**Használati és kezelési útmutató**

Örülünk, hogy Téged is köszönthetünk a mosható pelenka világában! Amit tudnod kell, hogy minden pelenka és kiegészítő átmosva és fertőtlenítve érkezik hozzád, ezért nem kell rögtön a mosással bajlódnod, azonnal ki is próbálhatjátok!   
Mivel minden baba más ezért ki kell tapasztalni, hogy milyen típusú pelenkákat, belevalókat használj ahhoz, hogy ne óránként kelljen cserélni a mosható pelenkát és használata komfortos legyen számotokra!   
A pelenkák tisztítása e használati és kezelési útmutató szerint történhet! Az útmutatóban leírtak figyelmen kívül hagyása miatt bekövetkező kárt a kölcsönző személy köteles megtéríteni a Zöldövezet Társulás Egyesület részére. A kölcsönzés időtartama 14/21 nap, ezután a kölcsönzött pelenkákat saját költségen vissza kell juttatni az Egyesület részére tiszta és száraz állapotban.  
*A felmerülő kérdésekre szívesen válaszolunk és segítünk, ha elakadnál!*Írj a  [peluskolcsonzo@zoldovezet.info](mailto:peluskolcsonzo@zoldovezet.info) email címre.

**Hogyan használjam a pelenkát?**

A kölcsönözhető mosható pelenkák két részből állnak, **egy belső nedvszívó rétegből** (ami lehet nadrágpelenka, prefold, tetrapelenka, betét) és **egy külső vízzáró rétegből** (PUL/PUR). A külsőbe vagy a csónakba tedd bele a betétet vagy prefoldot vagy tetrapelenkát, majd a tetejére tegyél eldobható **papírbetétet („kakifogó”)** (a csomagban mellékeltünk), ami megkönnyíti a kaki eltávolítását és a betét folttisztítását is. A mosható pelenka egyik nagy előnye, hogy a természetes anyagok és a jobb szellőzés miatt nem feltétlenül kell a babának popsikrém. Ha mégis szükséges, mindenképp használj hozzá kakifogó papírt, hogy megóvd a pelus belső anyagát attól, hogy eltömődjön a krém miatt. Ezt hajtogasd úgy, hogy szépen befedje mindenhol a betét/prefold/tetrapelenka popsival érintkező részét (de leginkább az érintett hátsó területen). A pelenkát add a babádra. Feladásakor figyelj arra, hogy a pelenka illeszkedjen szépen a baba combján (combhajlatban), popsiján és derekán, ne álljon el sehol, ne lógjon ki semmi alóla (pl. papírbetét, mert ez kivezetheti a nedvességet), ne húzd túl szorosra.   
**Próbálgasd**, hogy nektek melyik belevaló, milyen kombinációban válik be jobban, melyiket hogy bírja a kisbabád popsija. Van aki sokat pisil, így több, vagy másfajta anyagú belevaló szükséges számára.

**Hogyan mossam a pelenkákat?**

**Cseréld** min. 3 óránként (de babád pisilési szokásai függvényében gyakrabban vagy ritkábban) a pelust. Ha babád bekakilt, lehetőleg azonnal cseréljetek pelenkát. A külsőt nem szükséges minden csere után mosni, ha csak a betét vagy a csónak lett koszos, elég azokat cserélni, és egy új csónakot illetve betétet belehelyezni a pelenkába.

Pelenkacsere után a papírbetétet (kakifogót) a kakival együtt a csomagoláson szereplő leírások alapján a WC-n le lehet húzni, de azt tudnod kell, hogy a szennyvíztisztitás során problémákat okozhat, illetve régebbi szennyvízrendszerek esetében dugulást okozhat, így a papírt érdemes külön a kukába dobni. A kaki ugyanúgy mehet a WC-be – ehhez a művelethez érdemes segítségül hívni egy régi bankkártyát/telefonkártyát, ezzel könnyen eltávolíthatóak a nagydarabos részek), de ha csak pisis lett, öblítés után ki is lehet mosni, így száradás után újra fel lehet használni (nem mállik szét, ugyanúgy funkcionál, 3-4 mosást kibír). A pelenkát és a belevalókat használat után öblítsd ki rögtön, vagy az esti fürdetésnél a már használt vízben, majd nyomkodd ki belőlük a felesleges vizet.   
Ha foltosak lettek, érdemes öblítés után bedörzsölni marhaepe szappannal (pl Denkmit, Klar’s, AlmaWin stb.), amit mosásig rajta is hagyhatsz (ha érzékeny a bőröd, a szappan használatakor érdemes gumikesztyűt húzni, mert irritációt okozhat).   
Az így átöblített pelenkákat mosásig egy műanyag tároló vödörben vagy pelenkazsákban tárolhatod, 2-3 napig. A használt pelenkák tárolása is fontos! Ugyanis, ha nincs megfelelően öblítve, illetve tárolva elszaporodhatnak benne a káros baktériumok. Például padlófűtés esetén intenzívebb folyamatok indulhatnak el, amik segítik azoknak a baktériumoknak az elszaporodását, amelyek tönkre tehetik hosszú távon a pamut, bambusz, kender anyagokat.

Használj nátrium-perkarbonátot adalékként (ammóniamentesítésre és folteltávolításra is tökéletes, arra figyelj, hogy kb. 40 fokon fejti ki hatását, magas hőfok esetén gyorsabban reagál, ami az anyag sérülését okozhatja hosszú távon) valamint **szappan és enzimmentes** (a szappan lerakódik a szálak között, eltömíti azt, így a pelenka nedvszívóképessége csökken. Bizonyos enzimek pedig bonthatják a bambusz és kender szálait, ami az anyag kopásához, foszlásához vezethet. Ezért lehetőleg **öko mosószereket** (pl. Cudy, Ökopel, Wash taps, Csepke, AlmaWin, Ecover, EcoNut Harmatcsepp, CleanEco, Zöld érzés Vegán folyékony mosószer stb. ) részesítsük előnyben! Mosószer választásnál a pelenkák tekintetében az 5%-nál kevesebb anionos felületaktív anyagot tartalmazó és enzimektől mentes mosószereket válasszuk!  
A **külsőket** és a **csónakokat** 40 fokon, a **pelenkabelsőket** (betét/tetra/prefold/nadrágpelenka) 40-60 fokon moshatod, akár a saját vagy a baba ruháival együtt (ebben az esetben kérlek figyelj arra, hogy ne fogja be színes vagy sötétebb ruha!). A külsők esetében a magas hőfok tönkre teheti a vízzáró réteget! A pelenka külsőket és belsőket együtt lehet mosni, a hőfokot ilyenkor a pelenka külsőhöz kell állítani!  
Maximum 1000-es, de inkább **800-as fordulatszámra** állítsd a **centrifugálást**. A tépőzárakat mindig vissza kell hajtani a "parkolóra", nehogy beleakadjon más vagy a saját anyagába. Mosáskor érdemes mosózsákot használni.  
Legalább **2-3 naponta mosd ki** az átöblített pelenkákat!

**Milyen mosószert használjak?**

**Legegyszerűbb 2 evőkanál mosószóda + 1ek nátrium-perkarbonát** (fertőtlenítő és folttisztító hatású) a mosógép mosószer adagolójába, az öblítő rekeszébe pedig **10 vagy 20%-os ecet** (ez kihagyható) **+ igény szerint 10 csepp mosóparfüm** (elhagyható ill. ebből intenzitásnak megfelelően csökkenthető vagy növelhető az adag). **Egyéni érzékenység esetén** más mosószer is használható, ami pelenkamosásra alkalmas. Ebben az esetben **kérlek egyeztess velünk!** (szappan és enzimmentes, ökomosószer használata javasolt)   
**Ne használj** olyan tisztító- és antibakteriális szereket, amelyek alkoholt, oldószereket, fehérítőt, klórt tartalmaznak**.** Az **öblítő** **használatát kerüld**, mert nagymértékben csökkenti a pelenka nedvszívó képességét! Illatosításra csak mosóparfüm használható (feltéve ha nem vagy rá érzékeny).

**Hogyan szárítsam a kimosott pelenkát?**

A legegyszerűbb megoldás a napon, levegőn szárítás. Persze ez a téli időszakban nem megoldható, mert a pelenkakülsőket károsíthatja a fagy! A pelenkabelsőket (betét, prefold, tetra) ilyenkor is ki lehet teregetni, egyébként bent a lakásban száríthatjuk ezeket. Fontos, hogy a fűtőtestre ne tegyük a pelenkakülsőket, mert a pelenka vízzáró rétege megolvad magas hőmérsékleten! Ha megszáradt, érdemes előre összeállítani a pelenkát, hogy peluscserekor már csak a kész csomagot kelljen a babádra adni. A pelenkabelsőket vasalni sem kell (a külsőket TILOS!), illetve nem is szerencsés, mert a pelenka nedvszívó képességét a vasalással szintén csökkentjük.

**Pelenka kisokos: A pelenka felépítése  
Külső réteg**, ami a nedvszívót ott tartja + nem engedi átázni - többnyire poliuretán (PUL) vagy azzal laminált egyéb anyag, de lehet gyapjú vagy minky is. Patenttal vagy tépőzárral állíthatók, vannak egy- és többméretes változatai.  
**Belső nedvszívó réteg** (belsők és a betétek főként pamut, bambusz, mikroszál, kender vagy ezek kombinációja. Lehetnek: téglalap, piskóta vagy nadrág alakúak. Záródásuk többféle: tépőzáras, patentos, záródás nélküli.  
 **Pelenka alaptípusok**  
**1. All-in-one** (AIO) azaz külső és belső rész egybe van varrva (drágább, de könnyebb használni, de lassabban szárad).



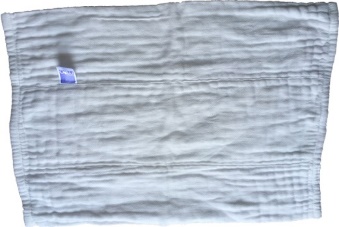
**2. AI2** olyanok, mintha AIO pelenkák lennének, de a belső részeket ki lehet patentolni a külsőből, így gyorsabban száradnak.



**3. Zsebes pelenka** a külső (nedvességzáró) és a belső (popsival érintkező) rétege között egy zseb került kialakításra, amibe tetszőleges (és méretben passzoló) nedvszívó (betét, prefold, tetrapelenka stb.) helyezhető.

  
**4. Csónakos (hibrid)** ennek a típusnak általában textil a külső (dekor) része, és a benne lévő úgynevezett csónak rész készül nedvességzáró anyagból, amibe aztán a betéteket el lehet helyezni.

**5. Pelenka külső és belső**  
pelenka két részből áll, egy külső vízzáró rétegből (PUL/PUR) amibe egybelső nedvszívó réteg kerül (ez lehet nadrágpelenka, prefold, tetrapelenka, betét stb).  
Előnye: a különböző márkájú, méretű és anyagú külsők és belsők jól kombinálhatóak, személyre szabhatóak.   
Hátránya: néhány pillanattal több ideig tart feladni, de gyakorlattal ez nem jelent nagy időráfordítást.





**Belsők, betétek**

**Hajtogatós**: általában ez a fajta jut mindenki eszébe a textilpelenka szó hallatán. ide tartozik a tetrapelenka, prefold. Utóbbi már többrétegű, és sokkal jobb a nedvszívó képessége, mint a hagyományos, tetra pelenkáknak.   
**Betétek:** többrétegűek, főként pamut, bambusz, mikroszál, kender vagy ezek kombinációjából készülnek, jó nedvszívó képességűek.  
**Nadrágpelenkák:** („pelenka belsők”): szabásukat tekintve olyanok, mint az eldobható pelenkák, csak mosható anyagból (bambusz, pamut stb.) készülnek. Föléjük nedvességzáró réteg (külső) szükséges!

**Kiegészítők**  
**Szárazontartó:** át tudja venni a kakifogó szerepét (azaz védi a betétet), emellett pedig szárazon tartja a baba popsiját. Műszálas, műszálas keverék (polár) anyagból készülnek.  
**„Kakifogó”:** papír pelenkabetét, ami a pelusba kerülő székletet felfogja, ezáltal könnyen eltávolítható a pelenkából és védi is azt a szennyeződéstől.  
**Mosható popsitörlő:** az eldobható popsitörlő környezet- és bőrbarátabb verziója. Műszálas, pamut és bambuszos anyagból is készülhet.  
**Pelenkatartó zsák:** a pelenkakülsőkhöz hasonlón vízzáró anyagból készül, a használt pelenkák tárolására használják. Bent tartja a nedvességet és a szagokat.  
**Snappy kapocs:** pelenkacsat, terapelenka vagy prefold rögzítésére használják.  
**Booster:** kiegészítő nedvszívó betét.