

Avant de vous lancer dans l'achat du mobilier de la chambre de vos enfants, vérifiez l'engagement environnemental de l'enseigne que vous avez choisie.



Photo : Kid Gallery

† De plus en plus de designers proposent des objets ou mobiliers écoconçus. Ces produits ont un faible impact sur l'environnement et sont biodégradables... Ici, Kid Gallery présente du mobilier ludique en carton qui est totalement recyclable.

## Une chambre d'enfant écologique

**Créer un nid douillet, sain et sécurisé, sans pour autant nuire à l'environnement, c'est aujourd'hui possible. À condition de bien choisir les matériaux utilisés pour les meubles, la literie, les tapis... mais aussi de soigner les éclairages. Voici quelques idées pour décorer «intelligent».**

Après avoir décoré et rénové les murs et les sols avec des matériaux sains et/ou écologiques (lire les numéros 10 et 12 de futur-e-maison.com), il est désormais temps de passer au choix du mobilier puis de la literie, de l'éclairage et de la décoration. Fini le temps où la déco écolo était considérée comme baba cool, hors tendance ; aujourd'hui, de

nombreux créateurs conjuguent design et écologie pour offrir des accessoires ou meubles écoconçus. De plus en plus sensibles aux attentes des consommateurs en quête de produits sains et écologiques, de nombreuses enseignes d'ameublement comme Comif, Conforama, Ikea... proposent des gammes respectueuses de la santé et de l'environnement

en effectuant des contrôles sur l'approvisionnement des matières, les conditions sociales des travailleurs... Comment reconnaître ces produits parmi une offre pléthorique ? Certains distributeurs proposent des labels pour identifier les produits respectueux de l'environnement, le label ÉcoConfo de Conforama par exemple, ou encore Label Planète de la Camif.



Assurez-vous que les meubles en bois que vous avez choisis proviennent bien d'une forêt gérée durablement. Des labels, comme le FSC ou le PEFC, vous garantissent la qualité environnementale du bois.

Photo : Fly

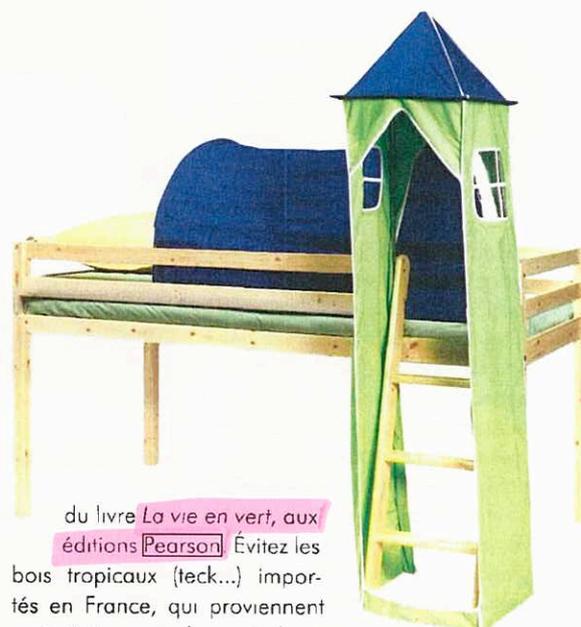


Photo : Conforama

du livre *La vie en vert*, aux éditions Pearson. Évitez les bois tropicaux (teck...) importés en France, qui proviennent majoritairement de contrebandiers responsables de déforestations massives partout dans le monde. Ou limitez vos achats de bois tropicaux aux seuls bois certifiés FSC (Forest Stewardship Council) ou PEFC (Programme de reconnaissance des certifications forestières). Ces labels certifient la qualité environnementale du bois et la bonne gestion des forêts dont ils sont issus.

† Le choix d'un lit en bois brut et massif assurera un couchage sain à vos enfants.

Et voici quelques astuces pour faire les bons choix et acheter responsable.

### Des meubles en bois brut et massif!

Afin de limiter au maximum les émanations de formaldéhyde (gaz inodore et néfaste pour la santé), préférez le mobilier en bois massif brut (épicéa, pin, bouleau...). Même s'il est plus cher à l'achat, l'investissement vaut le coup, car votre enfant passe de nombreuses heures dans sa chambre et il est particulièrement sensible et fragile aux produits toxiques. Veillez également à ce que l'assemblage des pièces se fasse avec de la colle

blanche sans formaldéhyde ou, mieux encore, avec des pièces en bois. Si vous n'aimez pas l'aspect brut du bois, vous pourrez le recouvrir d'une lasure ou d'une peinture naturelle. Pour son entretien, utilisez de l'huile de lin, de la cire d'abeilles...

Dans une démarche purement écologique, privilégiez le bois local : « Les forêts européennes sont correctement gérées par des forestiers qui veillent à replanter les arbres après les coupes. Acheter des meubles en bois local comme le pin, le hêtre ou le chêne permet d'éviter de surcroît les émissions de CO<sub>2</sub> dues au transport », explique Élisabeth Laville, auteur

Enfin, évitez au maximum les meubles en bois aggloméré (ou panneaux de particules), même s'ils affichent le classement E1 (norme NF EN 120), car ils offrent des garanties sanitaires insuffisantes et sont couverts de placage ou de vernis. Ils constituent une source de pollution non négligeable dans les intérieurs.

### Une literie saine

Parce que nos enfants passent beaucoup de temps au lit (entre 12 et 14 heures par jour en moyenne), il est important, pour que leur sommeil ne soit pas perturbé par les allergènes ou autres substances



Parfaitement écologique, cet oreiller, estampillé du Label Planète de la Camif, se compose d'une enveloppe en viscose 100 % issue de fibres de bambou, très douces. Le garnissage a été réalisé avec des fibres de maïs.

sont les plus favorables du point de vue écologique. En matière de confort, ils régulent la température et l'humidité, et constituent un bon isolant. Seule précaution à prendre : une aération quotidienne du lit.

Enfin, pour combiner écologie, hygiène et confort, choisissez les matelas en mousse de latex végétal (caoutchouc naturel). Confortable, le latex possède une excellente élasticité, quelle que soit votre morphologie ou votre position, et offre de surcroît un bon soutien. C'est par ailleurs un matériau respirant, insensible aux écarts de température. «À défaut de toutes ces matières nobles, indique Élisabeth Laville, on peut se rabattre sur les matelas portant l'Écolabel européen. Son logo en forme de petite fleur garantit que le risque de réaction cutanée est restreint et que la pollution de l'eau et de l'air lors de la production est limitée.»

Côté oreillers, traversins et couettes, il est conseillé de choisir un garnissage naturel (plumes, laines, soie...) pour offrir à vos enfants un couchage douillet, sain et écologique. Les oreillers et autres couettes synthétiques (non écologiques puisqu'ils sont issus des produits pétroliers) présentent également

nocives, de choisir consciencieusement les différents éléments de leurs literies. Préférez tout d'abord un sommier à lattes de bois pour laisser respirer le matelas pendant la nuit, évitant ainsi les moisissures et la prolifération des acariens. Les sommiers métalliques (moins onéreux que les lattes) réclament

beaucoup plus d'énergie pour leur fabrication.

Pour le choix du matelas, optez pour des matières naturelles plutôt que pour de la mousse synthétique (à base de produits pétroliers), dont la fabrication polluante est consommatrice d'énergie. Les matelas en pure laine ou en coton

→ Cette gamme de meubles pour bébés a été spécialement conçue pour suivre la croissance des enfants : la table à langer se transforme en commode fonctionnelle, et le lit devient une petite banquette.



Photo : Ikea

### Des meubles évolutifs

Pour que les meubles ne soient plus des produits jetables, prenez l'option écologique qui consiste à choisir des compositions de meubles évoluant au fur et à mesure que votre enfant grandit. Ainsi, un berceau pourra par exemple se transformer en coffre à jouets ou en petit canapé (*Castor et Chouca*), le lit grandit en même temps que votre enfant (*Ikea, Fly...*)... Écologiques, ces produits évolutifs voient leur durée d'utilisation prolongée, ce qui évite de gaspiller et de fabriquer trop de déchets.



Évolutif et économique, ce lit permet, grâce à un système astucieux, d'allonger sa structure, de déployer les lattes et de rajouter un morceau de matelas pour retrouver la taille normale d'un lit une personne (90 x 190 cm), accompagnant ainsi votre enfant au fil des années.

Photo : La Redoute

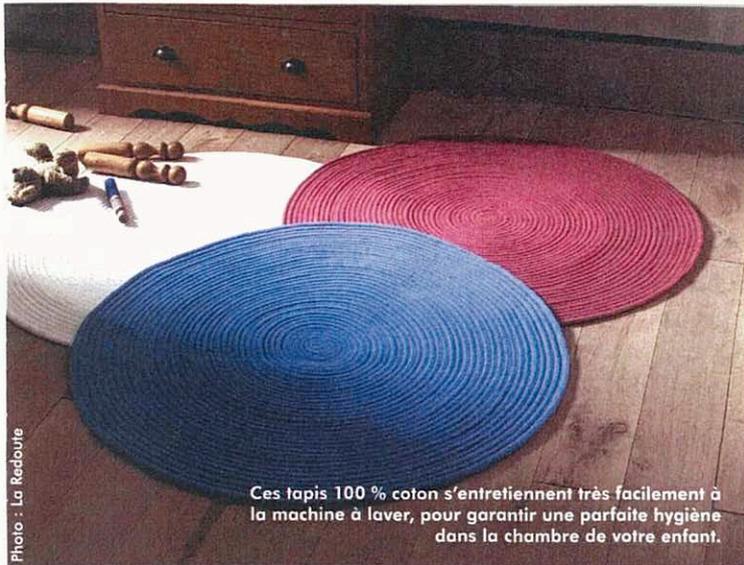


Photo : La Redoute

Ces tapis 100 % coton s'entretiennent très facilement à la machine à laver, pour garantir une parfaite hygiène dans la chambre de votre enfant.

l'inconvénient d'être imperméables et non respirants, engendrant ainsi une transpiration et une surchauffe pendant le sommeil. Quant aux draps, optez là aussi pour les matières naturelles comme le lin, la soie, le chanvre, ou le coton biologique pour ses qualités respirantes et sa facilité d'entretien.

### Des tapis 100 % coton

Pour apporter un peu de chaleur et de confort, il est conseillé de poser sur le sol quelques tapis ici et là. De nombreuses enseignes proposent des tapis ludiques et très colorés. Avant de vous décider, il est important de vous renseigner sur leur provenance car, rappelons-le, l'industrie du textile en Asie emploie plus de 300 000 enfants, qu'elle fait travailler dans des conditions très difficiles ! Alors soyez vigilants sur les pratiques sociales et environnementales. Par ailleurs, lorsque vous achetez des tapis, assurez-vous qu'ils soient 100 % coton afin de pouvoir les laver régulièrement en machine et limiter ainsi les incrustations de poussières et le développement des allergènes. Surtout si votre enfant est asthmatique ou allergique. Il existe aussi des tapis en matière végétale (coco, bambou, jonc de mer...).

### Une lumière bien étudiée

L'éclairage doit également mobiliser toute votre attention. Assurez-vous que l'installation électrique est aux normes afin de limiter les pollutions électromagnétiques. Préférez l'installation de plusieurs points d'éclairage plutôt qu'une seule source centrale. Et éliminez les lampes halogènes et les ampoules à incandescence, qui sont bien trop gourmandes en énergie (lire notre article sur l'éclairage page 91) ; préférez-leur les lampes fluocompactes. « Ces lampes consomment 80 % d'énergie en moins qu'une ampoule à incandescence, et durent six à huit fois plus longtemps. Les derniers freins à l'utilisation de ces ampoules n'ont plus lieu d'être : certains modèles, comme Biolight, Narva, entre autres, proposent un large spectre lumineux, proche de la lumière naturelle », indique Élisabeth Laville.

Achetez les ampoules fluocompactes possédant l'Écolabel européen car elles ont encore moins d'impact sur l'environnement. Autre alternative : les diodes électroluminescentes ou Led, qui offrent des performances intéressantes pour les chambres d'enfants comme le faible dégagement de chaleur, par exemple, évitant ainsi les risques de brûlure chez les tout jeunes.

Côté esthétique, il existe aujourd'hui une variété importante de luminaires fantaisie, fabriqués de manière artisanale.

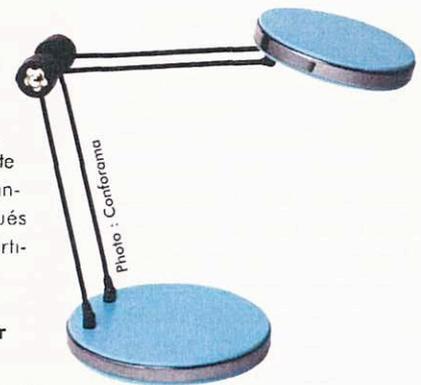


Photo : Conforama

### Recyclez pour décorer...

Enfin, vous pouvez réaliser vous-même les touches décoratives dans la chambre de votre enfant en recyclant des meubles anciens, des tissus... Pourquoi ne pas utiliser de vieux tissus (vêtements usagés, rideaux...) pour confectionner des gros coussins moelleux, des poufs... et aménager avec ces derniers un espace de lecture douillet et coloré. On peut aussi recouvrir des boîtes (à chaussures ou autres) de peintures ou de tissus pour les relooker et en faire des espaces de rangement. Redonnez une nouvelle vie à une vieille commode, à un guéridon,

Economique et écologique, cette lampe bleue, en métal avec un bras orientable, est équipée d'ampoules Led 1,8 W offrant une lumière douce, parfaite pour le repos de votre enfant.

Astucieux et écologiques, ces lits superposés, en pin massif avec nœuds apparents, sont livrés bruts, poncés et prêts à peindre, pour s'harmoniser avec votre déco. À vos pinceaux !



Photo : Camif

rien de plus simple pour réaliser une déco en un temps record que de poser des stickers ou des frises, mais, attention : vérifiez qu'elles ne nuisent pas à la qualité de l'air intérieur de la chambre de vos enfants par leur composition ou la colle utilisée pour leur application.



a une table de nuit en les peignant avec de la peinture sans COV (composés organiques volatils), bien sûr

Quant à l'animation des murs, réalisez des décors ludiques avec des pochoirs, que vous creerez vous même ou que vous achetez. Vous pouvez aussi poser des frises adhesives ou des stickers, a volonte, partout sur les murs, les meubles. Mais faites attention a leur composition et aux colles qui permettent de les appliquer. « On trouve aujourd'hui des stickers ecologiques fabriques a partir de fecule de pomme de terre et fixables au mur avec une colle non toxique. En plus d'être decoratifs, ils servent d'ardoise pour permettre a vos enfants d'exprimer librement leur creativite », explique Corinne Bullat dans son ouvrage *Une chambre d'enfant saine et ecologique*.

Autre alternative decorative : les « peintures tableaux » desormais proposees dans une version ecologique a base d'huile vegetale, de caseine sans derive de petrole ni COV. On les applique directement sur le mur ou sur une porte, sur une surface delimitée par un cadre en bois par exemple, disposee a la hauteur des enfants afin qu'ils puissent laisser libre cours a leur imagination. Toujours plus decoratives, ces peintures existent maintenant dans differents coloris (jaune, rose ou bleu). A vos pinceaux!

**Nathalie Soubiran**