



**libre**  
COMME L'AIR

## GUIDE DE VOTRE **COUSSINET** **À LA LAVANDE**



### ÉTAPE 1

Pressez vigoureusement le coussinet pour réactiver la douce odeur de lavande. Et ce, même 1 an après la première utilisation.



### ÉTAPE 2

Répartissez le contenu du coussinet au niveau de ses deux extrémités pour plus de confort. Ainsi en déposant le coussinet vous ressentirez le poids sur vos yeux et non sur votre nez.



### ÉTAPE 3

Votre coussinet sur vos yeux, votre zafu sous vos genoux, profitez pleinement de ce moment de détente privilégié.



› Le coussinet ne passe pas au four à micro-onde.

› Au quotidien sur votre table de chevet, ou à emporter avec vous partout grâce à son pochon, en vacances, lors de vos cours de yoga ou en retraites méditatives à l'autre bout du monde...

**POUR PLUS DE CONSEILS**

 @meditezaveclibrecommelair -  @librecommelairzen

 [librecommelair.fr](http://librecommelair.fr)