

## Une alimentation et des boissons saines

## Se brosser les dents deux fois par jour

# Entretien des dents



Ces aliments et boissons sont bons pour les dents.



Une denture saine.



Ces aliments et boissons peuvent nuire aux dents.



Une denture malade.



Brossez-les tous les matins et juste avant d'aller au lit avec du dentifrice fluoré.



Une denture saine peut durer toute une vie.

### CONTACTS

Infirmière de WellChild / Fournisseur  
Précolaire  
Service Dentaire Scolaire  
Dentiste  
Service Hospitalier Dentaire



# French

## Les dents du bébé



Évitez de mettre le bébé au lit avec un biberon. Le jus et le lait se déposent autour des dents et peuvent les détruire.



Nettoyez les dents du bébé avec une petite brosse à dents douce en mettant un filet de dentifrice fluoré.



Utilisez de préférence un verre à boire plutôt qu'un biberon. Proposer du lait ou de l'eau.

## Les dents des enfants d'âge préscolaire



Inscrire votre enfant le plus tôt possible auprès d'un dentiste (vers 12 – 15 mois par exemple). Demandez le formulaire d'inscription à l'infirmière préscolaire ou à celle de WellChild.



Enseigner aux enfants d'âge préscolaire comment se laver les dents. Brossage le matin et juste avant d'aller au lit.

## Les dents de la famille



Les soins dentaires sont gratuits pour les enfants jusqu'à leur dix-huitième anniversaire.



La population âgée a aussi besoin d'un contrôle régulier des dents.