

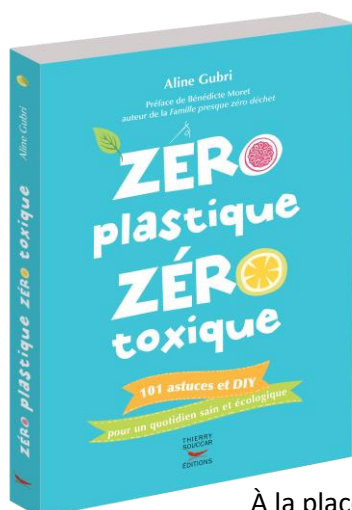


Communiqué de presse - Parution 30 novembre 2017

Zéro plastique zéro toxique

Aline Gubri

Préface Bénédicte Moret



À 22 ans, elle invente un quotidien zéro déchet écologique, économique et sain

« Tout peut être remplacé par quelque chose de naturel, dit Aline Gubri, jeune diplômée de master environnement. « Il suffit de troquer le plastique pour du bois, du verre, de l'inox ou du bambou. » Facile ? Pas vraiment.

Pour parvenir à un quotidien 100% écolo, Aline a dû imaginer ses propres recettes ; il lui a fallu un an pour trouver des alternatives réutilisables et non toxiques aux objets du quotidien.

À la place des bouteilles d'eau : une gourde. Pour remplacer les cosmétiques, produits d'hygiène et d'entretien, du fait maison ou DIY. Avec des collants elle fait des éponges, ses sacs plastiques sont remplacés par des sacs en tissu recyclé, son film alimentaire est lavable, etc.

Son livre, qui rassemble 101 de ses meilleures recettes zéro plastique zéro toxique, a été conçu pour accompagner l'écocitoyen qui sommeille en nous. Objectifs : protéger la planète, sauver notre santé et dépenser moins.

Comment réduire sa poubelle de 30 litres par semaine à... 500 grammes de déchets par an

Aline propose **un plan d'actions souple et accessible à tous**. Ses conseils sont classés par thématique : Ma Cuisine, Mes Courses, Ma Salle de bain, Mon Dressing, Mon Ménage, Mes Loisirs, Mes Enfants.

Avec pour chacune de ces thématiques, de nombreuses **recettes 100% saines, simples et économiques** :

- Je fabrique ma lessive en quelques minutes
- Je débouche une canalisation sans produit dangereux
- Je fais mon mascara maison
- Je crée avec mon enfant une pâte à modeler naturelle
- Je confectionne mon éponge inusable à partir de récup'
- J'élimine facilement les tâches sur mes textiles
- Etc.

Zéro toxique zéro plastique, dit-elle, « c'est le plaisir de faire soi-même sans s'embêter et en faisant des économies. C'est gratifiant aussi ! »



A propos de l'auteur

Aline Gubri est une militante écologique de tous les jours. Les médias sont bluffés par la créativité et l'énergie de cette jeune diplômée de la Sorbonne de 22 ans qui vient juste de terminer une collaboration de 5 mois dans le zéro déchet avec la ville de San Francisco. On la voit sur le plateau de *CNews*, ou de *Public Sénat*, *Marie Claire* a fait un portrait d'elle. Elle a créé le blog *Consommons Sainement*. Elle donne des conférences sur le zéro déchet et anime des ateliers de sensibilisation dans les écoles. Bénédicte Moret, co-auteure de *La Famille presque zéro déchet* a préfacé l'ouvrage.

Les raisons d'agir, dès aujourd'hui

- Nous nageons littéralement dans une mer de plastique : 206 kg sont jetés chaque seconde dans nos océans.
- Si les 4,73 milliards de gobelets de machine à café jetés tous les ans en France étaient empilés, cela équivaldrait à 25 fois la hauteur de la Tour Eiffel.
- Le plastique est constitué de 180 substances, dont nombreuses sont toxiques, comme les phtalates, présents dans les emballages alimentaires, les ustensiles et l'électroménager de cuisine, les bisphénols, les adipates.
- Sur 66 jouets testés par l'association 60 millions de consommateurs, 30 contenaient des substances toxiques pour la santé des enfants...
- Les produits d'hygiène renferment des perturbateurs endocriniens comme le triclosan et les filtres anti-UV, sans oublier les phtalates, et des ingrédients douteux comme les parabens, l'aluminium, les phosphates...

A lire sur la thématique du zéro déchet aux Editions Thierry Souccar :
La Famille (presque) Zéro Déchet et *Les Zenfants (presque) Zéro Déchet*,
de Jérémie Pichon et Bénédicte Moret



Contact Presse

Caroline Roche
04 66 53 53 68
presse@thierrysouccar.com

Zéro plastique zéro toxique

Aline Gubri

Parution 30 novembre 2017
192 pages – Format 21 x 25 – 13,90 €
ISBN 978-2-36549-262-1