**COMMENT OTER UNE BAGUE ?**

1. GARDER LE BRAS AU DESSUS DE L’EPAULE 5 MIN
2. METTRE LA MAIN DANS L’EAU FROIDE
3. LUBRIFIER LE DOIGT AVEC DE LA VASELINE, BEURRE, HUILE, SAVON/SHAMPOING.
4. PASSER UN FIL OU LACET SOUS LA BAGUE ET ENROULER LE BRIN DISTAL AUTOUR DU DOIGT PUIS DEROULER LE BRIN PROXIMAL QUI AMENE LA BAGUE AVEC LUI (VIDEO-CLIQUER 2X SUR L’ICONE POUR LANCER LA VIDEO)