La couverture Magique

# La Couverture Lestée pour Enfants
# Une solution naturelle contre le stress, l'anxiété et les troubles du sommeil des plus petits

## Conseils d'utilisation de la Couverture Magique

L'utilisation d'une couverture lestée nécessite parfois un temps d'adaptation. Votre enfant aura besoin de s'habituer progressivement au poids de la couverture. À cet effet, nous conseillons, dans un premier temps si cela est possible, d'utiliser la Couverture Magique quelques minutes par jour avant de dormir des nuits complètes.

| | |
|---|---|
| **SEMAINE** ① | 15 à 30 min. / jour |
| **SEMAINE** ② | 1 à 3 heures / jour |
| **SEMAINE** ③ | une nuit complète |

## Sécurité

Une couverture lestée doit représenter environ 10% du poids du corps. La Couverture Magique pèse 3kg et mesure 100cm x 150cm. Elle est spécialement conçue pour les enfants pesant entre 20 et 45kg.

Si vous êtes inquiets de la capacité de votre enfant à retirer la couverture sans aide ou que vous pensez qu'elle est trop lourde pour lui, nous recommandons de ne pas la lui laisser sans surveillance et de la ranger hors de portée lorsque vous n'êtes pas à proximité.

Votre enfant ne doit pas mâcher la couverture, cela pourrait la percer, les microbilles de verre qu'elle contient pourrait s'échapper et votre enfant pourrait les avaler.

Par ailleurs, nous vous invitons à solliciter l'avis de votre médecin si votre enfant souffre de diverses pathologies.

# Les bénéfices d'une couverture lestée

## Réduit le stress et l'anxiété

La couverture lestée (ou pondérée) réduit naturellement le niveau de cortisol (l'hormone du stress). Elle permet à votre corps de complètement se détendre.

## Améliore le sommeil

La Couverture Magique favorise un sommeil profond en réduisant les mouvements du corps pendant la nuit. La libération de mélatonine (l'hormone du sommeil) entraîne un endormissement rapide.

## Calme l'esprit et le corps

L'activation de points de pression sur l'ensemble du corps calme le système nerveux. Une sensation de calme et de détente s'installe. C'est comme l'effet d'un gros câlin ou d'un massage intégral.

## Le confort à l'état pur

Cousue en carrés pour une répartition optimale sur le corps de votre enfant, sa matière ne lui donnera pas trop chaud et le couvrira assez pour ne pas avoir froid.

# Composition et Entretien




**20-45Kg**



**100x150cm**

Les couvertures sont matelassées et cousues sous forme de carrés garantissant une répartition uniforme et optimale du poids sur la totalité de la couverture.

## Entretien de la Couverture Magique

- Lavage à 30 degrés, cycle délicat
- P**as** de nettoyage à sec
- Ne **p**as mettre au sèche-linge
- Rep**as**ser à une T°C de °110C
- Ne p**as** utiliser d'eau de javel

## À propos de nous

WakeUp Serenity est une entreprise française basée à Toulouse depuis 2019. Je m'appelle Nicolas Marquis, après avoir vécu un burn-out, j'ai cherché des solutions naturelles afin d'atténuer mon stress, mes angoisses mais aussi pour lutter efficacement contre mes insomnies. C'est alors que j'ai découvert les couvertures lestées. Cette solution 100% naturelle m'a permis de me sentir mieux et de me recentrer. Ces couvertures étant peu connues en France, j'ai donc décidé de les développer afin que tous ceux qui recherchent une solution naturelle pour lutter contre le stress et les troubles du sommeil puissent profiter des bienfaits de ce produit.

On vous partage nos aventures et nos conseils sur Facebook et Instagram