

EVITEZ D'ACHETEZ, RECHAUFFER OU STOCKER DE LA NOURRITURE DANS DES EMBALLAGES N°1, 3, 6 ou 7 (PC).

La migration est fortement augmentée lorsqu'il s'agit d'un liquide, et par la durée de stockage, la présence d'un corps gras, la température, et le passage au micro-ondes.

Evitez les boîtes de conserve ou canettes avec revêtement en plastique blanc à l'intérieur (résine à base de Bisphénol A)  
Le problème concerne aussi les ustensiles de cuisine ...

(bouilloires électriques, paniers en plastique des cuis-vapeur électriques, poêles et moules avec revêtement TEFLON (PTFE))

Information de l'INRA de Toulouse : la pâte à modeler contient 50% de Phtalates qui passent donc dans la peau ...

#### BON A SAVOIR :

- Certaines bouteilles de lait sont codifiées PEHD et N°7 (PEHD + C + PEHD). Ce n'est pas du PC, donc pas de BPA.
- Certaines carafes d'eau sont codifiées N°7. S'il s'agit de "SAN" (Styrène AcryloNitrile), c'est un plastique sans BPA.
- Une brique alimentaire = Carton + Aluminium + PELD (N°4) à l'intérieur, donc à priori sans risque.

#### SOYEZ UN COMSOM'ACTEUR :

- PRIVILÉGIEZ LES EMBALLAGES en VERRE (bouteille d'huile, grand pot de yaourt), en CARTON et le VRAC.
- Si vous n'avez pas le choix, PRENEZ DES BOUTEILLES DE LAIT EN PEHD (N°2), ET POTS DE YAOURTS EN PP (N°5).

#### SOLUTIONS DE REMPLACEMENT :

- Plats en INOX 18/10, FER, FONTE, VERRE, vraie CERAMIQUE, Paniers vapeur en inox ou en bambou ...

EVITEZ D'ACHETEZ, RECHAUFFER OU STOCKER DE LA NOURRITURE DANS DES EMBALLAGES N°1, 3, 6 ou 7 (PC).

La migration est fortement augmentée lorsqu'il s'agit d'un liquide, et par la durée de stockage, la présence d'un corps gras, la température, et le passage au micro-ondes.

Evitez les boîtes de conserve ou canettes avec revêtement en plastique blanc à l'intérieur (résine à base de Bisphénol A)  
Le problème concerne aussi les ustensiles de cuisine ...

(bouilloires électriques, paniers en plastique des cuis-vapeur électriques, poêles et moules avec revêtement TEFLON (PTFE))

Information de l'INRA de Toulouse : la pâte à modeler contient 50% de Phtalates qui passent donc dans la peau ...

#### BON A SAVOIR :

- Certaines bouteilles de lait sont codifiées PEHD et N°7 (PEHD + C + PEHD). Ce n'est pas du PC, donc pas de BPA.
- Certaines carafes d'eau sont codifiées N°7. S'il s'agit de "SAN" (Styrène AcryloNitrile), c'est un plastique sans BPA.
- Une brique alimentaire = Carton + Aluminium + PELD (N°4) à l'intérieur, donc à priori sans risque.

#### SOYEZ UN COMSOM'ACTEUR :

- PRIVILÉGIEZ LES EMBALLAGES en VERRE (bouteille d'huile, grand pot de yaourt), en CARTON et le VRAC.
- Si vous n'avez pas le choix, PRENEZ DES BOUTEILLES DE LAIT EN PEHD (N°2), ET POTS DE YAOURTS EN PP (N°5).

#### SOLUTIONS DE REMPLACEMENT :

- Plats en INOX 18/10, FER, FONTE, VERRE, vraie CERAMIQUE, Paniers vapeur en inox ou en bambou ...



## TRIEZ VOS PLASTIQUES !

### Résine plastique + ADDITIFS

= Plastique + SOUPLE, + TRANSPARENT, + SOLIDE

Ces additifs (nommés "plastifiants") sont souvent toxiques.

Même à très faible dose, ils sont fortement suspectés d'être des substances **cancérogènes** et/ou **toxiques pour la reproduction**, et des **perturbateurs endocriniens**.

Combinés, ils se potentialisent et donnent le fameux "Effet Cocktail". Beaucoup de ces substances agissent comme des **leurrex hormonaux** qui sont interprétés par notre corps comme des **œstrogènes** (= hormones sexuelles féminines), ce qui amène à des dérèglements hormonaux majeurs (*malformations des organes génitaux, puberté précoce, infertilité, cancer du sein ou de la prostate par exemple*).

Ces substances (Phtalates, Bisphénol A, etc) , qui sont des **perturbateurs hormonaux, sont très nocives, en particulier pour les fœtus, les nourrissons et les jeunes enfants.**

**CODE D'IDENTIFICATION (ou CODE DE RECYCLAGE) :**

En-dessous des emballages en plastique se trouve un code (N°1 à 7), dans un triangle fléché (ce code est gravé dans la masse, donc peu visible si on n'y prête pas attention).

Sans ce code, il vous sera très difficile d'identifier de quel plastique il s'agit ... Vous pourrez alors contacter le fabricant ou appliquer le principe de précaution.

Sources, vidéos et informations sur les plastiques :

<http://pournepusmarchersurlatete.eclublog.com>



## TRIEZ VOS PLASTIQUES !

### Résine plastique + ADDITIFS

= Plastique + SOUPLE, + TRANSPARENT, + SOLIDE

Ces additifs (nommés "plastifiants") sont souvent toxiques.

Même à très faible dose, ils sont fortement suspectés d'être des substances **cancérogènes** et/ou **toxiques pour la reproduction**, et des **perturbateurs endocriniens**.

Combinés, ils se potentialisent et donnent le fameux "Effet Cocktail". Beaucoup de ces substances agissent comme des **leurrex hormonaux** qui sont interprétés par notre corps comme des **œstrogènes** (= hormones sexuelles féminines), ce qui amène à des dérèglements hormonaux majeurs (*malformations des organes génitaux, puberté précoce, infertilité, cancer du sein ou de la prostate par exemple*).

Ces substances (Phtalates, Bisphénol A, etc) , qui sont des **perturbateurs hormonaux, sont très nocives, en particulier pour les fœtus, les nourrissons et les jeunes enfants.**

**CODE D'IDENTIFICATION (ou CODE DE RECYCLAGE) :**

En-dessous des emballages en plastique se trouve un code (N°1 à 7), dans un triangle fléché (ce code est gravé dans la masse, donc peu visible si on n'y prête pas attention).

















Sans ce code, il vous sera très difficile d'identifier de quel plastique il s'agit ... Vous pourrez alors contacter le fabricant ou appliquer le principe de précaution.

















Sources, vidéos et informations sur les plastiques :

<http://pournepusmarchersurlatete.eclublog.com>





CODE	SIGLE	UTILISATION	TOXIQUES	PROBLEMES ASSOCIES
 	<b>PET</b> ou <b>PETE</b>	<b>Bouteilles</b> (eau, jus de fruits, ...)	<b>Antimoine, Pseudo-hormones</b>	<i>Fausses couches. Cancers. Problèmes respiratoires et cutanés. Perturbations hormonales</i>
 	<b>HDPE</b> ou <b>PE-HD</b>	Bouteilles de lait, Flacons...	/	/
  	<b>PVC</b> ou <b>V</b>	Film plastique "alimentaire", Jouets souples	<b>Phtalates, Dioxines</b>	<i>Perturbations hormonales Maladies du foie. Mauvais système immunitaire.</i>
 	<b>LDPE</b> ou <b>PE-LD</b>	Film intérieur des briques, Sachets	/	/
 	<b>PP</b>	Pots de yaourt, de margarine...	/	/
 	<b>PS</b>	Pots de yaourt, Barquettes, Gobelets...	<b>Styrène, P-NonylPhénol</b>	<i>Perturbations hormonales Cerveau, système nerveux Cancers. Leucémies.</i>
  	<b>PC</b>	Anciens biberons, Film intérieur des canettes et boîtes de conserves, ...	<b>BisPhénol A</b>	<i>Perturbations hormonales (surtout si exposition in utéro) Malformations. Infertilité. Obésité. Diabète. Cancer</i>

CODE	SIGLE	UTILISATION	TOXIQUES	PROBLEMES ASSOCIES
 	<b>PET</b> ou <b>PETE</b>	<b>Bouteilles</b> (eau, jus de fruits, ...)	<b>Antimoine, Pseudo-hormones</b>	<i>Fausses couches. Cancers. Problèmes respiratoires et cutanés. Perturbations hormonales</i>
 	<b>HDPE</b> ou <b>PE-HD</b>	Bouteilles de lait, Flacons...	/	/
  	<b>PVC</b> ou <b>V</b>	Film plastique "alimentaire", Jouets souples	<b>Phtalates, Dioxines</b>	<i>Perturbations hormonales Maladies du foie. Mauvais système immunitaire.</i>
 	<b>LDPE</b> ou <b>PE-LD</b>	Film intérieur des briques, Sachets	/	/
 	<b>PP</b>	Pots de yaourt, de margarine...	/	/
 	<b>PS</b>	Pots de yaourt, Barquettes, Gobelets...	<b>Styrène, P-NonylPhénol</b>	<i>Perturbations hormonales Cerveau, système nerveux Cancers. Leucémies.</i>
  	<b>PC</b>	Anciens biberons, Film intérieur des canettes et boîtes de conserves, ...	<b>BisPhénol A</b>	<i>Perturbations hormonales (surtout si exposition in utéro) Malformations. Infertilité. Obésité. Diabète. Cancer</i>

