STELLKEY

2 × 2 MIN



Mein Zahnputzkalender

Male bei jedem Zähneputzen einen Zahn aus: ☀️ morgens und 🌙 abends!

Name _____ **Monat** _____

	MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
WOCHE 1 ☀️ Morgens							
🌙 Abends							
WOCHE 2 ☀️ Morgens							
🌙 Abends							
WOCHE 3 ☀️ Morgens							
🌙 Abends							
WOCHE 4 ☀️ Morgens							
🌙 Abends							

Wenn meine Woche voll ist, bekomme ich: _____

Tipp für Eltern: Zweimal täglich 2 Minuten putzen – und bis etwa 8 Jahre helfen oder nachputzen. Am wichtigsten ist das Putzen am Abend: danach nur noch Wasser.

Lieber ein Putz-Kumpel statt eines Plans?

In der App Stell putzt Stell 2 Minuten mit Ihrem Kind mit, und die Sterne zählen sich von selbst.

Kostenlos · stellkey.com · von über 12.000 Familien genutzt

STELLKEY

4 × 30 S

Zähneputzen in 2 Minuten

4 Bereiche, je 30 Sekunden. Folge den Zahlen!

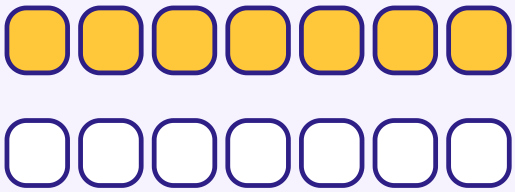


1

⏱ 30 Sek.

Oben, außen

Kleine Kreise, am Zahnfleisch entlang.

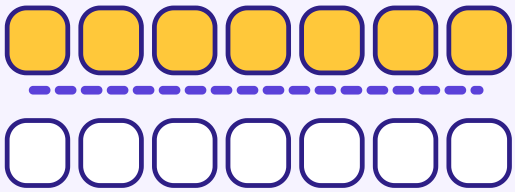


2

⏱ 30 Sek.

Oben, innen und Kauflächen

Die Kauflächen nicht vergessen.

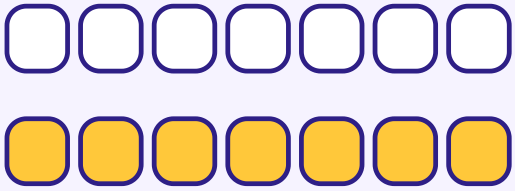


3

⏱ 30 Sek.

Unten, außen

Kleine Kreise, am Zahnfleisch entlang.

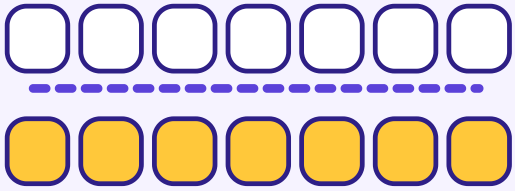


4

⏱ 30 Sek.

Unten, innen und Kauflächen

Dann den Schaum ausspucken.



🪥 2 Minuten = 1 ausgemalter Zahn im Kalender!

Lieber ein Putz-Kumpel statt eines Plans?

In der App Stell putzt Stell 2 Minuten mit Ihrem Kind mit, und die Sterne zählen sich von selbst.

Kostenlos · stellkey.com · von über 12.000 Familien genutzt