

Bien déterminer ses besoins avant d'acheter un matelas

Quand on achète un matelas, il faut d'abord bien déterminer ses besoins parce qu'il existe une grande variété de produits sur le marché.

Les matelas à ressorts, par exemple, peuvent contenir jusqu'à 1400 ressorts (continus ou ensachés individuellement). Entre 800 et 1000, c'est correct. Plus que ça, c'est juste du marketing.

Avant même de compter les ressorts, cependant, il y a lieu de déterminer le degré de confort recherché. Veut-on un matelas ferme, semi ferme ou moelleux? Il est important de dissiper le mythe selon lequel un matelas ferme est meilleur pour le dos. Si on dort sur le dos il n'y aura pas de problème mais si on dort sur le côté, l'épaule deviendra engourdie. Pour les femmes, le lit trop dur repousse les hanches et fera dévier la colonne.

Quant aux matelas en mousse, il existe une variété de produits : la mousse mémoire (viscose ou visco-élastique); la mousse latex; la mousse de soja; et certaines mousses spécialisées et brevetées. La mousse mémoire soulage bien les points de pression et fait circuler le sang, mais elle est activée par la chaleur. La mousse latex est plus fraîche, pour les personnes qui ont chaud la nuit, et reprend même plus rapidement sa forme que la mousse mémoire.

La mousse de soja possède les qualités des deux autres. Elle reprend sa forme un peu moins vite que le latex et est un peu plus fraîche que la mousse mémoire. Elle ne dégage pas d'odeur et soulage les points de pression.

En terminant voici quelques conseils : regarder la garantie attentivement; choisir un matelas qu'on peut essayer et échanger dans les 90 jours; s'informer de la livraison, de l'installation et du recyclage possible de l'ancien matelas.

CIRCCO vous invite à venir porter votre déclaration d'impôt dès le 1^{ier} mars. C'est un service gratuit s'adressant aux personnes et familles à faible revenus. Pour information : 418 435-2884