



Je brosse mes dents

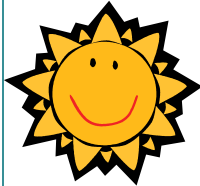
Ce livre appartient à _____

A large, empty rounded rectangular box for writing the owner's name.



Je brosse mes dents

Quand?

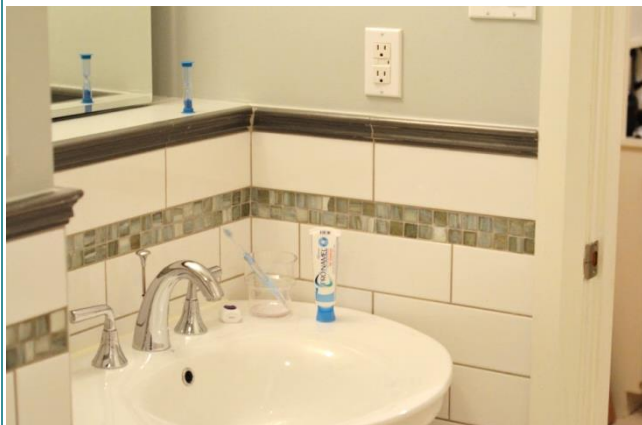


Le matin après mon déjeuner.



Le soir avant de me coucher.

Où?



Dans la salle de bain.



Avec quoi?



Avec ma brosse à dents.



Avec de la pâte à dents.

Comment?



Je me place en face du lavabo.





J'ouvre le tube de pâte à dents.



Je mets une petite quantité de pâte à dents sur ma brosse à dents.



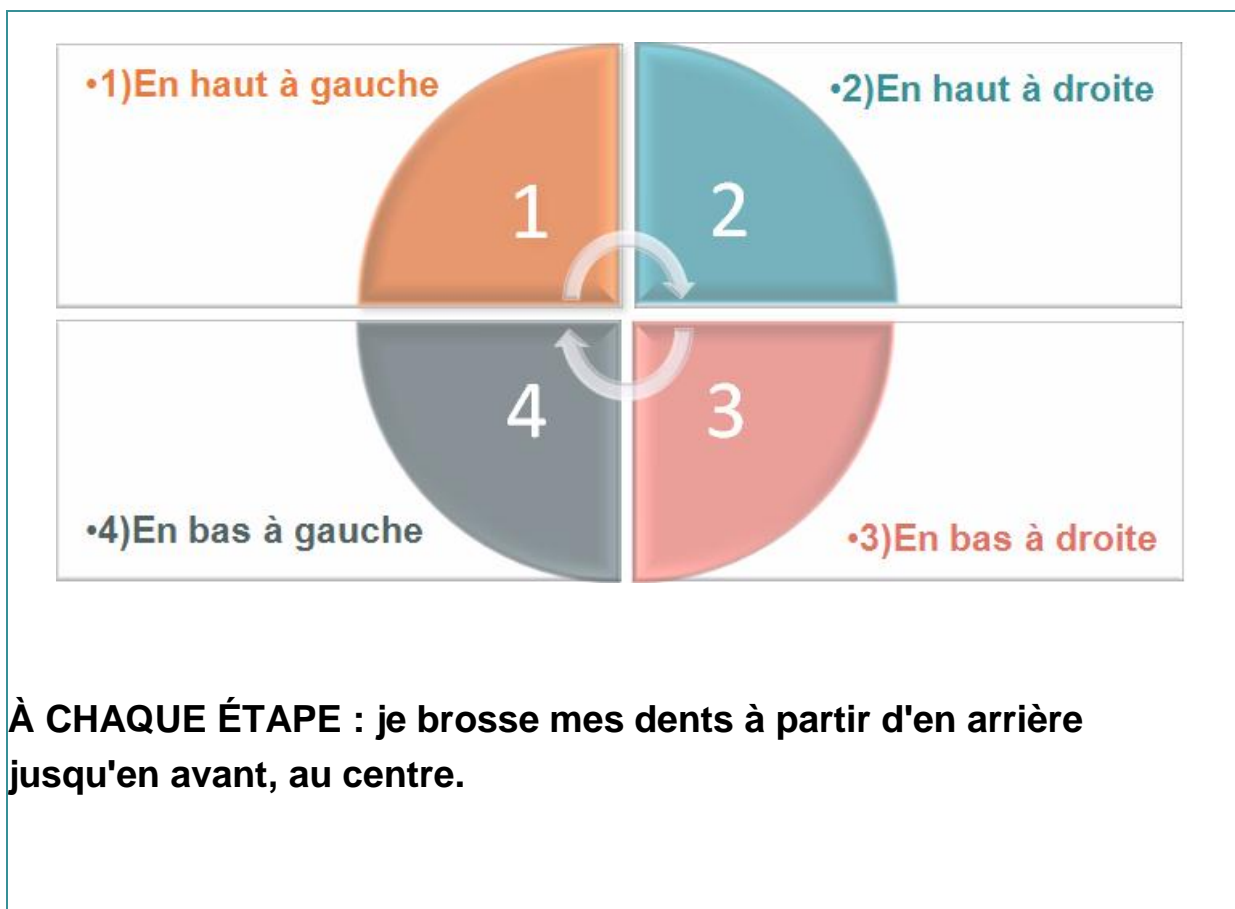
Je ferme mon tube de pâte à dents.



Je brosse mes dents pendant deux minutes.

Je peux utiliser un chronomètre, un sablier ou un autre appareil pour mesurer le temps.

Je brosse mes dents en 4 étapes :



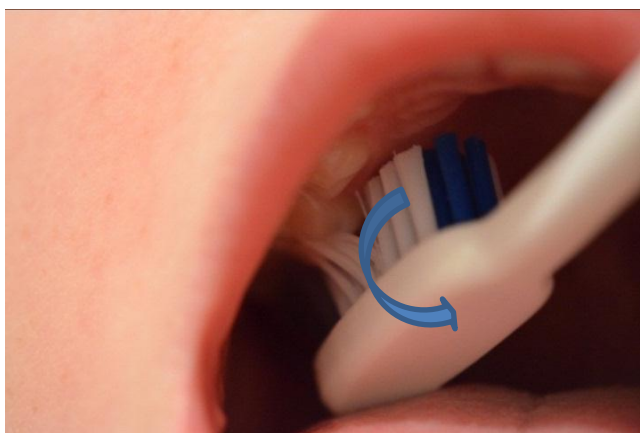
Les photos qui suivent présentent ce que tu vois dans un miroir.



ÉTAPE 1 : Je brosse mes dents en haut à gauche :



Je brosse mes dents du côté de ma joue.



Je brosse mes dents du côté du palais.



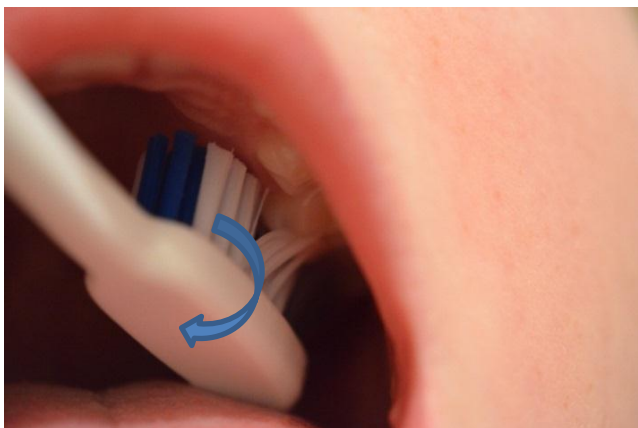
Je brosse mes dents sur le dessus.



ÉTAPE 2 : Je brosse mes dents en haut à droite :



Je brosse mes dents du côté de ma joue.



Je brosse mes dents du côté du palais.



Je brosse mes dents sur le dessus.



ÉTAPE 3 : Je brosse mes dents en bas à droite :



Je brosse mes dents du côté de ma joue.



Je brosse mes dents du côté de ma langue.



Je brosse le dessus de mes dents.



ÉTAPE 4 : Je brosse mes dents en bas à gauche :



Je brosse mes dents du côté de ma langue. 



Je brosse mes dents du côté de ma joue. 



Je brosse mes dents sur le dessus. 





Je brosse ma langue.



Je crache la pâte à dents dans le lavabo.



Je rince ma brosse à dents avec de l'eau.





Je range ma brosse à dents.



Je suis content!

Une fois par jour, je passe la soie dentaire, seul ou avec mon parent

Mon dentiste ou mon hygiéniste dentaire m'enseignera, ainsi qu'à mes parents, la meilleure technique pour passer la soie dentaire.

Ils peuvent aussi nous recommander un outil pour faciliter l'usage de la soie dentaire.

