

## Entretien des couches de coton

### Laver les couches, c'est tellement facile de nos jours! *Source bummiis*

Ce qui suit est une brève description de deux méthodes de base: avec trempage et à sec. Veuillez noter qu'il faut toujours suivre les instructions d'entretien et de lavage du fabricant, qui sont indiqués sur vos produits, si elles diffèrent des instructions suivantes!

#### MÉTHODE AVEC TREMPAGE

Cette méthode permet de tremper les couches à partir du moment où vous changez la couche souillée, jusqu'au moment du lavage. Les AVANTAGES de cette méthode sont l'élimination efficace des taches et une diminution dans la fréquence des lavages.

#### Comment le faire?

Remplissez votre seau d'eau froide à moitié et ajoutez 1/4 de tasse de vinaigre, bicarbonate de soude ou Hydrox (peroxyde d'hydrogène liquide concentré)

Débarrassez-vous du "flushie" ou secouez pour jeter les selles dans la toilette. Aucun rinçage n'est nécessaire, surtout si votre bébé est exclusivement allaité.

Après 3 ou 4 jours, ou après environ deux à trois douzaines de couches, versez le contenu de votre seau dans la laveuse, et faite essorer pour éliminer l'excès de liquide.

Procéder en suivant les instructions de

#### MÉTHODE À SEC (Sans trempage)

Les AVANTAGES liés à cette méthode sont, un seau moins lourd et vous n'aurez pas de liquide souillé à déverser dans la lessiveuse

#### Comment le faire?

Saupoudrer le fond de votre seau de bicarbonate de soude et insérez un sac lavable dans le seau. Le sac facilitera le transport jusqu'à la machine à laver.

Débarrassez-vous du "flushie" ou secouez pour jeter les selles dans la toilette. Aucun rinçage n'est nécessaire, surtout si votre bébé est exclusivement allaité.

Déposer les couches souillées dans le seau.

Faire un rinçage rapide à froid avant votre cycle de lavage régulier. Afin d'éviter que les taches deviennent permanentes, faite un lavage à l'eau chaude.

Procéder en suivant les instructions de

lavage.

lavage.

Si vous utilisez cette méthode, il vous faudra laver vos couches aux deux jours afin d'éviter qu'elles retiennent de mauvaises odeurs

## INSTRUCTIONS DE LAVAGE DE BASE

- Laver les couches dans l'eau chaude ou tiède, avec environ la moitié de la quantité de détergent recommandée par le fabricant.
- Sécher dans la sècheuse ou dehors sur une corde à linge: le soleil est un agent blanchissant et désinfectant naturel très efficace.
- Afin de conférer à vos couches leur capacité maximale d'absorption, lavez-les 2 ou 3 fois avant de les utiliser, pour épaissir les fibres.
- Toujours suivre les directives de lavage et d'entretien du fabricant.
- Les résultats peuvent varier selon l'eau, le détergent, la machine, etc.

Pour assurer une expérience agréable avec vos couches!

- **N'utilisez pas d'eau de javel ni d'agents blanchissants.** Ils abîmeront les fibres des tissus et détruiront les couvre-couches. Sans parler des effets néfastes sur la peau de votre bébé et sur l'environnement...
- **N'utilisez pas d'adoucisseurs à tissu.** Ils laisseront un résidu cireux sur vos couches et couvre-couches, et mèneront aux fuites. Même l'utilisation de ceux en feuilles (type Bounce) peut laisser un résidu dans la sècheuse et affecter vos couches.
- **N'utilisez pas** d'agents nettoyants naturels contenant des huiles ou des adoucisseurs qui peuvent enduire les fibres de vos couches ou couvre-couches. Un certain nombre de gens nous ont rapporté qu'ils ont eu des difficultés avec les agents nettoyants suivants :
  - All Free and Clear (and other Free and Clear detergents)
  - Dr. Bronner's Soap
  - Certaines versions de Bio-Kleen
  - 7Th Generation
  - Dreft
  - Ivory Snow
  - La plupart des produits "savon pur"
- Les produits qui ont été endommagés par des produits nettoyants naturels peuvent parfois être sauvés! Répéter le processus suivant deux fois: faire passer vos couches et couvre-couches dans un cycle de lavage avec seulement de l'eau chaude (si les instructions de

lavage du fabricant le permettent) Faire un second lavage en ajoutant 1/2 tasse de bicarbonate de soude et 1/2 tasse de vinaigre lors- du lavage – et une autre 1/2 tasse de vinaigre lors du premier cycle de rinçage. Faire un deuxième cycle de rinçage avec seulement de l'eau.

- **N'utilisez** pas de détergents à lessive contenant des parfums, des teintures, des agents de blanchissement de chlore ou des ingrédients qui préviennent les taches.
- **N'utilisez** pas une trop grande quantité de détergent car cela pourrait rendre vos couches et couvre-couches odorantes et inefficaces et pourrait aussi causer des irritations cutanées. Un peu suffit!
- **Faire attention** si vous utilisez des crèmes pour les soins de la peau de bébé, surtout celles qui contiennent des huiles de poisson. Elles peuvent tacher vos couches et couvre-couches, les rendre malodorantes et nuire à leur performance. Utiliser tout onguent avec modération. Les "flushies" font une bonne barrière entre la couche et la crème.
- **Utiliser le niveau maximal d'eau dans votre machine à laver** pour assurer le rinçage complet des couches et couvre-couches. Tout résidu de détergent affectera la performance!
- Déplier vos couches avant de les tremper ou de les laver afin de permettre un lavage complet.
- Ajouter, à l'occasion, 1/2 tasse de vinaigre au premier cycle de rinçage afin d'éliminer tout résidu de détergent, cette pratique sert à désodoriser, désinfecter et blanchir. N'ajoutez pas le vinaigre au dernier rinçage, car ceci aura l'effet contraire! Vos couches pourraient devenir malodorantes... N'utilisez pas le vinaigre avec les couvre-couches, sauf lorsque vous désirez enlever les excédents de détergents.
- Faites un cycle supplémentaire d'essorage après le lavage. Ceci peut réduire le temps de séchage jusqu'à 25%!
- Vous pouvez aussi ajouter une serviette de bain sèche à la sècheuse avec vos couches, ceci réduira également le temps de séchage!!

Assurez-vous que vos couvre-couches sont bien ajustées autour de la taille et des cuisses, et que vous utilisez la bonne taille de couche et couvre-couche pour votre bébé.

Vous pouvez sentir vos couches et couvre-couches après les avoir lavé! Si elles sont malodorantes ou si elles sentent le détergent, laver encore une fois avec moins de détergent et plus d'eau. [Source bummis](#)