

AKTIVITA 1



Vpíš mená všetkých osôb, ktoré budeš sledovať každý deň počas jedného týždňa.
Zaškrtni príslušné políčko, ak vykonali všetky úkony starostlivosti o zuby každý deň v týždni.

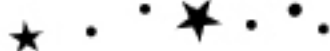


ZUBNÁ HLIADKA



• Tipy pre čistenie zubov z • Oral-B Laboratories

- ★ • Zuby si čistí každý deň, po raňajkách a pred spaním.
- Jemným krúživým pohybom očisti každý zub, spredu aj zozadu.
- Každé čistenie zubov musí trvať celé dve minúty.
- Čisti si zuby čistou zubnou kefkou. Kečku vymeň vždy po troch alebo štyroch mesiacoch, alebo vždy, keď sa opotrebuje.



Meno: _____



	Deň 1	Deň 2	Deň 3	Deň 4	Deň 5	Deň 6	Deň 7
Raňajky							
Čistenie zubov							
Čistenie počas 2 minút							
Čistenie zubnou niťou							
Pred spaním							
Čistenie zubov							
Čistenie počas 2 minút							
Čistenie zubnou niťou							

