

● A poche

Leur spécificité vient de l'absence de noyau absorbant cousu à l'intérieur et leur nom de la poche se situant à l'arrière de la couche (dans le dos de l'enfant). Ce sont les bandes de tissu ou inserts que vous glissez à l'intérieur qui constituent le noyau absorbant de la couche. Plus vous mettez d'inserts, plus la couche sera absorbante.

Faites tremper les inserts une nuit dans l'eau claire puis lavez-les 2-3 fois à 40°C avant utilisation. Cette opération permet d'améliorer leur capacité d'absorption et d'éviter qu'ils ne rétrécissent. (voir « avant la première utilisation » couches en coton) Après utilisation, ces couches se lavent à 40°C avec une lessive douce.

Nous déconseillons l'utilisation du sèche linge et plébiscitons le séchage à l'air libre.

Les doubles couches et inserts

Comme pour les couches, il existe plusieurs types de double couches ou d'inserts: en coton éponge, en microfibre, en bambou, en polaire ou en chanvre. Commencez par les faire tremper une nuit dans l'eau claire pour éviter qu'elles ne rétrécissent. Sans nécessairement les faire sécher, lavez les ensuite 2-3 fois à 40°C avec un essorage inférieur à 1200 tours/minute.

Après utilisation, elles se lavent à 40°C avec une lessive douce et passent au sèche linge, même si nous conseillons plutôt le séchage à l'air libre. Il est possible de laver ponctuellement vos double couches à 60°C en cas de persistance d'une odeur d'urine ou de tâches. Le lavage à 90°C n'est pas nécessaire, sauf peut-être après une maladie. Sachez, de plus, qu'à cette température, elles s'usent plus rapidement et que vous utilisez plus d'énergie.

Nous espérons avoir répondu à toutes vos questions.

Dans le cas contraire ou pour toute autres remarques, nous sommes à votre disposition par mail ou par téléphone du lundi au vendredi de 8h45 à 17 heures sans interruption

Tel : 0 820 825 487 (0,09€/mn) / Mail: serviceclients@bebe-au-naturel.com

<http://www.bebe-au-naturel.com>

Bébé au Naturel BP 80403 146 rue abbé Philippe Le Gall 56404 AURAY Cédex

Guide d'entretien des Couches Lavables

Vous venez d'acquérir des couches lavables. Ces changes en tissu sont faciles à utiliser, économiques, sains pour votre bébé et respectueux de l'environnement. Afin de vous aider à langer votre enfant dans les meilleures conditions, nous avons regroupé de nombreux conseils pratiques dans ce guide d'entretien. Nous espérons qu'il répondra à toutes vos questions

Les couches (coton, bambou, chanvre)

● Avant la première utilisation :

A l'image de votre linge de maison, les couches lavables n'atteignent leur capacité maximum d'absorption qu'après une dizaine de lavages (nous avons tous le souvenir d'une serviette de toilette toute neuve qui n'essuie rien). Vous pouvez toutefois les utiliser avant d'avoir atteint ce seuil en ajoutant une double couche ou en langeant votre bébé plus souvent.

Commencez par faire tremper vos couches une nuit dans l'eau claire pour éviter qu'elles ne rétrécissent. Sans nécessairement les faire sécher, lavez les ensuite 2-3 fois à 40°C avec un essorage inférieur à 1200 tours/minute. Méfiez-vous du chanvre qui peluche un peu lors des premiers lavages. Si vous devez laver une grosse quantité de produits en chanvre, il peut être préférable de ne pas laver tout en même temps ou de mettre le chanvre dans un sac en coton. Sachez enfin que le chanvre rétrécit et change d'aspect après lavage. C'est parfaitement normal et pris en compte lors du calcul des tailles

● Utilisation

Une couche lavable se met toujours l'étiquette à l'extérieur. Vous devez ensuite impérativement la recouvrir d'une culotte de protection, en veillant bien à ce qu'elle recouvre complètement la couche (surtout au niveau des cuisses et du dos). Il n'est cependant pas nécessaire de trop serrer la culotte qui risquerait de marquer de votre enfant tant au niveau des cuisses que du ventre (Vous devez pouvoir glisser une main entre la peau et la culotte). La nuit, lors des siestes ou si votre enfant a des urines abondantes, ajoutez une double couche pour augmenter la capacité d'absorption.

Vous pouvez également ajouter une « feuille de protection » chaque fois que vous changez votre bébé. Ces feuilles permettent de simplifier le nettoyage des couches notamment en cas de selles. Il suffit alors de jeter la feuille de protection salie à la poubelle, aux toilettes ou au bac à compost (elles ont biodégradables à 100%). Si ces feuilles sont simplement mouillées d'urine, vous pouvez les laver jusqu'à 2 fois avec vos couches en machine.

● Stockage

Après avoir changé votre enfant, deux possibilités s'offrent à vous. Si vous avez prévu de faire une machine dans la journée, vous pouvez mettre vos couches directement avec votre linge. En cas de selles, retirez le maximum avec la feuille de protection et, le cas échéant, enlevez les résidus sous un filet d'eau. Vous pouvez vous aider d'une petite brosse ou du jet de la douche. Mettez ensuite votre couche à laver normalement.

Si vous n'avez pas prévu de faire de machine, vous devez stocker vos couches souillées. Nous vous conseillons d'utiliser un seau avec couvercle en attendant d'avoir de quoi faire une lessive. Les couches peuvent y être stockées « à sec » ou dans de l'eau.

Un stockage « à sec », s'il est pratique et plébiscité par de nombreuses mamans, nécessitera toutefois un prélavage, toute tâche séchée ou ancienne étant plus difficile à faire partir. Ce mode de stockage peut également diminuer la durée de vie de vos couches en raison de l'acidité de l'urine qui attaque les fibres du tissu. Le stockage dans de l'eau, s'il peut paraître moins pratique, permet de faire tremper vos couches avec quelques gouttes d'huile essentielle d'arbre à thé ou de lavande vraie. Ces dernières ayant des propriétés antibactériennes et antifongiques permettront de désinfecter vos couches. Vous pouvez également, si vous le souhaitez, ajouter dans votre seau un détachant qui commencera le travail contre les tâches de selles tandis que la présence de l'eau diluera l'urine une première fois.

Si vous utilisez des huiles essentielles, il est conseillé d'utiliser un dispersant comme du gros sel ou du savon liquide, permettant une bonne diffusion de l'huile dans l'eau. Si vous avez des modèles de couches lavables qui se ferment avec des velcros, pensez à retourner les fermetures velcro vers l'intérieur pour qu'elles ne s'abîment pas.

● Lavage

Les couches en coton et en chanvre se lavent à 40-60°C. Les couches en Bambou se lavent plutôt à 40°C (de manière exceptionnelle à 60°C). Il n'est pas nécessaire de laver vos couches à 90°C, sauf peut-être suite à une maladie. A cette température, vos couches s'useront plus rapidement et vous consommerez beaucoup plus d'énergie. Nous vous conseillons d'utiliser des lessives douces (évituez les nettoyants agressifs à base de chlore ou de dérivés dont les résidus peuvent irriter la peau de votre enfant et abîmer vos couches). Evitez également les adoucissants et les lessives au savon de marseille qui pourraient graisser et diminuer l'absorption du tissu. Si vous constatez que votre lessive graisse vos couches, peut être utilisez-vous des quantités trop importantes. Diminuer le dosage peut parfois suffire à régler le problème. Evitez enfin l'eau de javel. Si vous désirez utiliser un détachant, utilisez de préférence un sel détachant à base d'oxygène actif dans votre machine ou alors le savon de bile sur des tâches localisées.

● Essorage et séchage

Nous déconseillons un essorage à plus de 1200 tours/minute car il pourrait abîmer ou diminuer la durée de vie de vos couches. L'utilisation du sèche-linge, s'il est possible pour tous les produits en tissu, est déconseillé et proscrit pour les couches TE1 et les culottes de protection, soit tous les produits contenant des matières synthétiques.

Après le séchage, les couches peuvent vous paraître moins douces voire "raides" si elles sont en chanvre. Pour leur redonner toute leur souplesse, vous pouvez soit les frictionner soit les tenir avec vos deux mains à chaque extrémité puis les étirer par petits à-coups.

Les culottes de protection

● En nylon ou PUL (polyuréthane)

A chaque change, retirez la culotte et, le cas échéant, laissez la sécher. Si elle n'a été ni salie ni mouillée, vous pouvez la remettre aussitôt avec une couche propre. Laver les culottes de protection avec des lessives douces, à une température de 40°C (60°C maximum) puis laisser les sécher à l'air libre. Si elles ont des tâches de selles, lavez les avec un peu de lessive puis séchez les au soleil qui est un blanchissant naturel. Nous déconseillons l'utilisation du sèche linge pour ces culottes.

● En laine

Si la culotte est humide, laissez la sécher. Si la culotte n'a été ni salie ni mouillée, vous pouvez la réutiliser aussitôt.

Elle se lave de préférence à la main, à l'eau froide et avec une lessive spéciale lainage.

Les culottes de protection en laine sont imperméables grâce à la lanoline qu'elles contiennent naturellement. Au fur et à mesure des lavages, la quantité de lanoline contenue dans la culotte diminue. Un bain mensuel de lanoline (2 cuillères à soupe / 1 L d'eau) est donc indispensable pour que les culottes regagnent en imperméabilité.

Les couches lavables tout en un (TE I)

● Intégrales

Comme nous le conseillons pour les couches en coton, faites tremper vos couches lavables TE1 intégrales une nuit dans de l'eau claire, puis lavez-les 2-3 fois à 40°C. Cette opération permet d'améliorer leur capacité d'absorption et d'éviter qu'elles ne rétrécissent. (voir « avant la première utilisation » couches en coton).

Après utilisation, lavez les à 40°C avec une lessive douce. Nous déconseillons l'utilisation du sèche linge pour ces produits même s'il est possible à température très douce et plébiscitons le séchage à l'air libre.