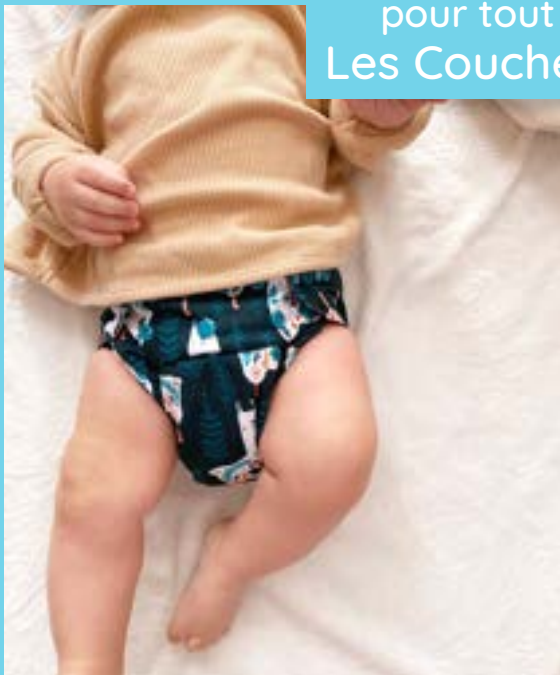


# Maman & Bébé

## Nature



**LE GUIDE**  
pour tout savoir sur  
Les Couches Lavables



**BIEN DÉBUTER AVEC LES  
COUCHES LAVABLES**

[www.mamanetbebenature.fr](http://www.mamanetbebenature.fr)

# SOMMAIRE

Cliquez sur les titres pour accéder directement à la page souhaitée



## INTRODUCTION

- 1 [Qui sommes nous ?](#)
- 2 [Nos engagements](#)

## ZOOM SUR LES COUCHES LAVABLES

- 3 [Pourquoi choisir les couches lavables, quelques chiffres](#)
- 4 [Des couches écologiques](#)
- 5 [Des couches saines et confortables](#)
- 6 [Des couches économiques](#)
- 7 [Des couches faciles à utiliser](#)
- 8 [Quel modèle de couches lavables choisir ?](#)
- 9 [les couches lavables et la nounou](#)

## FAIRE LE BON CHOIX

- 9 [Le système évolutif](#)
- 10 [Les différences entre TE1 et TE2](#)
- 11 [La couche lavable TE1](#)
- 12 [La couche lavable TE2](#)
- 13 [La couche lavable intégrale](#)
- 14 [Les couches lavables newborn](#)
- 15 [Comment mettre une couche lavable ?](#)



# SOMMAIRE

Cliquez sur les titres pour accéder directement à la page souhaitée



## LES INSERTS

- 16 [Les différents inserts](#)
- 17 [Conseils de stockage et de lavage](#)
- 18 [Conseils en images](#)
- 19 [Les lessives conseillées](#)
- 21 [Notre recette de lessive maison](#)
- 22 [Le dégrassage](#)

## LA COLLECTION SENSITIVE

- 23 [Des matériaux certifiés Oeko Tex®](#)
- 24 [Les différentes couches lavables](#)
- 25 [Les inserts, lingettes & voiles lavables](#)
- 26 [La gamme féminine](#)

## LES AUTRES LIGNES

- 27 [Les couches maillots de bain lavables](#)
- 28 [Les culottes d'apprentissage](#)
- 29 [Les sacs et trousse imperméables](#)
- 30 [Le matelas à langer nomade](#)
- 31 [Les chaussons en cuir pour bébé](#)
- 32 [Les cosmétiques bio Néobulle](#)
- 33 [Remerciements et Code promotion](#)
- 34 [Rejoignez-nous !](#)



# Maman & Bébé

## Nature

### Merci !

Tout d'abord, nous tenons à vous remercier ! Merci pour l'intérêt que vous portez à ce guide et donc aux enjeux d'une meilleure protection de notre environnement, en limitant nos déchets d'une part et en consommant des produits plus sains pour la santé d'autre part.


Nous espérons que ce guide répondra à toutes vos interrogations sur l'univers des couches lavables.

Si toutefois des zones d'ombres subsistaient, n'hésitez pas à nous contacter par mail à : [contact@mamanetbebenature.fr](mailto:contact@mamanetbebenature.fr), nous nous ferons une joie de vous répondre.

### Notre engagement :

La marque Maman & Bb Nature est née de l'envie de consommer autrement. C'est le fruit d'une réflexion sur un sujet qui nous concerne tous, aujourd'hui : **quelle planète allons nous laisser demain à nos enfants ?** C'est alors naturellement que notre marque s'est spécialisée dans les articles de puériculture zéro déchet. D'abord avec une large collection de couches lavables et ensuite avec d'autres produits comme les lingettes lavables, les coussinets d'allaitement lavables, les protections féminines lavables etc....



 NB : Cette icône indique que vous pouvez cliquer pour accéder à plus d'informations

### Notre Histoire :

C'est en 2013, à la naissance de son deuxième enfant que Siham, une jeune maman interpellée par la quantité de couches jetables qu'elle utilisait quotidiennement, a décidé de changer sa manière de consommer. Persuadée que d'autres parents étaient dans la même situation, elle se lance le défi de créer sa propre marque de couches lavables afin de proposer aux jeunes parents de préserver la santé de leur bébé tout en respectant l'environnement.

C'est ainsi que la marque **Maman Et Bébé Nature** vit le jour : des couches lavables évolutives de qualité, respectueuses de la peau de bébé, faciles d'utilisation et d'entretien mais surtout accessibles à tous.

Après **neufs années d'existence** et plus **10.000 familles** équipées, nous sommes fiers d'avoir pu participer à notre niveau à la mise en place de nouvelles habitudes de consommation. Durant toutes ces années, notre marque n'a cessé de se spécialiser dans le domaine de la puériculture et de la maternité zéro déchet. Actuellement plus de **800 références** sont proposées sur notre site internet [www.mamanetbebenature.fr](http://www.mamanetbebenature.fr). Vous y trouverez entre autres, **des couches lavables, des lingettes lavables, des langes en coton Bio, des jouets d'éveil, des cosmétiques BIO pour enfants et mamans, des serviettes hygiéniques lavables ainsi que des coussinets d'allaitement.** Une gamme complète de produits de qualité, adaptée à tous les profils et budgets, destinée aux familles désireuses de consommer plus responsable.

Acteurs d'une démarche éco-responsable et à l'écoute des familles depuis nos débuts, nous avons développé en 2019, la ligne **Sensitive**. Il s'agit d'une gamme de produits fabriqués intégralement à partir de matériaux certifiés **OEKO-TEX® standard 100 classe 1**. Elle comporte une collection de couches lavables **TE1, TE1 intégrales et TE2**, des inserts, ainsi que des produits d'hygiène féminine lavables et des lingettes.

D'autres nouveautés sont à venir et nous espérons qu'elles nous permettront de continuer à répondre à la demande des parents soucieux d'une consommation plus saine et plus réfléchie.

# Nos engagements :



## Saines & Efficaces

Nos couches lavables sont conçues afin de garantir à bébé confort, douceur et absorption aussi bien de jour comme de nuit.



## Écologie

Chaque année, 20 milliards de couches jetables sont utilisées dans le monde. Utiliser des couches lavables, c'est faire un geste considérable pour la planète en réduisant ses déchets.



## Économies

Investir dans des couches lavables permet de diviser les frais liés aux couches par 3. Par ailleurs, nos couches lavables sont évolutives. Elles serviront de la naissance de votre enfant, jusqu'à ce qu'il ait acquis la continence, vous n'aurez pas besoin de vous ré-équiper.



## Conseils

Afin de vous accompagner au mieux dans l'aventure des couches lavables, Maman & Bébé Nature c'est aussi un service de conseils personnalisés. Nous répondrons à toutes vos questions, du lundi au vendredi, de 9h à 17h, afin de vous permettre de vous lancer en toute sérénité.



# Pourquoi choisir les couches lavables ?

## QUELQUES CHIFFRES

### LES COUCHES JETABLES C'EST :



30 À 40% DES DÉCHETS D'UNE FAMILLE AVEC UN ENFANT EN COUCHES SOIT UNE TONNE DE DÉCHET PAR ENFANT



400 À 500 ANS POUR SE DÉCOMPOSER



UNE TASSE DE PÉTROLE EST NÉCESSAIRE À LA FABRICATION D'UNE COUCHE JETABLE



LA PRÉSENCE DE RÉSIDUS DE SUBSTANCES CHIMIQUES DANGEREUSES POUR LA SANTÉ DE VOTRE BÉBÉ



LA PRÉSENCE DE PARFUM QUI EST UN PRODUIT CHIMIQUE CONTROVERSÉ



120 M3 D'EAU SONT NÉCESSAIRES À LA FABRICATION D'UNE COUCHE JETABLE

# Pourquoi choisir les couches lavables ?

## QUELQUES CHIFFRES

### LES COUCHES LAVABLES C'EST :



LE CHOIX D'UNE PROTECTION SAINE ET RESPECTUEUSE DE LA SANTÉ DE VOTRE ENFANT



VOUS EVITEZ LA CREATION D'UNE TONNE DE DÉCHETS



750€ C'EST L'ÉCONOMIE MOYENNE RÉALISÉE POUR UN ENFANT EN COUCHES LAVABLES, L'ÉCONOMIE MULTIPLIÉE SI LES COUCHES LAVABLES SERVENT A PLUSIEURS ENFANTS.



UN SYSTÈME RÉUTILISABLE POUR TOUS LES ENFANTS DE LA FAMILLE



UN SYSTÈME EVOLUTIF : UNE SEULE COUCHE DE LA NAISSANCE À LA PROPRETE DE BÉBÉ



L'EAU ET L'ELECTRICITE CONSOMMÉS POUR L'ENTRETIEN DES COUCHES LAVABLES SONT BEAUCOUP MOINS ÉNERGIVORES QUE CEUX UTILISÉS POUR LA CREATION D'UNE SEULE COUCHE JETABLE.



EN 2023, MAMAN ET BEBE NATURE C'EST + DE 10.000 FAMILLES ÉQUIPÉES ! REJOIGNEZ NOUS !

# Pourquoi choisir les couches lavables ?

## UN RÉVEIL DES CONSCIENCES

### Un choix déterminant :

Depuis la naissance jusqu'à l'acquisition de la propreté, un enfant utilisera approximativement **5 000** couches jetables. La production de ces couches consomme **650kg** de ressources naturelles, telles que le **pétrole** et les **arbres**. Elles sont responsables de la production d'**une tonne de déchets**, dont certains sont incinérés, provoquant ainsi de la **pollution**. D'autres déchets sont enfouis et peuvent prendre jusqu'à **500 ans pour se décomposer**. En outre, **120m<sup>3</sup>** d'eau sont nécessaires pour la fabrication de ces couches jetables.

En revanche, seulement **20 à 40** couches lavables suffiront à un enfant depuis sa naissance jusqu'à ce qu'il soit propre. La production et l'entretien de ces couches, y compris les lavages, requièrent **83 m<sup>3</sup>** d'eau et **190kg** de matières premières. Les couches lavables génèrent **six fois moins** de déchets que leurs homologues jetables, et une grande partie de ces déchets est **biodégradable** en quelques mois seulement.

### Les couches lavables sont plus écologiques

Les couches jetables, réputées pour leur **praticité**, leur **facilité d'utilisation** et leur **efficacité**, sont devenues la norme actuelle. Leur entretien se limite à **vider régulièrement la poubelle** pour éviter les **odeurs désagréables**. Cependant, elles présentent aussi des **inconvenients**.

L'utilisation de couches jetables représente un **coût élevé** pour les familles et elles ont un **impact environnemental considérable**, notamment en raison de leur production et de la **quantité de déchets** qu'elles engendrent. De plus, la composition des couches jetables suscite régulièrement des **controverses**. Face à ces préoccupations, un nombre croissant de parents optent pour les **couches lavables**. Qu'est-ce qui les pousse à préférer les couches lavables aux couches jetables ?





# Pourquoi choisir les couches lavables ?

SAINES, CONFORTABLE ET STYLÉES !

## Les couches lavables représentent une alternative saine aux couches jetables

Les couches jetables contiennent des éléments potentiellement **nocifs** pour la santé de votre enfant, tels que le **gel absorbant**, les **parfums**, les **produits chimiques** et le **pétrole**. Ces substances sont reconnues pour leur potentiel **allergène** et certaines sont même considérées comme **cancérogènes**. Les couches sont en contact constant avec la peau de nos enfants, presque 24 heures sur 24 pendant au moins deux ans, et les effets à long terme de cette exposition restent **mal connus**.

Il est important de noter que les couches jetables sont **moins perméables** à l'air que les couches lavables. En comparaison avec une couche jetable, la **température à l'intérieur d'une couche lavable est généralement inférieure d'un degré**. Par conséquent, les enfants qui portent des couches lavables ont tendance à beaucoup moins **souffrir d'érythèmes fessiers**.



## Des couches et du style !

Chez Maman & bébé nature, nous vous offrons un large éventail de choix. Nos couches lavables ne se limitent pas seulement à leur **fonctionnalité**, elles deviennent de **véritables accessoires de mode** pour votre bébé. En plus de leur **praticité**, nos protections offrent une **palette de designs, de couleurs et de motifs** pour que vous puissiez trouver celui qui correspond parfaitement à votre style et à celui de votre enfant. Ainsi, vous pourrez **allier confort, durabilité et style** lors des moments de change.

# Pourquoi choisir les couches lavables ?

FAITES DES ECONOMIES !

## Utiliser des couches lavables permet de réaliser des économies

L'utilisation de couches jetables pour un enfant représente en moyenne un coût de 1500€, une dépense que de nombreux ménages préféreraient éviter. Opter pour des couches lavables de la naissance à la propreté de l'enfant revient à une dépense qui peut aller de 300 à 900€. Cette large fourchette s'explique par la variété des modèles et de leurs coûts respectifs.

Chez Maman & bébé nature, nous avons choisi un modèle évolutif pour nos couches lavables. Elles grandissent en même temps que votre enfant, ce qui vous permet de réaliser de belles économies. Plus besoin de vous équiper à chaque fois que votre bébé grandit. En vous équipant une seule fois, vous couvrez toute la période d'incontinence de votre enfant.

Si vous envisagez d'agrandir la famille, les couches lavables pourront être réutilisées pour le reste de la fratrie, permettant ainsi de réaliser d'autant plus d'économies.

Aussi, Certaines familles rencontrent des contraintes (travail, garde de bébé...) les empêchant d'utiliser exclusivement des couches lavables.

Cela ne doit pas être considéré comme un obstacle, car il est important de se rappeler que chaque action compte. Vous pouvez choisir d'utiliser des couches lavables lors des occasions propices, comme les week-ends, les congés et les nuits. À votre échelle, chaque fois que vous le pouvez, vous contribuerez à préserver la santé de votre enfant ainsi que celle de la planète.



# Pourquoi choisir les couches lavables ?

## FACILES AU QUOTIDIEN

### Les couches lavables, ce n'est pas sorcier !

Bien des personnes qui seraient intéressées par les couches lavables n'osent pas franchir le pas par soucis d'organisation. On a parfois du mal à jongler avec le quotidien, et personne n'a envie de se rajouter des tâches supplémentaires.

Cependant utiliser des couches lavables est bien plus facile qu'on ne le pense. Il y a en effet une routine de lavage à mettre en place mais rien de bien méchant !

On vous explique tout !

### Comment laver et entretenir les couches lavables ?

C'est la question que beaucoup de parents se posent et pour cause, il y a énormément de préjugés sur la question !

La réponse est très simple, nos couches lavables et nos inserts sont très faciles d'entretien, ils passent en machine à 40° et peuvent aussi passer au sèche linge (en mode délicat).

En attendant le lavage, vous pouvez stocker les couches et inserts souillés dans un panier à linge aéré, vous avez 2 à 3 jours maximum pour procéder au lavage.

Le lavage s'effectuera en machine en 2 temps, d'abord un cycle de pré-lavage, et ensuite un cycle classique.

Nous aborderons dans la suite de ce guide le sujet de l'entretien et du lavage plus en détails.

### Le voile de protection

L'un des aspects les plus décourageants pour ceux qui ne sont pas familiers avec les couches lavables concerne la gestion des selles de bébé.

Ne vous inquiétez pas, il existe une solution permettant de récupérer les selles sans devoir les manipuler directement : les voiles de protection.

Ce sont des feuilles de viscose de bambou que l'on place sur l'insert, permettant de recueillir les selles et facilitant ainsi le nettoyage des inserts.

Les voiles de protection peuvent être soit lavables, soit jetables.



# Pourquoi choisir les couches lavables ?

## FACILES AU QUOTIDIEN

### Le voile de protection : Mode d'emploi

Au moment du change, il suffit de jeter le **contenu du voile de protection** dans les toilettes. Le voile de protection sera quant à lui jeté à la poubelle ou lavé.

### Le voile de protection lavable

Il s'agit d'un voile en micropolaire que l'on place au dessus de l'insert pour récupérer les selles.

L'avantage des voiles de protection lavables est qu'ils **facilitent** grandement le nettoyage des inserts, même en cas de selles liquides. C'est pour cette raison que nous les recommandons **notamment pour les bébés allaités**.

Par ailleurs, ils offrent à bébé un "effet au sec" pour plus de confort. Enfin, ils permettent d'aller encore plus loin dans la démarche zéro déchet.



### Le voile de protection jetable

Ce sont des feuilles de tissu très **fin**es (aussi fines qu'une lingette jetable) qui sont **biodégradables**.

Néanmoins, nous vous recommandons de **jeter vos voiles de protection jetables à la poubelle**.

En effet, il faut compter une dizaine de jours pour que les voiles de protection se dégradent, ce qui peut causer des dégâts dans les canalisations. De manière générale, en dehors du papier toilette, nous vous recommandons de **ne jamais rien jeter dans les toilettes**.

À noter que le voile peut être lavé avant d'être réutilisé s'il ne contenait pas de selles.



# Quel modèle de couche lavable choisir ?

## BIEN CHOISIR SON MODÈLE

### Le choix du modèle :

Quand on commence à se pencher sur la question des couches lavables, on est très vite noyé sous un trop plein d'informations. On se retrouve bien vite démuni face à un jargon incompréhensible pour les non-initiés : Insert, TE1, TE2, couche intégrale, doubles goussets... C'est quoi tout ça ? Quelle couche lavable dois-je acquérir pour mon bébé ? Pas de panique, on vous explique tout !

### Quelles couches lavables utiliser ?

Pour la journée vous pouvez choisir entre les couches TE1 (Tout-En-1) ou les couches TE2 (Tout-En-2).

Faciles d'utilisation et peu volumineuses, ces deux modèles de couches permettent de **moduler l'absorption** de la couche en fonction de vos besoins en utilisant un insert différent en fonction du moment de la journée.

Les **couches intégrales** quant à elles sont très efficaces pour les **nuits** et garantissent à bébé une absorption optimale pour passer des nuits sereines.

### Qu'est-ce qu'un insert ?

L'insert est la **partie absorbante** de la couche lavable. Il peut être composé de différentes matières et de différentes épaisseurs. La microfibre est une matière très absorbante qui présente l'avantage de **sécher très rapidement**. Quant au bambou, il a des qualités naturellement absorbantes, antibactériennes et thermorégulatrices.



# La nounou et les couches lavables

## COMMENT S'ORGANISER ?

Contrairement aux idées reçues, Une grande majorité de nounous accepte les couches lavables. Mais alors comment s'organiser ? On vous explique tout !



Maison



Le soir, vous récupérez les couches et inserts souillés dans le sac imperméable, il ne vous reste plus qu'à les laver !



1

Le matin, préparez les couches propres et placez les inserts à l'intérieur pour faciliter le change à la nounou. Mettez le tout dans le sac imperméable.



Nounou

# Le système évolutif

## UNE SEULE COUCHE DE LA NAISSANCE À L'ACQUISITION DE LA CONTINENCE

Un des atouts majeurs de nos couches lavables est qu'elles sont **évolutives**. Grâce aux boutons pressions situés à la taille et sur le devant de la couche, vous avez la possibilité d'**adapter** la couche à la **morphologie** de votre enfant.

Avec les couches lavables Maman & Bébé Nature, lorsque bébé grandit, il suffit de **réajuster** le réglage des boutons pression de la couche et le tour est joué !

Ce système est très **économique** car il vous évite de devoir acheter de nouvelles couches lavables à chaque fois que le gabarit de votre bébé évolue.

*Voici trois réglages conseillés en fonction du poids de bébé :*

### Taille S : de 3 à 7 kg.



### Taille M : de 7 à 11 kg.



### Taille L : de 11 à 15 kg.



# LES DIFFERENCES ENTRE

TE2



TE1



## Quelles sont les différences entre les TE1 et les TE2 ?

### COMMENÇONS PAR CE QUI LES RASSEMBLE !

Les couches TE1 tout comme les TE2 sont bien évidemment lavables, évolutives de la naissance à la propreté de l'enfant (de 3 à 15kg) et sont composées d'une partie imperméable (la couche) et d'une partie absorbante (l'insert).

Il est bien sûr possible de moduler l'absorption en utilisant des inserts différents en fonction des besoins.

### MAIS ALORS, QU'EST-CE QUI LES DIFFÉRENCIE ?

Pour faciliter votre choix et votre lecture, nous avons dressé le tableau comparatif suivant :





# TABLEAU COMPARATIF

Comprendre les différences entre le modèle  
Te1 et Te2

	TE1	TE2
ERGONOMIE	Doublure intérieure en polaire. Poche pour glisser l'insert	Revêtement en matière imperméable
INSERT	Sans pression, à glisser dans la poche ou sur la doublure	Avec pression, à clipser dans la couche
CHANGE	Proche des couches jetables pour l'utilisation, on lave au lieu de jeter	On lave l'insert à chaque change et la couche tous les 2/3 changes (sauf en cas d'accident)
AVANTAGE	Moduler l'absorption en jouant avec les inserts (dans la poche ou sur la couche)	Présence de doubles goussets pour éviter les fuites. Parfait pour les bébés aux selles liquides ou qui font beaucoup pipi
ÉCONOMIE	Avec assez d'insert vous pouvez organiser la routine de lavage	En réutilisant la couche, vous gagnez en temps et en lavages
MATÉRIEL	Posséder 15 à 20 couches pour tourner sur 1,5j. Prévoir des inserts en bambou supplémentaires	Posséder 10 à 12 couches mais avoir le double d'inserts et choisir différentes matières
ORGANISATION	Simple d'utilisation, avoir le bon nombre de couches et inserts, préparer ses couches à l'avance	Petite manipulation lors du change en clipsant l'insert. Acheter plus d'inserts

## A garder en tête :

Parce que chaque enfant est différent et que nous n'avons pas tous le même quotidien, il n'existe pas UN modèle de couches lavables idéal. Le mieux si vous en avez la possibilité, c'est de tester les deux modèles. Cela vous permettra de déterminer quel système convient le mieux à votre enfant et à votre organisation au quotidien.

# LA COUCHE LAVABLE

## TE1 CLASSIQUE



### À savoir :

- ✓ Modèle idéal pour les bébé "potelés"
- ✓ Conseillée pour les bébé de plus de 6 mois
- ✓ Facile à prendre en main
- ✓ Effet au sec
- ✓ Facile d'entretien
- ✓ Séchage rapide

# LA COUCHE LAVABLE

## TE2 CLASSIQUE



### À savoir :

- ✓ Modèle idéal pour les bébé à petites cuisses
- ✓ Conseillée pour les bébé allaités exclusivement
- ✓ Double goussets anti-fuites, idéal pour les enfants allaités
- ✓ Économique
- ✓ Facile d'entretien
- ✓ Séchage très rapide

# LA COUCHE LAVABLE INTÉGRALE

Doublure en bambou  
"effet fesses au sec"

Doubles Goussets

Insert en  
bambou et  
microfibre  
5 épaisseurs

Poche  
extérieure



Elastiques à l'entrejambe

## La couche lavable Te1 intégrale : l'allié des nuits sereines

Les couches lavables intégrales TE1 sont idéales pour des nuits paisibles ! Elles sont le parfait compromis entre confort et absorption pour des temps de pose longs comme le dodo.

On parle de couches intégrales car contrairement aux TE1 et aux TE2 où l'insert est dissociable de la couche, sur ce modèle l'insert est cousu à la doublure de la couche. Nos couches intégrales sont dotées d'un insert composé de 5 épaisseurs de bambou et microfibre ce qui leur confère un pouvoir absorbant unique. Grâce à la poche située à l'arrière de la couche vous avez la possibilité d'augmenter la capacité d'absorption de cette dernière en y ajoutant un insert. Le revêtement intérieur de la couche en charbon de bambou garantit à bébé un effet fesses au sec. Cette matière végétale est reconnue pour ses propriétés anti-bactériennes, anti-fongiques et thermorégulatrices. Enfin, ce modèle est doté de doubles goussets, un précieux allié anti-fuite.

### À savoir :

- ✓ Modèle idéal pour les nuits
- ✓ Couche la plus facile à prendre en main
- ✓ Insert 5 épaisseurs ultra absorbant

# Les couches lavables newborn

BIEN S'ÉQUIPER DES LA NAISSANCE

## Les couches lavables Newborn, idéales pour les petits gabarits

La gamme de couches lavables **Newborn** a été développée afin de répondre à la demande des parents dont les bébés naissent **prématurément** ou avec un gabarit très fin. En effet, comme expliqué précédemment, notre collection de couches lavables classiques est évolutive. Elles s'adaptent aux bébés de 3 à 15 kg. Cependant il est possible qu'à la naissance, votre bébé soit très fin, et que même réglées à la plus petite taille, nos couches lavables classiques soient un peu trop grandes.

Pour répondre à cette problématique, nous proposons une gamme **Newborn**. La couche et l'insert sont **plus petits** et s'adaptent aux nourrissons de 2.5 à 5.5 kg. Elles sont idéales pour une **utilisation dès la maternité**, et serviront plusieurs mois après la naissance de bébé.

Proposées en gamme TE1 classique ou en gamme Te1 intégrales, ces couches en taille Newborn apporteront à bébé tout le confort et l'absorption dont il aura besoin au cours de ses premiers mois.

Vous trouverez sur la boutique des inserts complémentaires, en microfibre et en bambou, adaptés aux couches newborn.



# Mode d'emploi : Couche Te1



1. Placez votre insert par dessus la couche et posez votre voile de protection.



2. Ou bien, placez votre insert à l'intérieur de la couche et posez votre voile de protection



3. A l'aide de des boutons pression, réglez la couche à la taille de votre enfant.



4. Vérifiez l'ajustement de la couche. Bébé est prêt !

# Mode d'emploi : Couche Te2



1. Fixez votre insert à la couche en utilisant le bouton pression.



2. Placez votre voile de protection par dessus l'insert.



3. A l'aide des boutons pressions, réglez la couche à la taille de votre enfant.



4. Vérifiez l'ajustement de la couche. Bébé est prêt !

# METTRE SA COUCHE EN 5 ÉTAPES

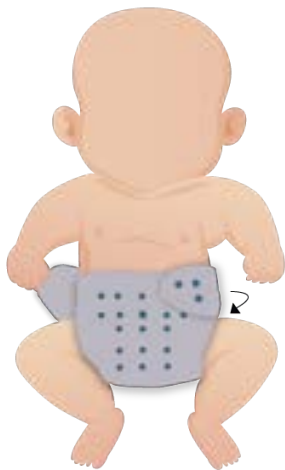
## LE PAS A PAS EN IMAGES

### Étape 1 :



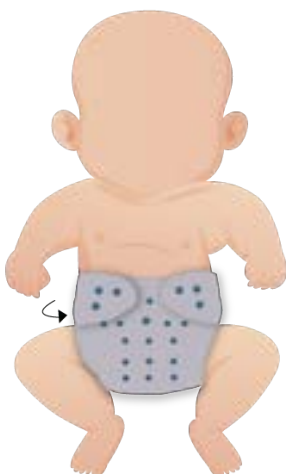
On ouvre la couche, on positionne l'insert, et on rabat la partie avant sur bébé.

### Étape 2 :



On rabat la languette droite et on ajuste à la morphologie de bébé.

### Étape 3 :



On rabat la languette gauche à la morphologie de bébé.

### Étape 4 :



On ajuste la couche et on la réduit à l'entrejambe à la morphologie de bébé.

### Étape 5 :



On remonte l'insert en introduisant deux doigts entre les pressions afin d'éviter les fuites.

# Les inserts

MODULEZ L'ABSORPTION DE VOS COUCHES LAVABLES EN FONCTION DES BESOINS DE VOTRE ENFANT

## Inserts en microfibre

Atout principal : Entretien facile

Autres atouts : Résistant, absorption rapide, séchage très rapide.

Absorption : 



## Inserts en Charbon de bambou

Atout principal : Effet au sec

Autres atouts : Séchage rapide. idéal pour les Te2.

Absorption : 



## Inserts en coton bio et microfibre\*

Atout principal : Fabriqués à partir de matériaux certifiés Oeko-Tex

Autres atouts : Très absorbant et très résistant. Idéal pour les enfants ayant la peau sensible.

Absorption : 

\*A noter : Les inserts en coton biologique et microfibre avec pression ne s'adaptent que sur les couches Te2 Sensitive



# Les inserts

LE BAMBOU VOUS SÉDUIRA GRÂCE À SES PROPRIÉTÉS ANTI-BACTÉRIENNES ET ANTI-FONGIQUES

## Inserts en bambou et microfibre

Atout principal : Parfaits pour un usage quotidien

Autres atouts : Très absorbant

Absorption : 



## Inserts 100% bambou

Atout principal : Matière naturelle très douce

Autres atouts : Inserts très fins, idéaux pour doubler vos inserts

Absorption : 

## Inserts en bambou à plier

Atout principal : Inserts les plus absorbants

Autres atouts : Séchage rapide une fois déplié. Fabriqués à partir de matériaux certifiés Oeko-Tex.

Absorption : 









# Tableau comparatif des inserts

## EXPLICATIONS ET CONSEILS

Chez Maman & Bébé Nature, chaque insert a été conçu pour répondre à un besoin spécifique de bébé en fonction de son âge, de son poids, de son alimentation (biberon ou allaitement), du moment de la journée et de son rythme (certains enfant font plus pipi que d'autres).

Ainsi il ne s'agit pas de ne fonctionner qu'avec un seul type d'insert, nous vous conseillons de jongler entre les différents modèles en fonction du moment de la journée et du rythme de votre enfant.

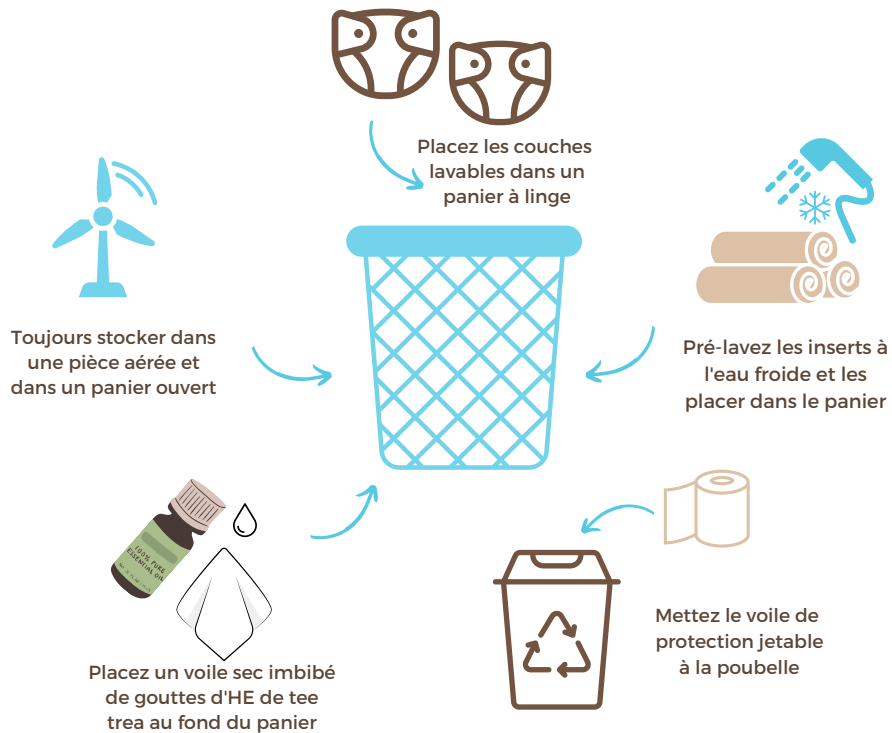
---

	Atout Principal	Autres atouts	Capacité d'absorption
MICROFIBRE	ENTRETIEN FACILE	RÉSISTANT, ABSORPTION RAPIDE, SÉCHAGE TRÈS RAPIDE	
CHARBON DE BAMBOU ET MICROFIBRE	EFFET AU SEC	SÉCHAGE RAPIDE. IDÉAL POUR LES TE2 EN DOUBLURE LA NUIT OU LES SIESTES	
100% BAMBOU	MATIÈRE NATURELLE TRÈS DOUCE	INSERTS TRÈS FIN, IDÉALS POUR DOUBLER VOS INSERTS, PROPRIÉTÉS ANTI-BACTÉRIENNES	
BAMBOU ET MICROFIBRE	PARFAITS POUR UN USAGE QUOTIDIEN	TRÈS ABSORBANTS, PROPRIÉTÉS ANTI-BACTÉRIENNES	
COTON BIO ET MICROFIBRE SENSITIVE	MATÉRIAUX CERTIFIÉS OEKO-TEX	INSERTS TRÈS ABSORBANTS ET TRÈS RÉSISTANTS. IDÉALS POUR LES ENFANTS AYANT LA PEAU SENSIBLE	
100% BAMBOU À PLIER SENSITIVE	INSERTS LES PLUS ABSORBANTS	SÉCHAGE RAPIDE UNE FOIS DÉPLIÉS. FABRIQUÉS À PARTIR DE MATÉRIAUX CERTIFIÉS OEKO-TEX	

---

# Conseils de Stockage

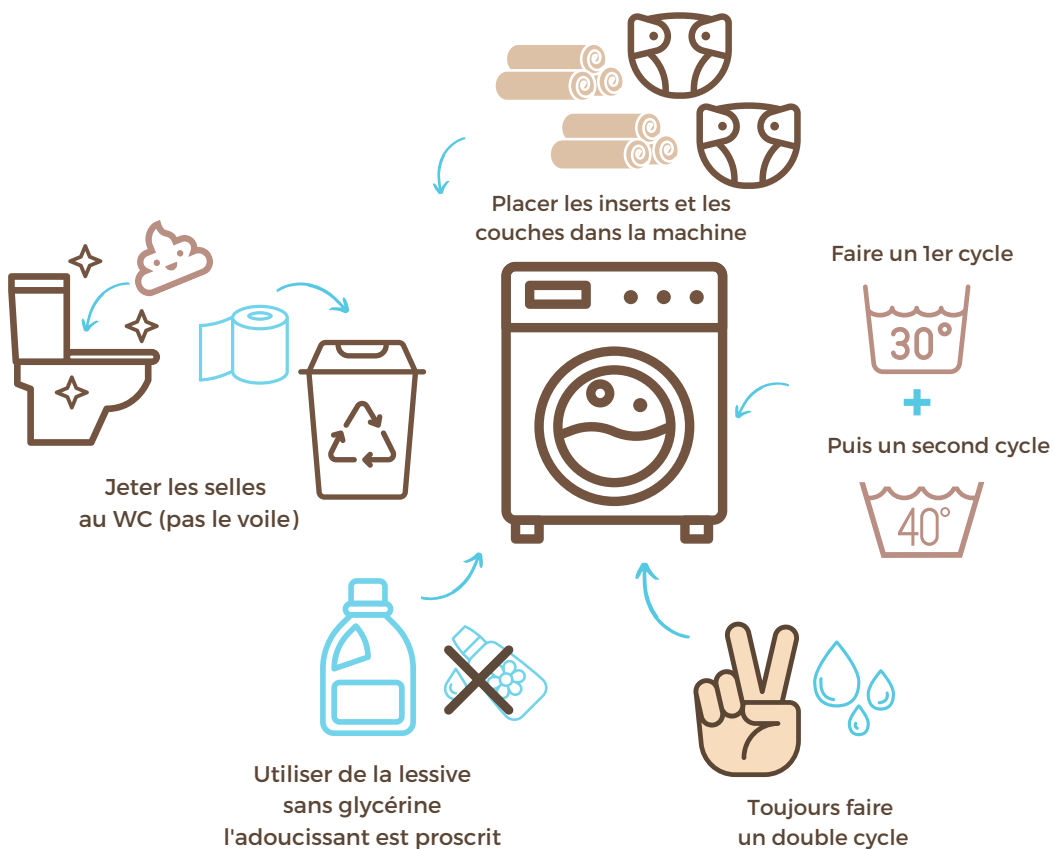
## DES COUCHES & INSERTS SOUILLÉS



---

# Conseils de Lavage

## DES COUCHES & INSERTS SOUILLÉS



# Entretenir ses couches lavables

## LES PREMIERS GESTES

### Avant la première utilisation de vos couches lavables

Dès réception de votre paquet, il faudra **laver les couches et les inserts** une première fois avant de les utiliser. Pour les conseils de lavage et d'entretien nous vous donnons plus de détails dans la suite du guide.

### Le rodage des inserts

Chacun de nos inserts, sans exception, contient un **cœur en microfibre**, qu'ils soient en microfibre, en bambou ou en coton. Cette matière, composée de cellules absorbantes, a la particularité de s'améliorer au fil des lavages. Plus vous lavez vos inserts, plus ils deviennent **absorbants**, c'est ce qu'on appelle le **rodage**.

Les inserts n'atteignent leur capacité d'absorption maximale qu'après **10 à 15 lavages**. Par conséquent, si vous rencontrez des problèmes de fuites lors des **premières utilisations**, sachez que c'est normal, vos inserts ne sont pas encore rodés.

Avant la première utilisation, nous vous recommandons de **tremper vos inserts pendant quelques heures dans de l'eau (sans lessive)**, puis de les essorer et les faire sécher, au moins deux fois de suite. Ensuite, vous pouvez les laver avec les couches à **30° sans adoucissant**.

**Vos inserts ne seront pas encore totalement rodés**, mais vous pourrez commencer à les utiliser en journée. Il vous suffira de **changer bébé un peu plus souvent**. Nous vous conseillons également de doubler les inserts pendant la période de rodage si votre bébé a plus de 4 mois.



# Entretenir ses couches lavables

## LES BONS GESTES

### Comment laver vos couches lavables ?

Après le change de bébé, Il est vivement conseillé de faire un **prélavage à froid des inserts**.

Cela permet de retirer les résidus de selles et d'urines et de limiter ainsi les odeurs.

Cette étape est très importante, elle permet de garder des inserts en bonne santé. **Ne stockez jamais des inserts non pré-lavés au risque qu'il s'abiment et s'encrassent très rapidement.**

Vous pouvez stocker les couches et les inserts souillés à sec, dans un seau ou une bassine à linge aéré, le temps de pouvoir faire une machine. Nous vous recommandons d'ajouter dans le seau une lingette imbibée de 5 gouttes d'huile essentielle de tea tree (arbre à thé) afin de lutter contre le développement des bactéries et des mauvaises odeurs.

Nous préconisons un lavage en 2 cycles :

- *Un premier lavage à cycle court à froid, qui permettra de retirer les selles et l'urine, avec un essorage à 1 200 tours avec 1/3 de dose de lessive.*

- *Un second lavage à cycle long à 40°C, qui nettoiera les fibres en profondeur, avec un essorage à 1 200 tours avec une dose de lessive.*

Occasionnellement, vous pouvez laver vos couches et inserts à 60°C. Attention toutefois à ne pas le faire trop souvent avec vos inserts en bambou, plus sensibles à la chaleur que ceux en microfibre ou coton.



### Les gestes à bannir

Il est **fortement déconseillé d'utiliser du vinaigre blanc et des cristaux de soude** qui fragiliseront la membrane imperméable de vos couches et leurs élastiques.

Les lessives à base de **savon de Marseille** sont également à proscrire. En effet, la glycérine ajoutée au savon encrasse les couches lavables et les rendent moins efficaces. Nous déconseillons aussi les lessives en tablettes ou pods.

N'utilisez **jamais d'adoucissant** pour laver vos couches lavables et vos inserts, il contient des substances qui les rendent imperméables.

**Ne stockez jamais vos inserts et couches lavables dans un endroit non aéré** au risque que les bactéries se développent et que votre matériel s'abîme. Pour stocker les couches souillées en attente de lavage, optez pour un bac à linge aéré, un filet à linge ou une bassine avec des ouvertures.

# Entretenir ses couches lavables

## LES BONS GESTES

### Les bons gestes à adopter :



Nous vous recommandons l'utilisation d'un **filet à linge** pour protéger vos couches lavables, en particulier au niveau des boutons pression. Les inserts devront, au contraire, ne surtout pas être mis dans un filet de lavage, il est important qu'ils soient bien battus dans le tambour.



Veillez à ne pas trop charger votre machine à laver. En effet, celle-ci ne doit pas être remplie à plus de 2/3.



Utilisez toujours de la lessive. Les boules de lavages, noix de lavages et aimants de lavages ne permettent pas de laver les couches en profondeur.



Lors du lavage de vos inserts, nous vous conseillons de programmer un cycle de rinçage supplémentaire à votre cycle de lavage habituel. Cela permet de retirer les résidus de lessive qui pourraient à la longue rendre vos inserts rêches et imperméables.



Le soleil est un allié anti tâche exceptionnel. Profitez des rayons de soleil pour étendre vos inserts tachés à l'extérieur, au bout de quelques heures les tâches disparaissent sans effort.



### Décrassage préventif :

Pour limiter au maximum les risques d'encrassement, nous recommandons de faire un **décrassage préventif** tous les 2 mois environ.

Marche à suivre :

Une fois vos inserts lavés, lancez un **troisième cycle à 60°C sans lessive**. Cela permettra de retirer les résidus de lessives régulièrement avant que les inserts ne soient trop encrassés.

Cette astuce est une bonne façon de garder des inserts en bonne santé et d'espacer un maximum les dégraisages profonds.

# Entretenir ses couches lavables

LE CERCLE VERTUEUX DES COUCHES LAVABLES



# Entretenir ses couches lavables

## EXPLICATIONS EN IMAGES

### Étape 1 : jeter les selles



- On jette les **selles** dans les toilettes et le **voile** de protection à la **poubelle**.

### Étape 2 : stockage



- On rince à l'**eau claire** et froide les inserts et les couches en les détachant si besoin.
- On les stocke à sec dans un bac ouvert et aéré. Le plus pratique étant de les mettre dans un filet de lavage.
- Ajouter une lingette dans le fond du panier avec 3 gouttes d'huiles essentielles d'**arbre à thé** pour neutraliser les odeurs.

### Étape 3 : 1er cycle de lavage



- **Température** : 30° max
- **Durée** : 30min max
- **Lessive** : 1/3 de dose
- **Adoucissant** : Non
- **Essorage** : 1 200 tours
- l'utilisation d'un filet à linge pour les couches lavables est recommandé

### Étape 4 : Second cycle de lavage



- **Température** : 40°
- **Durée** : Cycle long
- **Lessive** : 1/2 de dose
- **Adoucissant** : Non
- **Essorage** : 1 200 tours

### Étape 5 : le séchage



Vous pouvez passer vos couches au sèche linge en programme **délicat**, mais l'idéal reste un séchage à l'air libre.



Le séchage au **soleil des couches lavables est fortement déconseillé**. En effet, le PUL (revêtement imperméable qui compose la couche lavable) est **très sensible à l'exposition directe au soleil**. Préférez un séchage à l'ombre.



Concernant **les inserts**, c'est le contraire, nous vous conseillons de les **exposer au soleil** si cela est possible. En effet le soleil fait disparaître les tâches de vos inserts naturellement.



# LESSIVES CONSEILLÉES POUR LE LAVAGE DE VOS COUCHES LAVABLES



X-TRA CLASSIQUE

ECODOO

ECO +

SUPER CROIX SECRET D'AILLEURS

ÉCOLOGIQUE SUPER U

BIOCOOP LIQUIDE

AUCHAN ÉCOLOGIQUE

POTION

RAINETTE ALOE VERA

SOAPIX

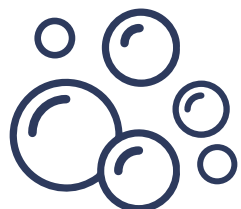
PRIMEWASH DE STANHOME

SUPER U ECOLOGIQUE

AQUILAUN DE STANHOME



# LESSIVES CONSEILLÉES POUR VOS COUCHES LAVABLES



## LES ÉCOLOGIQUES



ECODOO



18,49 €/3KG

SOAPIX



13,85€/ 1,25KG

RAINETT



5,08 €/1KG

BRIOCHIN



9,70€/1,75KG

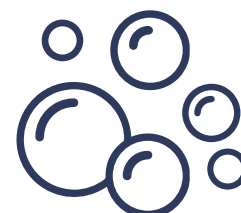
L'ALCHIMISTE



12,90 €/1KG



## LES INDUSTRIELLES



SUPER CROIX  
SECRET D'AILLEURS



11,20 €/3L

XTRA CLASSIQUE



9,49 €/2,2L

FORMIL ACTIVE



3,49 €/3L

SUPER U  
ÉCOLOGIQUE



4.34€ €/2L

PRIMEWASH



14,90€/ 1L

Maman & Bébé  
Nature

# Entretenir ses couches lavables

## IDÉE DIY : FABRIQUER SA LESSIVE

### Notre recette de lessive pour couches lavables ultra facile !

La bonne nouvelle, c'est que tous les savons de Marseille ne contiennent pas de glycérine ajoutée, comme le savon de Marseille de la savonnerie de la Goutte Noire. On peut donc parfaitement fabriquer sa propre lessive à partir de savon de Marseille, à condition de bien le choisir !

Nous vous proposons notre recette de lessive maison, efficace et facile à réaliser pour laver vos couches lavables et vos inserts.

*NB : L'utilisation des huiles essentielles est facultative. Par ailleurs, elles sont inutiles quand on lave à plus de 40°.*

### DIY lessive maison

Pour réaliser 3 litres de lessive maison

#### Ingrédients :

100g de savon de Marseille sans glycérine ajoutée

80g de bicarbonate de soude

Eau

#### Ingrédients facultatifs :

20 gouttes d'huile essentielle de lavande fine

20 gouttes d'huile essentielle d'arbre à thé

#### Matériel :

1 Râpe à fromage

1 Bidon de lessive de 3L vide



# Entretenir ses couches lavables

## IDÉE DIY : FABRIQUER SA LESSIVE

### Marche à suivre :

Râpez à l'aide d'une râpe à fromage 100g de savon de Marseille de la savonnerie de la Goutte Noire

Faites chauffer à feu moyen 1L d'eau, ajoutez le savon et mélangez bien. Puis ajoutez le bicarbonate de soude, toujours en remuant.

Pour que votre lessive soit bien homogène, vous pouvez la mixer à l'aide d'un mixeur. Attention toutefois à choisir une casserole très haute, mixée, la préparation moussera énormément.

Une fois la préparation refroidie, ajoutez les huiles essentielles, sans oublier de bien mélanger afin que la préparation soit bien homogène.

Versez la ensuite dans votre bidon et ajoutez 2 litres d'eau, secouez bien et voilà, votre lessive est prête à l'emploi !

### Comment l'utiliser ?

La préparation a tendance à se solidifier, n'oubliez pas de secouer votre bidon avant chaque utilisation pour qu'elle se liquéfie.

Dosez votre lessive comme votre lessive habituelle et lavez vos couches à 40°C. Vous pouvez également utiliser cette lessive maison pour laver le linge de toute la famille !



# Entretenir ses couches lavables

## LE DÉCRASSAGE DES INSERTS

### Qu'est-ce que le dégrassage ?

Le dégrassage permet de retirer les résidus qui encrassent les fibres des tissus de vos couches et inserts. En effet, la dureté de l'eau (le calcaire), les résidus de lessives et de crèmes de change peuvent rendre à la longue les inserts imperméables.

Vous pouvez déceler que vos inserts ont besoin d'un dégrassage dès lors que vous constatez des rougeurs, des mauvaises odeurs et/ou des fuites. Cela intervient généralement après plusieurs mois d'utilisation.

Dans ces cas là il faudra procéder à un dégrassage. Il s'agit d'effectuer plusieurs bains de vos inserts dans un mélange d'eau chaude et de percarbonate de soude.

C'est parti, on vous explique tout !

### Pourquoi effectuer un dégrassage au percarbonate de soude ?

Le percarbonate de soude est une poudre blanche inodore, aux propriétés nettoyantes, blanchissantes mais aussi désodorisantes et détachantes.

Il est souvent confondu à tort avec le bicarbonate de soude, à cause de leur ressemblance physique et nominale. Pourtant, le percarbonate de soude est néanmoins différent. En effet, son PH est beaucoup plus basique. De ce fait, il très efficace pour retirer l'urine et le calcaire. Cela tombe bien, ce sont deux des principaux coupables des encrassement de vos inserts !

C'est pourquoi, le percarbonate de soude est vraiment parfait pour dégrasser en profondeur les inserts de vos couches lavables.

### Comment savoir si vos inserts sont encrassés ?

Si vos inserts sont encrassés, il y a généralement quelques symptômes qui ne trompent pas :

- Vos inserts n'absorbent plus aussi bien qu'avant. Les fuites se font de plus fréquentes alors que vous n'aviez pas le problème par le passé.

- Même après avoir été lavées en machine, les couches conservent une odeur d'urine.

- Votre enfant a les fesses irritées alors que ce n'était pas le cas auparavant.

Pour en avoir le coeur net, vous pouvez réaliser ce test :

Testez vos inserts à l'aide d'un verre d'eau. Versez doucement un filet d'eau sur votre insert (en essayant d'imiter un flux d'urine).

Après une légère pression sur le tissu, si l'eau perle à la surface de l'insert, alors il est encrassé. Lorsqu'une l'insert n'est pas encrassé, l'eau est absorbée.



# Entretenir ses couches lavables

## LE DÉCRASSAGE DES INSERTS

### Comment décrasser vos inserts ?

Avant toute chose, vos inserts doivent être propres avant d'être décrassés.

Pour décrasser vos inserts en profondeur avec du percarbonate, il vous faudra d'abord lancer une lessive en machine en cycle long à 60°C sans lessive.

Ensuite, placez vos inserts dans une bassine et recouvrez-les d'eau chaude (la chaleur maximale de votre robinet), puis ajoutez une cuillère à café de percarbonate pour 1L d'eau. Il faut laisser tremper les inserts au moins quatre heures, en remuant de temps en temps. Prélevez un peu d'eau de la bassine, et placez la dans un verre qui fera office de verre témoin.

Rincez et essorez vos inserts en machine, puis réalisez un second trempage. Il vous faudra faire des trempages tant que l'eau est trouble.

Enfin, une fois que l'eau est claire, il vous faudra lancer un nouveau cycle long à 60°C avec votre lessive habituelle pour désinfecter et retirer le percarbonate.

Si vous le pouvez, laissez sécher vos inserts au soleil, cela permet d'éliminer les dernières bactéries.

*NB : Si vous remarquez que vos inserts n'absorbent de nouveau plus au bout de deux semaines après un décrassage, c'est sans doute dû à votre lessive.*



# Entretenir ses couches lavables

## LE DÉCRASSAGE DES COUCHES LAVABLES

### Comment décrasser vos couches lavables ?

On parle souvent de décrassage des inserts, mais les couches comme les voiles de protection lavables, peuvent aussi avoir besoin d'un décrassage.

#### *Les couches Te1 intégrales*

L'insert étant cousu à la couche sur ce modèle, il est nécessaire de réaliser un décrassage total de la couche. Il faudra faire des trempages de **4 heures maximum**. Comme pour les inserts, **plusieurs trempages** seront indispensables pour un décrassage en profondeur de son insert.

#### *Les autres couches et voiles de protection*

Les couches Te1 et Te2, ainsi que les voiles de protection lavables peuvent également s'encrasser. Dans leur cas, il suffira de faire comme pour les inserts. **Un seul trempage** sera suffisant, et ne devra jamais excéder 4 heures.

**NB :** *Nous vous déconseillons l'usage du vinaigre, du liquide vaisselle et des cristaux de soude pour décrasser vos couches lavables. En effet, ils fragilisent les élastiques et peuvent abîmer la membrane imperméable de vos couches.*

*En revanche, ils peuvent être utilisés avec les inserts.*





# Collection Sensitive :

## Conçue à partir de matériaux certifiés OEKO-TEX® !

Maman et Bébé Nature vous propose les couches lavable de la **gamme Sensitive**. Une ligne conçue à partir de matériaux certifiés EKO-TEX® : Couches lavables Te1 et Te2, inserts, lingettes lavables, serviettes hygiéniques lavables, protèges slips lavables et disques démaquillants lavables. Toute une gamme de produits développée afin de répondre à la demande de plus en plus de parents désireux de consommer des produits encore plus engagés.

### Le label OEKO-TEX®, c'est quoi ?

Le label OEKO-TEX® Standard 100 classe 1 est un système d'essais et de certification uniformisé à l'échelle mondiale pour tous les produits textiles qu'ils soient bruts, semi-finis ou finis. En effet, il concerne toute la filière : producteurs, transformateurs, distributeurs et négociants. Il permet ainsi de garantir que les textiles labellisés OEKO-TEX® sont **exempts de produits toxiques pour le corps et pour l'environnement**. Pour la fabrication de nos couches lavables et serviettes hygiéniques nous utilisons des textiles certifiés de classe 1 donc agréés pour la peau des bébés, la certification la plus sécurisante qui existe actuellement.



# La Ligne Sensitive

CONÇUE A PARTIR DE MATÉRIAUX CERTIFIÉS  
OEKO TEX

## Les Couches TE1 et TE2

Conçues sur le même principe que notre gamme Classique, les couches lavables de la collection Sensitive sont conçues à partir de matériaux certifiés Oeko tex standard 100 classe 1, le label le plus strict qui répond aux exigences de la peau de bébé.



## Les Inserts en Coton

Star de l'absorption, ces inserts conçus en matière végétale, sont les plus absorbants de nos inserts. Doux, faciles d'entretien et peu épais, ils procurent à bébé confort et absorption.

## Couches lavables intégrales

Idéales pour les nuits, nos couches lavables intégrales Sensitive sont parfaites pour assurer à bébé une absorption optimale pendant son sommeil ou lors des sorties.

Dotées d'un insert composé de 5 épaisseurs, elles conviennent parfaitement aux gros dormeurs !



# La Ligne Sensitive

CONÇUE A PARTIR DE MATÉRIAUX CERTIFIES  
OEKO TEX

## Lingettes Lavables bambou

Toutes douces, économiques et écologiques, ces lingettes sont l'élément incontournable à avoir avec soi en toutes circonstances lorsque l'on est parent.



## Les Inserts en bambou à plier

Ces inserts 100% en bambou, sont composés de 2 couches de bambou et doivent être pliés en 3. Une fois pliés, ils offrent donc 6 épaisseurs pour une absorption maximale ! Aussi, le format à plier permet un séchage plus rapide.



## Voiles de protection lavables

Voici un geste supplémentaire vers le zéro déchet ! les voiles de protection lavables ont été pensés pour vous permettre de les laver et de les réutiliser près utilisation.



# La Gamme féminine

LIGNE SENSITIVE CONÇUE A PARTIR DE  
MATÉRIAUX CERTIFIES OEKO TEX



## Protège lingerie

Conçue en coton Bio, nos protège slips sont parfaits pour rester fraîche toute la journée. Ils sont disponibles en couleur crème et en noir



## Serviettes Hygiéniques

Confortables, douces et efficaces, les serviettes hygiéniques de la ligne Sensitive sont disponibles en 4 tailles différentes pour vous accompagner tout au long de votre cycle.



## Coussinets d'allaitement

Encore plus doux et absorbants, nos coussinets d'allaitement vous accompagneront les premières semaines de votre allaitement.



## La coupe menstruelle

La cup est l'alternative écologique aux serviettes et tampons jetables la plus économique et discrète.

# La Gamme féminine

## UN PAS DE PLUS VERS LE LAVABLE

Chez Maman et Bébé Nature, nous proposons également une large gamme de produits à destination des mamans.

### Serviettes hygiéniques lavables

Entre la puberté et la ménopause, une femme vit environ **2 250 jours de menstruations**, soit plus de 6 ans ! On estime qu'au cours de sa vie, une femme peut utiliser plus de **10 000 protections** hygiéniques jetables. Ces protections entraînent non seulement un coût considérable, mais ont également un **impact écologique très négatif** et sont souvent critiquées pour les produits chimiques qu'elles contiennent et leurs effets sur la santé des femmes.

C'est pourquoi nous avons choisi de proposer une gamme de **serviettes hygiéniques lavables** pour toutes les femmes. **Économiques, écologiques, confortables, discrètes et absorbantes**, nos protections féminines lavables vous offrent une **protection efficace** qui respecte à la fois votre corps et l'environnement.

### Les Protège-slips

Pour tous les jours, nous proposons un protège-slip **lavable**, en flanelle de coton bio, doux, fin et très discret. Conçue en matériaux certifiés **OEKO-TEX® standard 100 classe 1**, le label le plus stricte en matière de respect des peaux sensibles.



# La Gamme féminine

UN PAS DE PLUS VERS LE LAVABLE

## Coussinets d'allaitement

Nos coussinets lavables en bambou vous garantissent une **absorption** et un **confort optimal**.

Conçus en Bambou, ces coussinets vous garantissent **douceur et zéro irritations** grâce aux propriétés anti-bactériennes de cette matière végétale.

Idéalement pensés pour **épouser parfaitement les poitrines des mamans**, vous pourrez les porter en toute discrétion.

Les trois épaisseurs qui les composent garantissent une **excellente protection des vêtements**.

## Nouveau : Des coussinets d'allaitement à motifs !



## Disques démaquillants

Pensés pour un démaquillage facile, nos disques démaquillants possèdent deux faces : Une en bambou pour **désincruster le maquillage** et une en minky ultra doux pour **parfaire le démaquillage** et retirer les résidus.



# Les couches maillots de bain lavables

VIVE LA BAIGNADE ZÉRO DÉCHET

## Les couches maillots de bain

Pour la baignade de bébé, tout le monde connaît les couches de bain jetables. Elles remplissent bien leur fonction, cependant elles ont deux inconvénients de taille.

Elles génèrent beaucoup de déchets et s'imprègnent d'eau, gonflent et deviennent très lourdes, ce qui n'est pas idéal pour le confort de votre enfant.

Avec nos couches maillots de bain lavables, bébé peut profiter d'une baignade en toute sérénité ! Conçues pour retenir les selles sans gêner les mouvements de bébé, elles s'utilisent en **piscine** ou à la **plage**. Vous pouvez aussi les doter d'un **insert** afin de leur apporter un pouvoir absorbant.



## Les kits baignade :

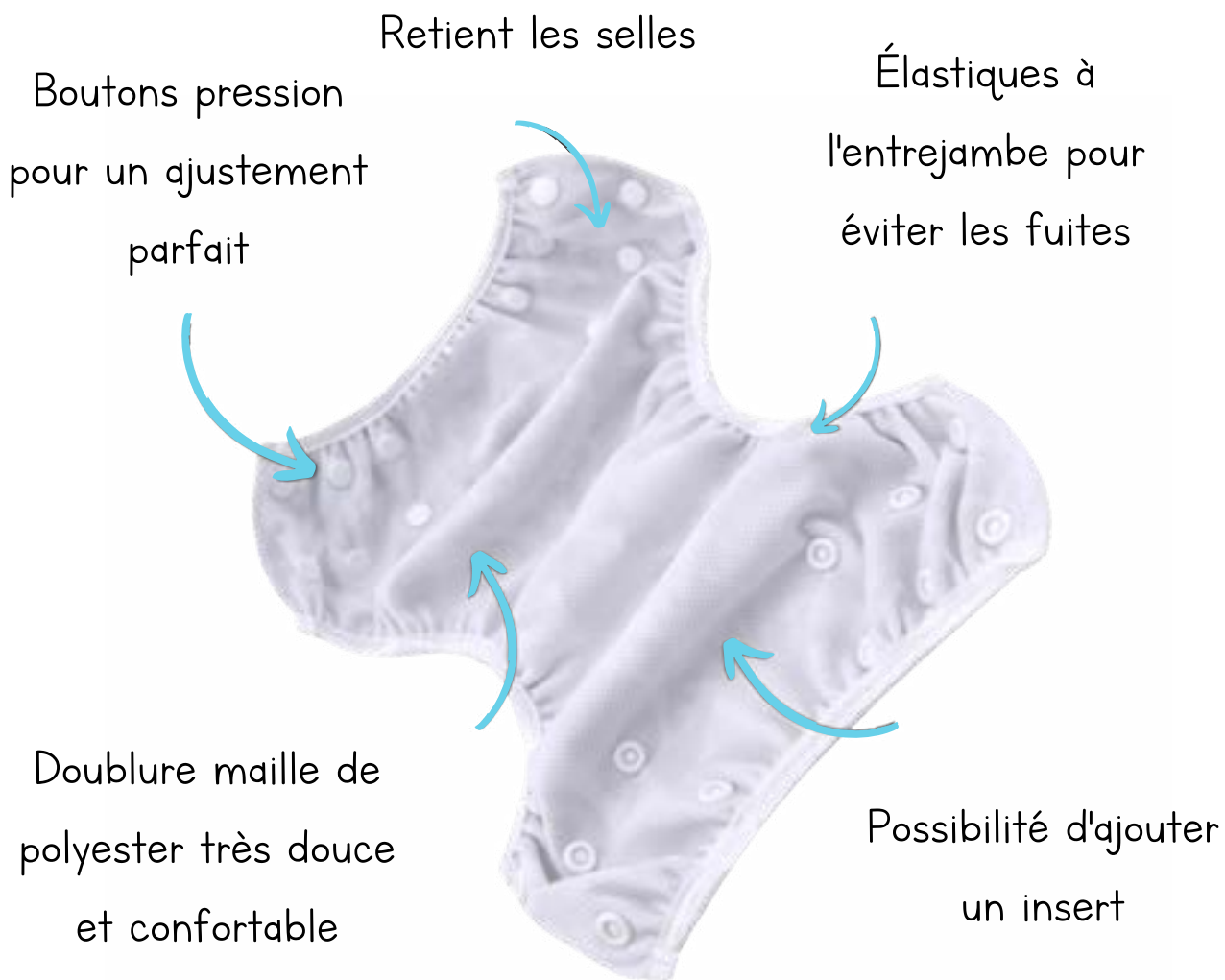
Afin de vous proposer tout le nécessaire pour une baignade zéro déchet avec bébé, nous avons créé le Kit baignade.

Composé d'un **sac imperméable** pour transporter les affaires de baignade mouillées, d'un **maillot de bain évolutif** (deux tailles au choix) et de **deux inserts en microfibre** ultra absorbants, ce kit vous permettra d'organiser au mieux les séances de baignade de votre enfant.

Optez pour une baignade écolo, sereine et stylée !

# LA COUCHE DE BAIN

LAVABLE ET ÉVOLUTIVE



Nos maillots de bain sont disponibles en deux tailles :

2 / 3 ans :



0 / 2 ans :



# Les culottes d'apprentissage

VERS L'ACQUISITION DE LA CONTINENCE

## La culotte d'apprentissage

Avant d'acquies la continence, les enfants passent par une **phase d'apprentissage**. Durant cette phase nos culottes les accompagnent et leur permettent d'apprendre à se rendre au WC ou sur le pot par eux mêmes.

Contrairement à des culottes classiques, leur revêtement intérieur est en **bambou**, elles sont composées d'une **partie absorbante**, qui permet de retenir une petite fuite et d'aider votre enfant à sentir l'humidité.

Dotées de boutons pressions sur le devant, elles permettent un **réglage au plus près de la morphologie** de bébé afin de l'accompagner tout au long de cette phase d'apprentissage.

Les enfants sentent l'humidité sans que leurs vêtements ne soient mouillés et prennent ainsi l'habitude de se rendre aux WC par eux mêmes.





# Sacs et trousse imperméable

PLUS LOIN DANS LE ZÉRO DÉCHET

## LE SAC IMPERMÉABLE

Le sac imperméable est le compagnon parfait pour transporter vos couches lavables. Il dispose de deux poches imperméables à fermeture éclair. Une grande poche pour transporter les couches et inserts souillés et une plus petite pour y ranger les affaires propres.

Doté d'une anse munie d'un bouton-pression, vous pourrez facilement l'accrocher à la poussette ou à la table à langer de votre bébé.

Parfait pour les promenades avec votre bébé ou pour apporter les couches lavables chez la nourrice ou à la crèche. Il pourra également être utilisé lorsque votre enfant grandira, pour emporter des vêtements de rechange à l'école maternelle ou pour les sorties à la piscine.



## LA TROUSSE IMPERMÉABLE

Nos trousse imperméables sont parfaites pour vous accompagner dans votre rôle de parent au quotidien. Elles sont **spacieuses, légères et facilement transportables**. Elles sont idéalement conçues pour contenir et transporter jusqu'à 8 couches lavables et inserts. Elles peuvent aussi servir de trousse de toilette pour y ranger les affaires de bébé ou comme trousse de rangement pour y accueillir les affaires de baignade. Son avantage imperméable vous permet d'y ranger des affaires humides ou en attente de lavage.

# Le matelas à langer nomade

PLUS CHANGER BEBE PARTOUT

## LE TAPIS A LANGER NOMADE

Le matelas à langer nomade est votre compagnon de choix pour changer votre bébé dans toutes les situations ! Léger et compact, il se glisse facilement dans votre sac à langer

Une fois replié, il se range dans une petite pochette pratique, prête à vous accompagner partout où vous allez. Ne l'oubliez jamais lors de vos déplacements, car il est essentiel pour assurer le confort de votre bébé lors des moments de change.

Avec sa douce matière en micro polaire, il offre une expérience de change sereine et agréable.

La pochette est fabriquée en PUL (même matériau que les couches lavables) imperméable et respirant, il protège le matelas et garantit une hygiène parfaite.

La pochette de rangement du matelas est équipée d'une anse à bouton-pression pour l'accrocher où vous le souhaitez, vous assurant ainsi de ne jamais perdre votre matelas.

Ne laissez plus le moment du change gâcher vos sorties. Avec le matelas à langer nomade, vous êtes toujours prêt(e) à offrir à votre bébé le confort et l'hygiène dont il a besoin, où que vous soyez !



# Les chaussons bébé

DES CHAUSSONS 100% EN CUIR POUR LES PETITS PIEDS DE VOS BÉBÉS ET L'APPRENTISSAGE DE LA MARCHE

Maman et bébé Nature s'est associé à la marque Little Cloud afin de vous proposer une sélection de chaussons 100% cuir naturel pour favoriser l'apprentissage de la marche et conserver la flexibilité naturelle du pied

## Les chaussons Little Cloud

Entrez dans un monde de douceur et de légèreté avec les chaussons Little Cloud conçus pour prendre soin des pieds de bébé.

100% en cuir naturel, ces chaussons assurent une souplesse et une résistance sans faille. Ils sont faciles à enfiler pour vos bambins et ont une fermeture élastique pour tenir le pied. La cheville est maintenue.

## Favoriser l'apprentissage de la marche

Les chaussons en cuir conservent la flexibilité naturelle du pied, cela ne gêne en aucun cas bébé lors de ses premiers pas. De plus, ils apportent une sensation de pied-nus pour que votre enfant ressente toutes les sensations que la marche peut lui apporter.

## Été comme hiver

La particularité des chaussons en cuir est qu'ils s'adaptent à toutes les saisons. En hiver, le chausson garde la chaleur. En été, il fait respirer le pied. De quoi faire respirer le pied de bébé comme il le faut !



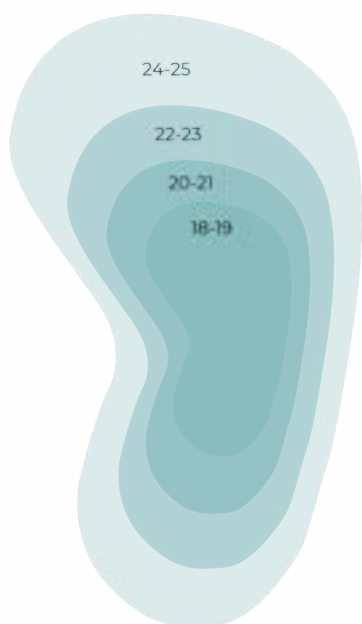
# Les chaussons bébé

DES CHAUSSONS 100% EN CUIR POUR LES PETITS PIEDS DE VOS BÉBÉS ET L'APPRENTISSAGE DE LA MARCHÉ

## Les chaussons Little Cloud

Les chaussons en cuir Little Cloud sont disponibles en 4 tailles différentes. Du 0 à 6 mois, 6 à 12 mois, 12 à 18 mois et 18 à 24 mois.

little  
cloud



Taille (en pointure)	Taille (en cm)
18-19	11,5
20-21	12,5
22-23	13,5
24-25	14,5

14 coloris, à assortir avec toutes les tenues !



# La gamme Néobulle

DES COSMETIQUES BIO FABRIQUÉS EN FRANCE  
POUR MAMAN ET BÉBÉ

Maman et bébé Nature s'est associé à la marque Néobulle afin de vous proposer une sélection de cosmétiques BIO Made In France pour toute la famille.

## La gamme Néobulle

Dans une optique de respect et d'adaptation à un public fragile, Néobulle conçoit, en France, des produits de soins à partir de **plantes aromatiques**.

Issues de culture biologique ou de cueillette sauvage, les huiles essentielles entrant dans la composition des produits Néobulle sont choisies pour leur efficacité et leur innocuité pour les bébés et les femmes enceintes.

## Soins bébés

La peau de bébé est très sensible. Néobulle propose donc des **soins doux et respectueux** afin de protéger et nourrir la peau des tous petits. Que ce soit pour ses petits maux ou pour sa toilette quotidienne, Néobulle c'est la solution pour tous les aléas de la vie de bébé !

## Soins mamans

Néobulle propose des **préparations naturelles et bienfaitantes** spécialement élaborées pour les besoins des femmes enceintes et jeunes mamans.



# Merci !

Nous espérons que ce guide vous a permis de mieux comprendre l'univers des couches lavables.  
Pour vous remercier, nous vous offrons un code promo valable pour votre premier achat !



Avec le code :

**GUIDE10**

BENEFICIEZ DE 10€ DE RÉDUCTION  
DÈS 120€ D'ACHAT !

[www.mamanetbebenature.fr](http://www.mamanetbebenature.fr)



Retrouvez-nous sur les réseaux sociaux !



Livraison Gratuite 48H  
dès 100€ en France métropolitaine  
dès 165€ en Belgique



**colissimo**

[www.mamanetbebenature.fr](http://www.mamanetbebenature.fr)