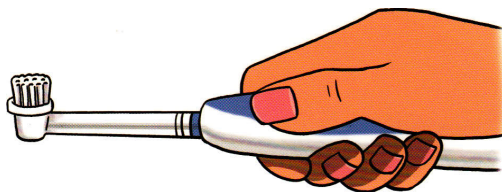


Tandenpoetsen doe je zo!

Waarmee?



Een tandenborstel met zachte haren

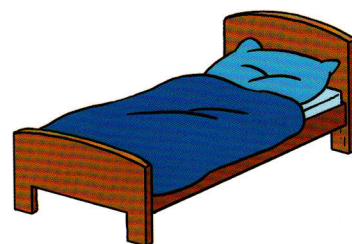


Een klein beetje tandpasta

Wanneer?



Na het ontbijt



Voor het slapen

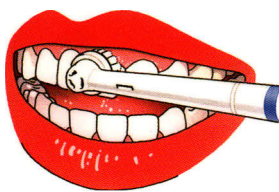
Hoe lang?

2 minuten poetsen!

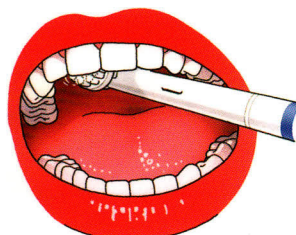
Hoe?

Zet de borstel schuin op je tandvlees.
Beweeg de borstel van tand naar tand.

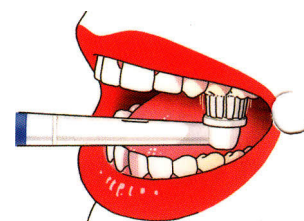
Eerst al je tanden
aan de bovenkant



buitenkant



binnenkant

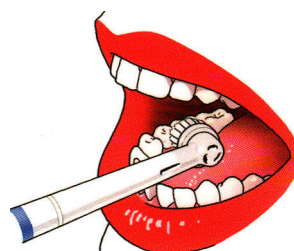


bovenop

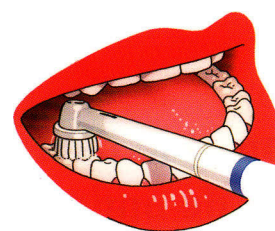
Dan al je tanden aan
de onderkant



buitenkant



binnenkant



bovenop

Poets je tanden iedere dag! Dan krijg je geen gaatjes en geen ontstoken tandvlees.