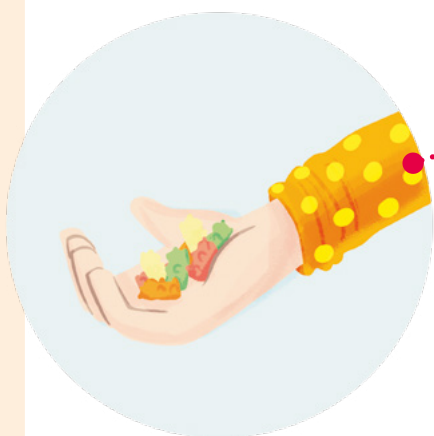




DOWNLOAD UNTER:

www.kinderkinder.dguv.de**3x am Tag Zähneputzen:**nach dem Frühstück, mittags
und vor dem Schlafengehen**Zwischen Zähneputzen am
Morgen und Mittagessen:**nur zahngesunde Lebensmittel
anbieten

Süßes nur in Maßen –
eine Kinderhand voll am
Tag genügt – und lieber
innerhalb kurzer Zeit
als über den Tag verteilt.
Danach am besten
Zähne putzen



Zahngesunde Snacks
enthalten keine freien
Zucker und müssen gut
gekaut werden.
Als Getränk nur Wasser
oder ungesüßte Tees
anbieten



Kleinkinder möglichst
früh von der Nuckelflasche
entwöhnen und **aus dem
Becher trinken lassen**