



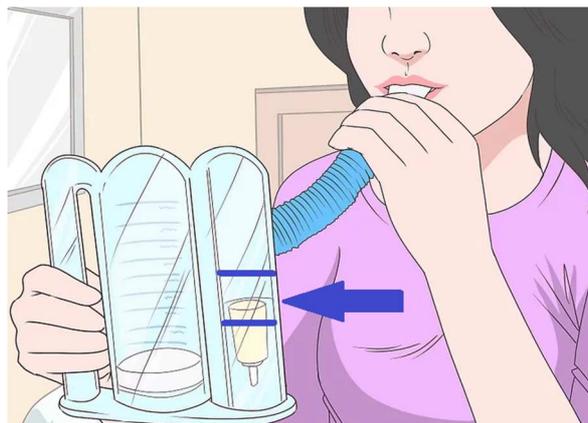
Exercices respiratoires : Consignes d'utilisation du Voldyne®

Lors de la première utilisation, connectez le tuyau à l'appareil.

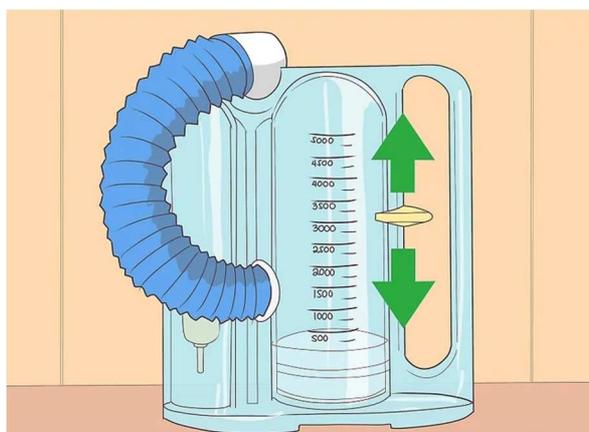
1. **Soufflez au maximum** pour vider l'air présent dans vos poumons.



2. **Inspirez dans le tube le plus longtemps possible** en maintenant le niveau témoin dans la zone délimitée.



3. **Placez l'indicateur jaune au niveau atteint** afin de pouvoir suivre votre progression.



Vous pouvez réaliser l'exercice par séries de cinq répétitions, plusieurs fois par jour.