

# Choisir sa couette

## QUELLE COUETTE POUR QUEL LIT ?

Le choix de la taille de votre couette dépend de votre type de literie et mobilier. La retombée de votre couette doit être suffisante pour éviter les entrées d'air froid. Elle dépend de votre corpulence et de votre tendance à bouger lors de votre sommeil.

COUETTE <b>140x200</b>	COUETTE <b>200x200</b>	COUETTE <b>240x220</b>	COUETTE <b>260x240</b>	COUETTE <b>280x240</b>	COUETTE <b>300x240</b>
<b>Lit 90</b> Retombée 25 cm	<b>Lit 90</b> Retombée 55 cm	<b>Lit 140</b> Retombée 50 cm	<b>Lit 160</b> Retombée 50 cm	<b>Lit 180</b> Retombée 50 cm	<b>Lit 200</b> Retombée 50 cm
	<b>Lit 120</b> Retombée 40 cm	<b>Lit 160</b> Retombée 40 cm	<b>Lit 180</b> Retombée 40 cm	<b>Lit 200</b> Retombée 40 cm	

## QUELLE COUETTE POUR QUELLE TEMPÉRATURE DE CHAMBRE ?

*Couette*  
**TOG > 12**

*Couette*  
**TOG de 7,5 à 12**

*Couette*  
**TOG < 7,5**

*Chambre fraîche*  
**< 18°C**

*Chambre tempérée*  
**De 18 à 20°C**

*Chambre chaude*  
**> 20°C**

## COMMENT JUMELER DEUX COUETTES ?

Après avoir bien positionner sa couette sur le lit, repérer la partie de la couette où se trouvent les pressions femelles et l'autre partie où se trouve les pressions mâles. Superposez la deuxième couette en veillant à ce que la partie où se trouve les pressions mâles viennent se positionner au-dessus des pressions femelles de la première couette et vice-versa.



## COMMENT POSITIONNER UNE COUETTE ?

Il y a quelques règles de bases à connaître pour être sûr de bien positionner sa couette sur son lit. Contrairement à ce que l'on pourrait croire, la longueur de la couette ne va pas forcément sur la longueur du lit. En premier lieu, repérez bien l'étiquette ci-contre positionnée sur un des côtés de la couette. À partir de là vous savez que ce côté ou son côté opposé seront à positionner en tête ou en pied de lit !

