

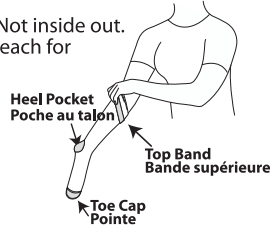
## COMPRESSION SOCKS CHAUSSETTES DE COMPRESSION

**COPPER  
Fit**

**THANK YOU FOR YOUR PURCHASE OF COPPER FIT  
MERCI D'AVOIR ACHETÉ LES CHAUSSETTES COPPER FIT**

### HOW TO PUT ON COMPRESSION SOCKS COMMENT METTRE LES CHAUSSETTES DE COMPRESSION

1. Start with the sock right-side up. Not inside out. Insert your hand into the sock & reach for the heel pocket.  
Tenez la chaussette à l'endroit et non à l'envers. Introduisez votre main à l'intérieur jusqu'au talon.



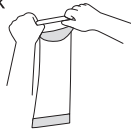
2. Grasp the heel pocket with your fingers. Lower the band of the sock downward towards the toe cap.  
Saisissez le talon avec vos doigts, abaissez la bordure de la chaussette vers la pointe.



3. Continue to pull the band down until the inside of heel pocket is exposed.  
Continuez à abaisser la bordure jusqu'à ce que l'intérieur du talon soit exposé.



4. With both hands, grasp each side of the sock near the exposed heel pocket and stretch the sock wide.  
Prenez les deux côtés de la chaussette près du talon exposé et étirez la chaussette.



**\* SEE REVERSE SIDE  
VOIR AU VERSO**

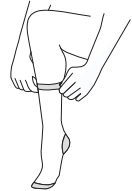
## COMPRESSION SOCKS CHAUSSETTES DE COMPRESSION

**COPPER  
Fit**

5. Place your foot into the sock until your toes meet the toe cap.  
Glissez votre pied dans la chaussette jusqu'à ce que vos orteils touchent la pointe.



6. With both hands, grasp each side of the sock top band & pull the band up and over your ankle, and then over calf.  
À l'aide des deux mains, prenez chaque côté de la chaussette et remontez-la par dessus votre cheville et votre mollet.



7. The sock top band should reach below the knee. The compression sock should be smooth & evenly distributed, without any creases, twists or folds.  
La bande supérieure de la chaussette devrait se trouver sous le genou. Les chaussettes de compression devraient être lisses, uniformes et sans plis.



### HELPFUL HINTS:

- Put your compression socks on the first thing in the morning before your legs swell
- Make sure your legs are dry
- Do not use lotion on your legs before putting on your compression socks. (If you use lotion, you should put it on at night before bed.)
- Powdering your legs may help

### CONSEILS PRATIQUES:

- Mettez vos chaussettes dès que vous levez le matin soit avant que vos jambes enflent.
- Assurez-vous que vos jambes soient sèches.
- N'appliquez aucune lotion sur vos jambes avant de mettre vos chaussettes. (Si vous utilisez une lotion, vous devriez l'appliquer avant de vous coucher.)
- L'application d'un peu de poudre sur vos jambes pourrait aider.

Distributed by / Distribué par: Supertek Canada Inc.  
Mont-Royal, QC H4T 1X2

All Copper Fit Trademarks Are Owned By: Toutes les marques de commerce Copper Fit sont la propriété de:  
IdeaVillage Product Corp. Wayne, NJ 07470  
MADE IN CHINA / FABRIQUÉ EN CHINE ©2019  
CFCS-101620