

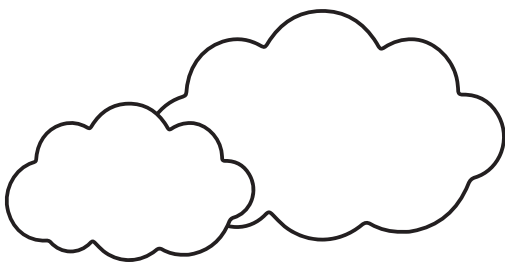
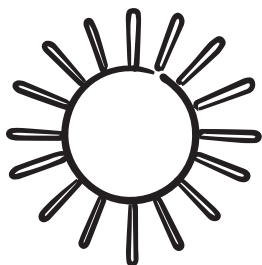
elmex®



# CAHIER D'ACTIVITÉS



JEUX ET ACTIVITÉS POUR GARDER  
DES DENTS EN BONNE SANTÉ

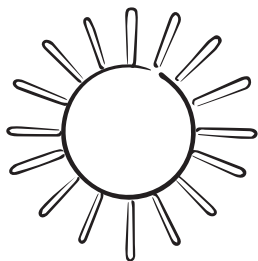


**CE CAHIER D'ACTIVITÉS**  
**APPARTIENT À :**



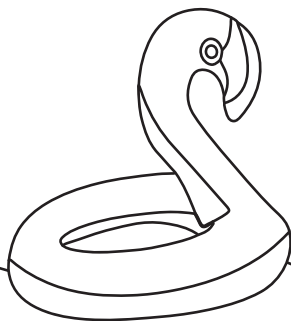
-----

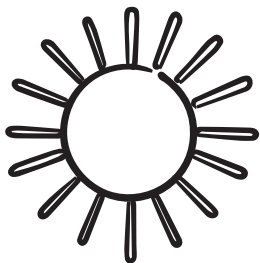




# COLORIE

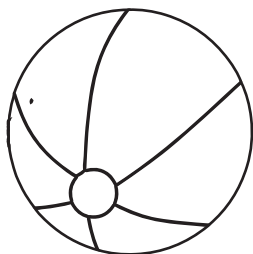
## Elmy





# COLORIE

## Mexy





# SUIS LA TECHNIQUE DE BROSSAGE d'Elmy et Mexy



**VA-ET-IENT :  
NETTOIE EFFICACEMENT  
LE DESSUS DE TES DENTS**



**EN CERCLE :  
NETTOIE FACILEMENT  
LES SURFACES EXTERNES.**



**EN ZIGZAG : NETTOIE  
L'INTÉRIEUR DE TES DENTS**



**POUR FINIR :  
TES PARENTS VÉRIFIENT  
LE RÉSULTAT DU BROSSAGE**



# COLORIE LES CONSEILS D'ELMY

pour des dents en bonne santé



ELMY SE BROSSE  
LES DENTS 2 FOIS  
PAR JOUR PENDANT  
2 MINUTES



ELMY VA CHEZ  
LE DENTISTE  
1 FOIS PAR AN

Pour être sûr de brosse  
le temps qu'il faut, fais  
comme Elmy et écoute ces  
comptines amusantes  
de 2 minutes !



# Mots mélangés à Colorier

Z	V	A	C	A	N	C	E	S	U	P
Q	C	R	W	O	M	B	T	F	Y	O
D	E	N	T	S	N	L	E	S	J	L
Q	L	P	M	A	L	S	N	F	M	P
C	M	T	K	N	J	O	U	L	Y	L
G	E	Q	N	T	B	U	A	U	R	A
T	X	P	W	E	H	R	S	O	N	G
P	R	A	A	X	P	I	L	R	C	E
G	W	M	N	Q	W	R	U	A	D	A
Q	B	O	U	C	H	E	Q	X	X	U

**Retrouve les mots suivants**

**BOUCHE  
DENTS  
ETE**

**ELMEX  
FLUOR  
PLAGE**

**SANTE  
SOURIRE  
VACANCES**



COLORIE LES MOTS

DENTISTE  
FLUOR  
CARIES  
SOURIRE  
ELMY MEXY



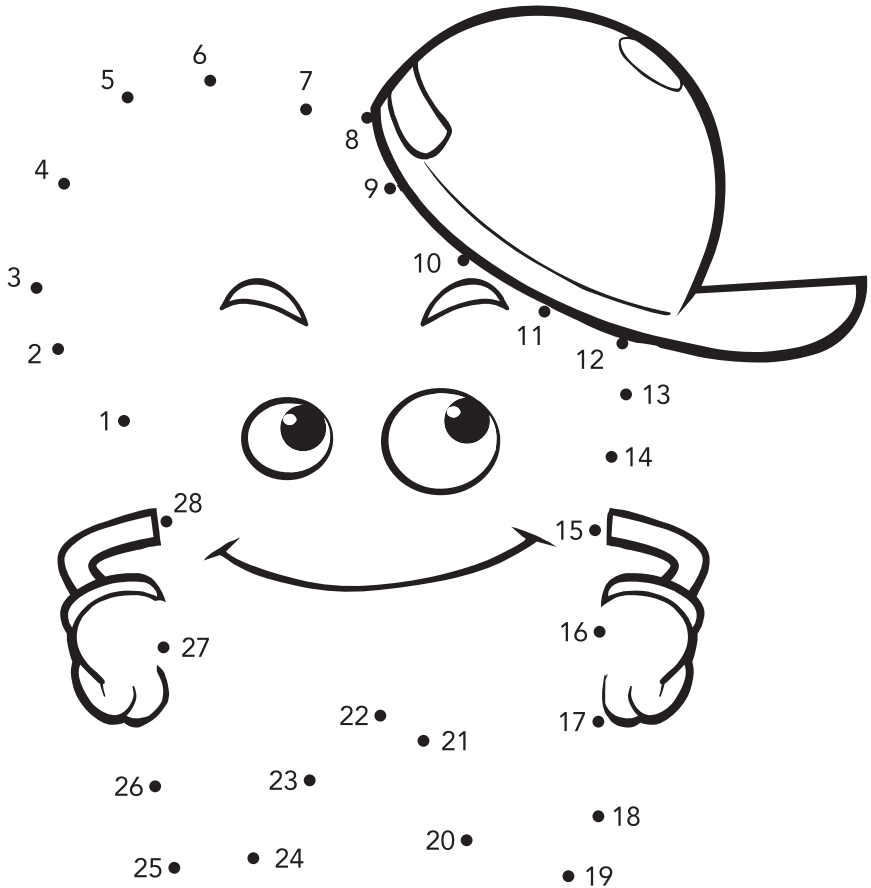
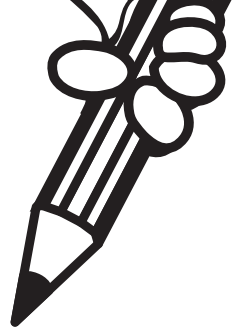
**LE SAVIEZ-VOUS ?**

Le fluor protège l'émail des  
dents en le rendant plus résistant  
aux attaques acides.





RELIE LES POINTS EN SUIVANT  
L'ORDRE NUMÉRIQUE ET DÉCOUVRE  
LE DESSIN AMUSANT À COLORIER



Qu'as-tu dessiné ?

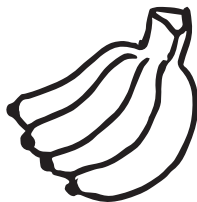
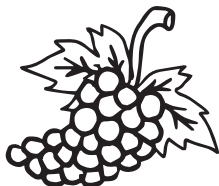
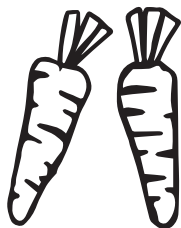
-----



Réponse  
page 11



# ENTOURE ET COLORIE LES BONS ALIMENTS POUR DES DENTS SAINES



## LE SAVIEZ-VOUS ?

On retrouve du fluor dans certains aliments tels que les épinards, le poisson, le thé, les eaux minérales, le sel de cuisine...

Change ta brosse  
à dents une fois  
tous les 3 mois



Réponse  
page 11



# DÉCHIFFRE LE rébus



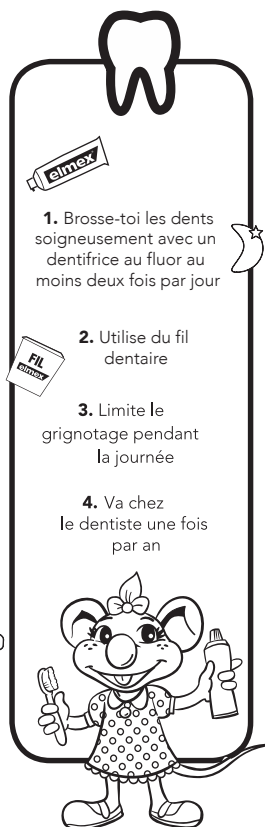
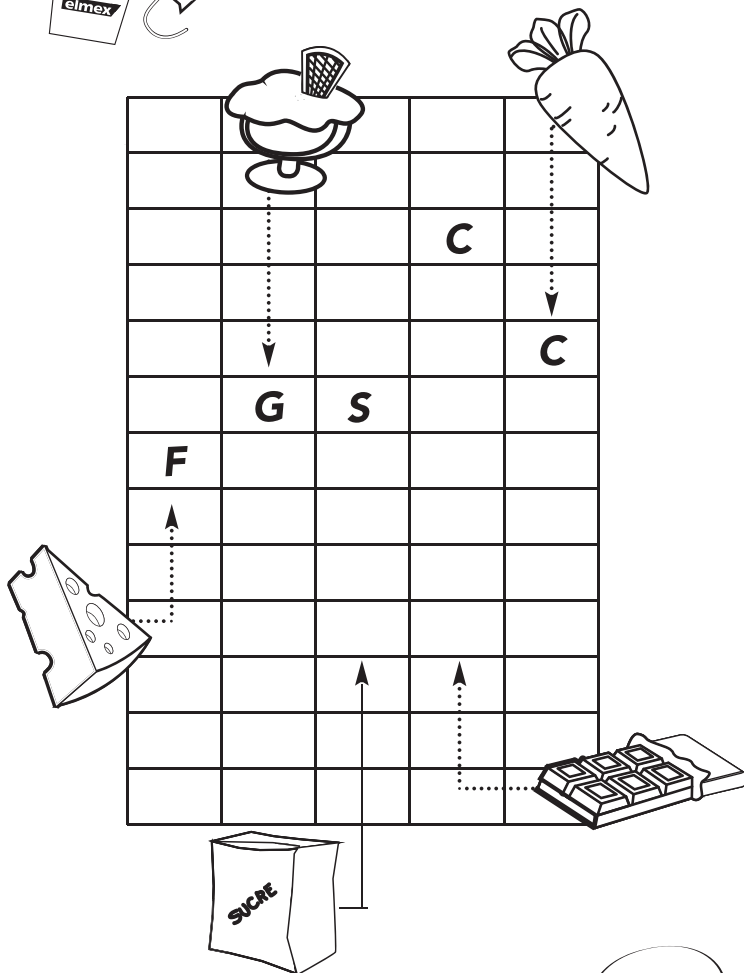
Réponse  
page 11



# MOTS CROISÉS

## pour une bouche souriante

Teste tes connaissances en santé  
bucco-dentaire en remplissant ces mots croisés.  
Le mot que tu trouveras t'aidera à  
avoir un sourire éclatant.

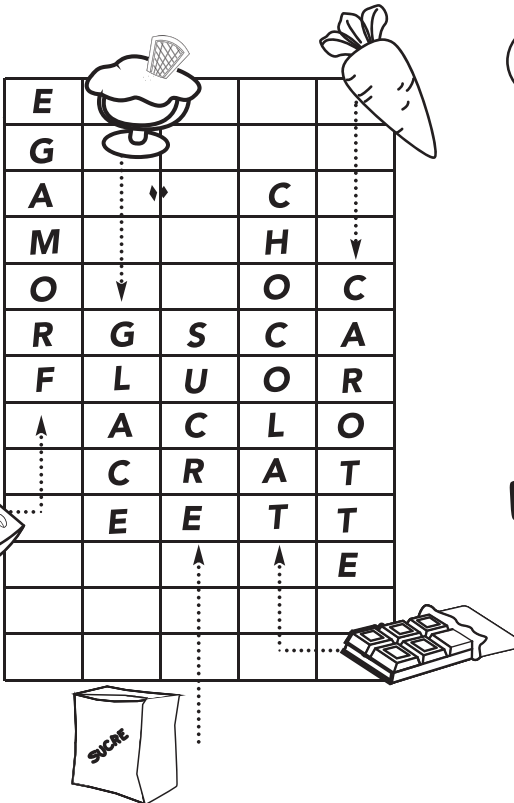
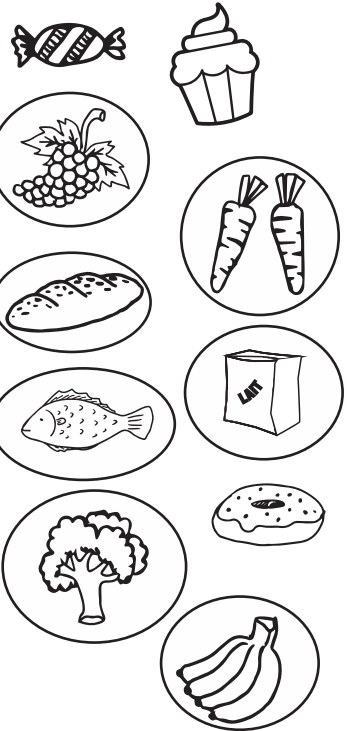


Réponse  
page 11



Z	V	A	C	A	N	C	E	S	U	P
Q	C	R	W	O	M	B	T	F	Y	O
D	E	N	T	S	N	L	E	S	J	L
Q	L	P	M	A	L	S	N	F	M	P
C	M	T	K	N	J	O	U	L	Y	L
G	E	Q	N	T	B	U	A	U	R	A
T	X	P	W	E	H	R	S	O	N	G
P	R	A	A	X	P	I	L	R	C	E
G	W	M	N	Q	W	R	U	A	D	A
Q	B	O	U	C	H	E	O	X	X	U

## UNE DENT



Brosse-toi  
les dents  
2 fois par jour.





# COCHE LES CASES À CHAQUE BROSSAGE

JOUR 1	JOUR 2	JOUR 3	JOUR 4	JOUR 5	JOUR 6	JOUR 7
JOUR 8	JOUR 9	JOUR 10	JOUR 11	JOUR 12	JOUR 13	JOUR 14
JOUR 15	JOUR 16	JOUR 17	JOUR 18	JOUR 19	JOUR 20	JOUR 21
JOUR 22	JOUR 23	JOUR 24	JOUR 25	JOUR 26	JOUR 27	JOUR 28

Toutes les cases de ton calendrier sont cochées

**Bravo ! Cela fait 28 jours que tu as pris de très bonnes habitudes bucco-dentaires !**  
**Continue comme ça pour t'aider à garder un beau sourire toute ta vie !**



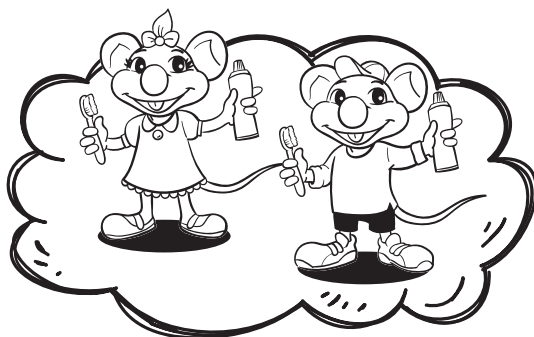
# DIPLÔME DU CHAMPION DU BROSSAGE

## CE DOCUMENT CERTIFIE QUE

-----

(nom et prénom)

A rejoint le rang d'Elmy et Mexy



## SERMENT DU CHAMPION DU BROSSAGE

J'ai une bonne santé bucco-dentaire  
Et mon sourire éblouit la terre entière !  
Mais pour cela j'ai un secret : des dents saines  
m'aident à garder une bonne santé ....  
des dents jusqu'aux pieds !

-----

DATE

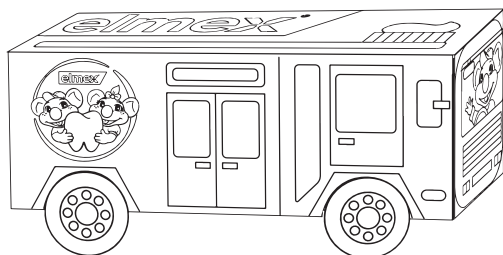
-----

Parents



# IL Y A TOUJOURS PLUS DE SURPRISES AVEC ELMEX !

Découpe l'activité créative qui se cache  
dans le carton de ton dentifrice\*.



Construis ton bus



Construis ton propre  
porte brosse à dents



DESSINE TA SALLE DE BAIN

# elmex®



MARQUE RECOMMANDÉE  
N°1  
EN FRANCE  
PAR LES DENTISTES

## LES PETITS CONSEILS POUR LES PARENTS

- 🦷 Démarrer tôt ! Plus on commence jeune à bien se brosser les dents, plus cela devient un réflexe et une habitude.
- 🦷 Les enfants qui ont des caries sur les dents de lait ont significativement plus de risques d'avoir des caries sur les dents permanentes.
- 🦷 A chaque âge son dentifrice !  
Le fluor joue un rôle essentiel dans la prévention des caries dentaires.  
La teneur en fluor des dentifrices enfants tient donc compte du fait que ces derniers ingèrent une partie du dentifrice.
- 🦷 Limiter la consommation d'aliments contenant du sucre : ce sont eux qui sont responsables des attaques acides.
- 🦷 Emmener votre enfant chez le dentiste au moins une fois par an.

Pour plus de conseils, scannez ce QR code  
et inscrivez-vous à la newsletter.



## RETROUVEZ L'ENSEMBLE DE LA GAMME ELMEX POUR TOUS LES ÂGES

GAMME BÉBÉ  
0-2 ANS



GAMME ENFANT  
3-6 ANS



GAMME JUNIOR  
6-12 ANS



\*Marque d'hygiène bucco-dentaire recommandée le plus souvent par les dentistes en France. Etude quantitative IQVIA 2022.