

Guide d'entretien et d'utilisation des couches lavables

Pour faciliter vos premiers pas, voici un petit mémo des points les plus importants pour une bonne utilisation des couches lavables.

Il reprend étape par étape les points clés pour bien démarrer :

- pendant le change
- le stockage des couches
- le lavage
- le séchage
- les lessives que l'on peut favoriser

si cela n'est pas suffisant,

n'hésitez pas à aller visionner l'atelier proposé par notre partenaires, les alternatives de Lilly. Il est découpé en séquence pour que vous puissiez aller à l'essentiel de ce qui vous intéresse.

Si vous avez des questions, vous pouvez aussi vous inscrire pour l'atelier en visio (1 x par mois) ou prendre un rdv téléphonique pour avoir des réponses en direct.



COUP DE POUCE :

Une page dédiée aux parents a été faite pour vous.

En scannant le QR code, vous trouverez vidéos, guides, informations pour vous accompagner dans cette nouvelle expérience.

Ainsi que les dates des ateliers en visio avec le lien d'inscription, et l'accès à l'agenda de notre partenaire pour les rdv téléphoniques.



PENDANT LE CHANGE

LE VOILE DE PROTECTION

Utiliser systématiquement un voile de protection facilite l'entretien de la couche et évite les tâches. Lorsqu'il n'y a que de l'urine, le voile de protection peut être lavé avec le reste des couches (selon qualité du voile).

En cas de selles, le voile de protection est jeté à la poubelle. Pour éviter de boucher les fosses septiques et les stations d'épuration, il est interdit de le jeter aux toilettes.

LES DÉBORDEMENTS

Si les selles débordent, enlever immédiatement le plus gros sous l'eau, puis pré-détacher en frottant avec un peu de savon au fiel ou savon de Marseille/Alep ou savon détachant que l'on trouve principalement en magasin bio, avant de mettre en machine.

Ne pas stocker les couches avec des selles à l'intérieur, celles-ci seraient irrémédiablement tâchées.

LES CREMES

ATTENTION : L'utilisation de crème de change, d'éosine ou d'autres produits de soin avec les couches peut tacher définitivement les couches.

L'utilisation de liniment et d'argile sont possibles, en fine couche.



LE STOCKAGE AVANT LAVAGE

Les couches sont stockées à sec (sans eau) dans un seau. Il est possible d'y placer une lingette lavable avec quelques gouttes d'huiles essentielles d'arbre à thé ou de lavande pour limiter les odeurs.

N'oubliez pas d'enlever les selles avant le stockage.

Le stockage est de 3 jours maximum (2 jours en cas de pathologie), au-delà il y a des risques de moisissures.



LE LAVAGE

Comment entretenir et laver les couches?

Après avoir vidé votre matériel de stockage, nettoyez et désinfectez-le régulièrement.

Il est possible d'effectuer un rinçage / essorage avant le lavage pour enlever le plus gros de l'urine.

Vous pouvez utiliser l'eau du bain de bébé pour effectuer ce pré-lavage. Dans ce cas, laissez tremper 20 minutes, essorez bien et lavez (ou stockez dans le seau).

Choisissez un programme de lavage à 40° en cycle long (supérieur à 1h).

Bien suivre les températures maximales recommandées par les fabricants de couches, ainsi que les recommandations sur le poids du linge maximal en fonction du programme de votre machine.

Pour améliorer les performances de votre machine.

Certains fabricants conseillent l'utilisation d'une boule type "magnofix" contre le calcaire,

Des boules de lavage et une machine non surchargée optimisent les conditions de lavage (et de séchage!).

Vous pouvez également utiliser des balles de tennis.

Comment doser la lessive ?

Avec une lessive "zéro résidu", ne mettez que le minimum recommandé,

Avec un détergent qui n'est pas garanti "zéro résidu",

- pour une machine à chargement par le dessus, ne mettez que la

moitié de la quantité recommandée par le fabricant,

- pour une machine à chargement frontal Ne mettez que le quart de la quantité recommandée

Pour les utilisateurs de noix de lavage, certains fabricants déconseillent leur utilisation.

Si vous le souhaitez, il est possible d'utiliser un désinfectant (type sanytol, nappyfresh, miofresh) en complément de votre produit lessiviel habituel, mais ces désinfectants ne sont pas très naturels.

Comment détacher ou dégraisser les couches ?

Après 2 mois, si vous constatez des fuites dès le premier pipi, des réactions allergiques, une forte odeur... vos couches sont encrassées, c'est à dire que les fibres sont incrustées de résidus de lessive ou de calcaire. Bons à savoir, les couches en microfibre et en polaire s'encrassent plus vite que les autres.

Nous vous recommandons alors de faire un dégrassage : une fois le lavage effectué, mettre de nouveau

les couches en machine pour un lavage à 60° sans lessive en cycle long. Il est possible d'y ajouter une cuillère à soupe de cristaux de soude ou de bicarbonate (anti-calcaire).

Pour le détachage, vous pouvez ajouter à votre lessive une cuillère à soupe de percarbonate de sodium (détachant et blanchissant)

Ne jamais utiliser d'eau de javel ou d'adoucissant ! Cela abîme les couches. Ne pas faire bouillir les couches et ni les culottes. Le vinaigre blanc ou les cristaux de soude à trop haute dose peuvent également endommager les couches.

UNE FOIS LAVÉES, DES COUCHES BIEN LAVÉES NE SENTENT NI L'URINE NI LE DÉTERGENT !



LE SECHAGE DES COUCHES

EN SÈCHE-LINGE

Une majorité des absorbants et accessoires peuvent se mettre au sèche-linge sauf les culottes de protection ou tous éléments comprenant une partie imperméable comme les « tout en 1 » (TE1 couches en un seul élément) et les sacs à couches.

SANS SÈCHE-LINGE

Suspendre vos couches avec le plus d'espace possible pour une bonne ventilation et un bon séchage.

Pour adoucir les couches, vous pouvez les assouplir avec les mains avant le pliage. Il est interdit de faire sécher les parties imperméables sur tout appareil diffusant de la chaleur (radiateur, convecteurs...).

LES LESSIVES

BONNES LESSIVES QUI N'ENCRASSENT PAS SUR DU LONG TERME

Ariel classique poudre (la verte) / Ecodoo / Potion
Auchan Lessive écologique / Etamine du lys de bébé Rainette à l'aloë vera / Biocoop lessive liquide / Leclerc Eco + poudre / Stanhome - Primewash et Aquilaun
Boule de lavage comme Biowashball (2 si > 4kg de linge) / Leclerc Lessive liquide écologique / Super croix secret d'ailleurs / Boule magnétique / Lessive maison à la cendre / Super U lessive écologique / Casino en poudre écologique aux HE lavande / Lessive maison avec savon d'alep Marius Fabre / Ulrich / Carrefour Eco planète en poudre concentré au savon végétal / Lessive maison avec savon de Marseille Marius Fabre à l'huile d'olive / X-tra total poudre

MAUVAISES LESSIVES QUI ENCRASSENT SUR DU MOYEN ET LONG TERME

Dash 2 en 1 / Monoprix liquide / Dash / OMO concentré HE / Etamine de lys classique / Persil
Gamma / Piwapee / Le Chat liquide / Skip Aloe Vera / La Vie claire

LESSIVES AVEC AVIS DIVERGENTS

Carrefour AGIR / lessive écologique Luretan / Ecover / Maison verte / l'Arbre vert / Noix de lavage / Le Chat en poudre

Et Après?

L'expérience vous a plu ?

Le Smicval met à disposition des aides financières pour acheter et/ou louer vos propres couches.

Rendez-vous sur mon-espace-smicval.fr



Pour toutes questions ou renseignements,
écrivez-nous : textile.sanitaire@smicval.fr

