

Prénom : .....



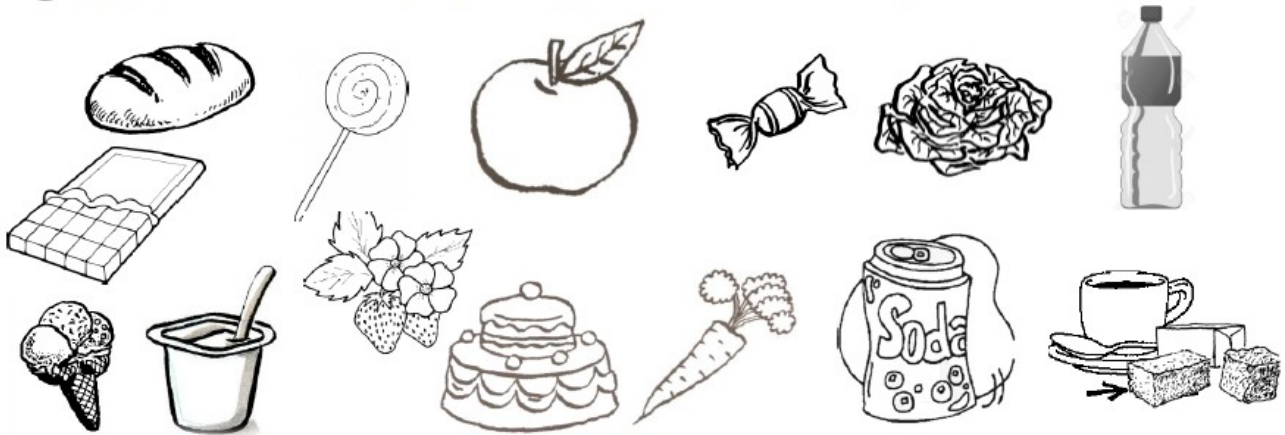
# LES DENTS



Date : .....

## Comment prendre soin de ses dents ?

1 Je fais attention à ce que je mange. Barre les aliments qui abîment les dents.



2 Je les lave ...



- une fois par jour.
- deux fois par jour.
- après chaque repas si je peux.
- en même temps en haut et en bas.
- séparément en haut et en bas.

- 1- je brosse le dessus des dents.
- 2- Je brosse la face extérieure des dents.
- 3- Je brosse la face intérieure des dents.

3 Je vais chez le dentiste ....



- chaque semaine.
- une fois par an.
- quand j'ai mal aux dents.
- quand j'ai mangé du sucre.
- pour vérifier que mes dents poussent normalement.
- pour soigner des caries.
- si je saigne quand je me brosse les dents.
- si j'ai perdu une dent de lait.

