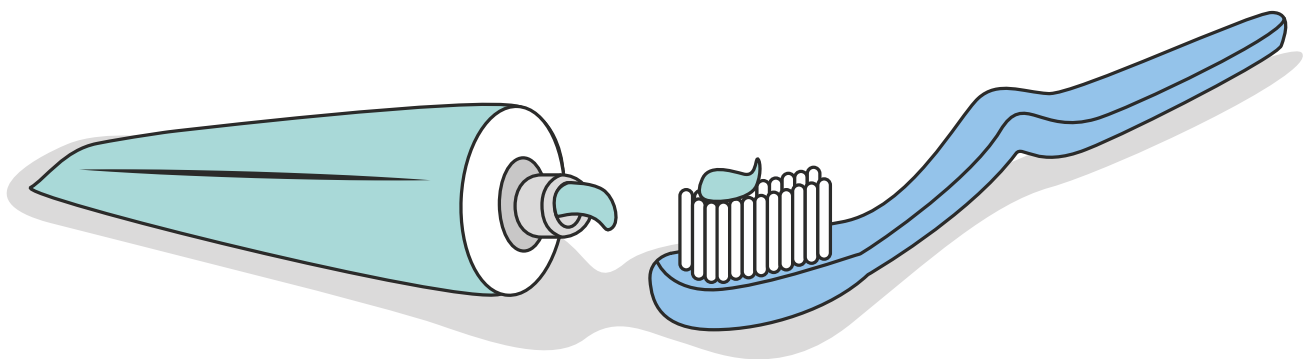


# Je prends soin de **MES DENTS**

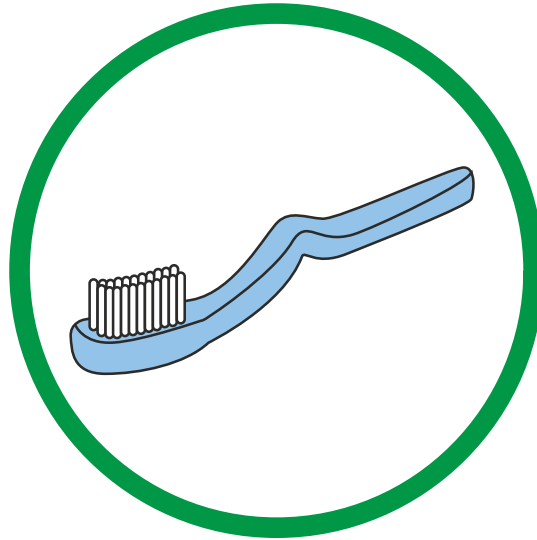


## Je choisis ma brosse à dent

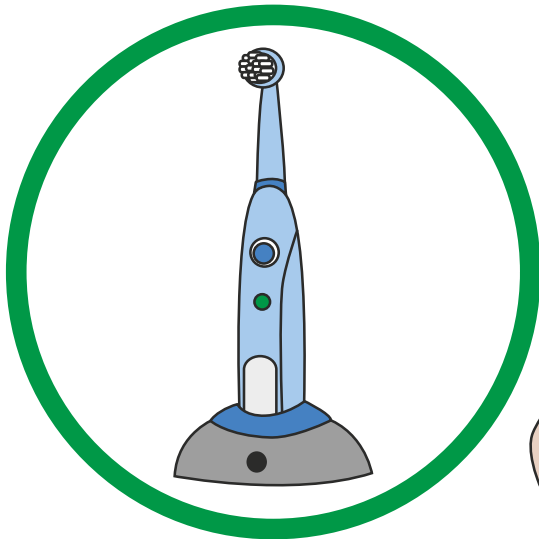


● Il y en a plusieurs sortes :

Brosse à dents manuelle



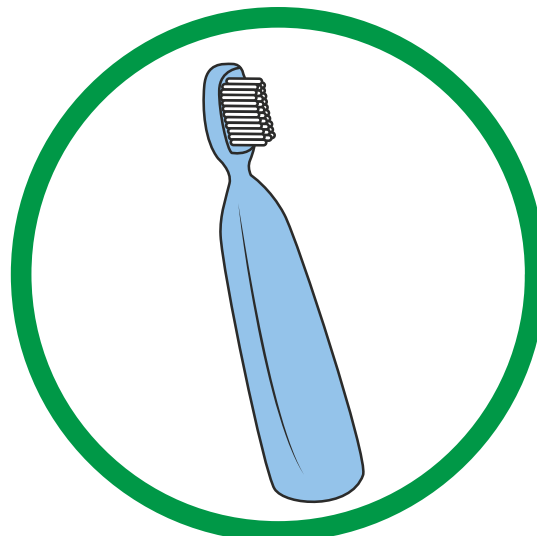
Brosse à dents électrique



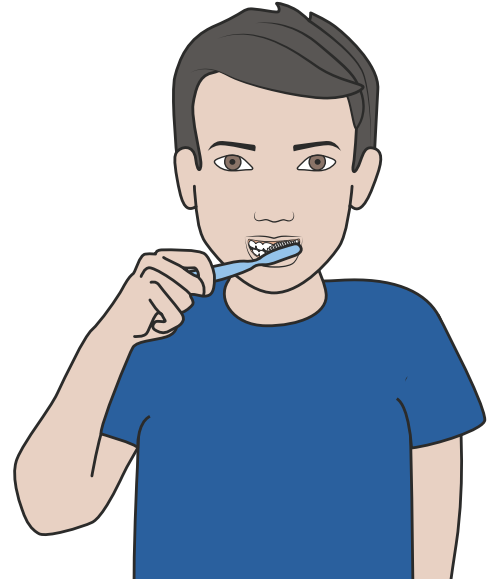
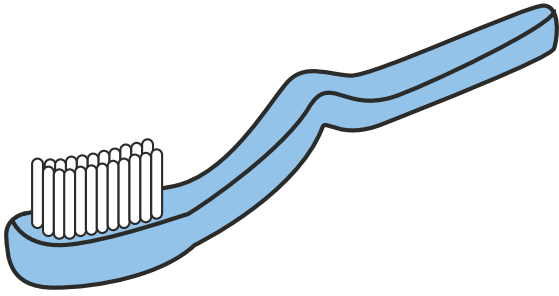
Brosse à dents triface



Brosse à dents adaptée

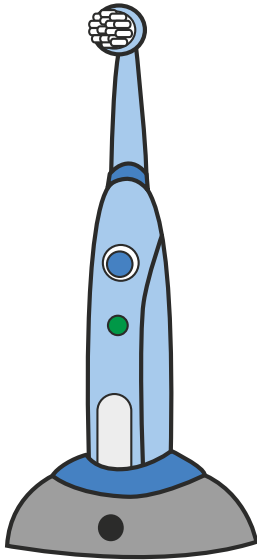


- **La brosse manuelle : Je frotte mes dents sur tous les côtés**

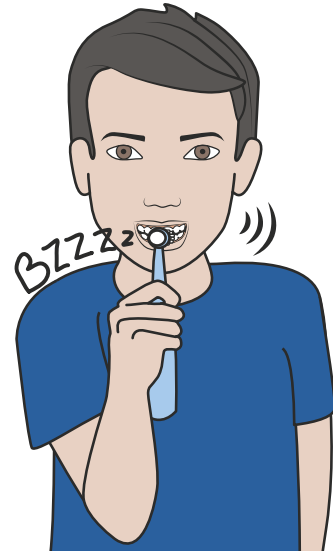


- **La brosse à dents électrique : Je glisse la brosse sur mes dents**

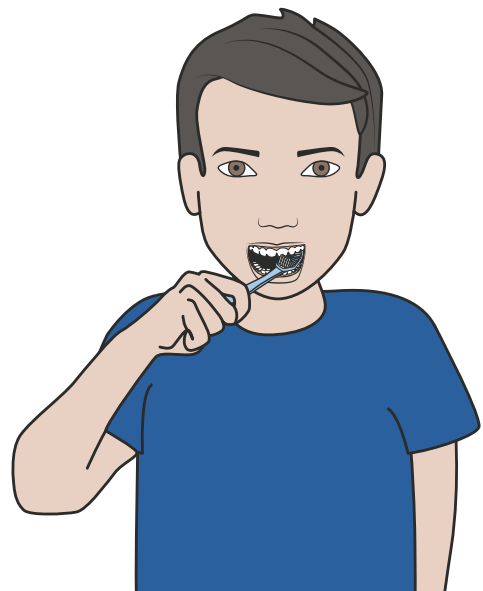
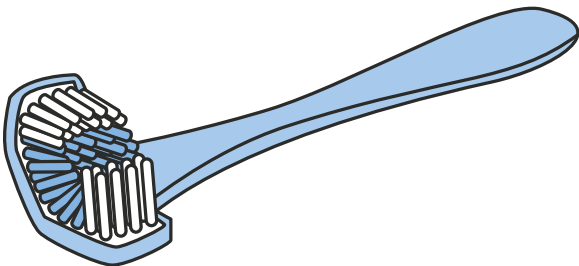
La brosse fait du bruit et vibre sur mes dents



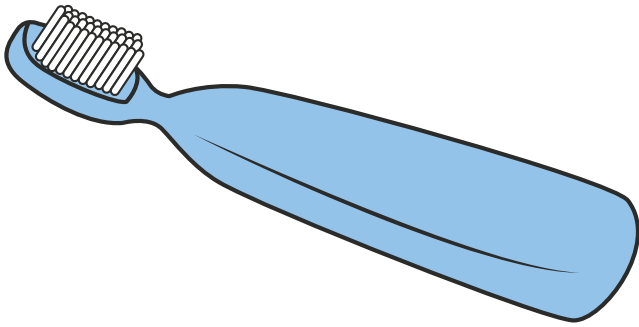
Je n'ai pas mal



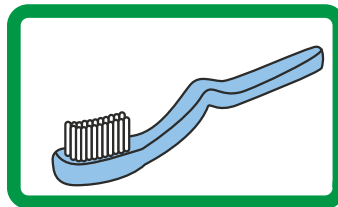
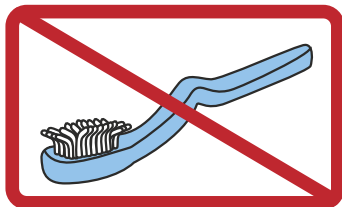
- **La brosse à dents triface : elle frotte sur tous les côtés en même temps**



- La brosse adaptée : le manche est plus gros pour mieux tenir ma brosse



Je pense à changer ma brosse à dents tous les 3 mois

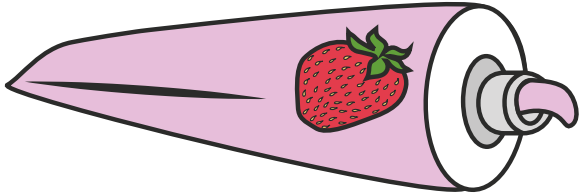
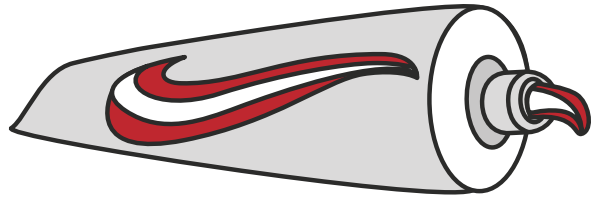
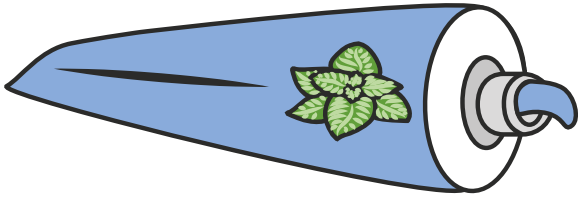


**Année**  
Changer de brosse à dents

JANVIER ✓	FEVRIER	MARS	AVRIL ✓
MAI	JUIN	JUILLET ✓	AOUT
SEPTEMBRE	OCTOBRE ✓	NOVEMBRE	DECEMBRE

Je peux choisir un dentifrice qui me plaît : il y a différents goûts

- Mon dentiste peut me dire d'en prendre un avec du fluor



**Cette fiche a été réalisée en partenariat avec  
l'Union Française pour la Santé Bucco-Dentaire**



**et créée grâce au soutien financier de nos partenaires**

**FONDATION HANDICAP**



## Où trouver les fiches SantéBD ?

- **Sur votre ordinateur :**

En allant sur internet : <http://www.santebd.org>



- **Sur votre tablette ou votre smartphone :**

En téléchargeant l'application SantéBD sur :



---

## Toutes les fiches SantéBD sont gratuites.

SantéBD est un projet de l'association CoActis Santé.  
[www.coactis-sante.fr](http://www.coactis-sante.fr) • [contact@coactis-sante.fr](mailto:contact@coactis-sante.fr)

Les fiches SantéBD sont réalisées en collaboration avec de nombreux acteurs du monde de la santé et du handicap. Les illustrations sont de Frédérique Mercier.

*Tous droits de reproduction, de représentation et de modification réservés sur tout support dans le monde entier. Toute utilisation à des fins autres qu'éducative et informative et toute exploitation commerciale sont interdites. ©CoActis Santé*

---

## La réalisation de cet outil est rendu possible grâce au soutien de :

FONDATION HANDICAP  
malakoff médéric

Fondation  
de  
France

MAIRIE DE PARIS

l'Assurance  
Maladie

CNSA  
Caisse nationale de  
solidarité pour l'autonomie

Santé  
publique  
France



Ce document a été relu par des personnes avec un handicap intellectuel et respecte les règles européennes du « Facile à lire et à comprendre » (FALC). Ces règles permettent de rendre l'information accessible à tous.

© Logo européen Facile à lire : Inclusion Europe. Plus d'informations sur le site [www.easy-to-read.eu](http://www.easy-to-read.eu)