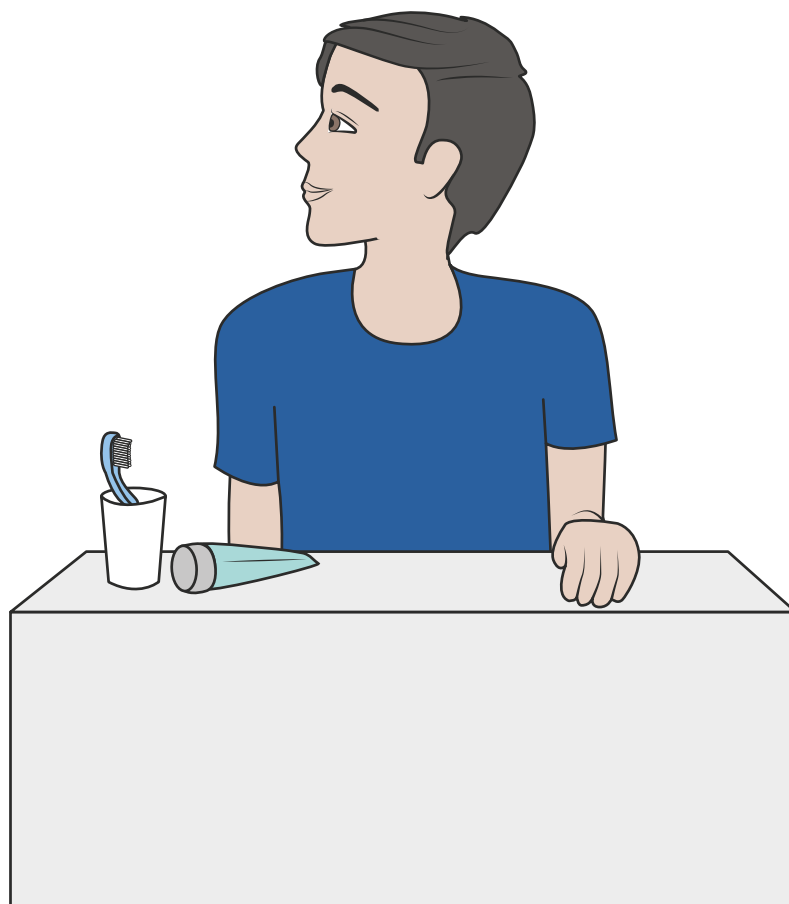
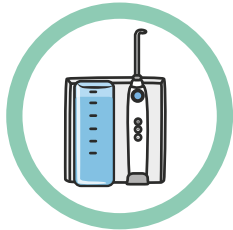
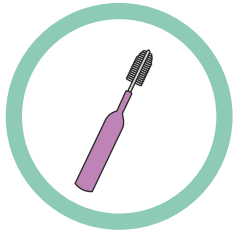


Je prends soin de MES DENTS



Après le brossage

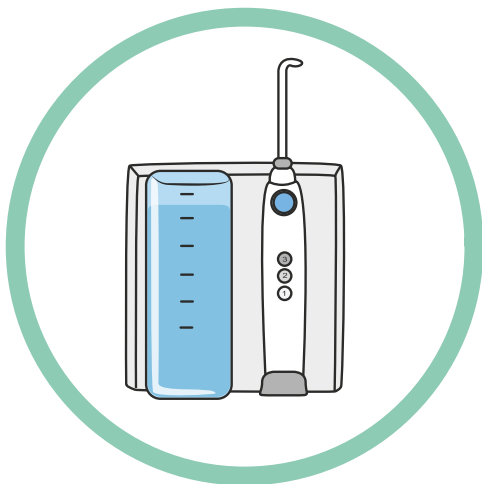


Après le brossage, je peux finir de nettoyer mes dents avec :

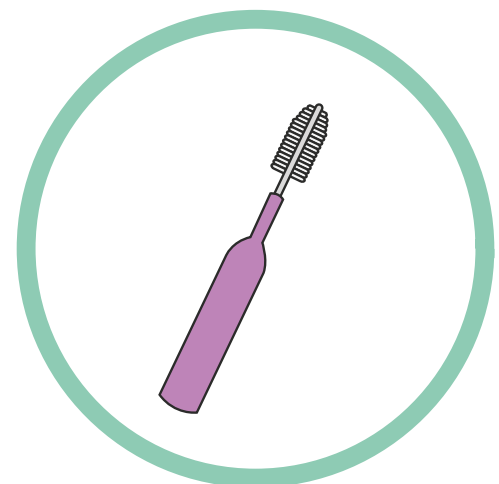
Du fil dentaire



Le jet



Une brosse à dents

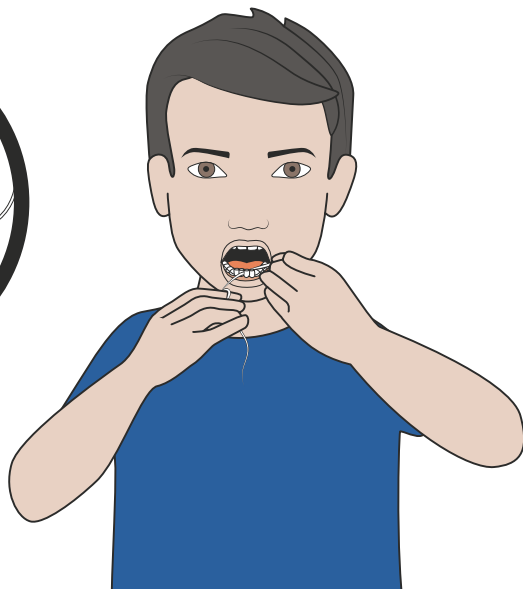
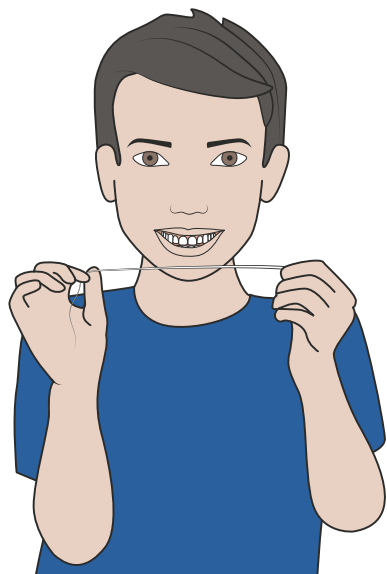
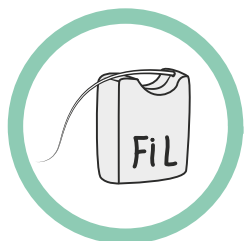


Un bain de bouche

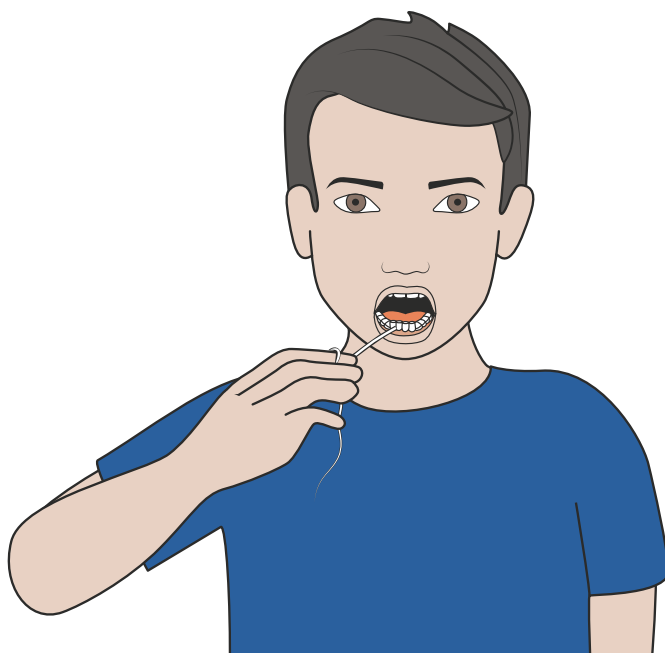


Le fil dentaire

- Je prends le fil dentaire entre mes deux doigts
- Je glisse doucement le fil entre chaque dent
Je ne force pas pour ne pas abîmer ma gencive

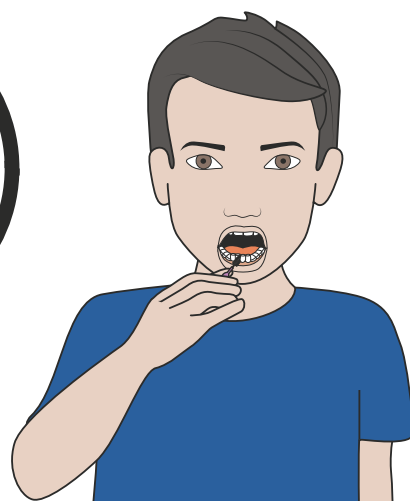
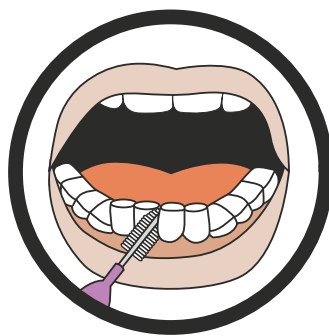
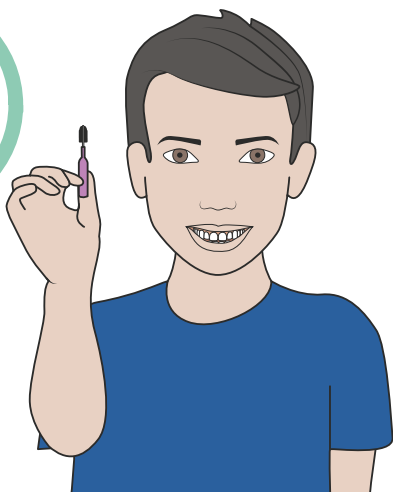
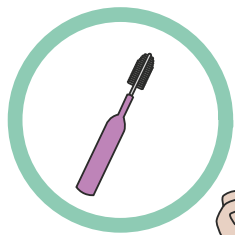


- Je tire sur le fil pour le sortir



La brosse à dents

- **Je glisse doucement la brosse à dents entre chaque dent**
Je frotte doucement pour ne pas abîmer ma gencive



Le bain de bouche

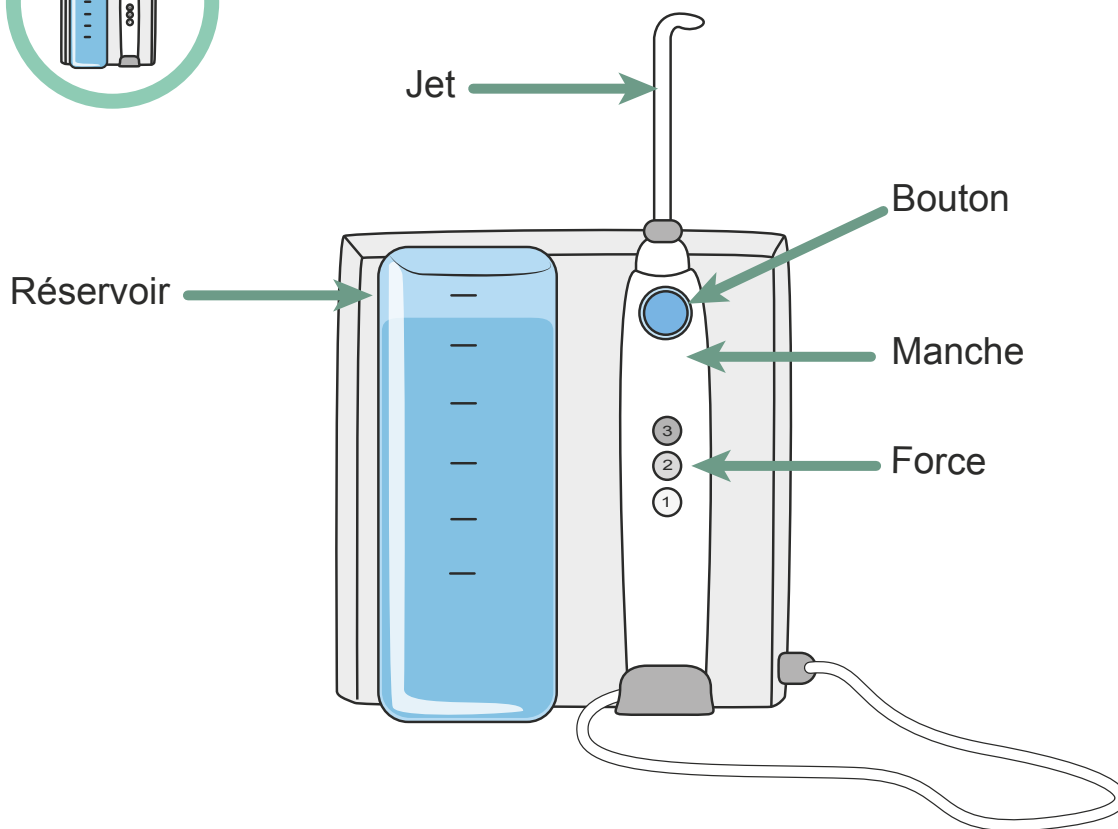
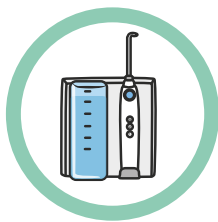
- **Je mets un peu de produit dans un verre et je mets un peu d'eau**



- **Je mets le produit dans ma bouche, je rince et je recrache**
Je n'avale pas le produit



- J'utilise une machine qui envoie de l'eau



- Je mets de l'eau dans le réservoir
Pas trop froide, pas trop chaude

- Je mets le jet sur le manche



- **La machine lance de l'eau**
ça fait du bruit et ça chatouille !



- **Je garde la bouche ouverte**
Je n'avale pas l'eau :
elle coule dans le lavabo



Les restes d'aliments tombent
dans le lavabo

- **J'éteins le bouton**



- **Je vide l'eau**



**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 • 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