

Fil en poche

Créations artisanales

Bouillottes sèches en graines de Lin Bio (et lavande bio)

Tissu 100 % Coton

La bouillotte vous apporte une chaleur douce et relaxante et permet ainsi de vous décontracter et de vous soulager de façon douce et naturelle.

Chaud : elle peut calmer les douleurs chroniques ou passagères tels que mal de dos, tensions du cou, courbatures, crampes, douleurs musculaires, articulaires, maux de ventre...

NOTICE d'UTILISATION :

Pour chauffer la bouillotte, toujours procéder par pallier :

ce qui va vous permettre d'adapter le temps de chauffe à la chaleur qui vous convient. cela va vous permettre également de retourner la bouillotte et de la malaxer afin de répartir la chaleur.

Pour les modèles Lombaires et Tour de cou, ne pas laisser dépasser les rubans de maintien en dehors du plat !!

Pour les modèles « Bouillotte ronde déhoussable », enlever la bouillotte de la housse pour faire chauffer. Ne pas faire chauffer la housse car le tissu n'est pas adapté !

Au four électrique : (dans un plat adapté au four)

Préchauffer 10 mn à vide à 150° puis baisser à 120°

Berlingots, Tour de cou, coussins, bouillotte ronde : chauffer 5 mn

Bouillotte lombaires : chauffer 5 à 10 mn

Au four micro-ondes : (puissance 700 Watts)

Berlingots : 30 secondes

Tour de cou, petit coussin, bouillotte ronde : 1 mn

Grand coussin, bouillotte lombaires : 1 à 2mn

Froide : elle peut faire baisser la fièvre, soulager la migraine, les entorses, les bosses, les inflammations ...

Placer la bouillotte au réfrigérateur ou congélateur 2h minimum dans un sac hermétique.

ENTRETIEN

Nettoyer en surface avec une éponge humide et légèrement savonneuse.

Rincer (éponge humide) et chauffer pour évacuer l'humidité.