

Les dents

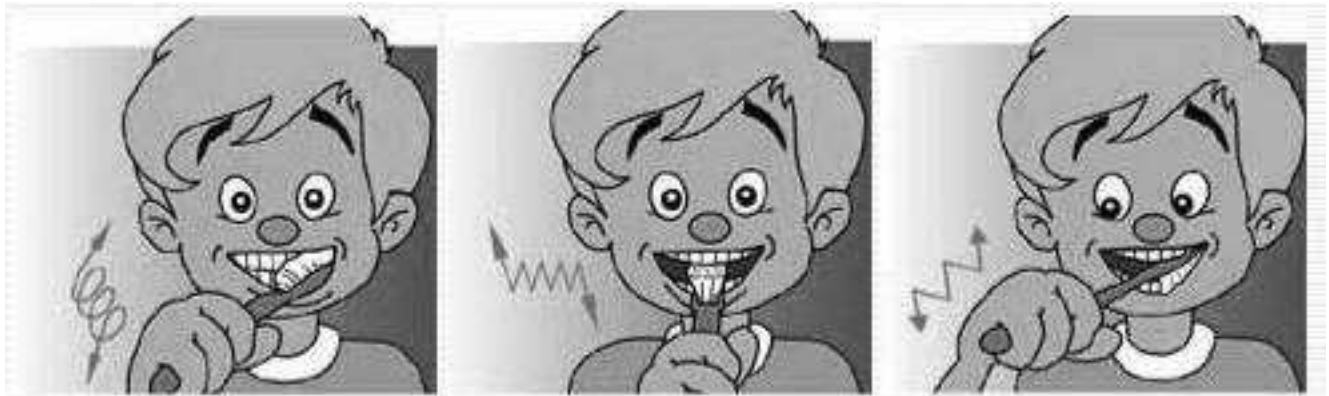
1) Soigner ses dents : entoure les bonnes réponses.

- On se brosse les dents le matin
le soir
de temps en temps.
- On va chez le dentiste au moins 1 fois par an
seulement quand on a mal au dent.
- On évite de manger trop de sucreries (bonbons, sodas ...)
de laitages (lait, fromage, yogourts...)

2) Ce qui est bon pour mes dents : colorie les aliments conseillés et barre ceux qui sont à éviter.



3) Se brosser les dents : un jeu d'enfants !



On se brosse les dents pour enlever **les résidus de nourriture** et éviter ainsi **les caries**.

Il faut brosse ses dents **pendant 3 minutes** et **ne plus manger après**.

Regarde l'image : il faut **brosser le devant, le derrière et le dessus de chaque dent**.

Il faut brosse les dents de la gencive vers la dent. il faut bien brosse également entre les dents et sur la surface des dents qui mastiquent.