

Bien choisir la  
**Gigoteuse**  
de bébé



## Le TOG, c'est quoi?

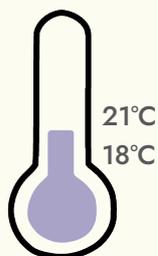
TOG signifie Thermal Overall Grade. C'est l'indice de résistance thermique du tissu de la gigoteuse. Ainsi plus la valeur du TOG est élevée, plus le tissu de la gigoteuse est chaud et isolant !

### Bien choisir le TOG

 22°C à 27°C	+	 0.5	+			
 19°C à 22°C	+	 1	+			
 21°C à 18°C	+	 1.5	+		+	 COTON
 17°C à 20°C	+	 2	+		+	 COTON
 16°C à 19°C	+	 2.5	+		+	 VELOURS
 15°C à 18°C	+	 3	+		+	 VELOURS
 Moins de 15°C	+	 3.5	+		+	 VELOURS



## Les conseils des mamans



Idéalement la température de la chambre se situe entre 18°C et 21°C, mais certains facteurs peuvent influencer et faire varier cette température.



Quand passer de la gigoteuse à la couette ? Si bébé a un sommeil agité, nous vous conseillons de garder la gigoteuse.

Si bébé se sent à l'étroit, qu'il a tendance à vouloir la retirer, c'est qu'il est temps de passer à la couette ! (Sachez également qu'il existe des housses de couette qui se zippent aux draps-housses)



Pour vous faire une idée au plus juste, touchez de temps à autre sa petite nuque.

Chaud et sec ? Tout va bien  
Plutôt humide et moite ? Bébé a trop chaud.

Petites mains froides ? Bébé a froid



Chers Parents, n'oubliez pas que vous avez un super pouvoir ! Votre bon sens.

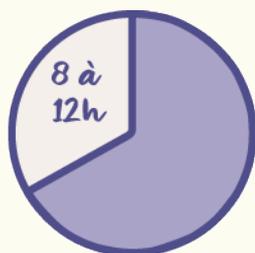
Apprenez à connaître votre bébé et faites vous confiance.

- Adapter la taille de la gigoteuse à l'évolution de bébé pour ne pas qu'il glisse à l'intérieur.
- Veiller à bien déposer bébé sur le dos dans son lit, pour ne courir aucun risque.
- Éviter au maximum d'encombrer son lit (doudous, couvertures etc) afin de limiter les risques d'étouffement.

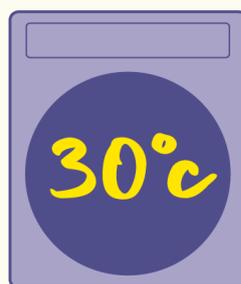


## Guide d'entretien

### Comment laver une gigoteuse ?



Il faut veiller à l'hygiène car bébé y passe beaucoup de temps durant son sommeil



Laver votre gigoteuse à 30°C tout en suivant les indications sur l'étiquette

### À quel rythme laver une gigoteuse ?



En été, bébé transpire beaucoup et sa peau est en contact direct

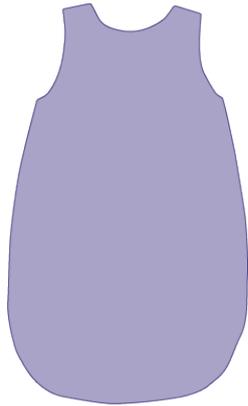


L'hiver bébé dort en pyjama et transpire moins durant son sommeil



## Les différentes formes

### La gigoteuse sans manche



La plus répandue, dispose de bretelles fines aux épaules.  
Elle peut se trouver avec ouverture latérale ou centrale.

### La gigoteuse à manches longues



Idéale pour les nuits fraîches d'hiver.  
Elle peut avoir des manches amovibles ou fixes.

### La gigoteuse nomade ou de voyage



S'adapte facilement à la poussette ou au siège-auto.  
Pratique lors de vos soirées pour éviter de réveiller bébé lors du transfert entre la voiture et le lit ! Ou lorsque bébé commence à se tenir debout.