

OPRAVDOVÉ PLENY

nejlepší volba pro moderní rodiče a jejich děti



- Jsou ekonomické
- Jsou zdravé
- Jsou ekologické

- Je to snadné
- Je to příjemné
- Je to prostě fajn

Objevte společně s námi jejich kouzlo, stojí to za to !

Náš cesta k látkovým plenám

V květnu 2007 se nám narodil čtvrtý syn Jiřík. Stejně jako jeho bráškové měl hodně citlivou kůži a byli jsme nuceni často používat klasické čtvercové pleny nebo ho nechávat většinu času rozbaleného. Papírové pleny, přestože jsme používali ty “nej“, mu dráždily kůži. Především na bříšku se mu pod nimi objevovala červená vyrážka.

Jednoho dne, to byly malému necelé tři měsíce, přišel manžel z práce s tím, že žena jeho kolegy má froté kalhotkové pleny. To mě velice překvapilo, protože jsem nic takového neznala. Hned jsem o nich chtěla vědět víc. S manželem jsme pak dlouho do noci seděli u internetu a žasli! V e-shopu paní Borunské jsme se setkali s širokou nabídkou látkových plen ušitých z různých materiálů do tvaru kalhotek se zapínáním na patentky nebo na suchý zip. Byla jsem tím vším nadšená – plenky z látky stejně praktické jako papírovky!



Malému Jiříkovi jsme vybrali pleny z biobavlny a z bambusového froté. Musím říct, že jsme v té době, po dokončení stavby domu, neměli moc peněz, a tak jsem začínala s 11 plenkami. Když jsme si ale s manželem spočítali, že používáním látkových plen na rozdíl od jednorázových ušetříme dost peněz, brzy jsem si dokoupila další a také rodiče dali malému pár plen k vánocům.

Do látkových plen jsme se zamilovali celá rodina a dnes mám pocit, že nás také hodně naučily. Díky nim jsem si uvědomila, že pleny jsou důležitou součástí miminkovského šatníku a že má velký smysl se jimi zabývat. Do té doby jsem je jen s pocitem vyhozených peněz dávala do koše. Vždy, když pleny věším na šňůru, raduji se z toho, že zadeček našeho malého má to nejjemnější „spodní prádlo“. Vždyť mi také nenosíme kalhotky a slipy z papíru. Navíc přebalování s látkovými kalhotkovými plenami začalo bavit i manžela. Ten preferuje pleny 2v1, ty jsou totiž tak vymakané, praktické a snadno se používají, že je obdivuje i chlap!

A praní? Já se čtyřmi dětmi peru často a látkové pleny přidávám k ostatnímu prádlu, takže žádnou zátěž navíc nevnímám. Spíš naopak, jsem ráda, že nemusím lítat po supermarketech a sledovat akce „papírovek“. Tohle všechno a navíc to, že používání látkových plen značně snižuje množství odpadů, nás vedlo k založení internetového obchodu Pramama.

Prostřednictvím Pramamy chceme moderní látkové pleny a další zboží šetrné k lidem i k přírodě přinášet i Vám!

Dana a Jiří Smítkovi

Moderní pleny

Péče o zdraví a ekologické chování jsou nedílnou součástí moderního životního stylu. Stále více rodičů si uvědomuje riziko přetížení dětského organismu chemikáliemi a vyhledává šetrné potraviny, kosmetiku, oděvy apod. Ze stejného důvodu se stále více rodičů přiklání k používání látkových plen.

Pleny jsou nejdůležitější součástí šatníku malých dětí. Provázejí je dennodenně průměrně dva roky, ve dne v noci.

Dlouhou řadu let se děti balily pouze do plenek látkových – do tzv. klasických bavlněných čtvercovek. Ty se musely vyvážet, žehlit a skládat. Péče o ně byla velmi časově náročná a přebalování miminek vyžadovalo zručnost a značnou trpělivost. V posledním desetiletí se rozšířily pleny na jedno použití, které přebalování zjednodušily a maminkám ušetřily spoustu práce. Jejich používání však způsobilo nárůst kožních problémů u dětí a obrovské zatížení našeho životního prostředí nadměrným odpadem. V dnešní době, především ve vyspělých státech jako jsou USA, Anglie, Švédsko, Finsko, Rakousko atd., stále více rodičů volí **moderní látkové pleny**. Ty spojují výhody obou předchozích způsobů: jsou zdravé pro citlivou dětskou pokožku (jako tradiční látkovky) a zároveň jsou velmi praktické a snadno se používají (jako jednorázovky).

Moderní látkové pleny jsou ušité do tvaru kalhotek tak, aby dětem pohodlně seděly a nic z nich neuniklo. Jejich používání je tedy velmi snadné a to i pro tatínky a babičky.

Moderní látkové pleny se vyrábějí z nejčistších přírodních materiálů. Poskytují citlivé dětské pokožce měkkost a pohodlí a umožňují jí dýchat. Nejsou bělené, nebo jsou bělené bez chloru. Použití syntetických materiálů je omezeno na minimum. Naprostá většina plen je vyrobená z certifikované ekologicky pěstované bavlny – **biobavlny**.



Péče o tyto pleny je velmi snadná, perou se v pračce spolu s ostatním prádlem, nežehlí se a neskládají!

Jestli Vás zajímají látkové plenky a chcete se na cokoli zeptat nebo se poradit, rádi se Vám budeme věnovat na tel. č. 774 634 413 nebo na mailu smítka.jiri@centrum.cz nebo se můžeme domluvit na osobní schůzce.

Druhy moderních látkových plen

V dnešní době již existuje široká nabídka těchto plen. Pro lepší orientaci Vám nabízíme jednoduchý plenkový přehled:

1/ Pleny kalhotkové

- ... používají se spolu s nepropustnými prodyšnými svrchními kalhotkami
 - jednovelikostní použitelné od narození po nočník (ekonomičtější)
 - vícevelikostní rozdělené podle hmotnostních kategorií (velikostně lépe sedí v každém věku)
- svrchní kalhotky: polyesterové s PUL zátěrem, biobavlněné s PUL zátěrem, vlněné

2/ Pleny vše v jednom (2v1)

- ... nepotřebují svrchní kalhotky, nepropustná vrstva je již součástí pleny
- jednovelikostní
- vícevelikostní

3/ Pleny kapsové

- ... jsou to svrchní kalhotky s vnitřní kapsou, do které se vkládá sací vložka
- jednovelikostní
- vícevelikostní

Podrobnější přehled s popisy a obrázky na www.pramama.eu

Najdete u nás pleny od výrobců: Imse Vimse (Švédsko)
Popolini (Rakousko)
Babyidea (Finsko)
Tots Bots (Anglie)
Mommy's Touch (USA)



IMSEVIMSE®
NATURALLY



Mommy's Touch™
The One Size Pocket Diaper

Proč používat moderní látkové pleny?

Zdravotní výhody

- látkové pleny neobsahují žádné chemikálie, zadeček dítěte přichází do styku jen s přírodními nealergizujícími materiály, a proto jejich používání je tou nejlepší prevencí proti vzniku jakýchkoliv alergických reakcí
- látkové pleny z biobavlny jsou doporučovány pro děti, které trpí alergiemi, atopickým ekzémem, pro děti s velmi citlivou nebo problémovou pokožkou
- v látkových kalhotkových plenách je dítě přirozeně abdukčně baleno, což je důležité pro správný vývoj kyčlí především v prvních měsících jeho života, většina pediatrů dnes doporučuje rodičům, kteří používají jednorázové pleny, vkládat do nich preventivně 1-2 pleny čtvercové, aby dosáhly správného posazení kyčlí
- látkové pleny umožňují přizpůsobit četnost přebalování potřebám dítěte - snaha ušetřit výdaje za jednorázové pleny často vede k nepřírozenému protahování doby mezi přebalením a to může způsobovat podráždění pokožky zadečku i vážnější komplikace
- látkové pleny jsou prodyšné a zachovávají optimální teplotu (u chlapečků nedochází k přehřívání varlátek)
- při přebalování se dítěte dotýkáme a věnujeme mu plnou pozornost, to je důležité pro jeho zdravý psychický vývoj i pro prohlubování vztahů
- děti, které používají látkové pleny, se většinou rychleji naučí chodit na nočník



Ekologie

- látkové pleny nevytvářejí žádný tuhý odpad - používání látkových plen vede ke snížení množství odpadů a tím pomáhá vytvářet pro naše děti lepší svět – jeden človíček, který stráví své plenkové období v látkových plenách ušetří 1 tunu odpadu, který by se v přírodě rozkládal 200-400 let

Ekonomické výhody

- běžná plenková výbavička z moderních látkových plen pro jedno miminko (18 ks kalhotkových plen, 6-9 ks svrchních kalhotek) ušetří rodině ve srovnání s jednorázovými plenami přibližně až 16.000,-Kč a to se dá ještě použít pro další dítě

Dopřejme dětem pleny přátelské k nim i k životnímu prostředí, do kterého se narodily!

Srovnání nákladů – jednorázové a látkové pleny

Připravili jsme pro Vás podrobné srovnání finančních nákladů při používání jednorázových papírových a moderních látkových plen. Vycházeli jsme z vlastních zkušeností s oběma variantami. Pro výpočty jsme zvolili nejlevnější typy značkových plen. Počítali jsme s **délkou plenkového období 2,5 roku**. Vzhledem k tomu, že počet přebalování za den je nejvyšší u novorozenců a postupně klesá, stanovili jsme pro zjednodušení **průměrnou denní spotřebu plen na 6 ks**. Co se týká cen jednorázových plen, vybrali jsme nejlevnější značkovou plenu Pampers Sleep and Play průměrně za **4,50/ks** (ve všech velikostech).

	Jednorázové pleny	Látkové pleny
Název plen	Pampers Sleep and Play	Imse Bioflanel
Plenková výbava	5 475 ks plen	18 ks plen 6-9 ks svrchních kalhotek
Potřeba plen na 1 den	6 ks	6 ks plen + 3 ks svrch. kalh.
Výdaje za pleny na 1 den	27,-Kč	
Potřeba plen ročně	2 190 ks	
Výdaje za pleny na 1 rok	9.855,-Kč	
Potřeba plen za 2,5 roku	5 475 ks	
Výdaje za pleny na 2,5 roku	24.638,-Kč	4.917,-Kč
Výdaje na praní za 2,5 roku		
- voda		550,-Kč
- energie		1.500,-Kč
- prací prášek		2.000,-Kč
Cena za 1 tunu odpadu	800,-Kč	
Celkové výdaje	25.438,-Kč	8.967,-Kč

- pořízení výbavičky moderních látkových plen je podstatně levnější než používání plen jednorázových, podle našeho výpočtu ušetříme za plenkové období jednoho dítěte 16.471,-Kč.
- moderní látkové pleny jsou ušité z kvalitních materiálů, a proto je lze použít na další dítě (děti) – ušetřená částka pak činí při dvou dětech podle našeho propočtu cca 38.000,-Kč
- látkové pleny umožňují snadno přizpůsobit četnost přebalování potřebám dítěte, protože se nespotebovávají a každá nově použitá plena neznamena nový výdaj
- péče o moderní látkové pleny je velmi snadná, perou se v pračce spolu s ostatním prádlem, proto výdaje za praní jsou v našem výpočtu čistě hypotetické (v praxi nikdy neperete jen kvůli plenám)
- děti, které nosí látkové pleny se obvykle rychleji naučí chodit na nočník a tím se zkrátí plenkové období

Proč je biobavlna dobrá pro naše nejmenší?

Biobavlna je vyráběna bez použití jakýchkoliv chemických substancí, od zasetí až po sklizeň. Při jejím pěstování je zakázáno:

- použití geneticky modifikovaných semen
- použití umělých hnojiv, pesticidů a chemických prostředků na vyhubení hmyzu
- použití chemických prostředků na zničení plevele

Každoročně se provádějí kontroly a certifikace.

Materiály vyrobené z přírodně šlechtěné bavlny jsou 100% přírodní a nabízí prvotřídní kvalitu:



- přirozenou jemnost – vlákno má více chmýří, je velmi jemné
- není alergické – biobavlna nepůsobí žádné alergické reakce, je ideální pro citlivou dětskou pokožku a pro ty, kteří trpí dermatózou a ekzémy
- má vyšší stupeň prodyšnosti – biomateriály dovolují pokožce přirozeně dýchat a nezasahují do její přirozené rovnováhy, čímž zabraňují kožním poruchám

V současné době se biobavlna pěstuje již ve více než 22 zemích světa a poptávka po ní neustále stoupá.

Pro řadu alergických dětí je nebarvená biobavlna jedním z řešení ochrany před kožními ekzémy.

Péče o zadeček

Pokožka novorozence je přibližně 5x tenčí než pokožka dospělého člověka. Kůže na zadečku je navíc vystavena celodennímu působení agresivních látek z moči a stolice. Někdy se stává, že kůže zarudne a může začít mokvat – pak mluvíme o opruzeninách. Tato obtíž může miminku i mamince pořádně ztrpčit život. Některé děti trpí opruzeninami v době prořezávání zoubků a na opruzený zadeček může mít vliv i strava kojící matky.

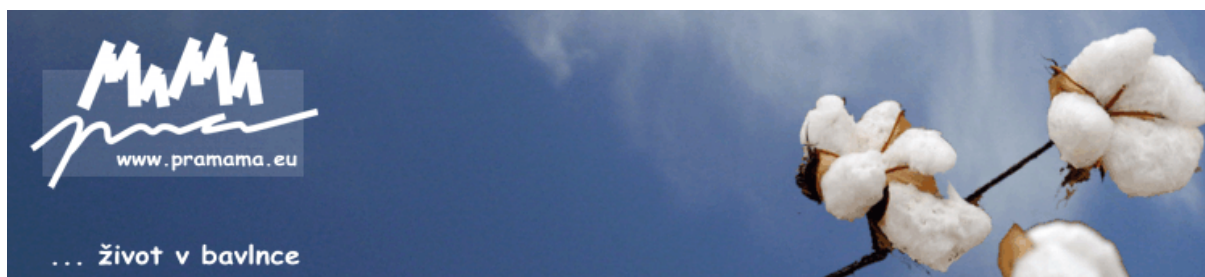
Jak předcházet opruzeninám:

- dítě je nutné dostatečně často přebalovat, novorozence někdy i 12x za den (to platí i u jednorázových plen, kde je zadeček jakoby v suchu, ale to neznamená, že tam moč a výkaly nejsou) – s látkovými plenami je časté přebalování snadné, protože se nespotebovávají a každá nově použitá plenka neznamená nový výdaj
- používání látkových biobavlněných plen snižuje riziko vzniku opruzenin, protože pokožka zadečku je v kontaktu pouze s čistou prodyšnou biobavlnou
- zadeček omýváme čistou vodou nebo kvalitním rostlinným olejem
- zadeček pečlivě osušíme a necháme chvíli na vzduchu bez pleny
- před zabalením lehce potřeme začervenalá místa ochranou masťou (pokud je pokožka v pořádku, do látkových plen není potřeba mazat)



Internetový obchod

WWW.PRAMAMA.EU



**Pro rodiče, kteří mají malé děťátko nebo
se na jeho příchod připravují**

u nás nakoupíte různé druhy látkových plen, ostatní
kojenecké potřeby, přírodní kosmetiku a spoustu dalšího pro
zdraví a relaxaci celé rodiny

Manželé Jiří a Dana Smítkovi
tel.: 774634413
e-mail: smitka.jiri@centrum.cz
www.pramama.eu

Slevy pro pojištěnce VZP a členy KPZ – VZP
více informací na **www.pramama.eu**

