



**NUIT DE COTON**

DORMEZ EN PLEINE NATURE

**NUIT DE COTON**

**NOS GUIDES**

**MATELAS**

COMMENT PRENDRE SOIN DE SON MATELAS NATUREL ?

## TABLE DES MATIERES

1	Comment désinfecter son matelas naturel ? .....	3
1.1	Les méthodes douces et naturelles.....	4
1.2	Les méthodes chimiques et agressives .....	7
2	Comment entretenir son matelas naturel ?.....	9
2.1	Aérez votre matelas .....	10
2.2	Aspirez votre matelas.....	11
2.3	Protégez votre matelas .....	11
2.4	Retournez votre matelas.....	12
3	Comment garder son matelas naturel propre ?.....	13
3.1.1	Ayez une bonne hygiène personnelle .....	13
3.1.2	Changez votre linge de lit.....	14
3.1.3	Utilisez un protège matelas.....	14
4	Les matelas naturels de nuit de coton .....	15
4.1	Le matelas naturel Sérénade.....	15
4.1.1	La technologie .....	15
4.1.2	Les matières.....	16
4.1.3	LES POINTS FORTS .....	17
4.2	Le matelas naturel Symphonie.....	18
4.2.1	La technologie .....	18
4.2.2	Les matières.....	19
4.2.3	LES POINTS FORTS .....	19
4.3	Le matelas naturel Prélude.....	20
4.3.1	La technologie .....	20
4.3.2	Les matières.....	21
4.3.3	LES POINTS FORTS .....	21
5	Les matelas naturels.....	22

La protection de votre matelas naturel est indispensable.

Un matelas, quelle que soit sa qualité, s'use généralement après 10 ans de bons et loyaux services.

Pour le garder le plus longtemps possible et aller au maximum de sa longévité, vous devez en prendre soin. Cela optimisera sa durée de vie et maintiendra la qualité de votre sommeil.

Chaque nuit, notre corps évacue jusqu'à 1 litre de liquides corporels, le plus souvent sous forme de transpiration. Si le matelas n'est pas protégé, il deviendra un nid à microbes. De plus, un matelas tâché, ne sera pas repris. Même si encore sous garantie.

L'utilisation et l'entretien de votre matelas a un impact sur sa longévité, il faut le protéger des tâches et des salissures. Les protections de matelas sont une solution pour maintenir une bonne d'hygiène.

De plus, certaines astuces permettent d'augmenter la durée de vie de votre matelas. Par exemple, penser à aérer votre chambre au minimum 15 minutes par jour. Pour maintenir une température intérieure de 18°C.

Pour le nettoyage, passez l'aspirateur entre les lattes du sommier et en dessous du sommier. Évitez de faire votre immédiatement au réveil. Cela empêche la ventilation et emprisonne l'humidité.

Les acariens et bactéries disposent d'un terrain qui favorise leur prolifération. Nous vous conseillons de retourner votre matelas tête-pied, de façon régulière. Pour éviter que les matières qui composent votre matelas ne s'affaissent. Pensez également à retourner votre matelas sur son autre face.

Si toutefois votre matelas est constitué de deux faces différentes. Vous pourrez ainsi profiter des effets de conservation de la chaleur et d'une meilleure ventilation. Nuit de Coton vous propose un protège matelas en coton organique. Composé de coton gratté de 20 gr/m<sup>2</sup>. Il absorbera la moindre goutte d'humidité. Et il est facile à mettre en place grâce à ses bords élastiques.

# 1 Comment désinfecter son matelas naturel ?

Dormir dans un matelas sain est conseillé pour rester en bonne santé. Comme évoqué, nous vous recommandons de ne pas faire votre lit immédiatement au lever. Mais d'attendre quelques heures avant de le faire. De plus, il est conseillé d'ouvrir vos fenêtres pour que l'air circule et que le lit s'aère.

N'hésitez pas à utiliser une housse de protection. L'apparition de germes ou de parasites est inévitable. De plus, l'humidité peut favoriser le développement de moisissures qui ne sont pas toujours visibles à l'œil nu.

Peut-être souffrez-vous actuellement d'allergies et de problèmes d'insomnies. En ignorant que le souci réel dort en votre compagnie, dans votre matelas. Selon l'ancienneté de ce dernier, sachez qu'entre 100.000 et 10.000.000 acariens partagent votre literie. Ils représentent un risque pour votre santé. Les réactions allergiques proviennent de deux facteurs : des excréments des acariens et des acariens morts. Leurs squelettes restent généralement collés au matelas. Et ce sont ces restes morbides qui provoquent des problèmes de santé.

Nous vous conseillons d'aérer vos draps tous les jours de la semaine. Et de les changer une fois par semaine. C'est pour cela que nous allons voir comment désinfecter un matelas. Et la désinfection de son matelas est aussi une étape indispensable en cas d'invasion de punaise de lit. Nous vous préconisons de désinfecter votre matelas une fois par mois. Pour détruire les nuisibles et endiguer leur reproduction. Ces méthodes seront également utiles pour endiguer le risque de contagion suite à une maladie ou en cas de pandémie.

## 1.1 Les méthodes douces et naturelles

✓ L'alcool ménager :

Le nettoyant qui peut remplacer les rayons de soleil est l'alcool à 70°. L'alcool le pouvoir de faire disparaître une tache de café sur un matelas. Verser 350 ml d'eau dans un vaporisateur gradué. Ajouter 150 ml d'alcool. Additionner de quelques gouttes d'huile essentielle pour parfumer la solution. Asperger le matelas. Laisser sécher à l'air libre.



Illustration : **alcool ménager**

✓ Le bicarbonate de soude :

Parsemer du bicarbonate de soude sur votre matelas et laisser agir une heure. Répétez l'opération sur l'autre face. Frotter légèrement l'ensemble du matelas. Passez l'aspirateur sur le matelas pour ne laisser aucun résidu. Additionner au bicarbonate de soude, quelques gouttes d'huile essentielle d'arbre à thé qui est un bon désinfectant naturel et qui parfumerait.



Illustration : **bicarbonate de soude**

- ✓ Le soleil :  
Le moyen le plus simple et le plus naturel pour désinfecter un matelas, consiste à l'exposer au soleil durant au moins 6 heures. Les rayons ultra-violetts sont capables d'éliminer virus, bactéries et microbes. En cas de manque d'espace pour une telle exposition au soleil, vous pouvez utiliser des produits désinfectants.



Illustration : **soleil**

- ✓ Le vinaigre blanc et le Bicarbonate de soude :  
Dans un, mélanger une tasse de bicarbonate avec 1 litre de vinaigre blanc. Frotter votre matelas en pensant à mettre des gants de protections.



Illustration : **vinaigre blanc + bicarbonate de soude**

- ✓ Les huiles essentielles :  
Mélanger dans un vaporisateur plusieurs huiles essentielles. 8 gouttes de Lemongrass, 8 gouttes de citronnelle, 8 gouttes de Palm Arosa, 8 gouttes d'huile essentielle de citron et un peu d'eau. Les mélanges d'huiles essentielles ont des propriétés purifiantes.



Illustration : **huiles essentielles**

## 1.2 Les méthodes chimiques et agressives

Les méthodes précédentes sont efficaces et permettront de désinfecter votre matelas naturellement.

Finis les yeux rouges. Terminé les éternuements au réveil, les démangeaisons, les rougeurs sur la peau et les insomnies. Les nuisibles finiront de perturber votre sommeil et les allergies du quotidien seront rapidement un très lointain souvenir.

Cependant, votre matelas nécessitera une désinfection plus conséquente. Si une personne malade l'a utilisé ou qu'il y a un risque de contagions.

D'autres méthodes, plus offensives seront alors préconisées :

- ✓ L'eau de javel :  
Diluer l'eau de Javel en respectant le dosage mentionné. Ajouter la solution dans un vaporisateur. Vaporiser sur le matelas. Laisser reposer une heure. Rincer à l'aide d'un chiffon humide. Sécher à température ambiante.



Illustration : **eau de javel**

- ✓ L'eau oxygénée :  
Associé 1 volume d'eau oxygénée avec 2 volumes d'eau. Ne pas rincer le matelas.

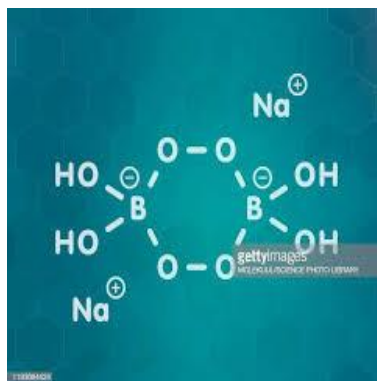


Illustration : **peroxyde d'hydrogène**



- ✓ La poudre de borax :  
Elle permet de se débarrasser des punaises de lit. Comme les gels hydroalcooliques. Mélanger un volume de borax à 4 volumes d'eau chaude. Rincer abondamment. Sécher à l'air libre.



## 2 Comment entretenir son matelas naturel ?

Nous passons en moyenne 25 ans de notre vie à dormir. A raison d'une moyenne de 7 heures par jour, nous dormons pratiquement un tiers de notre vie.

Le lit est un véritable nid à poussière et un refuge idéal pour les acariens, qui sont de puissants allergènes. Pour esquiver ces désagréments, il y a de petites actions à faire régulièrement pour s'endormir l'esprit tranquille. A l'abri de la poussière et des acariens. Il est important de garder son matelas sain, pour éviter les allergies.

Un matelas est un investissement. Pour son bien-être et sa santé. Entretenir son matelas est essentiel pour garantir de bonnes nuits de sommeil et éviter les allergies. Qu'il s'agisse d'un matelas naturel en mousse de soja Bio, d'un matelas naturel à ressorts ensachés ou d'un matelas naturel en latex Bio 100 % naturel, maintenir l'hygiène d'un matelas garantit d'éviter les allergies et apporte un véritable confort de sommeil. Dormir sur un matelas propre et sain est un impératif de santé.

Nous l'avons vu, il est recommandé de changer de matelas tous les 10 ans. Pour information, les français en change en moyenne tous les 13 ans. Quelle que soit sa période d'utilisation, un matelas a besoin d'être régulièrement entretenu.

Votre matelas vous porte et vous supporte chaque jour de l'année. Encore plus pendant le week-end ou les vacances, synonymes de grasses matinées. Pour augmenter sa durée de vie et conserver un confort optimum, il est vraiment important d'en prendre le plus grand soin et de penser à son entretien régulier.

Nous vous présentons quelques astuces et conseils pour rafraîchir et assainir votre literie. Ces conseils vous permettront d'assurer son entretien et son nettoyage pour le conserver le plus longtemps possible.

## 2.1 Aérez votre matelas

Pour l'hygiène d'une chambre à coucher il faut aérer chaque jour la pièce. Une aération quotidienne de votre literie avec une bonne circulation de l'air, permet d'évacuer l'humidité et de maintenir une bonne hygiène tout en évitant une usure prématurée de votre matelas.

Vous ne devez pas faire immédiatement votre lit à votre lever, car l'aération ne sera pas efficace. Une aération de la pièce est primordiale, le lit défait c'est encore mieux. Notamment si le temps est sec. Une chambre aérée permettra une bonne circulation de l'air et réduira les « nids à acariens ».

Ouvrir les fenêtres entre 15 et 30 minutes chaque jour permet également d'éliminer les mauvaises odeurs qui peuvent s'incruster dans votre matelas. En plus des aérations quotidiennes, pensez à laisser votre matelas déhousé plusieurs minutes à l'air libre, chaque fois que vous changez vos draps.

Exposez votre matelas au soleil, pour en assainir le tissu. Certains rayons ultraviolets (les UVC) ont de fortes capacités germicides. Contrairement aux produits détergents, les bactéries et les virus ne peuvent pas acquérir de résistance à ces radiations. Pour ce faire, placez votre matelas à un endroit de votre chambre qui est exposé au soleil. Et si vous en avez la possibilité, n'hésitez pas à l'exposer en extérieur pour bénéficier des propriétés germicides du soleil. Laissez-le bénéficier du soleil, au minimum 1 h 00 de temps.

Il faut penser à changer les draps le plus régulièrement possible. Enlevez les draps, pour les passer à la machine à laver. Nous vous préconisons de laver vos draps une fois par semaine. Et vos oreillers, coussins et couettes, une fois par mois.

Pensez aussi à faire l'acquisition d'un protège matelas lavable pour protéger votre matelas des taches.

En résumé, aérez votre matelas. Et chaque fois que possible, exposez-le au soleil. Et n'oubliez pas de ne jamais disposer votre matelas sur un support non aéré ou directement au sol.

## 2.2 Aspirez votre matelas

La première chose à faire pour entretenir son matelas, est passer l'aspirateur.

Votre matelas est particulièrement apprécié des petites bêtes qui aiment beaucoup la chaleur et l'humidité dans les tissus. Les acariens ou les puces de lit, peuvent provoquer des allergies ou de l'asthme. Il est indispensable de s'en débarrasser. Pour éviter le développement et la prolifération de ces nuisibles, retirez les draps et votre protection de matelas. Il est recommandé de passer l'aspirateur sur votre matelas pendant 30 ou 40 min. Et cela, une fois par mois. Dans le but de retirer 20 % de ces petites bêtes et des autres particules nocives de votre literie.

Passez l'aspirateur sur chaque surface du matelas. Sur le dessus et sur les quatre côtés. Petit rappel, pensez à tourner tous les mois votre matelas. Soit en le pivotant, soit en le retournant. Pour qu'il soit utilisé de façon uniforme.

Il est conseillé d'être équipé d'un aspirateur qui dispose d'un filtre H.E.P.A. C'est un filtre à haute efficacité pour les particules aériennes. Pour ne pas mettre toute la poussière en suspension dans l'atmosphère de votre chambre à coucher. Ce type de filtre à la particularité de moins rejeter les cadavres et autres débris d'acariens et les autres particules dans l'air ambiant.

Nul besoin de réserver un créneau horaire pour s'en occuper. Effectuer cette opération lorsque vous passez l'aspirateur dans votre logement. Pensez néanmoins à utiliser un embout adapté. Différent de celui que vous utilisez pour aspirer le sol.

## 2.3 Protégez votre matelas

Une bonne protection, prévient des accidents. Nous vous conseillons de bien protéger votre matelas. Vous pouvez le faire avec une alèse, un protège matelas ou un drap housse.

Ces accessoires de literie peuvent éviter les salissures, les tâches et absorber l'humidité. Une alèse est une protection du matelas supplémentaire, disposée sous le drap-housse. Elle protège le dessus du matelas des éléments non désirés. Comme la sueur que nous produisons la nuit. Elle protège votre matelas de la transpiration. Ce dernier absorbe plusieurs centaines de litres de transpiration par annuellement. L'humidité odorante produite ne s'insérera pas directement dans le matelas. L'alèse va vous permettre également de retenir tous les petits accidents quotidiens. Des fuites urinaires à la tasse de café renversée dans le lit.

Et pour une protection de votre matelas supplémentaire, nous vous encourageons à protéger votre matelas avec un protège-matelas. Pour éviter les tâches éventuelles. Tous les types de tâches.

## 2.4 Retournez votre matelas

Il est conseillé de déplacer régulièrement votre matelas sur votre lit. Retournez régulièrement votre matelas. Une très grande majorité de personnes, dorment chaque nuit au même endroit.

Cette habitude provoque une usure accélérée à certain endroit bien localisés et déforment votre matelas. Un matelas régulièrement retourné vieillit moins vite. Beaucoup moins qu'un matelas sollicité de la même façon durant toute sa vie. Pour éviter cette usure prématurée, les fabricants préconisent de retourner votre matelas toutes les deux semaines. Les trois premiers mois. Puis de le retourner tous les deux ou trois mois, le reste de sa vie.

Certains matelas, comme les matelas avec de la mousse viscoélastique à mémoire de forme, ne peuvent pas se retourner. Et certains matelas, possèdent une face été et une face hiver. Le garnissage de ce type de matelas est adapté aux différentes saisons. Un côté avec de la laine naturelle pour plus de chaleur en hiver et un côté en coton organique pour plus de fraîcheur en été. Ces matelas naturel se retournent à l'automne et au printemps. Tous les six mois, en début de saison.

Au moment de retourner votre matelas, quel qu'il soit, n'oubliez pas à inverser la tête et le pied. Évitez de retourner seul votre matelas. Encore plus si vous avez des problème de dos. Le poids généralement conséquent d'un matelas naturel, nécessite de le retourner à deux.

### 3 Comment garder son matelas naturel propre ?

Nettoyer votre matelas avec la plus grande assiduité et prendre toutes les précautions possible, n'empêchera pas ce dernier de s'enrichir de particules, matières ou autres déchets très peu ragoutants. Nos matelas sont véritablement de vraies poubelles à déchet et des nids de bêtes non désirées.

On peut trouver des champignons, des résidus de peaux mortes, des bactéries nombreuses et variées ainsi que des résidus de nourriture. Un matelas trop vieux peut provoquer des problèmes de santé.

La meilleure solution pour garder son matelas propre, c'est d'en changer quand il arrive au terme de sa vie. Et de choisir pour un matelas sain et de qualité dès son achat. Ceci dit, encore faut-il savoir bien choisir son matelas.

Pour garder son matelas propre, il faut déjà suivre les règles d'entretien vues précédemment.

A savoir :

- ✓ Aérer quotidiennement la chambre à coucher.
- ✓ Aspirer son matelas, en utilisant - si possible - un aspirateur équipé d'un filtre adapté.
- ✓ Laver son linge de lit régulièrement.
- ✓ Retourner son matelas, plusieurs fois par an.

De plus, quelques gestes supplémentaires sont à envisager.

#### 3.1.1 Ayez une bonne hygiène personnelle

Nous ne faisons pas que dormir dans une chambre à coucher. Nous mangeons, nous buvons, nous regardons la télévision, nous faisons des câlins, etc. Toutes ces activités diverses et variées, font que nos matelas se transforment très vite en incubateur de microbes.

Une bonne hygiène personnelle contribue singulièrement à la non-prolifération des menaces bactériologiques et des animaux microscopiques non désirés. Il n'est pas inenvisageable de penser à changer nos habits de couchage (pyjamas, nuisettes, boxers, etc.) en moyenne toutes les semaines. Prendre une douche l'est tout autant. Quant à se laver les mains et le visage avant d'aller dormir, cela devrait-être un pur réflexe. Ces gestes barrière garantissent une hygiène optimale.

Évitons aussi de manger au lit, pour éviter la prolifération d'une faune tout aussi affamée que nous comme les fourmis, les cafards, etc. qui se régalent de nos restes. Et pour nos animaux de compagnie qui partagent notre couchage, une couverture peut-être toute indiquée.

### 3.1.2 Changez votre linge de lit

Il faut changer son linge de lit le plus régulièrement possible. Et le laver en machine à laver à une température de 60°C. A cette température, une grande majorité de microbes sera exterminée. Les acariens seront décimés. Ainsi que nombre de bactérie si vous ajoutez dans votre machine, des additifs consacrés.

Il est préconisé de changer ses draps de lit, toutes les deux semaines. Votre protège matelas, peut-être changé mensuellement. Et vos oreillers naturels peuvent passer à la machine tous les trois mois à 40°C. Pour ces derniers, qui sont de vrais nids à microbes, il est conseillé de les changer tous les ans.

On ne pense pas souvent à changer et à laver son linge de lit. Cependant, dormir dans des draps sales peut avoir des conséquences sur la santé.

### 3.1.3 Utilisez un protège matelas

Pour une hygiène parfaite de votre matelas, nous vous préconisons l'achat d'un protège matelas. Ce qui aura comme conséquence de limiter les infiltrations d'eau qui s'effectuent avec notre transpiration.

Un protège matelas garantira une durée de vie optimale à votre matelas. Nous vous recommandons de choisir un protège matelas 100 % coton organique. Facile d'entretien et qui possède des propriétés naturelles très absorbantes.

## 4 Les matelas naturels de nuit de coton

### 4.1 Le matelas naturel Sérénade

Le matelas Sérénade est un matelas naturel qui réunit 3 technologies. Son âme est composée de ressorts ensachés, de fibres naturelles de coco et de latex 100 % naturel Bio. Les ressorts ensachés travaillent indépendamment et assurent au corps une suspension optimale ainsi qu'une totale indépendance de couchage. Ils sont également, en matière d'hygiène, la technologie la plus efficace grâce à l'aération sans égal qu'ils procurent au matelas. Les fibres de coco sont, quant à elles, très résilientes ce qui permet d'apporter de la fermeté au matelas et ainsi un bon soutien. Naturellement hypoallergéniques, antiacariens et ventilées, elles aident à réduire l'humidité et la condensation, renforçant l'hygiène déjà apportée par les ressorts. Le latex, lui, offre au matelas un confort exceptionnel grâce à son caractère ergonomique. Thermorégulant, c'est aussi une matière qui convient parfaitement aux personnes qui ont tendance à transpirer. Ces 3 merveilles sont enveloppées dans une housse elle aussi Bio, faite en surface de fibres naturelles de soja, de lin et de viscose de bambou et garnie de coton, de laine et de fibres.



[Matelas naturel Sérénade](#)

#### 4.1.1 La technologie

La technologie principale du matelas naturel Sérénade est celle des ressorts ensachés. Les ressorts ensachés travaillent indépendamment et assurent à chaque partie du corps, quelle que soit la pression subie, une suspension optimale. Un allègement de pression optimum de la pression du corps, permet la circulation d'un volume d'air important à l'intérieur du matelas. Cette suspension assure une totale indépendance de couchage. Elle épouse la morphologie et offre une très bonne ventilation. En matière d'hygiène, c'est la technologie la plus efficace grâce à son aération sans égale. Les ressorts ensachés sont préconisés pour les personnes qui ont un grand gabarit. Sa structure en acier, reste la plus résistante dans le temps. Les ressorts ensachés assurent le repos d'une bonne nuit et la température idéale d'un lit confortable. Cette technologie garantie des nuits confortables et réparatrices.



## 4.1.2 Les matières

### 4.1.2.1 La fibre de coco Bio

La couche de fibres de coco apporte une très bonne résilience et un soutien équilibré. La fibre de coco assure un accueil dynamique. Elle augmente la fermeté d'un matelas et offre un confort supplémentaire aux personnes qui apprécient cela. Un matelas composé de fibres de coco est un matelas naturel qui offre de nombreux avantages hygiéniques. La fibre de coco non-traitée chimiquement est naturellement hypoallergénique et anti acarien. Son pouvoir filtrant aide aussi à réduire l'humidité et la condensation, pour une literie qui dure plus longtemps ! La fibre de coco reste sèche et convient très bien aux personnes qui transpirent beaucoup. La fibre de coco présente également l'avantage d'être très bien ventilée, grâce à sa structure torsadée. Elle possède une longue durée de vie.

### 4.1.2.2 La laine naturelle

La laine de mouton est un régulateur de température exceptionnel, été comme hiver. Son traitement naturel à base de lavande, d'eucalyptus et de citron permet de lutter efficacement contre les acariens. La laine de mouton est connue pour son moelleux exceptionnel.

### 4.1.2.3 Le coton organique

Extrêmement doux et confortable, le coton a un toucher très agréable et garantit un très bon confort de couchage. Il se caractérise par sa durabilité et sa respirabilité. Le coton végétal garantit hygiène et confort aux matelas. C'est une matière qui ne se charge pas en électricité statique et qui permet d'améliorer la qualité du sommeil. Le coton est naturellement hypoallergénique.

### 4.1.2.4 Le latex naturel

Le premier avantage des matelas qui utilisent le latex est la thermorégulation. Le latex 100 % naturel, assure une très bonne aération. Un matelas composé de latex convient parfaitement bien aux personnes qui transpirent beaucoup. Au niveau de sa durée de vie, un matelas en latex est très performant. Jusqu'à 10 ans, si vous retournez votre matelas tête pied toutes les deux semaines.

### 4.1.2.5 Le lin organique

Le Lin ne se déforme pas et ne peluche pas. Le lin reste doux et agréable au toucher. Son pouvoir absorbant est très important. Il libère vite l'humidité. Le lin reste frais et sec au toucher. Le lin est un tissu thermorégulateur. Il donne une sensation de fraîcheur en été et conserve la chaleur en hiver. C'est un très bon isolant et un matériau qui respire. Le lin est anti-allergique.

#### 4.1.3 LES POINTS FORTS

- ✓ Excellente aération.
- ✓ Évacuation optimale de l'humidité.
- ✓ Parfaite indépendance de couchage.
- ✓ Excellente circulation de l'air.
- ✓ Hypoallergénique et anti bactérien.
- ✓ Thermorégulateur.
- ✓ Densité supérieure à la mousse.

## 4.2 Le matelas naturel Symphonie

Le matelas naturel Symphonie est un matelas constitué à 100 % de mousses Biologiques. Il contient de la mousse viscoélastique à mémoire de forme avec zonage de confort, de la mousse Haute Résilience au confort medium et de la mousse Haute Résilience au confort ferme. Toutes sont à base de soja non O.G.M. L'association de ces 3 mousses confère au matelas à la fois un confort extrême et un soutien exceptionnel. En effet, la mousse viscoélastique à mémoire de forme épouse votre morphologie, permettant réduction des maux de dos et amélioration de la circulation sanguine, tandis que les mousses Haute Résilience apportent de la fermeté au couchage pour un bon maintien du corps. Le soja est une matière naturellement antiacariens, particulièrement adaptée aux personnes sujettes à des allergies. Il est également très absorbant et composé de milliers de cellules ouvertes ce qui lui permet d'évacuer l'humidité liée à la transpiration et d'aérer le matelas pour une hygiène optimale de votre literie. La housse a, quant à elle, un coutil supérieur en viscose naturelle et viscose de bambou, une matière absorbante qui élimine les acariens et bactéries pathogènes. Son garnissage est en laine, coton et fibres pour un apporter moelleux et douceur au dormeur.



[Matelas naturel Symphonie](#)

### 4.2.1 La technologie

La technologie principale utilisée dans le matelas naturel Symphonie est la mousse. La mousse Haute Résilience d'origine naturelle, est conçue à partir de soja non OGM. Elle assure un couchage ferme et tonique. Elle présente une durée de vie plus longue et elle permet une excellente indépendance de couchage. Ce type de mousse est idéal pour les personnes qui sont sujettes à des allergies de par ses propriétés anti acariens. Elle dispose d'une capacité d'absorption de l'énergie exceptionnelle et favorise une distribution optimale de la pression du poids sur le matelas pour assurer un meilleur confort d'allonge et une durabilité du matelas. Sa structure composée de milliers de cellules ouvertes favorise la ventilation du matelas et l'évacuation de l'humidité. La mousse biologique Haute Résilience Bio Green est idéale pour les personnes qui souffrent du dos. C'est une mousse viscoélastique à mémoire de forme qui est fabriquée avec de l'huile végétale naturelle biologique de soja.

## 4.2.2 Les matières

### 4.2.2.1 La fibre naturelle de bambou

Un matelas composé de fibres naturelles de bambou est plus sain. Cette matière favorise l'élimination de l'humidité et des bactéries. Il est encore plus absorbant que le coton. Il permet également l'élimination des acariens et des bactéries pathogènes. Il évacue plus facilement la chaleur pour permettre à la literie ou aux vêtements de rester frais et secs. Le bambou absorbe l'humidité de l'air.

### 4.2.2.2 Le coton

Extrêmement doux et confortable, le coton a un toucher très agréable et garantit un très bon confort de couchage. Il se caractérise par sa durabilité et sa respirabilité. Le coton végétal garantit hygiène et confort aux matelas. C'est une matière qui ne se charge pas en électricité statique et qui permet d'améliorer la qualité du sommeil. Le coton est naturellement hypoallergénique. Le coton a un toucher agréable et garantit un très bon confort de couchage.

### 4.2.2.3 Le soja

Le soja procure une texture douce et confortable qui confère souplesse et résistance au matelas. C'est une matière respirante et naturellement antiacariens qui permet de favoriser une bonne aération au matelas. Le soja favorise également une bonne thermorégulation pour maintenir une température corporelle idéale en toute saison. L'huile végétale de soja biologique favorise la décontraction musculaire et soulage les points de pression qui sont responsables des maux de dos, des courbatures et des rhumatismes.

## 4.2.3 LES POINTS FORTS

- ✓ Anti acariens.
- ✓ Anti bactérien.
- ✓ Évacuation optimale de l'humidité.
- ✓ Excellente aération.
- ✓ Excellente circulation de l'air.
- ✓ Hypoallergénique.
- ✓ Parfaite indépendance de couchage.
- ✓ Thermorégulateur.

## 4.3 Le matelas naturel Prélude

Le matelas naturel Prélude est un matelas en fibres Bio végétales. Son âme est composée de 18 cm de latex 100 % naturel et d'1 cm de fibres de coco. Ces deux matières en font un matelas à la fois confortable et hygiénique. En effet, le latex, en plus d'être thermorégulant, offre une ergonomie optimale ainsi qu'un soutien parfait du corps, renforcé par les fibres de coco très résilientes. Ces dernières, naturellement hypoallergéniques et antiacariens, sont également un excellent absorbeur d'odeur et très respirantes, offrant au matelas une bonne aération naturelle. Le tout est enveloppé dans une douce housse constituée de laine, thermo-isolante et absorbante, ainsi que de coton, hypoallergénique et naturellement antibactérien.



[Matelas naturel Prélude](#)

### 4.3.1 La technologie

La technologie principale utilisée dans le matelas naturel Prélude est le latex 100 % naturel. Le latex lui confère une excellente ergonomie. Il est hypoallergénique et antiacariens et assure une excellente indépendance de couchage. Le latex est naturellement très respirant. Il est durable et respectueux de l'environnement. Il procure une ventilation parfaite. Il est d'une excellente élasticité et soutient parfaitement le corps. Il est résistant aux moisissures et aux bactéries.

## 4.3.2 Les matières

### 4.3.2.1 La fibre de coco Bio

L'âme de ce matelas, en parti composée de fibres de coco Bio, lui confère de nombreux avantages. C'est un isolant thermique. La fibre de coco est un excellent absorbeur d'odeur. Sa respirabilité permet une bonne évacuation de l'humidité et de la condensation. La fibre de coco est très résiliente et elle permet d'offrir un accueil très ferme.

### 4.3.2.2 La laine naturelle

Un matelas composé de laine est thermorégulateur. La laine renferme une grande quantité d'air, c'est un excellent isolant thermique. Lorsque l'on dort sur un matelas composé de laine, notre transpiration est évacuée et notre chaleur corporelle est captée. Il en résulte une régulation de la température et de l'humidité qui offre un excellent confort de couchage. Dormir sur un matelas en laine est apaisant. Un matelas en laine est moins chargé en électricité statique, ce qui sollicite moins le cœur. Les matelas en laine sont les plus écologiques. Ils demandent peu d'énergie pour leur réalisation. La laine est résistante au feu (elle s'enflamme à plus de 500°C). Elle est flexible et légère. Elle est infroissable, facile d'entretien et antistatique. C'est une ressource renouvelable, disponible localement et biodégradable.

### 4.3.2.3 Le coton organique

Le coton Biologique garantit hygiène et confort. Hypoallergénique, le coton est naturellement antibactérien. C'est une matière souple et douce, agréable pour la peau et confortable, pour un couchage en toute légèreté. Le coton se mélange très bien à d'autres matières naturelles. L'aspect doux et agréable du coton apporte une sensation de bien-être optimale tout au long de votre nuit et quelle que soit la saison.

## 4.3.3 LES POINTS FORTS

- ✓ Absorbeur d'odeur.
- ✓ Bonne isolation thermique.
- ✓ Durable.
- ✓ Excellente élasticité et soutien parfait du corps.
- ✓ Excellente ergonomie.
- ✓ Excellente indépendance de couchage.
- ✓ Hypoallergénique et antiacariens.
- ✓ Respectueux de l'environnement.
- ✓ Sa respirabilité permet une bonne évacuation de l'humidité et de la condensation.
- ✓ Très bonne résilience.
- ✓ Ventilation Parfaite.

## 5 [Les matelas naturels](#)

[ [CONSULTER CET ARTICLE EN LIGNE \(AU FORMAT « .HTML »\)](#) ]

NOS AUTRES GUIDES SUR LES MATELAS NATURELS

- :: [COMMENT NETTOYER SON MATELAS NATUREL ?](#)
- :: [COMMENT STOCKER SON MATELAS NATUREL ?](#)
- :: [LES MATELAS NATURELS EN FIBRES NATURELLES](#)
- :: [LES MATELAS NATURELS EN LATEX NATUREL](#)
- :: [LES MATELAS NATURELS EN TISSUS NATURELS](#)
- :: [POURQUOI LAISSER REPOSER SON MATELAS NATUREL AVANT SON UTILISATION ?](#)