



Comment te brosser les dents

correctement !

Tes outils :

Ta brosse à dent doit être souple ou medium et changée tous les 3 mois.

Ton dentifrice doit être adapté à ton âge et à tes besoins.

Le brossage :

C'est minimum 2 fois par jour pendant 3 minutes.

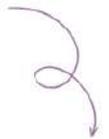
Brosse bien toute les surfaces de tes dents du rose vers le blanc (et n'oublie pas la face interne !).

Tu peux utiliser l'ELGYDIUM éducatif ou tout autre révélateur de plaque pour te guider dans tes mouvements.

Pourquoi faire ?

si tu veux plus d'infos

Se brosser les dents est essentiel pour éliminer la plaque dentaire, prévenir les caries, les maladies des gencives et éviter la mauvaise haleine.



SCANNE MOI