

## COUTURE : NOUVELLE VIE POUR VOS HABITS

SYLVIE THONNEY, COUTURIÈRE ENSEIGNANTE  
MERCREDI 13 FÉVRIER 2019

---

Sylvie donne des cours particuliers ou de groupe à Yverdon-les-Bains  
Inscriptions: 079 783 86 62 / sylviethonney@gmail.com  
Fiche pratique: Margaux Genton, Association ici

L'industrie textile est l'une des polluantes au monde. Repenser l'habillement, la mode et la consommation de vêtements constitue un grand pas pour la planète et la durabilité.

Ci-dessous vous trouverez quelques chiffres concernant l'industrie textile. En fin de document vous trouverez des liens pour aller plus loin en ce qui concerne la problématique de la fast-fashion ainsi que des liens couture, des conseils pratiques, des astuces et des ressources locales (tissus, magasins de seconde main etc).

### FAST-FASHION QUELQUES CHIFFRES ET FAITS

Toutes les informations ci-dessous proviennent des articles, rapports et liens internet cités en fin de document (principalement l'article du Temps, le rapport de Greenpeace, de Wrap, et du site loom.fr)

#### POLLUTION

- L'industrie textile est la deuxième industrie la plus polluante de la planète (Le Temps)
- Le coton c'est 2,5% de la surface agricole mondiale mais 25% des pesticides (Loom)
- En 212, Greenpeace analyse 141 pièces de différentes marques de fast fashion: 2/3 des échantillons contiennent des NPE (Ethoxyates de Nonylphenol, des tensioactifs très dangereux pour les organismes aquatiques, mais aussi des perturbateurs endocriniens)

#### CO2

- Un T-Shirt parcourt en moyenne 22'000km avant d'arriver dans un magasin et un jean 65'000km
- L'industrie de la mode émet 8,1% des gaz à effet de serre du monde, soit presque autant que l'ensemble du transport routier de la planète (Rapport Climate Works de 2018)
- Chiffre un peu différent (peut-être plus ancien?) du Rapport de Greenpeace: la fabrication et l'utilisation des habits serait la cause de 3% de la production globale de CO2

#### CONSOMMATION EN EAU

- La fabrication d'un T-shirt en coton consomme 7'000 à 11'000 litres d'eau (Le Temps)
- 70% des rivières, lacs et réservoirs d'eau en Chine sont pollués par les usines de textile (Greenpeace)
- La culture du coton est responsable de l'assèchement de la mer d'Aral en Ouzbékistan (qui avait à l'origine une superficie de 1.5x celle de la Suisse) qui a perdu 80% de son volume en 40 ans

#### SÉCURITÉ/TRAVAILLEURS

- Des conditions de travail déplorables, salaire dérisoire, travail d'enfants
- La Catastrophe du Rana Plaza: en 2014, 1127 travailleurs périssent dans l'effondrement de leur usine au Bangladesh
- Des problèmes de santé très importants dûs aux produits chimiques employés (pesticides, colles etc)
- Seul 1% du prix final de l'habit revient aux ouvriers (ceux qui ont réellement fabriqué l'habit). Le reste constitue la marge de tous les intermédiaires.

#### FAST-FASHION

- Des Moyens d'action qui poussent à la consommation: Soldes, Black Friday, fêtes de fin d'année et ventes privées
- Les soldes: on a été tellement habitués à acheter en promo que tout nous semble trop cher le reste du temps. Pour les consommateurs comme pour les marques, le discount est devenu une drogue. Les promotions, c'est surtout une manière artificielle de nous faire consommer ce dont nous n'avons pas besoin.
- Le principe de la fast-fashion: dégrader la qualité pour abaisser les prix
- Un renouvellement des collections toutes les deux semaines
- 30%-70% de notre dressing n'est presque jamais porté (Wrap et autres sources)
- Greenpeace comptabilise 100 milliards de vêtements produits chaque année dans le monde.
- Au niveau mondial, 100 milliards de vêtements vendus en 2014, 4x plus qu'il y a 20 ans (Loom)
- En France, on achète deux fois plus de vêtements qu'il y a 20 ans (Loom)
- Le fondateur de Zara est le 5e homme le plus riche de la planète
- Rapport Wrap, UK: Coûts: chaque année un ménage dépense en moyenne : £1,700 d'achats, £130 pour la lessive, les charges, alors que les dépenses moyennes totales du ménage de £24,000 par an, et le contenu total de la garde-robe vaudrait £4,000 ou plus.

#### MATIÈRE PREMIÈRE

- Le polyester: En 2013, environ 53,4 millions de tonnes de polyester ont été produites, soit une augmentation de 294% par rapport à 2000 (Le Temps)
- Si l'on prend en considération les combustibles fossiles (la matière première) pour la production de vêtements en polyester, les émissions de CO2 sont à peu près 3x plus importantes que celles pour des vêtements en coton (Greenpeace)
- Le polyester n'est pas aisément dégradé, recyclable
- Les vêtements en polyester/microfibres libèrent des microplastiques/micro-fibres dans l'eau lors des lavages, des

particules qui se retrouvent dans les cours d'eau, lacs et mers et mettent des décennies à se dégrader (Greenpeace). Une astuce afin d'y remédier: le sac pour la machine à laver: <http://guppyfriend.com/>

#### RECYCLAGE/COLLECTE D'HABITS/EXPORTATION:

- Le recyclage du coton et de laine est un processus établi mais qui résulte en une perte de qualité
- Le recyclage de vêtements synthétiques est plus limité et seules quelques compagnies proposent un recyclage chimique des fibres (Greenpeace)
- Une grande partie des habits collectés pour le tri/recyclage n'est pas réutilisée comme vêtements de seconde main
- Le recyclage des textiles est complexe et différemment mis en place suivant les pays
- En Suisse et en Europe, Text-Aid collecte les vêtements, les remet sur le marché sous forme de vêtements de seconde main, les vend et les exporte à l'étranger, les recycle et enfin en élimine une partie (voir rapport Text-Aid, difficile à interpréter, parfois il est malaisé de savoir à quels chiffres le rapport se reporte.. se faire une idée par soi-même en lisant le rapport). Selon le rapport, 49% des vêtements collectés (75'000 t par an) sont traités par des entreprises tierces (dont on se sait pas ce qu'ils en font...), les 51% restants sont traités par les filiales Text-Aid. De ces 51% traités par Text-Aid, 57% sont recyclés comme vêtements de seconde main, 32% sont recyclés en fibres, chiffons ou matériaux d'isolation, et 10% sont incinérés. Parmi les textiles triés ou non par Text-Aid, 25% restent en Europe occidentale, 35% partent en Europe de l'Est, 28% en Afrique, et 10% au Proche-Orient.
- De nombreux pays africains refusent actuellement l'importation d'habits de seconde main d'Europe afin de préserver leur marché d'habits locaux
- Etant donné la qualité médiocre des habits de l'industrie, la demande internationale de vêtements de seconde main se réduit fortement. Si cela se confirme, il y aura bientôt beaucoup trop de vêtements de seconde main et personne n'en voudra plus. (Greenpeace)

#### SOLUTIONS

##### PROLONGER LA DURÉE DE VIE DES HABITS/ENTRETIEN

- Conserver les habits que l'on possède et les porter plus longtemps
- Doubler la durée de vie utile d'un habit d'un à deux ans réduit les émissions de CO2 de 24% par ans (Greenpeace citant carbon trust)
- Repriser, adapter ses vêtements grâce à quelques connaissances de couture
- Entretenir le cuir avec de la cire (ou de la crème grasse pour le corps)
- Réduire la température lors du lavage en machine afin de réduire la consommation d'énergie
- Ne presque jamais laver la laine, seulement aérer les vêtements

#### ECHANGE D'HABITS AVEC LES AMIS/LOCATION

- Deux bonnes et faciles solutions si l'on veut varier les plaisirs: l'échange d'habits et la location (par exemple pour des articles que l'on porterait très peu comme les robes de soirées ou de mariage)

#### ACHATS SECONDE MAIN

- Voir la liste des magasins de seconde main d'Yverdon-les-Bains et Lausanne en fin de document (malheureusement la qualité des vêtements s'est tellement dégradée que de nombreux vêtements ne peuvent même plus être remis sur le marché de la seconde-main).
- Choisir des vêtements de qualité
- N'acheter que ce qui est nécessaire

#### S'IL FAUT ACHETER, VISER DES HABITS ÉTHIQUES ET DURABLES

Il s'agit de la dernière option, parce que parfois, même avec en reprisant ses habits, en les échangeant, les louant, ou en les achetant de seconde main, on a parfois envie de sous-vêtements neufs ou de cette si jolie jupe de créateur. Dans ce cas:

- viser les marques bio, éthiques, responsables et durables
- Privilégier le local aux grandes marques
- Choisir des vêtements de qualités (fibres longues, fil résistant etc, coton pima ou longues fibre, coutures plaquées, coutures avec point d'arrêt, coutures renforcées)
- Accepter de mettre le prix pour la qualité, nous sommes si habitués à payer des vêtements de mauvaise qualité très peu chers. Il faut savoir que la qualité se paie, si les prix des articles sont très bas, ce que c'est quelqu'un d'autre qui en paie les conséquences (souvent la planète ou les travailleurs à l'étranger).
- La meilleure façon d'être responsable c'est de résister à un marketing agressif, de prendre soin des vêtements qu'on possède déjà. «Il faudrait revenir à des basiques, qu'on entretient, qu'on personnalise», conseille Fanny Dumas. Aller vers une sobriété heureuse. (Le Temps)

#### SITES INTERNET FAST-FASHION—COUTURE—LIENS—SOURCES—CONSEILS

##### FAST FASHION

###### ARTICLES GÉNÉRAUX

- Un article pour comprendre le problème de la fast-fashion: <https://www.letemps.ch/lifestyle/mode-enfile-costume-ecoresponsable>
- Un blog (et aussi une boutique en ligne responsable) qui retrace la vie d'un t-shirt, de sa production à son élimination: <https://la-mode-a-l-envers.loom.fr/ce-t-shirt-a-une-histoire-de-ouf/>

###### RAPPORTS, LABELS

- Le rapport de 2016 de Greenpeace: [https://www.greenpeace.org/archive-international/Global/international/briefings/toxics/2016/Fact-Sheet-Timeout-for-fast-fashion.pdf?utm\\_source=internal&utm\\_medium=post&utm\\_term=fast%20fashion,shopping,Black%20Friday,waste,overconsumption,cyber%20monday,buy%20nothing%20day,consumption,fashion,singles%20day&utm\\_campaign=Detox&\\_\\_surl\\_\\_=IgoBN&\\_\\_ots\\_\\_=1485773792211&\\_\\_step\\_\\_=1](https://www.greenpeace.org/archive-international/Global/international/briefings/toxics/2016/Fact-Sheet-Timeout-for-fast-fashion.pdf?utm_source=internal&utm_medium=post&utm_term=fast%20fashion,shopping,Black%20Friday,waste,overconsumption,cyber%20monday,buy%20nothing%20day,consumption,fashion,singles%20day&utm_campaign=Detox&__surl__=IgoBN&__ots__=1485773792211&__step__=1)

- Un rapport anglo-saxon:  
<http://www.wrap.org.uk/sites/files/wrap/VoC%20FINAL%20online%202012%2007%2011.pdf>
- Le rapport de Text-Aid 2017:  
<https://www.texaid.ch/rapport-sur-le-developpement-durable-2017/26/>
- Une campagne de Greenpeace pour detoxifier les grandes enseignes:  
<https://www.greenpeace.org/archive-international/en/campaigns/detox/fashion/>
- Des engagements globaux:  
<https://cleanclothes.org/>
- Des engagements globaux:  
<https://www.solidar.ch/fr/stop-travaildesenfants>

#### EMISSIONS RADIO RTS SUR LA FAST-FASHION:

- Cinq petites émissions sur la fast-fashion:  
<https://www.rts.ch/play/radio/le-journal-du-matin/audio/fast-fashion-15-leconomie?id=6030718>
- Une émission sur la mode éthique et responsable:  
<https://www.rts.ch/play/radio/le-talk-de-8h30/audio/ethique-durable-responsable--le-nouveau-look-de-la-mode?id=10114795&fbclid=IwAR0zA5vWtSAJYiaAayQhRxpVjMQdTRGUaOk66q6GOFoFJZ-5RFPmBrinqy0>

## COUTURE

### INFOS GÉNÉRALES, IDÉES, PATRONS

- Pinterest: une banque d'images et de liens pour des tutos et des idées couture: [www.pinterest.com](http://www.pinterest.com)
- Burda Journal Mensuel: en kiosque, pour relever des patrons.
- Des patrons que l'on trouve dans les magasins de tissus : Burda, Simplicity, Buterrick. (Attention de bien contrôler les tailles avant de découper les formes).
- Un Mannequin DIY à sa taille: <http://elhamcouture.canalblog.com/archives/2013/02/21/26473519.html> (si on ne veut pas sacrifier un t-shirt on peut le faire sur un sac de poubelle/plastique très fin)

### MAGASINS DE TISSUS

- Alja Textil: Place Pestalozzi, Yverdon-les-Bains
- Alja Textil: rue de l'Ale 5, Lausanne
- Modesa: rue de Bourg 11, Lausanne
- A propos tissus: rue de Languallerie 4, Lausanne (plus cher)

### TISSUS EN LIGNE SUISSES

- Tissus bio: <https://aufildelanature.ch/fr/>
- [www.Kreando.ch](http://www.Kreando.ch)
- [www.tricotvogt.ch](http://www.tricotvogt.ch)

### BOUTIQUES DE SECONDE MAIN

- Ateapic: rue du Four et du Milieu, Yverdon-les-Bains
- Boutique Caritas: rue de la maison rouge 11, Yverdon-les-Bains
- Le Café des Patronnes: rue du Valentin, Lausanne
- Boutique Caritas: rue la Borde 3 et avenue de Morges 33, Lausanne

---

MARQUES ETHIQUES (privilégier les marques locales)

- Fairact: association née en novembre 2016 qui rassemble l'information sur la mode écoresponsable en Suisse: <http://www.fairact.org/>
- L'association Fashion Revolution
- La Fashion Revolution Week à Zurich (en avril)
- Le Green Showroom: une foire consacrée à la mode durable organisée à Berlin
- Veja: des baskets au même prix que les nike, mais responsables.
- Loom: des basiques, pas de renouvellement des collections
- Armedangels
- People Tree
- Reformation
- patagonia
- Hopaal
- les Récupérables
- Le Slip Français,
- Everlane
- Dresswing: location
- <http://www.fairbrands.ch/>
- <http://www.pinupbio.com/>
- <http://www.dressingresponsable.com/>