

Holidermie

HOLISTIC BEAUTY

Protocole de brossage à sec : DRAINE, STIMULE & LISSE

Dry brushing protocol: DRAINS, STIMULATES & SMOOTHES

Grâce à la fermeté et à la douceur de ses fibres, votre Brosse corps à l'action exfoliante permet de drainer la lymphe, détoxifier en profondeur et raffermir les tissus. L'effet mécanique du brossage à sec débarrasse l'épiderme de ses cellules mortes en laissant la peau douce et soyeuse, parfaitement préparée pour l'application du Lait corps ou du Sérum-en-huile corps Holidermie.

Thanks to the firmness and softness of its fibers, your exfoliating Body brush helps to drain lymph, deeply detoxify and firm up tissues. The mechanical effect of dry brushing rids the skin of dead cells, leaving it soft and silky, perfectly prepared for the application of Holidermie Body Milk or Body Serum.

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 | [@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.