

LES ALLIÉS DE TON SOURIRE

Il est important d'utiliser un dentifrice adapté à ton âge avec du **fluor**. Il aide à renforcer l'émail de tes dents (la partie extérieure) pour qu'elles puissent mieux résister aux bactéries.



Déchiffre le code secret pour découvrir le meilleur allié de ton sourire



VOIS TON DENTISTE 1 FOIS PAR AN!

1 FOIS PAR AN!

Pourquoi?

- Pour vérifier que tes dents sont en bonne santé
- Pour soigner dès qu'un petit trou commence à se former
- Pour rendre tes dents encore plus fortes

Fais-toi examiner par ton dentiste au moins **1 fois par an** pour garder un sourire en pleine santé!

CODE

A : ☆

D : ●

E : ▲

I : ■

N : ◆

S : ♥

T : ✕



Souviens-toi !
Brosse 2 minutes, 2 fois par jour minimum

Plus de supports pédagogiques
 Instagram : @dr.premo / YouTube : Dr Prémo

Le carnet de jeux de ✨ TINO DENTINO

Je me brosse les dents le matin et le soir !



Prénom : _____

Âge : _____

Colorie

BIENVENUE DANS TA BOUCHE !

Dans ta bouche, il existe beaucoup de bactéries. C'est tout à fait normal. Certaines sont bonnes, d'autres sont moins gentilles.

Elles adorent se développer dans la plaque dentaire, une matière collante, faite de petits morceaux d'aliments qui restent sur les dents après avoir mangé.



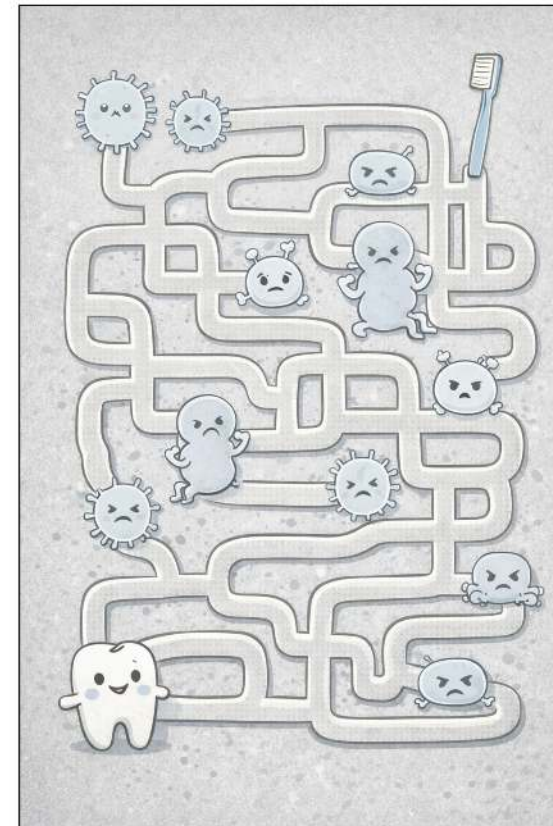
Les bactéries se sont multipliées et Tino s'est perdu. Retrouve-le vite !

Les bactéries ont besoin d'être en grand nombre pour être fortes. Si les bactéries les moins gentilles sont trop nombreuses, alors elles peuvent provoquer des problèmes de gencives ou des petits trous dans les dents : des **caries**.

LE BROSSAGE DES DENTS

Il faut se brosser les dents 2 minutes, au minimum deux fois par jour, matin et le soir.

Vois-tu les 7 différences ?



Tino doit rejoindre la brosse à dents. Mais attention aux bactéries !

Le brossage permet d'enlever la plaque dentaire et d'empêcher les bactéries de se multiplier. Il protège les dents.

Les bactéries adorent le sucre qui les aide à devenir plus fortes. Il ne faut pas grignoter et boire **de l'eau**, pas des boissons sucrées.