 11
33 avenue Berthelot
T. 04 37 70 84 41

**Symbioza**

Produits réutilisables bébés
169 Grande rue de la Guillotière
T. 09 50 17 39 03

**8^{ÈME} ARRONDIS-
SEMENT****Biocoop Lumière**

Épicerie bio, offre vrac
80 avenue des Frères Lumière
T. 04 78 74 68 39

**Bio c'Bon**

Épicerie bio, offre vrac
58 avenue des Frères Lumière
T. 04 28 69 70 72

**Day by Day**

Épicerie vrac
35 Avenue des Frères Lumière
T. 04 87 38 18 13

**Ding Fring Lyon**

Friperie
320 avenue Berthelot
T. 04 78 74 16 02

**EpiCentre**

Épicerie solidaire, offre vrac
104 route de Vienne
T. 04 69 67 31 47

**La Vie Claire**

Épicerie bio, offre vrac
9 - 11 rue Berthe Morisot
T. 04 72 62 96 95

**La Vie Claire**

Épicerie bio, offre vrac
16 avenue Rockefeller
T. 04 78 00 74 66



Le Grenier

Friprie
3 petite rue de Monplaisir
T. 06 10 67 15 84



Vestiboutique Croix Rouge

Vêtements de seconde main
16 rue Paul Cazeneuve
T. 04 82 53 79 78

9^{EME} ARRONDIS- SEMENT



Après la pluie

Produits de beauté naturels
en vrac
20 rue Masaryk
T. 04 28 29 93 20



Biocoop Valmy

Épicerie bio, offre vrac
40 rue Marietton
T. 09 86 53 51 15



Les Bons Plans de Tonton

Épicerie locale, offre vrac
27 grande rue de Vaise
T. 04 87 62 82 29



Bric à Brac de Vaise

Vente d'articles de seconde main
21 rue Berjon
T. 04 78 47 13 47



Change de chaîne

Atelier associatif d'auto-réparation de vélo
2 rue du 24 mars 1852
T. 04 78 36 01 62



Eldorad'oz

Épicerie vrac
7 rue Laporte
T. 04 72 59 98 73



La Vie Claire

Épicerie bio, offre vrac
24 rue Sergent Michel Berthet
T. 04 72 19 78 68



L'Odyssée des Coccinelles

Location jeux de société, ludocafé
26 rue Masaryk
T. 04 78 47 08 72



Recyclerie sportive

Recyclerie articles de sport
6 rue du plateau



Vestiboutique Croix Rouge

Vêtements de seconde main
30 rue Louis-Loucheur
T. 04 72 43 59 09

VILLEURBANNE



Artothèque Maison du livre, de l'image et du son

247 cours Emile Zola
T. 04 78 68 04 04



Bibliothèque le Rize

Médiathèque, ludothèque
25 rue Valentin Haüy
T. 04 37 57 17 17



Biocoop Biogone

Épicerie bio, offre vrac
31 rue Gervais Bussièrre
T. 04 37 47 27 15



Biocoop Totem

Épicerie bio, offre vrac
18 rue de la Convention
T. 04 87 25 58 84



Biocoop Gratte-Ciel

Épicerie bio, offre vrac
181 cours Emile Zola
T. 04 28 70 98 25



Botanic

Jardinerie, rayon vrac dont litière.
125 boulevard de Stalingrad
T. 04 72 69 47 50



Distributeur de lait frais

Boulangerie chez Louis
117 rue Francis Pressensé
Distributeur automatique
65 route de Genas



Emmaüs Gratte-Ciel

Vente d'articles d'occasion
40 rue Hippolyte Kahn
T. 04 28 38 24 96



Galopins Galipettes

Ludothèque
15 rue Clément Michut
T. 09 61 40 70 68



La Myne

Tiers-lieu citoyen
1 rue du Luizet
T. 04 26 64 36 16



La Vie Claire

Épicerie bio, offre vrac
134 rue Dedieu
T. 04 72 43 00 95



Le Biocal

Offre vrac, produits ménagers
et cosmétiques écologiques
24 rue Paul Verlaine
T. 04 27 01 40 21



Le Cyclub

Atelier associatif d'auto-
réparation de vélo
Rue de l'Amitié
T. 07 61 05 20 66



L'Eau Vive

Épicerie bio, offre vrac
25 rue Jean Bourgey
T. 04 78 68 09 87



LELL

Épicerie avec produits locaux
159 cours Tolstoï
T. 04 72 36 01 69



Les Bikers

Atelier associatif d'auto-
réparation de vélo
18 avenue des Arts



Les Puces du Canal

Vente d'occasion, marché aux
puces
5 rue Eugène Pottier



LOV

Espace de travail commun
21 place des Maisons Neuves



Minéstock

Matériaux de construction de
seconde main
182 rue de la Poudrette
T. 04 78 52 86 28



Naturalia

Épicerie bio, offre vrac
31 cours Emile Zola
T. 04 37 47 92 25



Le Shrubbery

Bar à Jeux
17 rue d'Inkermann
04 26 17 79 14



Unis Bike

Réparation vélo, insertion
professionnelle
17 rue Jean Bourgey
T. 04 72 82 06 77



Vestiboutique Croix-Rouge

Vêtement de seconde main
152 rue Anatole France
T. 04 28 29 64 10



Vrac en Vill'

Épicerie vrac
16 Cours Tolstoï
T. 09 88 40 84 71

VAULX-EN-VELIN



Magasin Armée du Salut

Vêtements seconde main
2 rue Stalingrad
T. 04 78 68 03 25



Bricologis

Bricolage collaboratif
6 chemin du Grand Bois
T. 07 69 02 52 90



Cagibig

Mutualisation de matériel
pour les organisateurs
d'événement
4 allée du Textile
T. 04 87 91 48 83



Les ateliers de l'audace

Réparation de vélo et
réinsertion par le travail
4 allée du Textile
T. 09 83 73 08 17



Prairial

Épicerie bio, offre vrac
10 rue des Droits de l'Homme
T. 04 78 26 26 27



Satoriz

Épicerie bio, offre vrac
Centre Commercial Les 7
chemins
10 rue des frères Lumière
T. 04 78 26 68 72

OULLINS

**Biocoop Bioplaisir**

Épicerie bio, offre vrac
98 Grande Rue
T. 04 89 51 32 04

**Bric à Brac**

Vente d'articles d'occasion
6 rue Pierre Semard
T. 04 72 66 95 02

**Janus France**

Atelier associatif d'auto
réparation de vélo
25 avenue Jean Jaurès
T. 07 83 69 64 75

**La Super Halle**

Épicerie bio, produits locaux,
offre vrac
105 avenue Jean Jaurès
T. 04 78 56 69 72

**La Vie Claire**

Épicerie bio, offre vrac
70 Grande Rue
T. 04 37 41 53 42

TASSIN-LA-DEMI-
LUNE**Biocoop Bioplaisir**

Épicerie bio, offre vrac
142 avenue Charles de Gaulle
T. 04 78 34 23 59

**Distributeur de
lait frais**

Promenade des Tuileries
Angle de l'avenue de la
République

**La Vie Claire**

Épicerie bio, offre vrac
173 avenue Charles de Gaulle
T. 04 37 64 28 41

NORD LYONNAIS

**Bio c'bon**

Épicerie bio, offre vrac
7 rue de Margnolles
69300 Caluire

**Biocoop Montée des
Soldats**

Épicerie bio, offre vrac
2 Montée des Soldats
69300 Caluire
T. 09 86 23 11 11

**Satoriz**

Épicerie bio, offre vrac
100 avenue du Général Leclerc
69300 Caluire
T. 04 37 40 13 88

**La Vie Claire**

Épicerie bio, offre vrac
24 avenue du G^{al} de Gaulle
69410 Champagne-au-Mont-
d'Or
T. 04 72 09 00 60

**Biocoop des Monts
d'Or**

Épicerie bio, offre vrac
16 avenue du G^{al} de Gaulle
69410 Champagne-au-Mont-
d'Or
T. 04 74 71 86 39

**Satoriz**

Épicerie bio, offre vrac
11 rue des Rosiéristes
69410 Champagne-au-Mont-
d'Or
T. 04 78 35 66 69

**La ferme d'Emile**

Épicerie de produits locaux
1 quai de la Libération
69660 Collonges-au-Mont-
d'Or
T. 04 78 83 63 79

**Mymyandco**

Dépôt vente de vêtements et
mobilier
4 rue Lefebvre
69250 Neuville-sur-Saône
T. 04 78 91 34 22

**Repair Café Neuville**

Réparation ou auto réparation
d'objets de la vie courante
Salle de la poste
4 impasse de la Tatière
69250 Neuville-sur-Saône

**L'EpiMont**

Épicerie, offre vrac
166 route de la rivière
69250 Poleymieux-au-Mont-
d'Or
T. 04 37 26 11 49

**Épicerill'**

Épicerie solidaire, offre vrac
4 rue de Rome
69140 Rilleux-la-Pape
T. 04 78 55 50 47



La Vie Claire

Épicerie bio, offre vrac
225 Avenue de l'Hippodrome
69140 Rilleux-la-Pape
T. 04 78 97 61 12



La recyclerie de Rilleux

Recyclerie
655 route du Mas Rillier
69140 Rilleux-la-Pape
T. 04 78 97 61 90

EST LYONNAIS



Biocoop Porte des Alpes

Épicerie bio, offre vrac
Avenue Jean Monnet
69500 Bron
T. 09 62 66 43 20



La P'tite Rustine

Atelier associatif d'auto-réparation de vélo
Avenue Pierre Mendès-France
69500 Bron



La Vie Claire

Épicerie bio, offre vrac
158 avenue Franklin Roosevelt
69500 Bron
T. 04 72 37 36 56



La Vie Claire

Épicerie bio, offre vrac
248 route de Genas
69500 Bron
T. 04 78 54 61 09



Bric à brac

Vente d'articles d'occasion
12 rue Emile Zola
69150 Décines-Charpieu
T. 09 70 71 11 95



La Vie Claire

Épicerie bio, offre vrac
191-193 avenue Jean Jaurès
69150 Décines-Charpieu
T. 04 72 02 03 77



Biocoop du Grand Large

Épicerie bio, offre vrac
12 rue Paul Cézanne
69330 Meyzieu
T. 04 78 72 36 85

SUD LYONNAIS



Bricothèque

Prêts d'outils et bricolage
51 rue Emile Zola
69190 Saint-Fons
T. 04 37 60 04 80



Casaline

Épicerie citoyenne, offre vrac
14 rue du Bourrelrier
69190 Saint-Fons
T. 04 78 70 52 41



La Recyclerie-ECS

Recyclerie
51 rue Emile Zola
69190 Saint-Fons



Entre Copines

Dépôt vente de vêtements et d'accessoires
9 rue de la Liberté
69230 Saint-Genis-Laval
T. 04 72 67 95 60



Tout Part en Vrac

Épicerie vrac
103 avenue Georges Clémenceau
69230 Saint-Genis-Laval
T. 04 37 22 39 62



Chez Gaëlle

Épicerie grande offre vrac
42 avenue Salvador Allende
69960 Corbas
T. 04 37 60 47 15



Emmaüs Parilly

Vente d'articles d'occasion
8 avenue Marius Berliet
69200 Vénissieux
T. 04 78 91 69 97



Janus France

Atelier associatif d'auto-réparation de vélo
47 boulevard du Docteur Coblod
69200 Vénissieux
T. 07 49 43 74 78



Botanic

Produits vrac, litière vrac
51 ancienne route de Grenoble
69800 Saint-Priest
T. 04 78 26 16 16



Fablab-Lyon

Atelier de fabrication numérique
36 boulevard Edouard Herriot
69800 Saint-Priest



Maison du vélo et des modes doux

Atelier associatif d'auto-réparation de vélo
42 rue Henri Maréchal
69800 Saint-Priest
T. 09 87 55 11 20



Tricycles

Atelier auto-réparation vélo
9 place Jean Jaurès
69310 Pierre Bénite
T. 06 67 85 63 94



Vrac et compagnie La tribu des saveurs

Épicerie vrac, bio, locale
2 Rue Anatole France
69800 Saint-Priest
T. 04 72 48 41 36



Avoboko

Épicerie bio, offre vrac
39 rue du pont
69390 Vernaison
T. 09 83 44 00 77

OUEST LYONNAIS



Biocoop Bioplaisir

Épicerie bio, offre vrac
12 avenue Edouard Millaud
69290 Craponne
T. 04 78 57 94 14



La Vie Claire

Épicerie bio, offre vrac
11 avenue Edouard Millaud
69290 Craponne
T. 04 78 73 06 96



Plan B

Dépôt vente de vêtements et accessoires
130 avenue Pierre Dumond,
69290 Craponne
T. 04 87 77 66 80



Tout part en vrac

Épicerie vrac
105 Bis avenue Edouard Millaud
69290 Craponne
T. 04 37 22 39 62



Botanic

Jardinerie, rayon vrac, litière
66 avenue Paul Santy
69130 Ecully
T. 04 78 33 28 55



Botanic

Jardinerie, rayon vrac, litière
63 avenue du Châter
69340 Francheville
T. 04 72 16 32 00



Au comptoir de Betty

Épicerie locale, bio, vrac
808 avenue Jean Colomb
69280 Marcy l'Étoile
T. 06 29 79 64 13

HORS MÉTROPOLE



O poids

Épicerie bio, offre vrac
9 rue de la République
69240 Genas
T. 09 86 16 07 61



Gram et l vrac

Épicerie vrac
28 grande rue
69290 Grézieu-la-Varenne
T. 09 86 23 59 25

EN LIGNE/ EN DRIVE



Bocal & Cie

Drive vrac, local
662 rue des Jonchères
Bâtiment M
69730 Genay
T. 04 78 58 97 30
www.bocalecie.fr



Emmaüs Tremma

Don d'objet qui sert à financer
des projets
www.tremma.co



JeVrac

Épicerie vrac en ligne, produits
locaux
75 Chemin d'Yvours Local 5
69310 Pierre-Bénite
T. 06 58 08 95 40
www.jevrac.fr



Les débraillé-es

Location de vêtements
www.lesdebraillees.fr



Locacouche

Service de location de
couches lavables
T. 06 86 76 76 81
www.locacouche.com



Lupotie

Drive local et zéro déchet
31 rue Wilson
69150 Décines-Charpieu
T. 04 78 13 02 32
www.lupotie.fr



Recyclivre

Vente et collection de livres
7 rue Auguste Lacroix
69003 Lyon
T. 04 82 53 36 08
www.recyclivre.com



Satisfix

Réparation électroménager à
domicile
T. 04 82 98 03 47
www.satisfix.fr



Troc de gones

Vente et achat de biens
d'occasion
www.trocdegones.fr



Vrac'n'Roll

Épicerie bio et vrac en ligne
17 rue de Gerland
69007 Lyon
T. 07 68 28 52 75
www.vracnroll.com

REMER- CIEMENTS



MERCI !

À tous les membres de l'association **Zéro Déchet Lyon** qui ont aidé de près ou de loin à la réédition de ce livre. Merci à **Agathe Robin** pour toutes ces heures de mise en page !

Merci à tous les partenaires qui y figurent, pour leur participation et leur soutien, notamment par la mise à disposition du guide dans leurs lieux.

Un merci tout particulier à **Tanja Reiterer** pour son talent, son travail de génie et son écoute. Et à **Patrick Lacroix**, notre imprimeur dévoué !

MERCI !

À tous les contributeur·rices des campagnes de financement participatives lancées sur [Helloasso.com](https://helloasso.com), sans qui vous ne tiendriez pas ce livre entre vos mains.



IMPRESSION

Le guide papier version 2021
a été imprimé chez Brailly
62 route du Millénaire
69230 Saint-Genis-Laval
Papier recyclé, encre végétale
Date de parution : juin 2021.

Ce livret est complémentaire de la
première version du guide édité en
2018 et imprimé chez Papier Vert

MENTIONS LÉGALES

ISBN 978-2-9578192-0-1

Zéro Déchet Lyon

contact@zerodechetlyon.org

guide@zerodechetlyon.org

www.zerodechetlyon.org

L'ÉQUIPE DE RÉDACTION

Jeanne Allard, Adèle Badrune, Lucie Balay,
Sonia Bataille, Rebecca Billy, Salomé
Blanguérin, Meg-Anne Bouvet, Cécile
Cellier, Emma Chanu, Marine Dallier,
Marylise Dardenne, Delphine De Monjour,
Margaux Dransard, Alexandra Dujou, Claire
Dulière, Cassandra Gerbier, Aran Gonzalez,
Jacques Goulpeau, Aude Grobois, Thibault
Laurent, Lucie Lesourd, Ludivine Machado,
Solène Mancel, Alexandra Pan, Lucie
Perrin-Florentin, Capucine Renault, Agathe
Robin, Jeanne Rousselet, Valérie Tardy,
Aube Thillooy, Sophie Tran, Elsa Vermont,
Cléo Vignaud, Paco Vincent, Coline Vinçon

CONCEPTION GRAPHIQUE ET ILLUSTRATIONS

Tanja Reiterer - tanja.reiterer@gmail.com

Claire Dulière - illustrations.tutoriels@gmail.com

Exécution : Zéro Déchet Lyon

POLICES

Titres : Jean-Luc de l'Atelier Carvalho
Bernau, www.carvalho-bernau.com

Corps de texte : Poppins de Indian Type
Foundry

PHOTOGRAPHES

Emma Chanu, Mathilde Parquet
Lucie Perrin-Florentin, Florentine Viot

CRÉDITS PHOTOGRAPHIQUES

Zéro Déchet Lyon, Rebooteille, Récup' et
Gamelles, VRAC, Bellebouffe, La Légumerie,
Dabba, Après la pluie, La Savonnerie Elise,
Sacrée Française, De Cendre et d'Eau
Fraîche, Maison Marie Tounette, Pick et
Gram, Loca Loca, Eclaircie-Conseil, Les
P'tits Culottés, Locacouche, Génération
Culottée, Les Débraillées ethic2hand,
L'Atelier des Nouveaux Designs, Des Fils
éthiques, L'Atelier Soudé, Repair Café,
SatisFix, Envie, La MYNE, Weeefund, Bricole
Social Club, Minéka, Tizu, Les Biens en
Commun, La Ressourcerie Créative, Le
point green, Le REFFEDD, Réseau Fève,
Mouvement de palier, Cagibig, Bidouilles
& Magouilles, L'atelier éco-récup', Festival
Lyon 0 Déchet.