

## Tutoriel couche lavable TE1 Taille 1

### Fournitures

- 40cm de PUL (en 140 de large on fait 5 couches)
- 40cm de Micro-éponge
- Elastique de largeur 5mm : 30cm
- Velcro de largeur 25 mm : 22cm

### Durant ce tutoriel nous appellerons :

- **PUL endroit : côté imperméable**
- **PUL envers : côté coton**
- **Micro-éponge endroit : côté bouclettes**
- **Micro-éponge envers : côté lisse maille**

Au final, c'est donc la partie lisse de la micro-éponge (envers) qui sera au contact de la peau de bébé, et le coton du PUL (envers) qui sera à l'extérieur.

Les tissus vont rétrécir (jusqu'à 10%) au premier lavage. Laver les tissus avant de les couper et les coudre.

**Les marges de couture ne sont pas incluses. Rajouter votre marge de couture avant de couper, 1,5 cm.**

Veillez à utiliser la zone extensible de la micro-éponge pour la largeur de la couche.

### Couper pour chaque couche :

- un élément en micro-éponge correspondant au patron
- un élément en PUL correspondant au patron

### Marquer sur les éléments découpés les repères correspondants :

- aux points d'attache des élastiques (sur l'endroit du PUL pour les élastiques jambes et sur l'endroit de la micro-éponge pour l'élastique de taille)

### Coudre la couche

Coudre la couche sur l'envers (en mettant endroit contre endroit PUL et micro-éponge) en laissant une ouverture de 8cm sur le bas pour pouvoir la retourner. Ne pas mettre d'épingles pour ne pas trouser le PUL mais des pinces pour tenir les 2 tissus. Coudre côté micro-éponge.

### Coudre l'élastique des jambes et de la taille (haut de la couche)

Couper trois élastiques aux mesures suivantes de 10 cm (deux pour les jambes, un pour la taille)

L'élastique se coud entre la couture et le bord du tissu côté micro-éponge en piquant les deux couches de tissu PUL et micro-éponge. Fixer le bout de l'élastique au point de départ que vous avez reporté du patron par point de renfort avant/point arrière.

Épingler l'autre bout de l'élastique au repère de fin de l'élastique. Cousez l'élastique avec un point zigzag long et large. Pour cela étirer l'élastique (il faudra peut-être aider un peu la machine en tirant légèrement vers l'arrière). Faire un point de renfort avant/arrière. Répétez l'opération entre les repères pour l'autre jambe et la taille.

Retournez la couche, ajustez soigneusement les coins.

Fermez l'ouverture avant en repliant bien les bords vers l'intérieur, en étirant la micro-éponge si nécessaire.

Surpiquez tout le tour de la couche ( pour les côtés et l'arrière surpiquer au-delà de l'élastique).

### **Coudre les "scratches"**

Épingler la grande bande douce de 14cm (en coupant les angles du velcro) sur le PUL à l'avant et cousez avec un point droit

Épingler les 2 bandes de 4cm de velcro agrippant (en coupant les angles) au bord des ailes côté micro-éponge et à côté d'eux les 2 bandes de 4cm parties douces (en coupant les angles). Cousez avec un point droit.

### **Réaliser un insert**

Couper pour faire un insert dans la micro-éponge (marge de couture 1 cm incluse) :

- un rectangle de 58x15 cm pour la taille 1

Pliez en deux dans la longueur le grand rectangle en plaçant la partie lisse à l'intérieur.

Faites une couture tout autour en arrondissant les angles et en laissant une ouverture de 5 cm.

Retournez l'insert par l'ouverture de 5 cm

Surpiquez à 5mm tout autour