

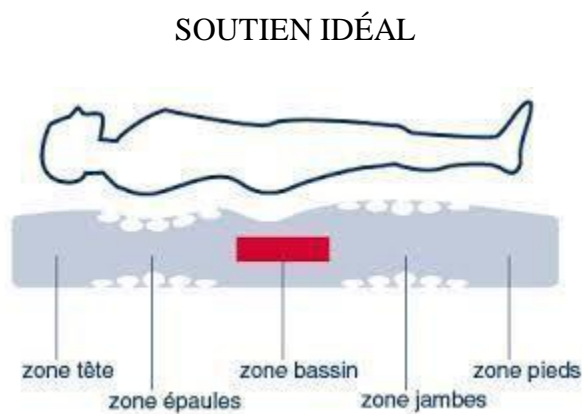


Nuit et Sommeil

1 - EXPLICATION & CONSEILS

Un matelas peut avoir plusieurs zones de confort qui soutiennent avec précision chaque partie du corps.

Voici le descriptif des zones pour un meilleur soutien.



DIMENSIONS DE NOS LITERIES

- Nos literies existent dans toutes les dimensions pour: une personne ou deux personnes
- 70/80/90x190
- 70/80/90x200
- 100/120/140/160x190
- 100/120/140/160x200
- 180/200 x 200
- sur mesure
- Les trois mesures standard sont : 90x190, 140x190, 160x200



Ferme ou moelleux, attention ?

Un bon matelas doit favoriser le relâchement et la détente du corps. Il est relatif à la morphologie de chacun. Plus le poids est important, plus une grande fermeté est requise. Il peut avoir dans ce cas un soutien ferme et une légère couche d'accueil moelleuse. Plus la personne est légère, plus le moelleux est requis. Trop ferme, il nuit à l'alignement de la colonne vertébrale et engourdi les épaules. Trop mou, la colonne s'incurve, provoquant pressions et courbatures au réveil !!

Chaque matelas ayant son accueil et son confort, nous vous invitons à essayer en magasin afin de trouver celui de vos rêves.

"Le bon matelas c'est celui où on se sent bien"

L'hygiène est l'une des raisons pour laquelle **il faut également changer sa literie tous les 10 ans.**

Une personne perd 35 cl d'eau chaque nuit ou 150 litres d'eau par an, soit 300 litres d'eau pour un couple que le matelas doit absorber et évacuer chaque année, d'où la nécessité d'avoir un matelas avec une très bonne ventilation et aération.