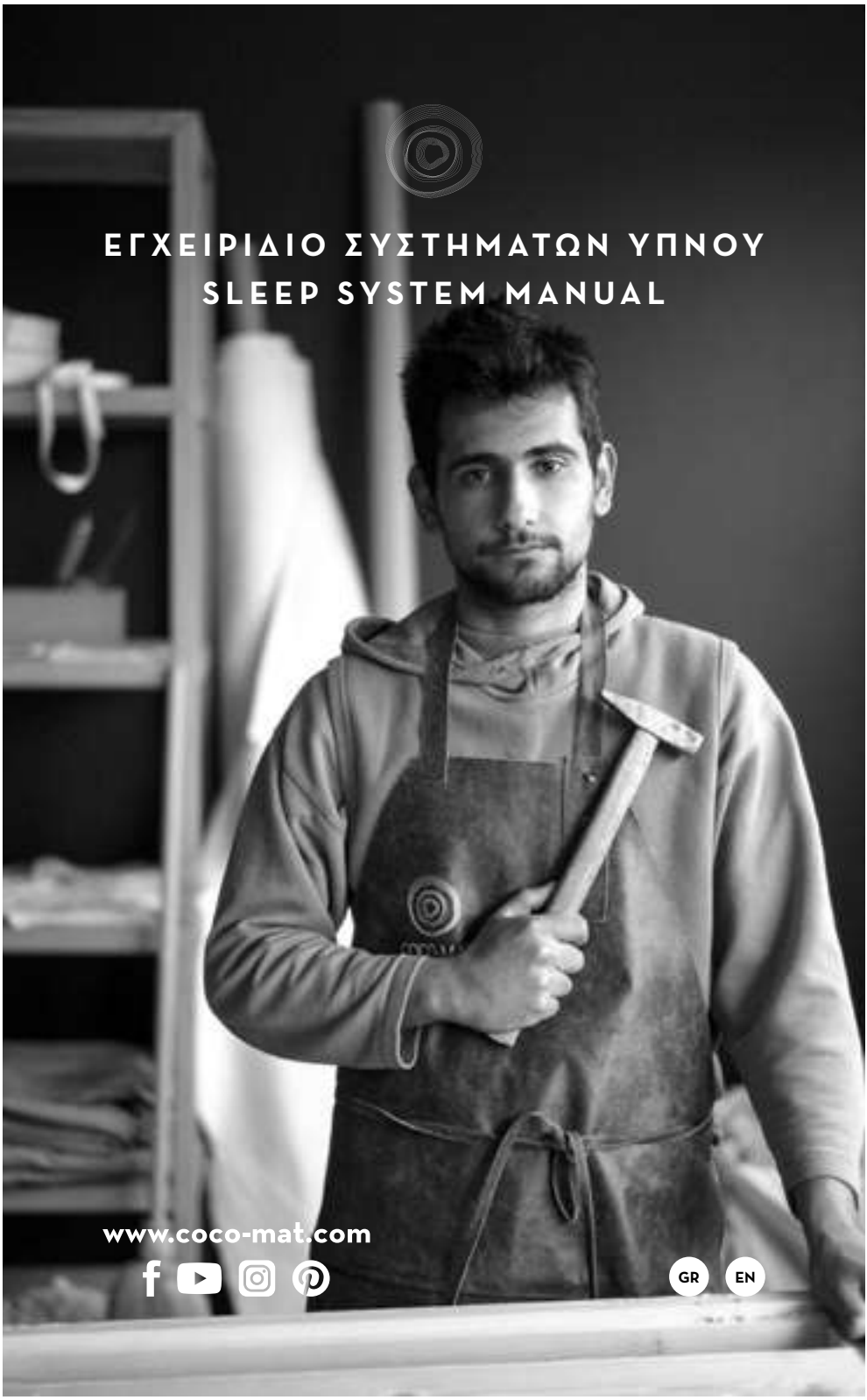


ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΣΥΣΤΗΜΑΤΩΝ ΥΠΝΟΥ
SLEEP SYSTEM MANUAL

www.coco-mat.com

GR EN

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ
CONTENTS

5 ΕΓΓΥΗΣΗ ΚΑΙ ΟΡΟΙ ΚΑΛΥΨΗΣ
WARRANTY & COVERAGE CONDITIONS

19 ΧΡΗΣΗ ΚΑΙ ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ ΤΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ ΥΠΝΟΥ
MAINTENANCE INSTRUCTIONS

29 ΟΔΗΓΙΕΣ ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΤΟΥ ΤΕΤΡΑΠΛΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ ΥΠΝΟΥ
4-LAYER SLEEP SYSTEM ASSEMBLY INSTRUCTIONS

55 ΣΥΧΝΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ
FREQUENTLY ASKED QUESTIONS

66 ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΕΝΑ ΞΕΚΟΥΡΑΣΤΟ ΥΠΝΟ
TIPS FOR A RESTFUL SLEEP

GR ΕΓΓΥΗΣΗ ΚΑΙ ΟΡΟΙ ΚΑΛΥΨΗΣ

EN WARRANTY & COVERAGE CONDITIONS

GR

Φίλοι καταναλωτές

Η COCO-MAT υποστηρίζει με πάθος την αξία χρήσης, την ποιότητα κατασκευής και τη μακροβιότητα των προϊόντων της. Με την παρούσα εγγύηση σας διαβεβαιώνει ότι το προϊόν που αποκτήσατε χαρακτηρίζεται, τόσο από την αρτιότητα της κατασκευής του, όσο και από την ποιότητα των πρώτων υλών που χρησιμοποιήθηκαν γι' αυτό.
Σε περίπτωση που διαπιστώσετε κάποιο πρόβλημα ή ελάττωμα στο προϊόν, επικοινωνήστε αμέσως με το κατάστημα που το παραγγείλατε. Το κατάστημα θα καταγράψει την παρατήρησή σας και στη συνέχεια θα τη διαβιβάσει στο Τμήμα Εξυπηρέτησης Πελατών της εταιρείας, το οποίο θα έλθει σε επαφή μαζί σας. Αν δεν είναι δυνατό ή απλώς δεν επιθυμείτε να αναφέρετε το παράπονό σας στο κατάστημα, τότε επικοινωνήστε απ' ευθείας με την εταιρεία, είτε μέσω του τηλεφωνικού αριθμού 210 6251 971, είτε μέσω του site **www.coco-mat.com**.

Σε κάθε περίπτωση πάντως, θα πρέπει να έχετε την απόδειξη λιανικής πώλησης ή το τιμολόγιο αγοράς του προϊόντος.
Η παρούσα εγγύηση υπόκειται στη σχετική με το δίκαιο της πώλησης και την προστασία του καταναλωτή νομοθεσία της Ελλάδας και αρχίζει να ισχύει από την ημερομηνία που αναγράφεται στην απόδειξη λιανικής πώλησης ή στο τιμολόγιο αγοράς του προϊόντος.

Τι καλύπτει η εγγύηση;

Κρεβατόστρωμα
- Ξύλινος σκελετός: Σπάσιμο, που οφείλεται στη φύση του ξύλου (ρόζος).
- Υπόλοιπα υλικά: Τοπική ή εκτεταμένη υποχώρηση του περιεχομένου, περισσότερο από 2 εκ.
- Φυσικό καουτσούκ: Αποπολυμερισμός και μόνον εφόσον το προϊόν αερίζεται επαρκώς και δεν έχει εκτεθεί σε άμεση ηλιακή ακτινοβολία, χωρίς τα προστατευτικά καλύμματά του.

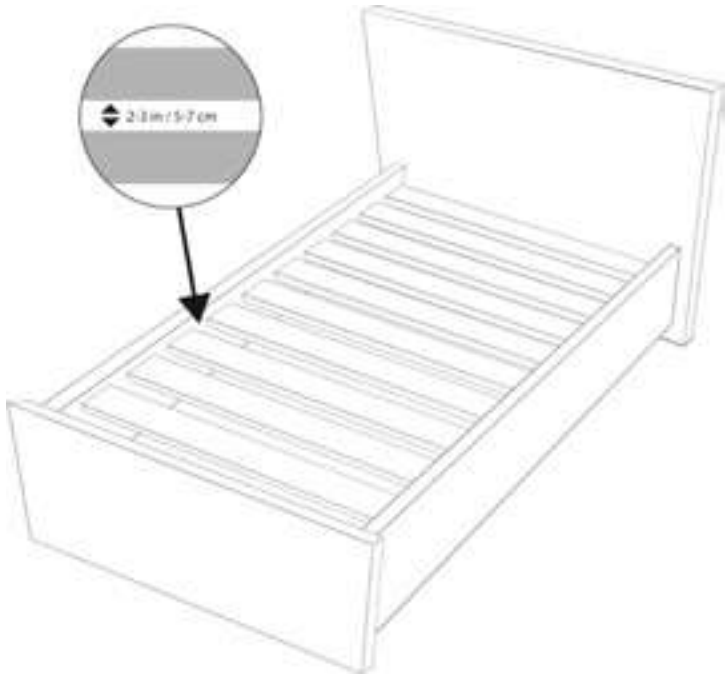
Στρώμα
- Τοπική ή εκτεταμένη υποχώρηση (μετρημένη σε επίπεδη επιφάνεια), πάνω από 2 εκ. Αποπολυμερισμός του φυσικού καουτσούκ και μόνον εφόσον το προϊόν αερίζεται επαρκώς και δεν έχει εκτεθεί σε άμεση ηλιακή ακτινοβολία, χωρίς τα προστατευτικά καλύμματά του.

Ανώστρωμα
- Τοπική ή εκτεταμένη υποχώρηση (μετρημένη σε ευθεία επιφάνεια), πάνω από 2 εκ., και μόνον εφόσον το ανώστρώμα είναι τοποθετημένο επάνω σε στρώμα της COCO-MAT, ή σε άλλο στρώμα της αγοράς, που είναι σε καλή κατάσταση και δεν έχουν υποχωρήσει τα υλικά του ή δεν έχουν αλλοιωθεί οι ιδιότητές του.
- Αποπολυμερισμός του φυσικού καουτσούκ και μόνον εφόσον το προϊόν αερίζεται επαρκώς και δεν έχει εκτεθεί σε άμεση ηλιακή ακτινοβολία, χωρίς τα προστατευτικά καλύμματά του.

Η εγγύηση της COCO-MAT ΔΕΝ καλύπτει περιπτώσεις, που δεν αναφέρονται παραπάνω, καθώς επίσης και:
- Προϊόντα που πωλούνται σε μειωμένη τιμή, ως δείγματα εκθέσεων, ή δείγματα προς επίδειξη.
- Τοπική υποχώρηση των υλικών, μέχρι και 2 εκ.
- Ελαττώματα από κακή ή μη ενδεδειγμένη χρήση των προϊόντων.
- Ελαττώματα στα στρώματα, λόγω μη καταλληλότητας της βάσης στήριξης.
- Ελαττώματα στα καλύμματα των κρεβατοστρωμάτων, στρωμάτων και ανωστρωμάτων (χαλασμένα φερμουάρ,

λεκέδες από σωματικά ή άλλα υγρά, καψίματα, λάθος πλύση κ.λπ.).

Επιπλέον, δεν πρέπει να στρώνουμε χοντρά υφάσματα, ή πλαστικά προστατευτικά, ανάμεσα στο στρώμα και τις σανίδες, διότι εμποδίζεται ο σωστός αερισμός του και το στρώμα κινδυνεύει να προσβληθεί από την υγρασία και να μουχλιάσει. Οι σανίδες με μήκος μεγαλύτερο των 120 εκ. χρήζουν κεντρικής υποστήριξης. Η κάθετη προς τη φορά τους, και τοποθετούμενη κάτω από αυτές, μεσαία τραβέρσα είναι η ενδεδειγμένη, για το σκοπό αυτό, επιλογή.



EN

Dear customer,

At COCO-MAT, we have absolute confidence in the design, manufacturing quality, and durability of our products. Our warranty ensures that the product you have purchased is characterized by top-notch quality in both the manufacturing process and the materials used for production.

In the event of a problem or defect, please reach out to the store from which you purchased the product. Alternatively, you can contact our company through our website at **www.coco-mat.com**.

Our After Sales Service team will work diligently to resolve the issue promptly. To expedite any potential future customer service or warranty matters, please retain your sales receipt as proof of purchase.

The warranty is valid from the date of your product purchase, as indicated on the sales receipt. Replacement or repair of a product does not extend or renew the existing warranty.

What does the warranty cover?

COCO-MAT Bed-Mattress:
- Wooden frame: Breakage due to wood flaws.
- Other materials: Localized or extensive content subsidence of more than 2 cm.
- Natural latex: Depolymerization, only if the product is properly ventilated and not exposed to direct sunlight, without its protective covers.

Mattress:
- Localized or extensive subsidence (measured on a flat surface) of more than 2 cm.
- Depolymerization of natural latex, but only if the product is adequately ventilated and has not been exposed to direct sunlight without its protective covers.

Top-mattress:
- Localized or extensive subsidence (measured on a straight surface) of more than 2 cm, only if the topper is placed on a COCO-MAT mattress or another mattress from the same store that is in good condition and has not deteriorated or lost its properties.
- Depolymerization of natural rubber, but only if the product is adequately ventilated and has not been exposed to direct sunlight without its protective covers.

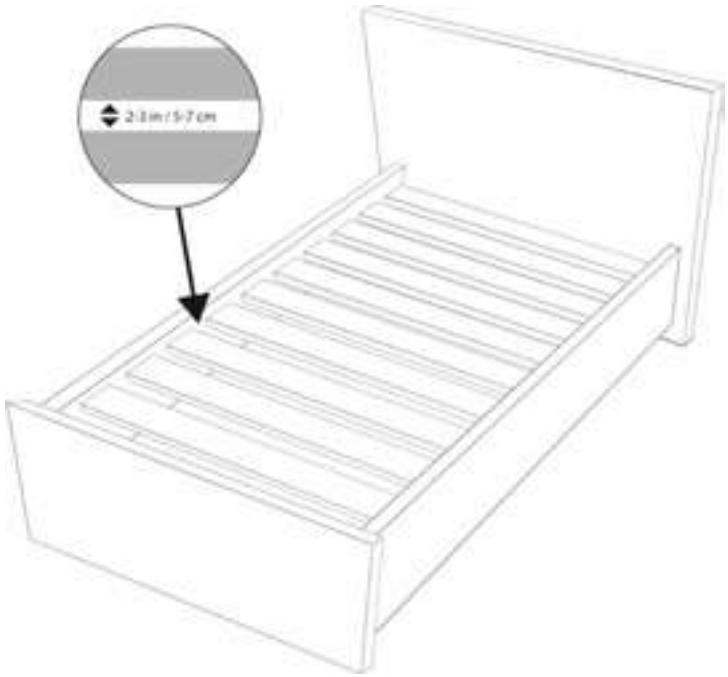
EN

COCO-MAT's warranty does not cover the above cases, as well as:

- Products sold at a marked-down price, as display models, or as demonstration samples.
- Localized material compression of up to 2 cm.
- Defects resulting from improper or unintended use of the products.
- Defects in mattresses due to the inadequacy of the support base.
- Defects in the covers of bed-mattresses, mattresses, and toppers (broken zippers, stains from bodily or other fluids, burns, wrong washing etc.).

Additionally, thick fabrics or plastic protectors should not be placed between the mattress and the slats, as they obstruct proper ventilation and may expose the mattress to moisture and mold.

Slats longer than 120 cm require central support. For this purpose, a middle support running vertically under them is the recommended choice.



Εγγυήσεις

Προϊόν Product	Εγγύηση Waranty	Κάλυψη Εγγύησης Coverage 100%	Έκπτωση Εγγύησης Discount 25%	Έκπτωση Εγγύησης Discount 20%
ΒΑΣΕΙΣ | BASES ανά έτη | per years				
Orestis	12	4	5-7	8-12
Kouros	12	4	5-7	8-12
ΚΡΕΒΑΤΟΣΤΡΩΜΑΤΑ | BED-MATTRESS ανά έτη | per years				
Triton	35	10	11-22	23-35
Pythagoras	35	10	11-22	23-35
Pyrros	30	8	9-19	20-30
Aias	22	7	8-18	19-22
ΣΤΡΩΜΑΤΑ | MATTRESS ανά έτη | per years				
Epicurus	30	10	11-20	21-30
Proteas	25	8	9-15	16-25
Perseas	22	6	7-12	13-22
Atlas	20	5	6-11	12-20
Nefeli	18	5	6-10	11-18
Iraklis	15	5	6-9	10-15
Afroditi	12	4	5-7	8-12
Meliora	25	8	9-15	16-25
ΑΝΩΣΤΡΩΜΑΤΑ | TOPPER ανά έτη | per years				
Thalassa	15	5	6-9	10-15
Selene	15	5	6-9	10-15
Iviskos	12	3	4-7	8-12
Kyriaki	12	3	4-7	8-12
Kamelia	12	3	4-7	8-12

GR ΧΡΗΣΗ ΚΑΙ ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ ΤΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ ΥΠΝΟΥ

EN MAINTENANCE INSTRUCTIONS

GR

Κρεβατόστρωμα

- Τα κρεβατοστρώματά μας διαθέτουν περιμετρικό φερμουάρ ώστε να υπάρχει η δυνατότητα πρόσβασης στο εσωτερικό. Συγκεκριμένα, το στρώμα που εμπεριέχεται σε ένα κρεβατόστρωμα, το 1ο εξάμηνο θα πρέπει να γυρίζεται κατά τέτοιο τρόπο ώστε το επάνω μέρος (προσκέφαλο) να έρχεται στη θέση του κάτω μέρους (ποδαρικό) και το αντίστροφο. Το 2ο εξάμηνο θα πρέπει να αναποδογυρίζεται κατά τέτοιο τρόπο ώστε η επάνω πλευρά να έρχεται κάτω.
- Η οσμή, που ενδεχομένως αναδίδει το καουτσούκ, είναι φυσική, φθίνουσα και μη επιβλαβής.
- Πρέπει να προφυλάσσεται από το νερό, τον ιδρώτα και οποιαδήποτε άλλο υγρό.
- Ενδείκνυται ο επαρκής αερισμός της κρεβατοκάμαρας και η εξασφάλιση φυσιολογικής υγρασίας.
- Η υποχώρηση των υλικών κατά 1 έως 2 εκ. είναι απολύτως δικαιολογημένη.

Στρώμα

- Το στρώμα είτε χρησιμοποιείται σε συνδυασμό με κρεβατόστρωμα είτε με βάση, πρέπει να γυρίζεται προκειμένου να αναζωογονούνται τα υλικά. Συγκεκριμένα, το 1ο εξάμηνο θα πρέπει να γυρίζεται κατά τέτοιο τρόπο ώστε το επάνω μέρος (προσκέφαλο) να έρχεται στη θέση του κάτω μέρους (ποδαρικό) και το αντίστροφο. Το 2ο εξάμηνο θα πρέπει να αναποδογυρίζεται κατά τέτοιο τρόπο ώστε η επάνω πλευρά να έρχεται κάτω. Στην περίπτωση που το στρώμα έχει δύο διαφορετικές σε ελαστικότητα πλευρές, όπως ο Άτλας, εφαρμόζουμε την εναλλαγή θέσης των δύο πλευρών του στρώματος. Μεταφέρουμε το δεξί τμήμα στην αριστερή θέση και το αντίστροφο.
- Στα διπλά στρώματα, η ραφή του εσωτερικού καλύμματος πρέπει να είναι πάντοτε στην επάνω πλευρά και τα κορδονάκια δεμένα.
- Πρέπει να τοποθετείται σε βάση που επιτρέπει τον αερισμό του. Αντενδείκνυται η υποστήριξη του στρώματος απο ενιαίες επιφάνειες (κόντρα πλακέ, πάτωμα, κ.λπ.) που δεν έχουν κενά και κυρίως που είναι επενδεδυμένες με μελαμίνη ή με άλλη πλαστική επένδυση, διότι το στρώμα δεν αερίζεται επαρκώς.

- Δεν πρέπει να εκτίθεται, στον ήλιο, διότι το φυσικό καουτσούκ αποπολυμερίζεται και κονιορτοποιείται.
- Πρέπει να προφυλάσσεται από το νερό, τον ιδρώτα ή οποιοδήποτε άλλο υγρό.
- Αν χρειαστεί να αποθηκευτεί, επιβάλλεται να τοποθετηθεί στηριζόμενο στη μία από τις μεγάλες πλάγιες πλευρές του. Ποτέ όρθιο, διότι καμπυλώνει και φθείρεται.
- Το κάλυμμα πλένεται στο πλυντήριο, στους 40°C, χωρίς στύψιμο και στεγνώνει σε σκιερό, αεριζόμενο χώρο. Επίσης, είναι σκόπιμο, πριν στεγνώσει εντελώς, να τεντώνεται, ώστε να μειώνονται οι πιθανότητες συρρίκνωσής του.
- Η οσμή, που ενδεχομένως αναδίδει το καουτσούκ, είναι φυσική, φθίνουσα και μη επιβλαβής.
- Η υποχώρηση των υλικών, κατά 1 έως 2 εκ., είναι απολύτως δικαιολογημένη.

Ανώστρωμα Ιβίσκος

- Το ανώστρωμα, είτε χρησιμοποιείται σε συνδυασμό με κρεβατόστρωμα είτε με στρώμα, πρέπει να γυρίζεται προκειμένου να αναζωογονούνται τα υλικά. Συγκεκριμένα, το 1ο εξάμηνο θα πρέπει να γυρίζεται κατά τέτοιο τρόπο ώστε το επάνω μέρος (προσκέφαλο) να έρχεται στη θέση του κάτω μέρους (ποδαρικό) και το αντίστροφο. Το 2ο εξάμηνο θα πρέπει να αναποδογυρίζεται κατά τέτοιο τρόπο ώστε η επάνω πλευρά να έρχεται κάτω.
- Πρέπει να προφυλάσσεται από την υγρασία, το νερό, τον ιδρώτα, ή οποιοδήποτε άλλο υγρό.
- Δεν πρέπει να εκτίθεται, χωρίς κάλυμμα, στον ήλιο, διότι το φυσικό καουτσούκ αποπολυμερίζεται και κονιορτοποιείται.
- Το κάλυμμα πλένεται στο πλυντήριο, στους 40°C*, χωρίς στύψιμο και στεγνώνει σε σκιερό, αεριζόμενο χώρο. Επίσης, είναι σκόπιμο, πριν στεγνώσει εντελώς, να τεντώνεται, ώστε να μειώνονται οι πιθανότητες συρρίκνωσής του.
- Η οσμή, που ενδεχομένως αναδίδει το καουτσούκ, είναι φυσική, φθίνουσα και μη επιβλαβής.
- Η υποχώρηση των υλικών, κατά 1 έως 2 εκ., είναι απολύτως δικαιολογημένη.

GR

Ανώστρωμα Θάλασσα

- Το ανώστρωμα, είτε χρησιμοποιείται σε συνδυασμό με κρεβατόστρωμα είτε με στρώμα, πρέπει να γυρίζεται προκειμένου να αναζωογονούνται τα υλικά. Συγκεκριμένα, το 1ο εξάμηνο θα πρέπει να γυρίζεται κατά τέτοιο τρόπο ώστε το επάνω μέρος (προσκέφαλο) να έρχεται στη θέση του κάτω μέρους (ποδαρικό) και το αντίστροφο. Το 2ο εξάμηνο θα πρέπει να αναποδογυρίζεται κατά τέτοιο τρόπο ώστε η επάνω πλευρά να έρχεται κάτω.
- Πρέπει να προφυλάσσεται από την υγρασία, το νερό, τον ιδρώτα, ή οποιοδήποτε άλλο υγρό.
- Δεν πρέπει να εκτίθεται στον ήλιο, διότι το φυσικό καουτσούκ αποπολυμερίζεται και κονιορτοποιείται.
- Το κάλυμμα πλένεται στο πλυντήριο, στους 40°C, χωρίς στύψιμο και στεγνώνει σε σκιερό, αεριζόμενο χώρο. Είναι σκόπιμο, πριν στεγνώσει εντελώς, να τεντώνεται, ώστε να μειώνονται οι πιθανότητες συρρίκνωσής του.
- Η οσμή, που ενδεχομένως αναδίδει το καουτσούκ, είναι φυσική, φθίνουσα και μη επιβλαβής.
- Η υποχώρηση των υλικών, κατά 1 έως 2 εκ., είναι απολύτως δικαιολογημένη.

Ανώστρωμα Κυριακή

- Η φύση της κατασκευής του, με ανεξάρτητες κυψέλες, αποτρέπει τη μετατόπιση του πούπουλου. Για τον ίδιο σκοπό, είναι καλό να τινάζεται ανά τακτά χρονικά διαστήματα. Επίσης, προτείνεται η αλλαγή θέσης των κυψελών, με σκοπό την αναζωογόνηση του υλικού.
- Πρέπει να προφυλάσσεται από την υγρασία, το νερό, τον ιδρώτα, ή οποιοδήποτε άλλο υγρό.
- Τα τμήματα με τις ανεξάρτητες κυψέλες, καθώς και το εξωτερικό κάλυμμα, μπορούν να πλυθούν στο πλυντήριο, στους 40°C. Το στύψιμο αντενδείκνυται. Κατά το πλύσιμο χρησιμοποιείστε, μέσα στον κάδο του πλυντηρίου, δύο μπαλάκια του τέννις, ώστε να εμποδίζουν τα πούπουλα να σχηματίσουν σβώλους.
- Μετά το πλύσιμο πρέπει να στεγνώσει καλά σε σκιερό μέρος. Κατά την διάρκεια του στεγνώματος πρέπει να τινάζεται τακτικά για να αποκολλώνται και να αφρατεύουν τα πούπουλα, ώστε να μην κρατήσουν την παραμικρή υγρασία. Σε περίπτωση που δε στεγνώσει καλά, είναι πολύ πιθανή η ανάδυση δυσάρεστων οσμών. Εναλλακτικά, στεγνώνει στο στεγνωτήριο (Περισσότερες πληροφορίες θα βρείτε στις συχνές ερωτήσεις σχετικά με το στέγνωμα).

Ανώστρωμα Καμέλια

- Το ανώστρωμα Καμέλια, αποτελείται απο αγνό παρθένο μαλλί είναι 100% φυσικό προϊόν, φιλικό προς το περιβάλλον, ανακυκλώσιμο και βιοδιασπώμενο.
- Επιτρέπει το φυσικό εξαερισμό και ρυθμίζει την υγρασία.
- -Διατηρεί την θερμοκρασία σε σταθερά επίπεδα, κρατώντας μας δροσερούς το καλοκαίρι και ζεστούς τον χειμώνα.
- -Η απαλή του αίσθηση βοηθά στην χαλάρωση κατά την διάρκεια του ύπνου.
- -Το ανώστρωμα Καμέλια, χρησιμοποιείται είτε αυτόνομο πάνω από το στρώμα του χρήστη είτε σε συνδυασμό με τον Ιβίσκο ή τη Θάλασσα σαν ανώστρωμα του ανωστρώματος. Συμπληρώνει την γκάμα των ανωστρωμάτων μας και αποτελεί μια εξαιρετική επιλογή για εκείνους τους χρήστες που προτιμούν το μαλλί σε σχέση με το πούπουλο.
- - Αποτελείται από ένα εξωτερικό 100% βαμβακερό κάλυμμα, το οποίο χωρίζεται κατά μήκος σε 10 ανεξάρτητα τμήματα (θήκες), τα οποία με την σειρά τους χωρίζονται σε δέκα τμήματα (κυψέλες).

Ανώστρωμα Σελήνη

Αναβαθμίστε την άνεση και την υποστήριξη που σας προσφέρει το στρώμα σας, με το ανώστρωμα Σελήνη. Το νέο ανώστρωμα της COCO-MAT σχεδιάστηκε για να προσφέρει ακόμη μεγαλύτερη ελαστικότητα, ανακούφιση και ξεκούραση σε κάθε σημείο του σώματος, ειδικά στις «δύσκολες» περιοχές, όπως οι ώμοι και τα ισχία.

Κατασκευασμένο από ενιαίο φύλλο φυσικού καουτσούκ πάχους 9 εκ., με 7 εργονομικές ζώνες και 3 περιοχές διαφορετικής ελαστικότητας, το ανώστρωμα Σελήνη διαβάζει καλύτερα τις καμπύλες του σώματος και εξασφαλίζει ομοιόμορφη κατανομή του βάρους, συμβάλλοντας στη σωστή ευθυγράμμιση της σπονδυλικής στήλης και στη μείωση της πίεσης.

* Οι οδηγίες πλυσίματος ισχύουν για τα καλύμματα των προϊόντων που αποκτήθηκαν απο το 2010 και μετά. Τα καλύμματα των προϊόντων που αποκτήθηκαν πρίν το 2010 επιδέχονται στεγνό καθάρισμα.

EN

COCO-MAT Bed-mattresses

- Our bed-mattresses now come with a perimeter zipper, providing access to the interior. Specifically, during the first six months, the mattress should be rotated so that the upper part (head area) comes to the position of the lower part (foot area) and vice versa. During the second six months, the mattress should be flipped upside down so that the upper side comes down.
- The odor, which may naturally arise from the latex, is harmless and temporary.
- It should be protected from water, sweat, and any other liquids.
- Adequate ventilation of the bedroom and maintaining normal humidity are recommended.
- A material settling of 1 to 2 cm is entirely justified.

Mattress

- The mattress, whether used in combination with a bed-mattress or a base, should be rotated to revitalize the materials. Specifically, during the first six months, it should be rotated in such a way that the upper part (head) comes to the position of the lower part (foot), and vice versa. During the second six months, it should be flipped upside down so that the upper side comes down. In the case that the mattress has two sides with different elasticity, like the Atlas, we apply the alternating position of both sides of the mattress. Move the right part to the left position and vice versa.
- In double mattresses, the seam of the inner cover should always be on the upper side, and the strings should be tied.
- It should be placed on a base that allows for proper ventilation. It is not recommended to support the mattress with solid surfaces (plywood, the floor, etc.) that do not have gaps and are especially covered with melamine or other plastic coatings, as the mattress will not be adequately ventilated.
- It should not be exposed to sunlight, as the natural latex depolymerizes and deteriorates.
- It should be protected from water, sweat, or any other liquids.
- If it needs to be stored, it should be placed/supported on one of its large lateral sides. Never store it upright, as it may bend and deteriorate.
- The cover can be machine-washed at 40°C without spinning and should be dried in a shady, well-ventilated area. Also, it's advisable to stretch it before it's completely dry to reduce the chances of shrinkage.
- The odor, which may potentially emanate from the latex, is natural, transient, and non-harmful.
- A material settling of 1 to 2 cm is entirely justified.

Iviskos Top-Mattress

- Whether used in combination with a bed-mattress or a mattress, the mattress topper should be rotated to revitalize the materials. Specifically, during the first three months, it should be rotated in such a way that the upper part (head) comes to the position of the lower part (foot), and vice versa. During the second six months, it should be flipped upside down so that the upper side comes down.
- It should be protected from humidity, water, sweat, or any other liquids.
- It should not be exposed to sunlight without a cover, as the natural latex depolymerizes and deteriorates.
- The cover can be machine-washed at 30°C-40°C without spinning and should be dried in a shady, well-ventilated area. Also, it's advisable to stretch it before it's completely dry to reduce the chances of shrinkage.
- The odor, which may potentially emanate from the latex, is natural, transient, and non-harmful.
- A material settling of 1 to 2 cm is entirely justified.

Thalassa Top-Mattress

- Whether used in combination with a bed-mattress or a mattress, the mattress topper should be rotated to refresh the materials. Specifically, during the first three months, it should be rotated in such a way that the upper part (head) comes to the position of the lower part (foot), and vice versa. During the second six months, it should be flipped upside down so that the upper side comes down.
- It should be protected from humidity, water, sweat, or any other liquids.

EN

- It should not be exposed to sunlight without a cover, as the natural latex depolymerizes and deteriorates.
- The cover can be machine-washed at 40°C without spinning and should be dried in a shady, well-ventilated area. Also, it's advisable to stretch it before it's completely dry to reduce the chances of shrinkage.
- The odor, which may potentially arise from the latex, is natural, temporary, and nonharmful.
- A material settling of 1 to 2 cm is entirely justified.

Kyriaki Topper

- Its natural construction with independent cells prevents the displacement of the down. For the same purpose, it's good to shake it at regular intervals. It's also recommended to change the position of the cells to refresh the material.
- It should be protected from humidity, water, sweat, or any other liquids.
- The sections with independent cells, as well as the outer cover, can be machine-washed at 40°C. Avoid spinning during washing. When washing, use two tennis balls inside the washing machine drum to prevent the down from forming clumps.
- After washing, it should be thoroughly dried in a shady place. During the drying process, it should be shaken regularly to separate and fluff up the down, preventing it from retaining the slightest moisture. If it doesn't dry completely, the emergence of unpleasant odors is highly likely. Alternatively, it can be dried in a dryer (More information can be found in the frequently asked questions about drying).

* The washing instructions apply to the covers of products purchased from 2010 and onwards.
Covers of products acquired before 2010 are suitable for dry cleaning.

Kamelia Topper

- Kamelia topper, made from pure virgin wool, is a 100% natural product, environmentally friendly, recyclable, and biodegradable
- It enables natural ventilation and regulates humidity.
- Maintains a stable temperature, keeping us cool in summer and warm in winter.
- Kamelia topper and its gentle feel promotes relaxation during sleep.
- The Kamelia topper can be used either independently on top of the user's mattress or in combination with the Iviskos or Thalassa as a mattress topper. It complements our range of toppers and is an excellent choice for those who prefer wool over feathers.
- Comprises a 100% cotton cover that splits lengthwise into 10 independent sections, which, in turn, divide into ten compartments (cells).

Selene Topper

Upgrade the comfort and support your mattress offers with the top-mattress Selene. Designed to enhance elasticity, relieve pressure and offer deep relaxation, top-mattress Selene provides exceptional body contouring, especially at pressure-sensitive areas like the shoulders and hips.

Made from a single layer of natural latex, 9 cm thick, and featuring 7 ergonomic support zones with 3 different elasticity levels, Selene adapts perfectly to the body's curves. It evenly distributes body weight, helping maintain proper spinal alignment and reducing pressure points for an upgraded sleep experience.

GR ΟΔΗΓΙΕΣ ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΤΟΥ ΤΕΤΡΑΠΛΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ ΥΠΝΟΥ

EN 4-LAYER SLEEP SYSTEM ASSEMBLY INSTRUCTIONS

GR

Ξεκινώντας

Ξεκινήστε πρώτα
από το στήσιμο του
κρεβατοστρώματος.
Αφαιρέστε τη θήκη μεταφοράς
και ακουμπήστε το στο πάτωμα,
γυρισμένο ανάποδα.

EN

Getting started

Start with putting together the
bed-mattress first. Remove the
carrying case and place it on the
floor, turned upside down.

GR

Τοποθετήστε τα πόδια

Κάθε κρεβατόστρωμα συνοδεύεται από τέσσερα πόδια. Στις δύο πλευρές του έχει δύο σταθερές ξύλινες τάβλες (τραβέρσες) τοποθετημένες κάθετα στο μήκος του. Η κάθε τραβέρσα έχει και στις δύο πλευρές της σταθερές υποδοχές για τα πόδια του κρεβατοστρώματος. Βιδώστε τα πόδια του κρεβατοστρώματος στις τέσσερις πλευρές του. Επαναλάβετε το ίδιο με το δεύτερο κρεβατόστρωμα. Για την τοποθέτηση των ποδιών δεν απαιτούνται εργαλεία.

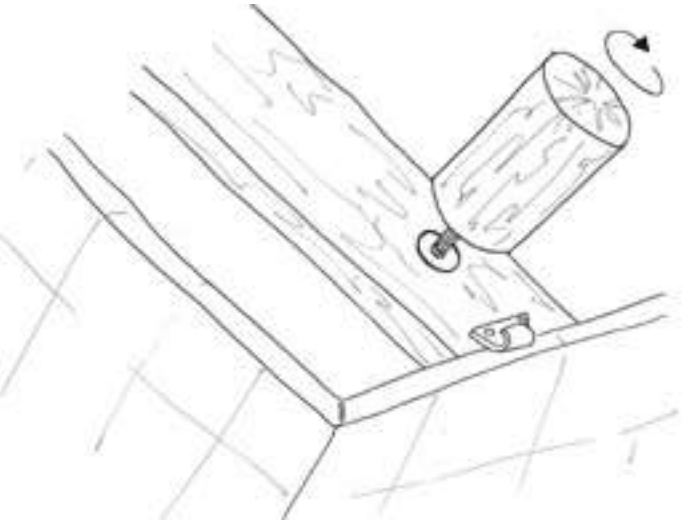
Σημείωση:
Σε περίπτωση που έχετε επιλέξει δύο πόδια με ρόδες και δύο απλά, τοποθετήστε αυτά με τις ρόδες στην άνω πλευρά του κρεβατοστρώματος (στην πλευρά του κεφαλαριού). Έτσι η μετακίνησή του γίνεται πιο εύκολη.
Πριν χρησιμοποιήσετε το σύστημα ύπνου, βεβαιωθείτε ότι έχετε ασφαλίσει τα πόδια με τις ρόδες.

EN

Place the legs

Each bed-mattress comes with four legs. On each of its two sides, there are two sturdy wooden boards (slats) positioned vertically along its length. Each slat has sturdy slots on both sides for the legs of the bed-mattress. Screw the legs of the bed-mattress into all four sides. Repeat the same process with the second bed-mattress. No tools are required to attach the legs.

Note:
If you have chosen two legs with wheels and two without, place the ones with wheels on the upper side of the bed base (the headboard side). This makes it easier to move. Before using the sleep system, make sure you have secured the legs with wheels.



GR

Ενώστε και ασφαλίστε τα κρεβατοστρώματα

Αναποδογυρίστε τα δύο τμήματα του κρεβατοστρώματος και αφήστε τα να ακουμπήσουν στο πάτωμα πάνω στα πόδια τους. Εάν έχετε επιλέξει να συνδυάσετε το κρεβατόστρωμά σας με κεφαλάρι, το κάθε κρεβατόστρωμα θα έχει ένα μεταλλικό στοιχείο στην κάθε μια του πλευρά. Βεβαιωθείτε πριν ενώσετε τα δύο μονά τμήματα ότι τα μεταλλικά στοιχεία και των δύο τμημάτων βρίσκονται στην ίδια πλευρά, ώστε να μπορεί σε αυτά να προσαρμοστεί μετά το κεφαλάρι.
Σύρετε τα δύο κρεβατοστρώματα κοντά ώστε να βρεθούν παράλληλα και να ακουμπήσει το ένα το άλλο.
Στην πλευρά που εφάπτονται ενώστε και ασφαλίστε το μηχανισμό σύνδεσης που βρίσκεται στην πάνω και την κάτω πλευρά τους.

EN

Connect and secure the bed-mattresses

Flip over the two segments of the bed-mattress and let them rest on the floor on their legs.
If you've chosen to combine your bed-mattress with a headboard, each bed-mattress will have a metal component on each side.
Ensure that before connecting the two single segments, the metal components of both segments are on the same side so that they can be adjusted with the headboard later.
Slide the two bed-mattresses close together so they are parallel and touching each other.
On the side where they connect, join and secure the connecting mechanism located on their upper and lower sides.

GR

Τοποθετείστε τα καλύμματα

Σε περίπτωση που έχετε επιλέξει κάλυμμα για το κρεβατόστρωμά σας, τοποθετείστε το πριν συνεχίσετε το στήσιμο του κρεβατιού.
Έχετε παραλάβει σε ξεχωριστή συσκευασία τα καλύμματα των κρεβατοστρωμάτων και του κεφαλαριού.
Ανοίξτε το κάλυμμα του κρεβατοστρώματος. Σε περίπτωση που το κεφαλάρι στηρίζεται στο κρεβατόστρωμα, η μια πλευρά του καλύμματος του κρεβατοστρώματος έχει κενό, ώστε να επιτρέπεται η εφαρμογή του κεφαλαριού πάνω στο κρεβατόστρωμα.
Σε περίπτωση που δεν έχετε επιλέξει κεφαλάρι, το κάλυμμα του κρεβατοστρώματος καλύπτει και τις τέσσερις πλευρές του.
Η άνω επιφάνεια του καλύμματος αποτελείται από λεπτό βαμβακερό ύφασμα χρώματος εκρού, ώστε να μην αλλοιώνεται η ελαστικότητα του κρεβατοστρώματος.

EN

Place the covers

If you have chosen a cover for your bed-mattress, place it before continuing to assemble the bed.
You have received the covers for the bed-mattresses and the headboard separately packaged.
Open the bed-mattress cover.
In the case that the headboard is attached to the bed-mattress, one side of the bed-mattress cover has an opening to allow for the headboard to fit on the bedmattress.
If you have not selected a headboard, the bed-mattress cover covers all four sides.
The upper surface of the cover is made of thin, off-white cotton fabric to maintain the elasticity of the bed-mattress.

GR

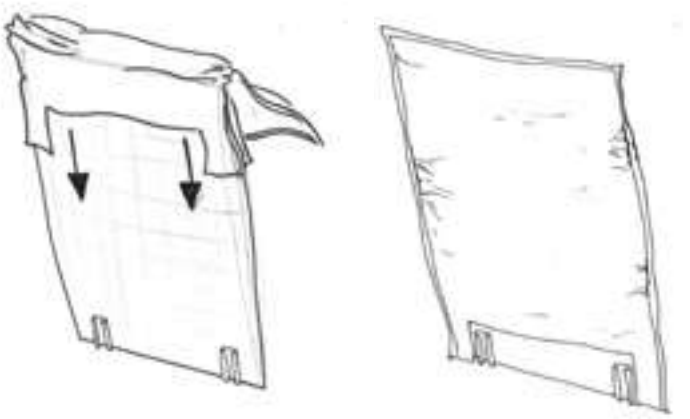
Τοποθετείστε τα καλύμματα

Αφού έχετε τοποθετήσει το κάλυμμα στο κρεβατόστρωμα, μπορείτε να ντύσετε και το κεφαλάρι. Το κάλυμμα του κεφαλαρίου έχει ένα κενό ορθογωνίου σχήματος στην πλευρά που θα ακουμπήσει στο κρεβατόστρωμα.

EN

Place the covers

After you have placed the cover on the bed-mattress, you can also dress the headboard. The headboard cover has a rectangular opening on the side that will touch the bedmattress.



GR

Εφαρμόστε το κεφαλάρι στο κρεβατόστρωμα

Το κεφαλάρι αποτελείται από ένα ή δύο τμήματα, ανάλογα με το μέγεθος του κρεβατιού και τον τύπο του κεφαλαριού. Κάθε τμήμα φέρει δυο μεταλλικά στοιχεία (φεράμια) που ενώνονται με τα δυο αντίστοιχα του κρεβατοστρώματος.

Σημείωση:
Στο κεφαλάρι και στο κρεβατόστρωμα θα βρείτε ενδείξεις που υποδεικνύουν ποιο κεφαλάρι αντιστοιχεί σε ποιο κρεβατόστρωμα. (Α με Α, Β με Β). Ανασηκώστε το κεφαλάρι με τη βοήθεια δεύτερου ατόμου, κρατώντας το από τις δύο ακριανές πλευρές του. Φέρτε το κοντά στο κρεβατόστρωμα και τοποθετήστε τα φεράμια του κεφαλαριού πάνω από αυτά του κρεβατοστρώματος. Για να τα καταφέρετε ευκολότερα δώστε μια ελαφρά κλίση προς τα πίσω στο κεφαλάρι. Αφού εφαρμόσουν σωστά και τα δύο φεράμια του κεφαλαριού με αυτά του κρεβατοστρώματος, πιέστε το κεφαλάρι προς τα κάτω μέχρι να τερματίσει.

EN

Apply the headboard to the bed-mattress

The headboard consists of one or two parts, depending on the bed's size and the headboard type. Each part has two metal elements (clamps) that connect with the corresponding ones on the bed-mattress.

Note:
You'll find markings on the headboard and the bed-mattress indicating which headboard corresponds to which bed-mattress (A with A, B with B). Lift the headboard with the assistance of another person, holding it from both ends. Bring it close to the bed-mattress and place the headboard's clamps over the ones on the bed-mattress. To make this easier, give the headboard a slight backward tilt. After correctly aligning both clamps of the headboard with those of the bedmattress, push the headboard downward until it locks in place.

GR

Τοποθετήστε το στρώμα

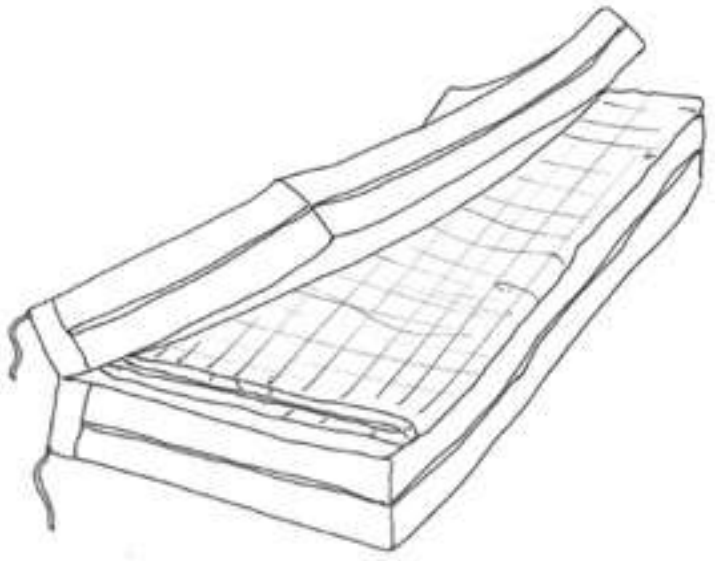
Αφαιρέστε τη θήκη μεταφοράς του στρώματος. Τα διπλά στρώματα της COCO-MAT αποτελούνται από δύο μονά που βρίσκονται μέσα σε μια εσωτερική υφασμάτινη θήκη. Η θήκη αυτή είναι ενωμένη μόνο στην επάνω μεριά της, επιτρέποντας το δίπλωμα του στρώματος στα δύο.
Προσοχή: Φροντίστε πάντοτε η ραφή ένωσης να βρίσκεται στην επάνω πλευρά. Μην αφαιρείτε την υφασμάτινη εσωτερική θήκη.
Στη συνέχεια το στρώμα τοποθετείται μέσα σε ένα ενιαίο εξωτερικό καπιτονέ κάλυμμα. Το εξωτερικό κάλυμμα αποτελείται από δύο μέρη που ενώνονται και κλείνουν με φερμουάρ.
Θα ξεχωρίσετε το κάτω μέρος (βάση) του καλύμματος μέσα στο οποίο θα μπει το στρώμα, από την περιμετρική πλευρά (φάσα) που διαθέτει, σε αντίθεση με το πάνω μέρος (καπάκι) που δεν έχει.

EN

Place the mattress

Remove the mattress's transport cover. COCO-MAT's double mattresses consist of two single ones enclosed in an inner fabric cover. This cover is attached only on the upper side, allowing you to fold the mattress in half.
Caution: Always ensure that the seam is on the upper side. Do not remove the inner fabric cover.
Next, the mattress is placed inside a single external quilted cover. The external cover consists of two parts that connect and close with a zipper. You will separate the bottom part (base) of the cover, which will accommodate the mattress, from the perimeter side (edge) it features, as opposed to the top part (lid) that does not have this edge.

6.1



GR

Τοποθετήστε το στρώμα

Ξεκινήστε τοποθετώντας το κάτω μέρος (βάση) του εξωτερικού καλύμματος πάνω στο κρεβατόστρωμα. Φροντίστε να το απλώσετε ώστε να πιάσει όλη την επιφάνεια του κρεβατοστρώματος. Για περισσότερη ευκολία γυρίστε την περιμετρική πλευρά του (φάσες) προς τα κάτω, έτσι ώστε να «αγκαλιάσουν» το κρεβατόστρωμα.
Με τη βοήθεια δεύτερου ατόμου σηκώστε το διπλωμένο στα δύο στρώμα και τοποθετήστε το μέσα στη βάση. Τραβήξτε το προς την άκρη της μίας πλευράς και ξεδιπλώστε το. Βεβαιωθείτε ότι «πατάει» ακριβώς στις ραφές της βάσης.

EN

Place the mattress

Begin by placing the bottom part (base) of the external cover on top of the bed-mattress. Make sure to spread it out to cover the entire surface of the bed-mattress. For added convenience, turn the perimeter side (edge) downward, so it ‘embraces’ the bed-mattress.
With the help of a second person, lift the folded-in-half mattress and position it inside the base.
Pull it toward one side and unfold it. Ensure that it aligns precisely with the seams of the base.

GR

Επιλέξτε πλευρά

Ορισμένα στρώματα της COCO-MAT, όπως ο Άτλας, προσφέρουν το πλεονέκτημα επιλογής ανάμεσα σε δύο διαφορετικής ελαστικότητας πλευρές. Έτσι, αν κάποιος προτιμά ένα λιγότερο ελαστικό στρώμα, μπορεί να επιλέξει να τοποθετήσει στο επάνω μέρος την πλευρά της λεπτής στρώσης του φυσικού καουτσούκ, ενώ αν προτιμά μεγαλύτερη ελαστικότητα, μπορεί να επιλέξει την στρώση με το μεγαλύτερο πάχος. Στην περίπτωση αυτή, ίσως χρειαστεί να αναποδογυρίσετε το εσωτερικό υλικό. Διπλώστε το στρώμα στα δύο φέρνοντας το ένα κομμάτι πάνω στο άλλο. Ανοίξτε το περιμετρικό φερμουάρ του εσωτερικού καλύμματος του επάνω κομματιού. Για περισσότερη ευκολία, γυρίστε τις φάσες του καλύμματος προς τα κάτω έτσι ώστε να «αγκαλιάσουν» το κάτω κομμάτι. Γυρίστε το εσωτερικό του στρώματος με την βοήθεια ενός ατόμου. Ανασηκώστε τις πλαϊνές φάσες του στρώματος ώστε να αγκαλιάσουν και πάλι το στρώμα. Κλείστε το περιμετρικό φερμουάρ και επαναφέρετε το στρώμα στην αρχική του θέση. Επαναλάβετε αντιστοίχως τις ίδιες κινήσεις για το άλλο τμήμα του στρώματος.

EN

Choose a side

Some COCO-MAT mattresses, like the Atlas, offer the advantage of choosing between two different elasticity levels on each side. Therefore, if someone prefers a less elastic mattress, they can select the side with the thinner layer of natural latex for the top, while if they prefer greater elasticity, they can choose the thicker layer. In this case, you might need to flip the inner material.
Fold the mattress in half, with one piece on top of the other.
Open the perimeter zipper of the inner cover of the top piece. For more convenience, turn the edges of the cover downwards to ‘embrace’ the lower part. Turn the inner mattress with the help of a second person. Lift the lateral edges of the mattress to once again ‘embrace’ it. Close the perimeter zipper and return the mattress to its original position.

GR

8

Ολοκληρώστε την τοποθέτηση του στρώματος

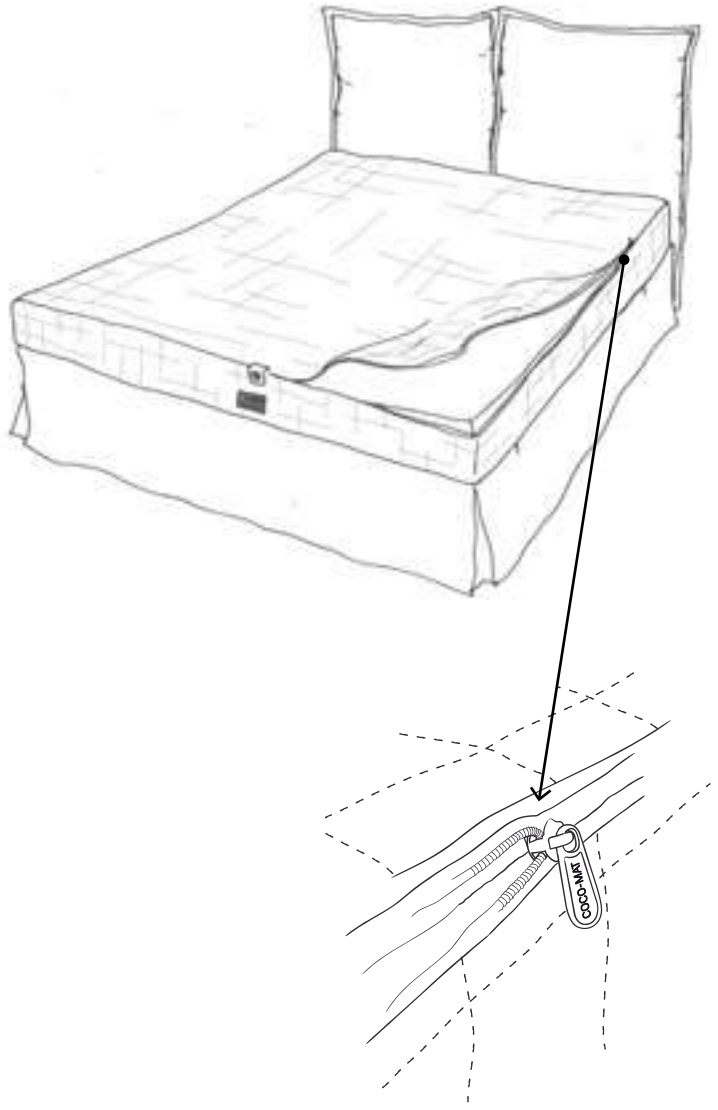
Βεβαιωθείτε ότι η ραφή ένωσης της εσωτερικής θήκης βρίσκεται στην άνω πλευρά και δέστε τα κορδόνια που διαθέτει για την κάτω της πλευρά. Στη συνέχεια ανασηκώστε τις πλαϊνές φάσες του εξωτερικού καλύμματος ώστε να αγκαλιάσουν το στρώμα.
Τοποθετείστε το καπάκι του καλύμματος από πάνω, κλείστε προσεκτικά το περιμετρικό φερμουάρ και κουμπώστε.

EN

8

Complete the mattress installation.

Ensure that the seam of the inner cover is on the upper side and tie the cords it has for its lower side.
Then lift the lateral edges of the outer cover to embrace the mattress. Place the top part of the cover on top, carefully close the perimeter zipper, and fasten the buttons.



GR

9

Τοποθετήστε τα ανωστρώματα

Αφαιρέστε τη θήκη μεταφοράς του/των ανωστρώμα/των. Αποθέστε τα πάνω στο στρώμα. Αν έχετε επιλέξει να χρησιμοποιήσετε δύο ανωστρώματα, τοποθετήστε πρώτα το ανώστρωμα που περιέχει φυσικό καουτσούκ (Ιβίσκος) και μετά το ανώστρωμα που περιέχει πούπουλο ή μαλλί(Κυριακή) (Καμέλια).
Το ανώστρωμα Κυριακή διαθέτει λάστιχα που εφαρμόζουν σε κάθε μία από τις γωνίες του για την καλύτερη σταθεροποίησή του.

EN

9

Place the top-mattresses

Remove the carrying case of the top-mattress(es) and place them on the mattress. If you have chosen to use two top-mattresses, first place the top-mattress that contains natural latex (Iviskos), and then the top-mattress containing feathers or wool (Kyriaki)(Kamelia).
The Kyriaki top-mattress comes with straps that fit into each of its corners to ensure better stability.

GR

EN

10

Έτοιμοι για ύπνο

Στρώστε τα σεντόνια, γεμίστε το κρεβάτι σας με μαξιλάρια και ξαπλώστε πάνω στο καινούριο, υπέροχο σύστημα ύπνου COCO-MAT που μόλις συναρμολογήσατε! Ξυπνώντας ανανεωμένοι την επόμενη ημέρα θα αισθανθείτε τη διαφορά ενός τετραπλού συστήματος ύπνου και δε θα μπορέσετε ποτέ πια να κοιμηθείτε σε κάτι λιγότερο.

Ready for sleep.

Lay out the bed linens, fill your bed with pillows, and relax on the newly assembled, wonderful COCO-MAT sleep system! Waking up refreshed the next day, you will feel the difference of a quadruple sleep system, and you will never be able to sleep on anything less.

10

GR ΣΥΧΝΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

EN FREQUENTLY ASKED QUESTIONS

GR

Γιατί το στρώμα πρέπει να είναι ελαστικό και όχι σκληρό ή μαλακό;

Για να ξεκουράζεται το ανθρώπινο σώμα πρέπει να εκμηδενίζονται οι μυϊκές συσπάσεις, χωρίς, συγχρόνως, να αλλοιώνεται το φυσικό σχήμα του. Για να επιτευχθεί αυτό πρέπει ολόκληρο το σώμα να υποστηρίζεται από το στρώμα, να "γεμίζει" με υλικό κάθε σημείο του.
Να προσαρμόζεται, δηλαδή, το στρώμα πάνω στο σχήμα του σώματος και όχι το αντίθετο.
Το σκληρό στρώμα, όντας άκαμπτο, δεν μπορεί να "ακολουθήσει" τις καμπύλες του σώματος και να προσαρμοσθεί σ' αυτές. Έτσι, τα μέρη του σώματος που έχουν έντονες καμπύλες, ή είναι πολύ ελαφριά (αυχένας, οσφυική χώρα, πόδια, χέρια) μένουν ανυποστήρικτα, κενά. Το ελαστικό στρώμα είναι το κατάλληλο στρώμα για την πλήρη υποστήριξη του σώματος, διότι προσαρμόζεται ακριβώς στο σχήμα του.

Γιατί δεν κατασκευάζεται το διπλό στρώμα μονοκόμματο;

α) Για να μην επηρεάζει το ένα σώμα,με το βάρος του ή με τις κινήσεις του, το άλλο.

β) Για να είναι ευκολότερος ο χειρισμός του (στις μεταφορές, στην αφαίρεση των καλυμμάτων, στο αναποδογύρισμά του, κλπ.).

γ)Στην περίπτωση που το στρώμα έχει δύο διαφορετικές σε ελαστικότητα πλευρές, όπως ο Άτλας, εφαρμόζουμε την εναλλαγή θέσης των δύο πλευρών του στρώματος. Μεταφέρουμε το δεξί τμήμα στην αριστερή θέση και το αντίστροφο, χωρίς να χρειάζεται να γυρίσει ολόκληρο το στρώμα.

Δεν αισθανόμαστε το χώρισμα όταν κοιμόμαστε στη μέση;

Τα δύο (εσωτερικά) καλύμματα των στρωμάτων είναι ενωμένα με μια ραφή, στη μια πλευρά του μήκους τους. Πάνω από αυτά τοποθετείται το δεύτερο (εξωτερικό) κάλυμμα, που είναι ενιαίο. Έτσι, τα στρώματα λειτουργούν ανεξάρτητα χωρίς ωστόσο να έχουν κενό μεταξύ τους.

Μυρίζουν τα στρώματα;

Όπως όλα τα φυσικά υλικά, έτσι και τα δικά μας αναδίδουν, για ένα μικρό χρονικό διάστημα, τη δική τους, ελαφριά μυρωδιά, η οποία είναι φυσικά αβλαβής, αλλά και φθίνουσα.

Τι θα γίνει αν βραχούν τα στρώματα;

Αν πέσει μεγάλη ποσότητα υγρού στο στρώμα και δεν στεγνώσει αμέσως, υπάρχει η πιθανότητα να αποπολυμεριστεί σταδιακά το φυσικό καουτσούκ, με αποτέλεσμα να κιτρινίσει και να θρυμματίζεται.

Πόσο συχνά πρέπει να γυρίζουμε το στρώμα;

Κάθε 6 μήνες, για την αναζωογόνηση των υλικών.

Ο κοκοφοίνικας δεν τρίβεται;

Όχι, γιατί μορφοποιείται σε φύλλα και καθώς οι ίνες του ψεκάζονται με φυσικό καουτσούκ, ελαστικοποιείται.

Γιατί τα στρώματα δεν έχουν χερούλια μεταφοράς;

Το κάλυμμα δεν χρειάζεται λαβές διότι όταν θέλουμε να το γυρίσουμε,μπορούμε -και πρέπει -να γυρίζουμε το εσωτερικό του στρώματος.

Χρειάζεται το προστατευτικό των στρωμάτων;

Χρειάζεται για την προστασία του στρώματος, από τον ιδρώτα και την υγρασία γενικότερα, ή οποιαδήποτε άλλη απειλή ρύπανσης.

Ποια είναι η λειτουργία της εργονομικής βάσης;

Η εργονομική βάση τοποθετείται μέσα στη βάση του κρεβατοστρώματος και πολλαπλασιάζει την ελαστικότητα των υλικών, καθιστά το κρεβάτι απύθμενο και δεν επιτρέπει σε οποιοδήποτε σώμα, οποιουδήποτε βάρους να φθάσει στη βάση του κρεβατιού. Έτσι, εκμηδενίζεται η αντίσταση του κρεβατιού προς το σώμα, κάτι το οποίο συνιστά ιδανική συνθήκη για τέλειο ύπνο.

GR

Τι προσφέρει το ανώστρωμα και γιατί δεν επαρκεί το στρώμα;
Το ανώστρωμα, λόγω του μικρού πάχους που έχει, συμπληρώνει την υποστήριξη που παρέχει το στρώμα «γεμίζοντας» τα ελαφριά και καμπύλα τμήματα του σώματος (πόδια, χέρια, αυχένας, οσφυϊκή χώρα), τα οποία δεν μπορεί το στρώμα να καλύψει λόγω του πάχους που έχει.
Επιπλέον, απομακρύνει το σώμα απο την άκαμπτη βάση του κρεβατιού, προσφέροντας μεγαλύτερη ελαστικότητα και συμβάλλοντας στη σωστή κυκλοφορία του αίματος. Τέλος, αποτελεί την ιδανική ασπίδα προστασίας του στρώματος, αυξάνοντας έτσι το προσδόκιμο της ζωής του.

Γιατί η βάση στην οποία εναποθέτουμε το στρώμα δεν πρέπει να έχει μονοκόμματη / ενιαία επιφάνεια;
Γιατί η ενιαία επιφάνεια δεν επιτρέπει τη διέλευση του αέρα, επομένως το στρώμα δεν «αναπνέει».
Ως αποτέλεσμα, ο κίνδυνος να προσβληθεί απο υγρασία και να μουχλιάσει αυξάνεται κατακόρυφα.

Μέχρι ποια διάσταση τα στρώματα κατασκευάζονται ενιαία;
Μέχρι τα 135 εκ.

Μπορώ να πάρω μόνο το ανώστρωμα και να το βάλω πάνω στο στρώμα που έχω;
Ναι, αν το στρώμα είναι σε καλή κατάσταση, δηλ. αν δεν έχει λακκούβες ή εξογκώματα.

Μπορώ να πάρω το κρεβατόστρωμα χωρίς το ανώστρωμα;
Φυσικά. Ωστόσο, θα είναι μια αγορά ατελής. Κι αυτό διότι τα κρεβατοστρώματα, όπως άλλωστε και τα στρώματα, κατασκευάζονται κυρίως για να υποστηρίζουν εκείνο το βάρος του σώματος, που συγκεντρώνεται γύρω απο τη λεκάνη. Αυτό σημαίνει ότι τμήματα του σώματος που έχουν μεγάλες καμπύλες ή είναι πολύ ελαφριά (αυχένας, πόδια, χέρια) δεν υποστηρίζονται επαρκώς.
Το ανώστρωμα έρχεται να καλύψει ακριβώς αυτήν την εγγενή αδυναμία τους. Πιο ελαστικό και πιο εύκαμπτο από το κρεβατόστρωμα, συμπληρώνει την υποστήριξη, γεμίζοντας πλήρως τα σημεία του σώματος που «αδικούνται». Συνάμα, αυξάνει το πάχος του κρεβατοστρώματος, ώστε τα βαριά σώματα να μην αισθάνονται την αντίσταση της βάσης του.

Τι εννοείτε φυσικό καουτσούκ;
Πρόκειται για το χυμό του δέντρου HEVEA, ο οποίος, μετά από κατάλληλη επεξεργασία, μετατρέπεται σε ένα αφρώδες φύλλο φυσικού καουτσούκ.

Ποια η χρήση της αλογότριχας στα στρώματα;
Ρυθμίζει την υγρασία και δημιουργεί φιλικότερο περιβάλλον στο στρώμα.

Πλένεται το πούπουλο και το μαλλί;
Τα προϊόντα που περιέχουν πούπουλο και μαλλί πλένονται στο πλυντήριο στους 30°C & 40°C αντίστοιχα.

Μετά το πλύσιμο πρέπει να στεγνώσουν καλά σε σκιερό μέρος σε επίπεδη επιφάνεια. Εναλλακτικά στεγνώνουν στο στεγνωτήριο σε μέτρια θερμοκρασία για ευαίσθητα και μάλλινα προϊόντα.

Γιατί δεν πλένεται το φυσικό καουτσούκ;
Γιατί λόγω της σπογγώδους φύσης του είναι, πρακτικώς, σχεδόν αδύνατο να στεγνώσει.

Γιατί υπάρχουν τρύπες στο καουτσούκ;
Οι οπές παρέχουν ένα άριστο σύστημα εξαερισμού, που επιτρέπει στο προϊόν να αναπνέει.

EN

Why should the mattress be elastic and not hard or soft?
In order for the human body to rest, muscle contractions should be minimized without altering its natural shape. To achieve this, the entire body should be supported by the mattress, filling in every part. The mattress should adjust to the body's shape, not the other way around.
A hard mattress, being inflexible, cannot 'follow' the body's curves and adapt to them. Thus, parts of the body that have strong curves or are very light (neck, lumbar region, legs, arms) remain unsupported and empty. The elastic mattress is the suitable mattress for the complete support of the body because it adjusts precisely to its shape.

Why isn't the double mattress in one piece?
a) To avoid affecting one body with the weight or movements of the other.
b) To make it easier to handle (during transportation, when removing the covers, when turning it upside down, etc.).
c) In the case where the mattress has two different elasticity sides, like Atlas, we apply the alternating position of the two sides of the layer. We move the right part to the left position and vice versa, without having to turn the whole mattress.

Do we feel the separation when we sleep in the middle?
The two (internal) covers of the mattresses are joined by a seam on one side of their length. On top of these, the secondary (external) cover is placed, which is one piece. Thus, the mattresses function independently without having a gap between them.

Do the mattresses have a smell?
Like all natural materials, ours emit their own light scent for a short period of time, which is naturally harmless and diminishing.

What happens if the mattresses get wet?
If a large amount of liquid falls on the mattress and it is not dry out immediately, there is a possibility that the natural latex will gradually depolymerize, causing it to yellow and crumble.

How often should we flip the mattress?
Every 6 months, to rejuvenate the materials.

Is coconut fiber abrasive?
No, because it forms sheets and as its fibers are sprayed with natural rubber, it becomes elastic.

Why don't the mattresses have carrying handles?
The cover doesn't need handles because when we want to flip it, we can - and should - flip the interior of the mattress.

Is the mattress protector necessary?
It's necessary to protect the mattress from sweat and moisture in general, or any other pollution threat.

Are our mattresses suitable for dust mites?
Regarding dust mites, particularly given their role as the number one factor for allergies in our era, it should be emphasized that as the mattress covers are removable, the presence of mites does not exist.

What is the function of the ergonomic base?
The ergonomic base is placed inside the base of the bed and multiplies the elasticity of the materials, makes the bed bottomless and does not allow any body of any weight to reach the base of the bed. Thus, the resistance of the bed to the body is eliminated, which is an ideal condition for a perfect sleep.

What does the top-mattress offer, and why is the mattress alone not sufficient?
The top-mattress, due to its slim thickness, complements the support provided by the mattress by 'filling' the lighter and curved parts of the body (legs, arms, neck, lumbar area), which the mattress cannot cover due to its thickness. Additionally, it distances the body from the rigid bed base, providing greater elasticity and contributing to proper blood circulation. Finally, it acts as the ideal shield to protect the mattress, thereby increasing its lifespan.

EN

Why shouldn't the base on which we place the mattress have a single, continuous surface?
Because a continuous surface doesn't allow for proper airflow, which means the mattress can't 'breathe.' Consequently, the risk of moisture and mold accumulation significantly increases.

Up to what dimensions are the mattresses constructed as a single piece?
Up to 135 cm.

Can I get just the topper and put it on my existing mattress?
Yes, if the mattress is in good condition, meaning it doesn't have holes or protrusions.

Can I get the bed-mattress without the topper?
Of course. However, it will be an incomplete purchase. This is because bed-mattress, like mattresses, are mainly constructed to support the weight concentrated around the pelvis. This means that parts of the body with significant curves or that are very light (neck, legs, arms) are not adequately supported. The topper comes to address this inherent weakness. More elastic and flexible than the bed-mattress, it fully supports the body's 'neglected' areas. At the same time, it increases the thickness of the bed base, so heavy bodies don't feel the resistance of the base.

What do you mean by natural latex?
It's the sap of the HEVEA tree, which, after appropriate processing, is transformed into a spongy sheet of natural latex.

What's the use of horsehair in mattresses?
It regulates humidity and creates a more hospitable environment.

Can you wash the down and the wool?
Products containing down and wool are machine washable at 30°C & 40°C respectively.

After washing they should be dried thoroughly in a shady place on a flat surface. Alternatively tumble dry on a medium temperature for delicate and wool products.

Why can't natural rubber be washed?
Because of its spongy nature, it's practically impossible to dry.

Why are there holes in the rubber?
The holes provide an excellent ventilation system, allowing the product to breathe.

GR ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΠΟΪΟΤΙΚΟΥ ΥΠΝΟΥ

EN QUALITY SLEEP TIPS

GR

Συμβουλές για ένα σωστό περιβάλλον ύπνου

- **Φροντίστε** ώστε το στρώμα και η βάση του κρεβατιού σας να σας προσφέρουν υποστήριξη και άνεση. Αν μοιράζεστε το κρεβάτι σας με έναν σύντροφο, εξασφαλίστε αρκετό χώρο για να κινείστε με άνεση.

- **Διατηρήστε** το κρεβάτι και το στρώμα πάντα σε καλή κατάσταση.

- **Διαμορφώστε** μια ρουτίνα ύπνου που να σας ξεκουράζει. Οι ειδικοί προτείνουν να διαβάζετε ένα βιβλίο, να ακούτε χαλαρωτική μουσική ή να κάνετε ένα ζεστό μπάνιο προτού κοιμηθείτε.

- **Διαχειριστείτε** σωστά το βιολογικό σας ρολόι, πηγαίνοντας για ύπνο και ξυπνώντας την ίδια ώρα κάθε μέρα, ακόμα και τα σαββατοκύριακα, καθώς θα είναι πιο εύκολο για εσάς να αποκοιμηθείτε.

- **Φροντίστε** να κοιμόσαστε σε ένα ασφαλές, άνετο, ήρεμο και αγχολυτικό μέρος. Απομακρυνθείτε από εξωτερικές ενοχλήσεις (θόρυβος και φως). Ειδικά το φως είναι από τα πιο ισχυρά ερεθίσματα για το σώμα σας και μπορεί να σας ξυπνήσει πριν απο το ξυπνητήρι σας. Ένα σκοτεινό δωμάτιο είναι ο πιο κατάλληλος σύμμαχος για έναν ξεκούραστο και ανενόχλητο ύπνο. Εναλλακτικά, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε μια μάσκα ύπνου.

- **Διασφαλίστε** επαρκή αερισμό και υγρασία στο υπνοδωμάτιο.

- **Η θερμοκρασία** του δωματίου επηρεάζει σημαντικά τον ύπνο. Γι' αυτό προσέξτε να μην είναι πολύ ζεστό ή πολύ κρύο. Η ιδανική θερμοκρασία δωματίου είναι 16°C με 18°C.

- **Κρύψτε** όλα τα ρολόγια. Η συνειδητοποίηση του χαμένου χρόνου ξεκούρασης δημιουργεί άγχος.

- **Αφαιρέστε** υπολογιστές, τηλεοράσεις ή οτιδήποτε παραπέμπει σε εργασία, απο την κρεβατοκάμαρα. Όλα αυτά συνιστούν δυσάρεστα ερεθίσματα για τον εγκέφαλο και κάθε άλλο παρά τον χαλαρώνουν. Το κρεβάτι και, κατ'επέκταση το υπνοδωμάτιο, προορίζονται για ύπνο, χαλάρωση και ηρεμία.

- **Αφιερώστε** λίγο χρόνο, κατά την διάρκεια της ημέρας, για να λύσετε προβλήματα, ώστε να μην τα πάρετε μαζί σας στο κρεβάτι. Κρατήστε ένα σημειωματάριο, δίπλα από το κρεβάτι σας, για να καταγράψετε σκέψεις και προβλήματα, που ενδέχεται να σας ξυπνήσουν.

- **Καθιερώστε,** ως μέρος της ρουτίνας σας, την άθληση. Θυμηθείτε ωστόσο να την διακόπτετε τουλάχιστον 3 ώρες πριν τον ύπνο.

- **Αποφεύγετε** να τρώτε βαριά, να πίνετε αλκοόλ ή καφέ αργά το βράδυ, ή λίγο πριν κοιμηθείτε. Όλα αυτά μπορούν να οδηγήσουν σε κακό ύπνο, ή και να σας κρατήσουν ξύπνιους.

- **Αν δεν μπορείτε** να αποκοιμηθείτε, μην παραμένετε στο κρεβάτι για πολύ χρόνο. Σηκωθείτε, πηγαίνετε σε διαφορετικό δωμάτιο και απασχοληθείτε με άλλα πράγματα μέχρι να νιώσετε κουρασμένοι.

EN Tips for a proper sleep environment:

- **Ensure** that your mattress and bed base provide you with support and comfort. If you share your bed with a partner, make sure there is enough space for you to move comfortably.
- **Keep** your bed and mattress in good condition at all times.
- **Establish** a bedtime routine that helps you relax. Experts suggest reading a book, listening to soothing music, or taking a warm bath before sleep.
- **Manage** your body's internal clock by going to bed and waking up at the same time every day, even on weekends, to make it easier for you to fall asleep.
- **Sleep** in a safe, comfortable, calm, and uncluttered space. Remove external disturbances like noise and light. Especially, light is one of the most potent triggers for your body and can wake you up before your alarm clock. A dark room is your best ally for a restful and undisturbed sleep. Alternatively, you can use a sleep mask.
- **Ensure** proper ventilation and humidity in your bedroom.
- **Room temperature** significantly affects your sleep. Therefore, make sure it's not too hot or too cold. The ideal room temperature is between 16°C to 18°C.
- **Hide** all clocks. Being aware of the time you're losing for sleeping can create anxiety.
- **Remove** computers, televisions, or anything work-related from your bedroom. All of these are unpleasant stimuli for the brain and do anything but relax it. The bed and, by extension, the bedroom, are designed for sleep, relaxation, and peace.
- **Dedicate** some time during the day to resolve problems so you don't carry them with you to bed. Keep a notepad next to your bed to jot down thoughts and issues that might wake you up.
- **Include** exercise as part of your routine. But remember to stop at least 3 hours before sleep.
- **Avoid** heavy meals, alcohol, or coffee late at night or shortly before going to bed. All of these can lead to poor sleep or keep you awake.
- **If you can't** fall asleep, don't stay in bed for a long time. Get up, go to a different room, and engage in other activities until you feel tired.

Η εταιρεία διατηρεί το δικαίωμα αλλαγών χωρίς προηγούμενη ειδοποίηση. Σε περίπτωση αλλαγών ισχύουν οι νεότεροι όροι και προϋποθέσεις έναντι των παλαιότερων

The company reserves the right to make additional changes herein without previous notifications. Any changes made here shall overcome previous versions.

Handcrafted beds
made from natural materials

COCO-MAT

sleep on nature

since 1989