

## Utiliser un châle pour dormir en hiver



<p style="font-size: 12px;">source: jd.com</p>

Normalement, lorsque vous utilisez une couette pour vous couvrir en hiver, vos épaules et votre cou restent exposés. J'ai trouvé une solution : utiliser un châle pour les couvrir. Une des raisons est que, en raison de la longueur de la couette, si vous la remontez jusqu'au cou, la partie inférieure sera exposée et vos pieds pourraient avoir froid. Une autre raison est qu'un châle est relativement fin et léger, ce qui facilite le remplissage de l'espace entre votre corps et la couette.

Au début, j'ai acheté un châle il y a deux mois pour couvrir mon ventre pendant mon sommeil en automne. Maintenant que l'hiver approche, je peux l'utiliser de cette manière.