



# Mon super calendrier de brossage des dents



Je me brosse les dents:



Si tu t'es brossé les dents :



Si tu as oublié :



Mon super prénom  Mon super âge  Date de début

## 1<sup>ère</sup> semaine

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche

Bravo !  
Tu as terminé ta 1<sup>ère</sup> semaine !



## 2<sup>ème</sup> semaine

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche

Félicitations !  
À toi de jouer !  
Garde cette habitude de brossage matin et soir !

## 3<sup>ème</sup> semaine

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche





# Comment les super-héros se brossent-ils les dents?



## Un p'tit conseil !

Lave-toi les mains avec de l'eau et du savon avant de te brosser les dents !



**Brosse tes dents pendant 2 minutes, 2 fois par jour !**

Scanne ce QR code pour retrouver les **super conseils** de brossage de Ladybug et Chat Noir

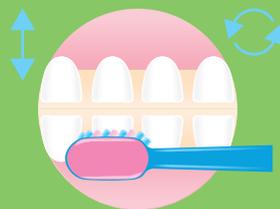


1



Dépose un peu de dentifrice, de la taille d'un petit pois, sur ta brosse à dents.

2



Brosse tes dents du haut vers le bas, c'est-à-dire du rose vers le blanc, en faisant des petits cercles.

3



Fais des traits sur le dessus de tes dents, de l'avant vers l'arrière.

4



Rince tes dents en utilisant un verre d'eau et n'oublie pas de recracher.



## N'oublie pas !

Le dentiste peut t'aider à garder de belles dents en bonne santé. Rends-lui visite au moins une fois par an.

## Psst !

N'oublie pas de fermer le robinet pendant que tu te brosses les dents !

