NUITS *tranquilles*



UN BON MATELAS + UN BON SOMMIER = UNE BONNE NUIT ? ON Y EST PRESQUE. UN VRAI SOMMEIL RÉPARATEUR IMPLIQUE AUSSI UN BON ÉQUIPEMENT QUI ACCOMPAGNE SA LITERIE. NOTRE SÉLECTION DE COUETTES, OREILLERS ET MÊME MASQUES DE NUIT POUR DORMIR ZEN.

ON VOTE POUR !

MADE IN FRANCE

Une vision du confort nocturne trop chauvine ? Pas du tout ! On profite plutôt de vivre sur un territoire d'excellence en matière de literie. Avec des savoir-faire expérimentés et des choix de matériaux bien sourcés, on s'assure un sommeil plus naturel, respectueux et qualitatif. On mise sans hésiter sur Dodo en Lorraine, qui fabrique le meilleur à prix étudiés (régulation thermique, ergonomie, confort sensoriel, etc.). On opte pour la marque À Demain, située dans les Hauts-de-France, pour des essentiels en coton bio à petits prix (photo d'ambiance, oreiller, 19,90 €, et couette, 49,90 €). Si on cherche des produits plus spécifiques, voire luxueux, Drouault au Mans (couette en satin de coton et duvet d'oie, prix sur demande), Pyrenex dans les Landes (spécialiste des couettes en plumes et duvet, à partir de 176 €) ou Lestra en Touraine (couette en laine et coton, 249 €) figurent parmi les enseignes à privilégier.



DES OREILLERS QUI EN FONT PLUS

Affichant de nouvelles performances, ils promettent des nuits encore plus belles que les jours.

→ 1. **Universel.** Le « Recovery Pillow » de *Blackroll* (99,90 €), avec ses 50 x 30 cm que l'on peut rouler pour mieux le transporter dans sa housse, est conçu pour s'adapter à toutes les typologies de dormeurs, sur le ventre, le dos ou les côtés.

→ 2. **Personnalisable.** Avec son garnissage 100 % ajustable suivant les besoins, le « Wopilo Plus » de *Wopilo* (99 €) assure un soutien cervical optimal, quelle que soit la hauteur que l'on a décidé d'adopter.

→ 3. **Antichaleur.** L'oreiller « Thermo Fresh » de *Dodo* (147,74 €) intègre des microbilles d'un gel rafraîchissant pour un effet frais immédiat, tandis que sa mousse microperforée améliore la circulation de l'air tout le long du sommeil.



UN SURMATELAS, COMME À L'HÔTEL

C'est le nouvel accessoire pour avoir la sensation de dormir dans un cocon moelleux. Sans rien modifier aux qualités de soutien de son matelas, il ajoute une touche de gonflant enveloppant et un accueil aérien, quand bien même aurait-on opté pour une literie plutôt ferme. Résultat : les tensions musculaires peuvent enfin se relâcher. « Nuage », enveloppe en percale de coton, ép. 5 cm, fabriquée artisanalement en France, sans traitement chimique, *Matelas No Stress*, à partir de 189 € en 140 x 200 cm.

ON OSE

Le masque glam

La lumière vous empêche de bien dormir ? Vous avez les paupières trop sensibles au lever du jour ? Qu'à cela ne tienne, on adopte le masque de nuit qui, en plus de faire le noir complet, est tout doux et lisse les traits. La classe nocturne.

1. Voyageur. « Tout en soie », masque avec son pochon en 100 % soie de mûrier, *Linvosges*, 39 €.
2. Branché. « Groovy » en satin de polyester brodé, *Lundi au soleil*, 31 €.
3. Forme bandeau. En 100 % soie de mûrier, fermeture à scratch, *Emily's Pillow*, 49 €.



PAR FANNY DALBERA
Adresses en fin de journal