

Le saviez-vous ?

Avez-vous une idée du volume annuel de vos déchets ménagers ?

180 kg/an par habitant

400 kg/an par habitant

260 kg/an par habitant

*400 kg/an par habitant

Quelle est la quantité de déchets périodiques jetables d'une française /an ?

5 kg/an par femme

2 kg/an par femme

3,5 kg/an par femme

*5 kg/an par femme



Connaissez-vous tous les impacts de la serviette hygiénique jetable ?



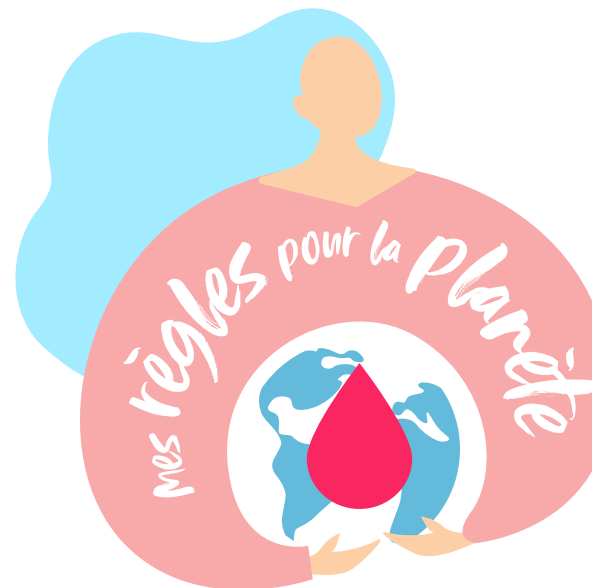
14 avenue des corsaires
17000 La Rochelle

06 80 28 78 31

Le projet «Mes règles pour la planète» s'inscrit dans ces 5 objectifs de développement durable :



Création graphique : Fleur Spitz - www.fleurspitz.fr



Projet soutenu par la CDA de La Rochelle
dans le cadre de l'appel à projet

« Acteurs de la transition »





Tutoriel de montage

Liste du matériel dont vous aurez besoin :

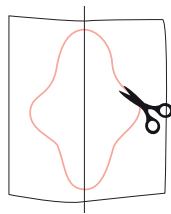
✂ Découpe



Le patron de la serviette



Scanner le QR code pour télécharger le patron



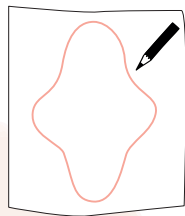
Insert en tissu absorbant
(éponge de coton, bambou ou Zorb)



2 Boutons pression

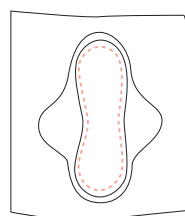


Assemblage



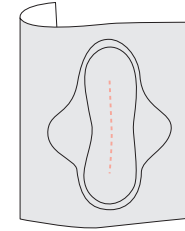
1

Coton int. envers,
tracer le contour sur l'envers de la doublure.



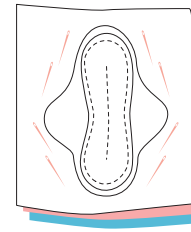
2

Coton int. envers,
placer l'insert au centre du tracé de la serviette et le piquer au point droit à 5 mm du bord.



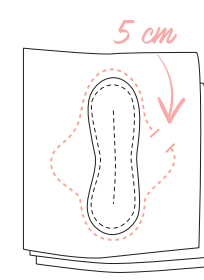
3

Retourner le coton intérieur,
sur l'endroit et faire une couture centrale pour maintenir l'insert.



4

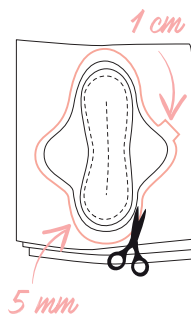
Coton int. face insert vers vous.
Coton ext. endroit face à vous.
Pul face enduite vers le bas.



5

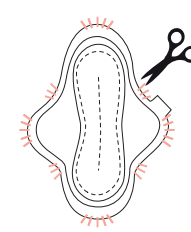
Piquer au point droit sur le tracé de la serviette **en laissant une ouverture de 5 cm** sur la partie la plus droite possible.

Superposer les 3 épaisseurs bords à bords et les épingler.



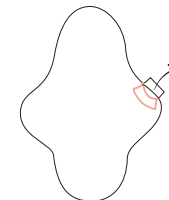
6

Couper tout autour de la serviette **en laissant 5 mm de marge sauf devant l'ouverture.**



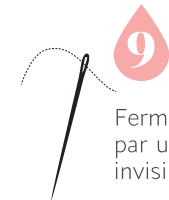
7

Cranter les arrondis.



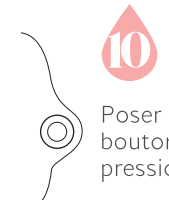
8

Retourner l'ouvrage par l'ouverture.



9

Fermer l'ouverture par un point invisible à la main.



10

Poser les boutons pression.