GUIDE PRATIQUE
Entretien des produits d’hygiène durables et des couches lavables

Bien entretenus, bien réutilisés :
des gestes simples pour prolonger la durée
de vie de vos produits d’hygiène durables!

Couches lavables, inserts absorbants, doublures et lingettes lavables

Avant la première utilisation

- Laisser tremper les produits dans l'eau froide durant plusieurs heures ou toute la nuit.
- Laver 2 à 3 fois à l'eau chaude avec d'autres vêtements.
- Laissez sécher au moins 2 heures entre chaque lavage.
- Utiliser un détergent doux.

Stockage

- Ne pas stocker les couches et les autres produits réutilisables connexes pour une durée de plus de 3 jours.
- Ne pas laisser les couches, inserts ou doublures tremper dans l'eau.
- Lors du changement de couche, vider les selles dans les toilettes.
- Jeter ou mettre de côté pour le lavage les inserts absorbants dépendant du type (réutilisable ou jetable).
- Mettre les couches, les inserts, les doublures et les lingettes souillés dans un contenant ou un sac prévu à cet effet.
- Pour éviter les odeurs, il est possible de mettre au fond du sac ou du contenant un linge imbibé d'un antibactérien (ex. huile essentielle d'arbre à thé).

Nettoyage

- Séparer les couches et les inserts.
- Laver les couches, les inserts, les doublures et les lingettes à l'eau chaude avec d'autres vêtements. Le prélavage n'est pas nécessaire.
- Si vous souhaitez faire un prélavage, mettre la machine au cycle court à l'eau tiède ou chaude avec une petite quantité de détergent.
- Possibilité d'utiliser un antibactérien lors du lavage, comme de l'huile essentielle d'arbre à thé.
- Ne pas utiliser d'assouplissant, car celui-ci réduit l'absorption du tissu.

Séchage

- Faire sécher les couches, les inserts et les doublures à l'air libre pour prolonger leur caractère absorbant.
- Si vous préférez utiliser la sécheuse, choisir le cycle à basse chaleur et éviter l'utilisation de feuilles antistatiques.
- Les lingettes peuvent aller à la sécheuse à basse chaleur en tout temps.

Séchage à la machine : à retenir!

- La sécheuse peut causer la dégradation hâtive des produits due à une forte chaleur.
- Il est recommandé de toujours prendre en compte les consignes du fabricant pour l'entretien des produits réutilisables.

Serviettes hygiéniques, sous-vêtements menstruels et protège-dessous lavables

Après usage

- Rincer à l'eau froide pour retirer le sang.
- Entreposer dans un sac imperméable.

Lavage

- Lavage à la machine à l'eau froide ou tiède, cycle régulier.
- Utiliser un détergent doux et sans assouplissant.

Séchage

- Le séchage à l'air libre est recommandé.
- Le séchage à la machine est possible, à basse température.

Séchage à la machine : à retenir!

- La sécheuse peut causer la dégradation hâtive des produits due à une forte chaleur.
- Il est recommandé de toujours prendre en compte les consignes du fabricant pour l'entretien des produits réutilisables.

Coupe menstruelle

Nettoyage quotidien

- Rincer à l’eau claire entre chaque utilisation.
- Utiliser du savon doux et non parfumé, au besoin.

Désinfection

- À faire avant et après le cycle menstruel.
- Faire bouillir 5 à 10 minutes.
- Laisser sécher complètement.

À éviter!

- L’utilisation de savons antibactériens.
- L’utilisation d’huiles essentielles.
- L’utilisation du micro-ondes ou du lave-vaisselle.

Produits d’incontinence lavables

Avant la première utilisation

- Laisser tremper les produits d’incontinence dans l’eau froide durant plusieurs heures ou toute la nuit.
- Laver 2 à 3 fois à l’eau chaude avec d’autres vêtements.
- Laisser sécher au moins 2 heures entre chaque lavage.
- Utiliser un détergent doux.

Stockage

- Ne pas stocker les produits souillés pour une durée de plus de 3 jours.
- Ne pas laisser les produits d’incontinence tremper dans l’eau.
- Mettre les produits d’incontinence dans un contenant ou un sac prévu à cet effet.
- Pour éviter les odeurs, il est possible de mettre au fond du sac ou du contenant un linge imbibé d’un antibactérien (ex. huile essentielle d’arbre à thé).

Nettoyage

- Laver les produits d'incontinence à l'eau chaude avec d'autres vêtements. Le prélavage n'est pas nécessaire.
- Si vous souhaitez faire un prélavage, mettre la machine au cycle court à l'eau tiède ou chaude avec une petite quantité de détergent.
- Possibilité d'utiliser un antibactérien lors du lavage, comme de l'huile essentielle d'arbre à thé.
- Ne pas utiliser d'assouplissant, car celui-ci réduit l'absorption du tissu.

Séchage

- Faire sécher les produits d'incontinence à l'air libre pour prolonger leur caractère absorbant.
- Si vous préférez utiliser la sécheuse, choisir le cycle à basse chaleur et éviter l'utilisation de feuilles antistatiques.
- Les lingettes peuvent aller à la sécheuse à basse chaleur en tout temps.

Séchage à la machine : à retenir!

- La sécheuse peut causer la dégradation hâtive des produits due à une forte chaleur.
- Il est recommandé de toujours prendre en compte les consignes du fabricant pour l'entretien des produits réutilisables.

Ce guide a été conçu par la MRC d'Argenteuil à l'intention des municipalités participantes au Programme de subvention des produits d'hygiène durables et des couches lavables financé par le Programme S'investir pour des communautés durables de la Coopérative Tricentris.