



# CALENDRIER DU BROSSAGE DES DENTS



## Pour chaque jour :

- 1) Dessine ou colle un visage souriant sur chaque jour que tu brosse tes dents.
- 2) Dessine ou colle une étoile sur chaque jour que tu utilise le fil de soie dentaire.
- 3) Écris la date dans le carré.

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI

**Ne pas oublier :** 1) Brosse tes dents au moins 2 fois par jour. 2) Met environ un pois de pâte dentifrice. 3) Brosse tes dents pendant 2 bonnes minutes (chante dans ta tête la chanson pour se brosser les dents). 4) Passe le fil de soie dentaire 1 fois par jour. 5) Remplace ta brosse à dents (poils doux) environ tous les 3 mois. 6) Fais une visite au dentiste 2 fois par année.

**AVIS AUX PARENTS :** Aider votre enfant à se brosser les dents jusqu'à l'âge de 6 ans et le superviser jusqu'à l'âge de 8 ans pour vous assurer qu'il n'avale pas de pâte dentifrice.