



**NATURE &
DECOUVERTES**

**BOUILLOTTE MENSTRUELLE AUX GRAINES DE LIN
AVEC HOUSSE EN COTON BIOLOGIQUE**

LINSEED BELLY POUCH IN ORGANIC COTTON

BOLSA CALIENTE MENSTRUAL DE SEMILLAS DE LINO
CON FUNDA DE ALGODÓN ORGÁNICO

WARMTEKUSSEN VOOR MENSTRUATIEKRAMPEN
MET BIOLOGISCH KATOENEN HOES

ALMOFADA AQUECEDORA MENSTRUAL DE SEMENTES DE LINHAÇA
COM CAPA DE ALGODÃO ORGÂNICO

Réf. 15229420

Lire attentivement et conserver soigneusement ce mode d'emploi.

Please carefully read this manual and keep it in a safe place.

Lea detenidamente este manual y consérvelo en un lugar seguro.

Lees deze instructies zorgvuldig en bewaar ze op een veilige plaats.

Leia cuidadosamente este manual e guarde-o em local seguro.

INSTRUCTIONS IMPORTANTES. À CONSERVER POUR USAGE ULTÉRIEUR : LIRE ATTENTIVEMENT

AVERTISSEMENT

- Le non-respect de la notice peut causer des blessures corporelles ou des dommages matériels (brûlures cutanées, incendie). Les informations suivantes sur la sécurité et les risques visent à protéger non seulement la santé des utilisateurs et d'autrui mais également le produit. C'est la raison pour laquelle vous devez suivre ces consignes de sécurité et les transmettre à toute personne à qui vous remettez le produit.
- Ce produit est destiné aux adultes.
- Le produit ne doit pas être utilisé par des personnes sensibles à la chaleur.
- Ce produit ne peut pas être utilisé par de très jeunes enfants (moins de 7 ans) car ils sont incapables de manipuler le produit.
- Ce produit ne peut pas être utilisé par de jeunes enfants (plus de 7 ans) à moins que l'enfant n'ait reçu des consignes sur l'utilisation du produit en toute sécurité et soit constamment sous surveillance.
- Ce produit ne peut pas être utilisé par les personnes souffrant d'un handicap physique, sensoriel ou mental, ou manquant d'expérience et de connaissances, à moins qu'elles ne soient sous surveillance ou qu'elles aient été instruites sur l'utilisation du produit en toute sécurité et sur les risques liés à son utilisation.
- Ne faites pas chauffer le produit dans un four à gaz ou électrique.
- Ceci n'est pas un jouet ! Tenez le produit hors de portée des enfants.
- Le nettoyage et l'entretien ne doivent pas être effectués par des enfants, sauf sous surveillance.
- Ce produit n'est pas destiné à un usage médical.
- N'introduisez rien dans le produit.
- Pour usage EXTERNE uniquement.
- Inspectez régulièrement le produit, jetez-le s'il est usé ou endommagé.
- Nettoyez le produit en respectant les instructions du fabricant.
- **AVERTISSEMENT : CE PRODUIT PEUT CAUSER DES BRÛLURES. ÉVITEZ TOUT CONTACT DIRECT PROLONGÉ AVEC LA PEAU.**
- FAITES ATTENTION LORSQUE VOUS SORTEZ LE PRODUIT DU MICRO-ONDES.
- N'AVALEZ PAS LE CONTENU DU PRODUIT.
- NE SURCHAUFFEZ PAS LE PRODUIT.
- À UTILISER UNIQUEMENT DANS UN FOUR À MICRO-ONDES.

Le fabricant n'est pas responsable des dommages causés par une mauvaise utilisation du produit.

INSTRUCTIONS D'UTILISATION

AVERTISSEMENT

- FAITES CHAUFFER LE PRODUIT UNIQUEMENT S'IL EST À TEMPÉRATURE AMBIANTE. NE RÉCHAUFFEZ PAS LE PRODUIT TANT QU'IL N'A PAS REFROIDI À TEMPÉRATURE AMBIANTE.
- LE MICRO-ONDES DOIT ÊTRE PROPRE ET SANS RÉSIDUS D'ALIMENT OU D'HUILE.
- LE MICRO-ONDES DOIT ÊTRE ÉQUIPÉ D'UN PLATEAU TOURNANT.
- LE PLATEAU TOURNANT DOIT POUVOIR TOURNER PENDANT LA CHAUFFE.
- NE FAITES PAS CHAUFFER LE PRODUIT SI LE MICRO-ONDES NE COMPORTE PAS DE PLATEAU TOURNANT.
- FAITES CHAUFFER UNIQUEMENT LE COUSSIN INTÉRIEUR AVEC LES GRAINES DE LIN. NE FAITES PAS CHAUFFER LA HOUSSE. IL CONVIENT DE RETIRER LA HOUSSE AVANT DE FAIRE CHAUFFER LE PRODUIT.
- NE SURCHAUFFEZ PAS LE COUSSIN ET NE LE PLACEZ PAS DIRECTEMENT SUR VOTRE PEAU. LAISSEZ-LE REFROIDIR SI IL EST TROP CHAUD.

CONSIGNES

- Retirez la housse.
- Mettez le coussin aux graines de lin au micro-ondes. Assurez-vous qu'il est à température ambiante avant de le mettre au micro-ondes.
- Lorsque vous faites chauffer le produit pour la première fois, il est préférable de tester le temps nécessaire pour atteindre une température confortable en faisant chauffer par intervalle de 30 secondes.
- Placez le produit au milieu du plateau tournant. Assurez-vous qu'il ne bloque pas le fonctionnement du micro-ondes.
- Le tableau suivant précise la puissance et le temps de chauffe préconisés :

PUISSANCE	TEMPS MAXIMUM
500-700 W	2 min
800-1 000 W	1 min 30 s

NE RÉCHAUFFEZ PAS LE PRODUIT
TANT QU'IL N'A PAS REFROIDI
À TEMPÉRATURE AMBIANTE



AVERTISSEMENT

RISQUE DE BRÛLURE
NE SURCHAUFFEZ PAS LE PRODUIT
Suivez toujours les consignes de chauffe
N'UTILISEZ PAS LE PRODUIT POUR DORMIR
Le produit peut prendre feu

- Le produit sera chaud après avoir été réchauffé. Faites attention lorsque vous sortez le produit du micro-ondes.
- Consignes de sécurité en cas de surchauffe : vérifiez systématiquement la température du produit avant de l'appliquer sur le corps. Mettez-le de côté pendant un moment. Vérifiez la température du coussin aux graines de lin pour vous assurer qu'il a atteint une température confortable pour le corps. Si le produit est trop chaud, laissez-le refroidir avant de le mettre sur votre peau.

Housse et coussin aux graines de lin :

- Nettoyez uniquement à l'aide d'un chiffon humide.
- Ne mettez pas le produit dans la machine à laver ou au sèche-linge.
- Conservez le produit dans un endroit sec, à l'abri de la lumière du soleil.

CARACTÉRISTIQUES DU PRODUIT

- **Housse :**
tissu imprimé : 100 % coton*,
tissu uni : 100 % polyester
- **Coussin aux graines de lin :**
housse : 100 % coton,
remplissage : 100% graines de lin parfumées
aux huiles essentielles de camomille, menthe
poivrée et cyprès.

*coton issu de l'agriculture biologique

- **Dimensions et poids :** 33 x 20 cm, 830g
- **Élimination en toute sécurité :**
laissez complètement refroidir le coussin aux
graines de lin avant de le jeter.
- Élimination correcte de ce produit. Pour éviter
tout dommage possible à l'environnement ou
à la santé humaine résultant de l'élimination
incontrôlée des déchets, recyclez-le de manière
responsable afin de promouvoir la réutilisation
durable des ressources matérielles.

Le produit est conforme à la norme BS 8433:2004

PLEASE CAREFULLY READ THIS MANUAL AND KEEP IT IN A SAFE PLACE

WARNING

- Non-observance of the instructions may result in personal injury or material damage (skin burns, fire). The following safety and hazard information is not only intended to protect the health of the users and others, it should also protect the product. For this reason, pay attention to these safety notes and include these instructions when handing over the product to others.
- This product is applied to adults.
- The product must not be used by people who are sensitive to heat.
- This product may not be used by very young children (under 7 years old) as they are unable to handle the product.
- This product may not be used by young children (above 7 years old) unless the child has been given proper instructions on how to use the product safely and is supervised at all times.
- This product may not be used by people with reduced physical, sensory or mental skills or a lack of experience or knowledge, provided that they are supervised and have been instructed on how to use the product safely, and are fully aware of the risks of use.
- Do not heat on gas or electric oven.
- This is not a toy! Please keep away from children.
- Cleaning and maintenance must not be performed by children unless supervised.
- This product is not designed for medical use.
- Do not insert anything into the product.
- For EXTERNAL use only.
- Inspect at regular intervals, discard if found worn or damaged.
- Clean in accordance with the manufacturer's instructions.
- **WARNING: THIS PRODUCT CAN CAUSE BURNS. AVOID PROLONGED DIRECT CONTACT WITH THE SKIN.**
- **TAKE CARE WHEN REMOVING FROM THE MICROWAVE.**
- **DO NOT INGEST CONTENTS.**
- **DO NOT OVERHEAT.**
- **FOR MICROWAVE USE ONLY.**

The producer is not responsible for damages caused by wrong use of product.

DIRECTIONS FOR USE

WARNING

- ONLY HEAT THE PRODUCT IF IT IS AT ROOM TEMPERATURE. DO NOT RE-HEAT THE PRODUCT UNTIL IT HAS COOLED TO ROOM TEMPERATURE.
- THE MICROWAVE MUST BE CLEAN WITHOUT ANY FOOD OR OIL RESIDUES.
- THE MICROWAVE MUST BE EQUIPPED WITH A TURNTABLE. THE TURNTABLE MUST BE ABLE TO ROTATE DURING THE HEATING.
- DO NOT HEAT THE PRODUCT IF THE MICROWAVE IS NOT EQUIPPED WITH A TURNTABLE.
- HEAT THE INNER LINSEED PACK ONLY. DO NOT HEAT THE COVER. THE COVER MUST BE REMOVED BEFORE HEATING THE PRODUCT.
- DO NOT OVERHEAT THE PACK AND PLACE IT DIRECTLY ON YOUR SKIN. ALLOW IT TO COOL IF IT IS TOO HOT.

DIRECTIONS

- Remove the cover.
- Place the linseed pack in the microwave. Make sure it is at room temperature before putting it in microwave.
- When heating for the first time, it is best to test how long it takes to reach comfortable temperature by heating in 30 second intervals.
- Arrange in the middle of the turning table. Ensure that it doesn't interfere with the microwave's operation.
- The maximum recommended heating time and wattage in the format shown in the following table:

RATING	MAXIMUM TIME
500-700W	2 mins
800-1000W	1 min 30 sec

ONLY REHEAT FROM ROOM TEMPERATURE

- Product will be hot after heating. Be careful when removing the product from the microwave.
- Safety advice in the event of overheating: always check the temperature of the product before applying it to the body. Put it aside for a while. Check the temperature of the linseed pack to ensure it reached the comfortable temperature for the body. If you accidentally make it too hot, let it cool down before putting it on your skin.

CARE AND STORAGE

Cover and linseed pack:

- Clean stains with a damp cloth.
- Do not put in the washing machine or in the dryer.
- Store in a dry place, away from the sunlight.

PRODUCT DETAILS

- **Cover:**
printed pattern fabric: 100% cotton*,
plain fabric: 100% polyester
- **Linseed pack:**
cover: 100% cotton
filling: 100% linseed scented with chamomile,
peppermint and cypress essential oils.

*Cotton from organic farming

- **Dimensions and weight:** 33 x 20 cm, 830g
- **Safe disposal:** let the linseed belt fully cool down before disposing of it.
- **Correct Disposal of this product.** To prevent possible harm to the environment or human health from uncontrolled waste disposal, recycle it responsibly to promote the sustainable reuse of material resources.

Complies with BS standard 8433:2004

ES

INSTRUCCIONES IMPORTANTES. MANTENGA PARA USO FUTURO: LEA CUIDADOSAMENTE

ADVERTENCIA

- El incumplimiento de las instrucciones puede provocar lesiones personales o daños materiales (quemaduras en la piel, incendios). La siguiente información de seguridad y peligros no solo está destinada a proteger la salud de los usuarios y de otras personas, sino también el producto. Por este motivo, preste atención a estas advertencias de seguridad e incluya estas instrucciones cuando entregue el producto a otras personas.
- Este producto está diseñado para adultos.
- El producto no debe ser utilizado por personas sensibles al calor.
- Este producto no puede ser utilizado por niños muy pequeños (menores de 7 años) ya que no saben manipularlo.
- Este producto no puede ser utilizado por niños pequeños (mayores de 7 años) a menos que hayan recibido las instrucciones adecuadas sobre cómo utilizarlo de forma segura y estén supervisados en todo momento.
- Este producto no puede ser utilizado por personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales disminuidas o sin experiencia o conocimientos, a menos que estén bajo supervisión o si han recibido instrucciones sobre cómo usar el producto de forma segura y son plenamente conscientes de los riesgos que conlleva su uso.
- No calentar en horno de gas o eléctrico.
- Este producto no es un juguete. Mantenga el dispositivo alejado de los niños.
- Los niños no deben encargarse de la limpieza y el mantenimiento del producto a menos que estén supervisados.
- Este producto no está destinado a un uso médico.
- No inserte nada en el producto.
- Solo para uso EXTERNO.
- Compruebe el producto con regularidad y deséchelo si está desgastado o dañado.
- Límpielo de acuerdo con las instrucciones del fabricante.
- **ADVERTENCIA: ESTE PRODUCTO PUEDE CAUSAR QUEMADURAS.**
- **EVITE EL CONTACTO DIRECTO PROLONGADO CON LA PIEL.**
- **TENGA CUIDADO AL SACARLO DEL MICROONDAS.**
- **NO INGIERA EL CONTENIDO.**
- **NO SOBRECALENTAR.**
- **ÚNICAMENTE PARA USO EN MICROONDAS.**

El fabricante no es responsable de los daños causados por el uso incorrecto del producto.

INDICACIONES DE USO

ADVERTENCIA

- CALIENTE EL PRODUCTO SOLO SI ESTÁ A TEMPERATURA AMBIENTE. NO VUELVA A CALENTAR EL PRODUCTO HASTA QUE SE HAYA ENFRIADO A TEMPERATURA AMBIENTE.
- EL MICROONDAS DEBE ESTAR LIMPIO, SIN RESTOS DE COMIDA O ACEITE.
- EL MICROONDAS DEBE TENER UN PLATO GIRATORIO. EL PLATO GIRATORIO DEBE PODER GIRAR MIENTRAS SE ESTÁ CALENTANDO EL PRODUCTO.
- NO CALIENTE EL PRODUCTO SI EL MICROONDAS NO TIENE PLATO GIRATORIO.
- CALIENTE ÚNICAMENTE EL COJÍN INTERIOR CON SEMILLAS DE LINO. NO CALIENTE LA FUNDA. quite la funda antes de calentar el producto.
- NO SOBRECALIENTE EL COJÍN NI LO COLOQUE DIRECTAMENTE SOBRE SU PIEL. DEJE QUE SE ENFRÍE SI ESTÁ DEMASIADO CALIENTE.

INSTRUCCIONES

- Retire el cojín con semillas de lino de su funda.
- Meta el cojín con semillas de lino en el microondas. Asegúrese de que esté a temperatura ambiente antes de meterlo en el microondas.
- Al calentar por primera vez, es mejor probar cuánto tiempo se tarda en alcanzar una temperatura agradable calentando en intervalos de 30 segundos.
- Ponga el cojín en el medio del plato giratorio. Asegúrese de que no interfiera en el funcionamiento del microondas.
- En la siguiente tabla se muestran el tiempo de calentamiento y la potencia máxima recomendados:

CLASIFICACIÓN	TIEMPO MÁXIMO
500-700W	2 minutos
800-1000W	1 min 30 seg

RECALENTAR ÚNICAMENTE CUANDO EL PRODUCTO ESTÉ A TEMPERATURA AMBIENTE



ADVERTENCIA

RIESGO DE QUEMADURAS
NO SOBRECALIENTAR
Siga siempre las instrucciones de calentamiento
NO UTILIZAR DEBAJO DE LA CAMA
Puede arder

- El producto estará caliente después de calentarlo. Tenga cuidado al sacar el producto del microondas.
- Consejos de seguridad en caso de sobrecalentamiento: controle siempre la temperatura del producto antes de aplicarlo en el cuerpo. Déjelo a un lado un tiempo. Verifique la temperatura del cojín con semillas de lino para asegurarse de que ha alcanzado una temperatura agradable para el cuerpo. Si accidentalmente lo calienta demasiado, déjelo enfriar antes de aplicarlo en la piel.

CUIDADO Y ALMACENAMIENTO

Funda y cojín de semillas de lino:

- Limpiar las manchas con un paño húmedo.
- No meter en la lavadora ni en la secadora.
- Almacenar en un lugar seco, alejado de la luz solar.

DETALLES DEL PRODUCTO

- **Funda:** tejido con motivos florales: 100% algodón*, tejido liso en la parte inferior: 100% poliéster
- **Cojín con semillas de lino:** funda: 100% algodón, relleno: 100% semillas de lino perfumadas con aceites esenciales de manzanilla, menta y ciprés.

*algodón procedente de la agricultura ecológica

- **Dimensiones y peso:** 33 x 20 cm, 830g
- **Eliminación segura:** deje que el cojín de semillas de lino se enfríe completamente antes de desecharlo.
- Eliminación correcta de este producto. Para evitar posibles daños al medio ambiente o la salud humana por la eliminación incontrolada de residuos, recíclalo de manera responsable para promover la reutilización sostenible de los recursos materiales.

Conforme a la norma BS 8433:2004

BELANGRIJKE INSTRUCTIES. BEWAAR VOOR LATER GEBRUIK: LEES DE INSTRUCTIES AANDACHTIG

WAARSCHUWING

- Het niet in acht nemen van de instructies kan leiden tot lichamelijk letsel of materiële schade (brandwonden, brand). De volgende informatie over de veiligheid en mogelijke gevaren is niet alleen bedoeld om de gezondheid van de gebruikers en anderen te beschermen, maar ook om het product te beschermen. Houd daarom rekening met deze veiligheidsaanwijzingen en geef deze instructies mee wanneer u het product aan anderen doorgeeft.
- Dit product is bedoeld voor volwassenen.
- Het product mag niet worden gebruikt door personen die gevoelig zijn voor warmte.
- Dit product mag niet worden gebruikt door zeer jonge kinderen (jonger dan 7 jaar), omdat een veilige omgang met het product niet gegarandeerd is.
- Dit product mag niet worden gebruikt door jonge kinderen (ouder dan 7 jaar), tenzij het kind de juiste instructies heeft gekregen over hoe het product veilig kan worden gebruikt en het product steeds onder toezicht van een volwassene wordt gebruikt.
- Dit product mag niet worden gebruikt door personen met verminderde fysieke, zintuiglijke of mentale vaardigheden of met een gebrek aan ervaring of kennis, op voorwaarde dat ze onder toezicht staan en instructies

hebben gekregen over hoe ze het product veilig kunnen gebruiken en dat ze zich volledig bewust zijn van de risico's van het gebruik.

- Niet opwarmen in een gasoven of elektrische oven.
- Dit is geen speelgoed! Houd het product buiten het bereik van kinderen.
- Reiniging en onderhoud mogen niet door kinderen worden uitgevoerd, tenzij ze onder toezicht staan.
- Dit product is niet bedoeld voor medisch gebruik.
- Steek niets in het product.
- Alleen voor EXTERN gebruik.
- Controleer het product regelmatig en gooi het weg als het versleten of beschadigd is.
- Maak het product volgens de instructies van de fabrikant schoon.
- **WAARSCHUWING: DIT PRODUCT KAN BRANDWONDEN VEROOZAKEN. VERMIJD LANGDURIG DIRECT CONTACT MET DE HUID.**
- **WEES VOORZICHTIG WANNEER U HET PRODUCT UIT DE MICROGOLFOVEN NEEMT.**
- **DE INHOUD NIET INSLIKKEN.**
- **NIET OVERVERHITTEN.**
- **ALLEEN VOOR GEBRUIK IN DE MICROGOLFOVEN.**

De producent is niet verantwoordelijk voor schade veroorzaakt door verkeerd gebruik van het product.

GEBRUIKSAANWIJZING

WAARSCHUWING

- VERWARM HET PRODUCT ALLEEN ALS HET OP KAMERTEMPERATUUR IS. VERWARM HET PRODUCT NIET OPNIEUW TOTDAT HET IS AFGEKOELD TOT KAMERTEMPERATUUR.
- DE MICROGOLFOVEN MOET SCHOON ZIJN, ZONDER ETENSRESTEN OF OLIERESTEN.
- DE MICROGOLFOVEN MOET EEN DRAAIPLATEAU HEBBEN. HET DRAAIPLATEAU MOET TIJDENS HET OPWARMEN KUNNEN DRAAIEN.
- VERWARM HET PRODUCT NIET ALS DE MICROGOLFOVEN NIET IS UITGERUST MET EEN DRAAIPLATEAU.
- VERWARM ALLEEN HET LIJNZAAD WARMTEBAND ZONDER DE HOES. VERWARM NIET DE HOES. DE HOES MOET WORDEN VERWIJDERD VOORDAT HET PRODUCT WORDT VERWARMD.
- NIET OVERVERHITTEN EN HET WARMTEBAND DIRECT OP UW HUD LEGGEN. LAAT HET AFKOELEN ALS HET TE HEET IS.

AANWIJZINGEN

- Haal het lijnzaadkussen uit de hoes.
- Plaats het lijnzaad warmteband in de microgolfoven. Zorg ervoor dat het lijnzaadkussen op kamertemperatuur is voordat u het in de microgolfoven doet.
- Wanneer u het lijnzaadkussen voor de eerste keer verwarmt, kunt u het beste testen hoe lang het duurt om een comfortabele temperatuur te bereiken door in intervallen van 30 seconden te verwarmen.
- Plaats het lijnzaadkussen in het midden van het draaiplateau. Zorg ervoor dat het lijnzaadkussen de werking van de microgolfoven niet hindert.
- De aanbevolen maximale verwarmingstijd en wattage vindt u in de volgende tabel:

VERMOGEN	MAXIMALE TIJD
500-700W	2 minuten
800-1000W	1 min 30 sec.

ALLEEN OPWARMEN ALS HET KUSSEN
OP KAMERTEMPERATUUR IS

- Het product zal heet zijn na het opwarmen. Wees voorzichtig wanneer u het product uit de microgolfoven haalt.
- Veiligheidsadvies in geval van oververhitting: controleer altijd de temperatuur van het product voordat u het op het lichaam plaatst. Leg het lijnzaadkussen een tijdje opzij. Controleer de temperatuur van het lijnzaadkussen om er zeker van te zijn dat het aangenaam is voor het lichaam. Als u het lijnzaadkussen per ongeluk te heet maakt, laat het dan afkoelen voordat u het op uw huid plaatst.



WAARSCHUWING

**BRANDGEVAAR
NIET OVERVERHITTEN**
Volg altijd de instructies voor het verwarmen
NIET GEBRUIKEN ONDER BEDDENGOD
Kan vlam vatten

Hoes en lijnzaadkussen:

- Vlekken schoonmaken met een vochtige doek.
- Niet in de wasmachine of in de droger stoppen.
- Bewaren op een droge plaats, niet in direct zonlicht.

PRODUCTINFORMATIE

- **Hoes:** stof met bloemenpatroon: 100% katoen*, effen stof eronder: 100% polyester
- **Lijnzaadkussen:** hoes: 100% katoen, vulling: 100% lijnzaad geparfumeerd met essentiële oliën van kamille, pepermunt en cipres

*katoen uit biologische landbouw

- **Afmetingen en gewicht:** 33 x 20 cm, 830g
- **Veilige verwijdering:** laat het lijnzaadkussen volledig afkoelen voordat u het weg gooit.
- **Correcte verwijdering van dit product** Om mogelijke schade aan het milieu of de menselijke gezondheid door ongecontroleerde afvalverwijdering te voorkomen, moet het product op een verantwoorde wijze worden gerecycleerd om het duurzame hergebruik van materiële hulpbronnen te bevorderen.

Conform norm BS 8433:2004

INSTRUÇÕES IMPORTANTES. MANTENHA O USO FUTURO: LEIA CUIDADOSAMENTE

AVISO

- O não cumprimento das instruções pode causar lesões ou danos materiais (queimaduras na pele, incêndio). As seguintes informações de segurança e de perigo não se destinam unicamente a proteger a saúde dos utilizadores e de outras pessoas, devem proteger igualmente o produto. Por este motivo, preste atenção a estas notas de segurança e inclua estas instruções ao entregar o produto a outras pessoas.
- Este produto é para adultos.
- O produto não deve ser utilizado por pessoas sensíveis ao calor.
- Este produto não pode ser utilizado por crianças muito pequenas (com menos de 7 anos de idade), uma vez que não são capazes de manusear o produto.
- Este produto não pode ser utilizado por crianças pequenas (com mais de 7 anos de idade), a menos que a criança tenha recebido instruções adequadas de como utilizar o produto em segurança e esteja sempre a ser supervisionada.
- Este produto não pode ser utilizado por pessoas com capacidades físicas, sensoriais ou mentais reduzidas ou com falta de experiência ou conhecimento, desde que sejam supervisionadas e tenham sido instruídas sobre como utilizar o produto em segurança, e estejam plenamente conscientes dos riscos da sua utilização.
- Não aquecer em forno a gás ou elétrico.
- Não é um brinquedo. Mantenha-o afastado do alcance das crianças.
- A limpeza e a manutenção não devem ser feitas por crianças, a menos que supervisionadas.
- Este produto não se destina a utilização médica.
- Não introduzir nada no produto.
- Apenas para utilização EXTERNA.
- Verificar com regularidade, deitar fora em caso de desgaste ou danificado.
- Limpar de acordo com as instruções do fabricante.
- **ADVERTÊNCIA: ESTE PRODUTO PODE CAUSAR QUEIMADURAS. EVITE O CONTACTO DIRETO E PROLONGADO COM A PELE.**
- **CUIDADO AO RETIRAR DO MICRO-ONDAS.**
- **NÃO INGERIR O CONTEÚDO.**
- **NÃO SOBREAQUECER.**
- **PARA UTILIZAÇÃO APENAS NO MICRO-ONDAS.**

O fabricante não se responsabiliza por danos causados por uma má utilização do produto.

ADVERTÊNCIA

- AQUECER O PRODUTO APENAS SE ESTE ESTIVER À TEMPERATURA AMBIENTE. NÃO VOLTAR A AQUECER O PRODUTO ENQUANTO ESTE NÃO TIVER ARREFECIDO ATÉ À TEMPERATURA AMBIENTE.
- O MICRO-ONDAS DEVE ESTAR LIMPO SEM RESÍDUOS DE ALIMENTOS NEM DE ÓLEOS.
- O MICRO-ONDAS DEVE ESTAR EQUIPADO COM UM PRATO GIRATÓRIO. O PRATO GIRATÓRIO DEVE PODER GIRAR DURANTE O AQUECIMENTO.
- NÃO AQUECER O PRODUTO SE O MICRO-ONDAS NÃO ESTIVER EQUIPADO COM UM PRATO GIRATÓRIO.
- AQUECER APENAS A ALMOFADA DE SEMENTES DE LINHO INTERNA. NÃO AQUECER A CAPA. A CAPA DEVE SER RETIRADA ANTES DE AQUECER O PRODUTO.
- NÃO AQUECER DEMASIADO A ALMOFADA E COLOCÁ-LA DIRETAMENTE NA PELE. DEIXA-A ARREFECER SE ESTIVER MUITO QUENTE.

INSTRUÇÕES

- Retire a almofada de sementes de linho da capa.
- Coloque a almofada de sementes de linho no micro-ondas. Certifique-se de que está à temperatura ambiente antes de a colocar no micro-ondas.
- Ao aquecê-la pela primeira vez, é melhor testar quanto tempo demora a atingir uma temperatura confortável aquecendo em intervalos de 30 segundos.
- Disponha-a no meio do prato giratório. Certifique-se de que não interfere com o funcionamento do micro-ondas.
- O tempo máximo recomendado de aquecimento e potência no formato estão indicados na seguinte tabela:

POTÊNCIA	TEMPO MÁXIMO
500-700 W	2 min.
800-1000 W	1 min 30 seg

VOLTAR A AQUECER APENAS A PARTIR DA TEMPERATURA AMBIENTE



ADVERTÊNCIA

RISCO DE QUEIMADURA POR INCÊNDIO
NÃO AQUECER DEMASIADO
Seguir sempre as instruções de aquecimento
NÃO USAR DENTRO DA ROUPA DE CAMA
Pode incendiar-se

- O produto estará quente após aquecimento. Tenha cuidado ao retirar o produto do micro-ondas.
- Conselhos de segurança em caso de sobreaquecimento: verificar sempre a temperatura do produto antes de o colocar no corpo. Ponha-o de lado durante algum tempo. Verifique a temperatura da almofada de sementes de linho para garantir que atingiu a temperatura confortável para o corpo. Se, acidentalmente, a deixou aquecer demasiado, permita que arrefeça antes de a colocar na pele.

Capa e almofada de sementes de linho:

- Limpar manchas com um pano húmido.
- Não colocar na máquina de lavar roupa nem na de secar.
- Guardar num lugar seco, afastado da luz solar.

CARACTERÍSTICAS DO PRODUTO

- **Capa:** tecido com padrão floral: 100% algodão*, tecido liso no interior: 100% poliéster
- **Almofada de sementes de linho:** capa: 100% algodão, enchimento: 100% sementes de linhaça perfumadas com óleos essenciais de lavanda, erva-limão e Neroli

*Algodão proveniente de agricultura biológica

- **Dimensões e peso:** 33 x 20 cm, 830g
- **Eliminação segura:** deixar a almofada de sementes de linho arrefecer por completo antes de a deitar fora.
- Eliminação correta deste produto. Para evitar possíveis danos em matéria de ambiente ou de saúde humana decorrentes da eliminação não controlada de resíduos, recicle-o de forma responsável para promover a reutilização sustentável dos recursos materiais.

Em conformidade com a norma BS 8433:2004

Ce manuel est également disponible sur le site Internet de Nature & Découvertes.

This manual is also available on Nature & Découvertes website.

Este manual también está disponible en el sitio web de Nature & Découvertes.

Deze handleiding is ook beschikbaar op de website van Nature & Découvertes.

Este manual también está disponible en el sitio web de Nature & Découvertes.

Distribué par - Distributed by - Distribuido por - Gedistribueerd door - Distribuído por:

Nature & Découvertes

11 rue des Etangs Gobert

78000 Versailles (France)

www.natureetdecouvertes.com

