

## Le B.A.-BA des couches lavables



**Bien que les couches lavables soient plus saines, économiques et écologiques que les couches jetables, elles ont encore du mal à séduire certains parents qui les assimilent à une "régression" ménagère. Or, la couche lavable d'aujourd'hui ne ressemble plus au lange d'antan qui servait à emmailloter les tout-petits. Elle est parfois critiquée sans être vraiment connue alors que les fabricants ont conçu une couche moderne et pratique.**

### Les couches lavables

#### Les principaux modèles :

- ✓ "Classique" composé d'une couche (partie absorbante) et d'une culotte de protection (partie imperméable)
- ✓ "Tout en un" (TE1), qui ressemble aux couches jetables car le noyau absorbant et la culotte ne font qu'un (une variante TE1 à poche existe également pour moduler les capacités d'absorption)
- ✓ "Tout en deux" (TE2), la doublure se fixe sur la culotte. L'absorption peut ainsi être modulée et on ne lave uniquement que la doublure pendant 2 à 3 changes sans laver la couche
- ✓ "Hybride" où il est possible de mettre au choix des doublures lavables ou jetables.

**Les systèmes de fermeture :** scratchs, pressions, nœuds, ...

**Les tailles :** couches évolutives (taille unique) ou unitaille.

**Les matières des doublures dit "inserts" :** coton, chanvre, bambou, microfibre, tencel, polaire, ... qui ont toutes des caractéristiques d'absorption, temps de séchage, effet sec différentes permettant ainsi de s'adapter au mieux aux besoins de l'enfant.



#### Les bonnes pratiques pour l'entretien des couches lavables:

- ✓ Utiliser une machine à laver performante;
- ✓ Laver en machine à pleine charge;
- ✓ Laver à 40°C (60°C max pour les dégraisages);
- ✓ Sécher les couches à l'air libre dès que possible;
- ✓ Utiliser une lessive éco-labellisée en mettant la juste dose.