

# P O T T E R Y B A R N

## LAVENDER HEATABLE PILLOW

### **INSTRUCTIONS:**

#### **FOR HEAT THERAPY:**

Remove cover; warm insert in microwave for 1-3 minutes depending on desired warmth; do not microwave more than 3 minutes. Heat until warm to the touch; test on hands first before placing on sensitive areas of the skin; additional heating in 10 second intervals as needed; actual microwave heating time will vary according to the wattage of the oven. Replace insert in cover before use.

**CAUTION:** Follow recommended instructions carefully to avoid burns or overheating which could cause a fire. In addition, a clean microwave will help avoid burning, absorption of unpleasant odors, and stains. For best results when not in use, store in a re-sealable plastic bag in a cool, dry place.

#### **FOR COLD THERAPY:**

Remove cover; place in freezer until insert reaches desired temperature. Replace insert in cover before use. Place on desired area of body.

For external use only.

### **MODE D' EMPLOI:**

**POUR UN TRAITEMENT À LA CHALEUR:** Retirez la poche de son étui; réchauffez la poche au four micro-onde 1 à 3 minutes en fonction de la chaleur désirée; ne pas dépasser 3 minutes. Réchauffez jusqu'à ce que ça soit chaud au touché; faites un essai sur les mains avant de placer la poche sur des endroits sensibles de la peau; si nécessaire, rechauffez 10 secondes par 10 secondes supplémentaires; la durée sera variable suivant la puissance de votre four micro-onde. Remplacez la poche dans son étui avant usage.

**ATTENTION:** Suivez les instructions de façon précise pour éviter les brûlures ou pour ne pas risquer de déclencher un incendie à cause d'une chaleur excessive. De plus, un four propre vous aidera à éviter les brûlures, l'absorbition de mauvaises odeurs par votre poche et de tâcher cette dernière. Pour de meilleurs résultats, quand vous n'en avez pas l'usage, il est recommandé de placer la poche et son étui dans une pochette plastique hermétique en la rangeant dans un endroit sec et à l'écart de la chaleur.

**POUR UN TRAITEMENT AU FROID:** Retirez la poche de son étui; placez la poche dans un congélateur jusqu'à ce que vous obteniez la température désirée. Remplacez la poche dans son étui avant usage. Placez à l'endroit désiré sur votre corps.

Pour usage externe uniquement.