

Holidermie

HOLISTIC BEAUTY

Protocole d'utilisation du Gratte-Langue : ASSAINIT & DÉTOXIFIE

Tongue Scraper use protocol: PURIFIED & DETOXIFIED

Inspiré du rituel ayurvédique de purification de la sphère buccale, ce Gratte-Langue en cuivre permet d'éliminer les bactéries accumulées sur la langue pendant la nuit.

La bouche étant la première ligne de défense de l'organisme, il est recommandé de nettoyer sa langue chaque matin au réveil, afin de booster le processus naturel de détoxification du corps.

→ A la clé : une hygiène bucco-dentaire assainie et un microbiote buccal équilibré.

Inspired by the Ayurvedic ritual of oral purification, this copper Tongue Scraper eliminates bacteria accumulated on the tongue overnight. As the mouth is the body's first line of defense, it is recommended to clean your tongue first thing in the morning, in order to boost body's natural detox process.

→ The result: healthier oral hygiene and a balanced oral microbiota.

“Beauty is
a wonderful discipline”

holidermie.com
@holidermie
#holidermie
#holisticbeauty
#beauteholistique



Purifie la langue
Purifies the tongue



Elimine les bactéries rejetées par l'organisme
Eliminates bacteria rejected by the body



Favorise l'équilibre buccal global
Promotes overall oral balance

Utilisation / Use

Tenir le Gratte-Langue par les deux extrémités, apposer la partie courbée à l'arrière de la langue, puis gratter doucement vers l'avant. Répéter 3 à 4 fois jusqu'à ce que la langue retrouve sa couleur rosée. Complétez votre rituel bucco-détox avec le Bain de bouche-en-huile Holidermie.

Hold the Tongue Scraper by both ends, apply the curved part to the back of the tongue, then gently scrape forward. Repeat 3 to 4 times until tongue is pink again.

Complete your oral detox ritual with Holidermie Mouthwash Oil.

Conseils d'entretien / Care instructions

Le cuivre s'oxyde naturellement avec le temps, cela n'altère en rien ses propriétés antimicrobiennes. Pour lui redonner son éclat initial, frottez-le à l'aide d'un chiffon doux trempé dans un mélange de vinaigre blanc et de sel de table avant de le rincer à l'eau tiède.

Copper naturally oxidizes over time, but this does not alter its antimicrobial properties.

To restore it to its original shine, rub it with a soft cloth dipped in a mixture of white vinegar and table salt before rinsing with lukewarm water.