

ΣΤΟΜΑΤΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ ΤΣΙΓΓΑΝΟΠΑΙΔΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ ΔΗΜΟΥ ΣΟΦΑΔΩΝ



Το ΙΑΚ Σοφάδων ευχαριστεί θερμά
για την αρωγή και συνεργασία:

Τους Γιατρούς του Κόσμου
Τη Στοματολογική Εταιρεία Θεσσαλίας
Την Εταιρεία Plac Control
Την Εταιρεία Unilever - Aim

ΙΑΤΡΟΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΣΟΦΑΔΩΝ

Ενημερωτικός Οδηγός
Προγράμματος



«ΣΤΟΜΑΤΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ»

Τσιγγανοπαίδων μαθητών
Δήμου Σοφάδων

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΕΝΑ ΥΓΙΕΣ ΧΑΜΟΓΕΛΟ

Πίνετε γάλα



& όχι αναψυκτικά



Τρώτε φρούτα



& όχι γλυκά



Πηγαίνετε 1 φορά το χρόνο σε οδοντίατρο



Βουρτσάστε τα δόντια σας πρωί & βράδυ



ΤΙ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΓΙΑ ΕΝΑ ΣΩΣΤΟ ΒΟΥΡΤΣΙΣΜΑ

Χρειάζεται μικρή ποσότητα **Οδοντόκρεμας**, μία μαλακή **Οδοντόβουρτσα** & **2' λεπτά** από το χρόνο σας.



ΠΩΣ ΝΑ ΒΟΥΡΤΣΙΖΕΤΕ ΤΑ ΔΟΝΤΙΑ ΣΑΣ

ΕΠΑΝΩ ΕΣΩΤΕΡΙΚΑ

1



ΚΑΤΩ ΕΣΩΤΕΡΙΚΑ

2



ΕΠΙΦΑΝΕΙΕΣ ΜΑΣΗΣ

3



ΕΞΩΤΕΡΙΚΑ

4

