

# Holidermie

HOLISTIC BEAUTY

## Protocole de brossage à sec : DRAINE, STIMULE & LISSE

## Dry brushing protocol: DRAINS, STIMULATES & SMOOTHES

Fabriquée avec le plus grand soin par une communauté de femmes au Sri Lanka, cette Brosse corps est l'accessoire idéal pour le brossage à sec des peaux délicates et sensibles. Son action détoxifiante profonde favorise l'élimination de la cellulite et prépare parfaitement la peau à l'application du Lait corps ou du Sérum-en-huile corps Holidermie.

Made with great care by a community of women in Sri Lanka, this Body brush is the ideal accessory for dry brushing of delicate and sensitive skin. Its deep detoxifying action helps eliminate cellulite and perfectly prepares the skin for the application of Holidermie Body Serum or Body Milk.

Avant la douche et en effleurages légers, pratiquer un brossage en mouvements circulaires toujours de bas en haut. Commencer sur le dessus du pied et remonter progressivement le long de la jambe, en direction des ganglions lymphatiques de l'aîne. Puis, brosser le ventre en mouvement circulaire et enfin les bras en effleurage, depuis les mains jusqu'aux épaules. En pratiquant quotidiennement ce brossage, le grain de peau s'affine et l'aspect « peau d'orange » diminue nettement au bout d'un mois.

Before showering and using light effleurage strokes, brush the lower part of the body in circular movements, always moving upwards. Start at the top of the foot and gradually work your way up the leg, towards the lymph nodes in the groin. Then, brush the abdomen in a circular motion and finally the arms, using gentle strokes from the hands to the shoulders. With daily brushing, skin texture is refined and the «orange peel» appearance is significantly reduced after a month.

[holidermie.com](http://holidermie.com) | [@holidermie](https://www.instagram.com/holidermie)

“Beauty is  
a wonderful discipline”

[#holidermie](https://www.instagram.com/holidermie) [#holisticbeauty](https://www.instagram.com/holisticbeauty)  
[#beauteholistique](https://www.instagram.com/beauteholistique)



**Exfolie en douceur**  
Gently exfoliates



**Adoucit & lisse la peau**  
Softens & smoothes the skin



**Favorise la circulation sanguine & lymphatique**  
Promotes blood and lymph circulation



**Illumine l'épiderme**  
Brightens the skin

## Conseils d'entretien / Care instructions

Grâce à sa composition 100% naturelle, votre Brosse a une longue durée de vie. Pour nettoyer et entretenir votre Brosse, nous vous conseillons de la laver à l'eau savonneuse, puis de la rincer à l'eau claire. Ensuite, bien essorer/agiter votre brosse pour retirer l'excès d'eau avant de la faire sécher dans un endroit sec et aéré.

Thanks to its 100% natural composition, the brush is long-lasting. To clean and maintain your brush, we recommend that you wash it with soapy water and then rinse it with clean water. Then wring out/shake your brush well to remove excess water before hanging it in a dry, ventilated area to dry.

## Précautions d'emploi / Precautions for use

Ne pas brosser une peau abîmée, irritée, inflammée ou présentant des rougeurs (coupures, égratignures, lésions, plaies, brûlures, coups de soleil) ainsi que les zones nouvellement vaccinées. Usage déconseillé aux personnes atteintes d'un cancer de la peau.

Do not brush damaged, irritated, inflamed or reddened skin (cuts, scratches, lesions, wounds, burns, sunburns) or recently vaccinated areas. Not recommended for people with skin cancer.