

# Tuto coussin d'enroulement

Sylvane LÈVÊQUE

Psychomotricienne D.E - Formatrice

[Http://www.a-la-portee-du-bebe.com](http://www.a-la-portee-du-bebe.com)



## Matériel :

- ➔ **2 morceaux de tissus** d'environ 2 m sur 50 cm. Choisir deux tissus différents l'un souple genre maille Tshirt, l'autre plus rigide en coton. Choisir si possible des tissus qui amènent un contraste pour l'enveloppe extérieure.
- ➔ **pour la garniture intérieure**, 1 sac de microbilles de polystyrène de 350g, et 700g de balle d'épeautre environ, **ou** 1 sac de balle d'épeautre de 15 litres déjà conditionné à commander sur [www.greenweez.fr](http://www.greenweez.fr), ou ailleurs.
- ➔ **1 bande de velcro** d'environ 20 cm sur 1cm pour fermer la housse.

Les 2 housses n'ont ni la même largeur ni la même longueur de manière à ce que la plus souple puisse s'étaler, se déformer sous le poids et la forme du bébé.

L'enveloppe intérieure est de 45 cm de large sur 2m de long

L'enveloppe extérieure est de 50 cm de large sur 2,10 m de long

## Réalisation :

✂ **Couper les 2 enveloppes.**

✂ **Coudre la 1<sup>ère</sup> enveloppe** en laissant l'un des 2 bouts ouverts (afin d'y glisser ultérieurement la garniture intérieure).

✂ **Coudre la 2<sup>ème</sup> enveloppe**, Glisser dans la couture quelques bandes de tissus souples, d'environ 30 cm de long et 2 cm de large, afin de fabriquer des jeux filaires pour le bébé. On peut les positionner à l'endroit de la couture entre 2 tissus différents si c'est votre choix d'utiliser plusieurs tissus différents, ou les répartir au mieux sur l'enveloppe.

Ne pas coudre une des extrémité ou au milieu afin de pouvoir y glisser la 1<sup>ère</sup> enveloppe.

**Enfiler la 1<sup>ère</sup> enveloppe dans la 2<sup>nde</sup>, la remplir de la garniture** (polystyrène/ épeautre)

Le mieux est d'utiliser un entonnoir à confiture ce qui facilite l'opération.

**Vérifier avant de fermer la housse que le coussin soit souple et pas trop rempli, il ne doit pas être rempli plus qu'à 2/3 de la longueur.**

*Astuce : mettre une poche glacée sur le sac de polystyrène afin qu'il ne colle pas au plastique, ou mettre le sac de polystyrène au frigo ou mieux au congélateur.*

✂ **Coudre l'ouverture de la 1<sup>ère</sup> housse** afin qu'elle soit étanche.

✂ **Coudre le velcro sur la 2<sup>ème</sup> housse** à l'endroit que l'on a laissé ouvert.

Ça y est c'est prêt! Plus vous vous laisserez guider par votre créativité plus votre bébé profitera de cette offre confortable d'installation unique.

Envoyez nous une photo de votre réalisation afin que nous la publiions sur notre site !