

**Je me
brosse
les dents:**



le matin



le soir



Mon prénom:

Mon âge:

Date de début:

1^{ère} semaine

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
 	 	 	 	 	 	 
 	 	 	 	 	 	 

Bravo !
Tu as terminé
ta 1^{ère}
semaine !

**Si tu t'es
brossé les
dents :**



Dessine
un sourire
à l'endroit

**Si tu
as oublié :**



Dessine
un sourire
à l'envers

2^{ème} semaine

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
 	 	 	 	 	 	 
 	 	 	 	 	 	 



3^{ème} semaine

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
 	 	 	 	 	 	 
 	 	 	 	 	 	 

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





Comment se brosser les dents ?



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

Un p'tit conseil !

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

Soit fier(e) !

Parle à ta famille de cette bonne habitude de brossage !

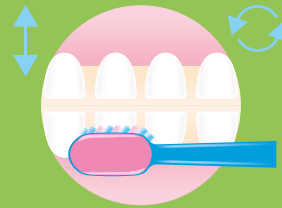


1



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 !

