



VAARWEL GAATJES, HALLO GEZONDE TANDEN!



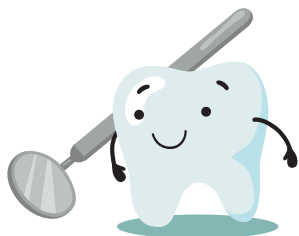
Eet zo weinig mogelijk zure voeding
en voeding met suiker.

Drink zo weinig mogelijk suikerrijke
en zure dranken.

Eet veel groenten en fruit. Drink
vooral water.



Poets twee maal per dag je tanden -
minstens 2 minuten.



Ga minstens 1 keer per jaar op
controle bij de tandarts.



Nederlands, Français, English, Español

دري، Türkçe، پښتو،
русский، український



GEZONDE
MOND

VLAAMS INSTITUUT
MONDGEZONDHEID



beregoed
Berlaar

