

Uśmiechnij się ZDROWO

**MYJ ZĘBY MINIMUM
2 RAZY DZIENNIE,
RANO I WIECZOREM**

**IŁOŚĆ PASTY DO ZĘBÓW
POWINNA ODPOWIADAĆ
WIELKOŚCI ZIARNA
GROCHU**



**NIE SZORUJ!
STOSUJ RUCH
WYMIATAJĄCY**

**STOSUJ
SZCZOTECZKĘ Z
MIĘKKIM WŁÓKNEM**

REGULARNIE WYMIENIAJ SZCZOTECZKĘ DO ZĘBÓW!



CO 3 MIESIĄCE I PO KAŻDEJ PRZEBYTEJ INFEKCJI.