STELLKEY

2 × 2 MIN



A minha tabela de escovagem

Pinta um dente sempre que lavares os dentes: ☀️ de manhã e 🌙 à noite!

Nome _____ **Mês** _____

	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
SEMANA 1 ☀️ Manhã							
🌙 Noite							
SEMANA 2 ☀️ Manhã							
🌙 Noite							
SEMANA 3 ☀️ Manhã							
🌙 Noite							
SEMANA 4 ☀️ Manhã							
🌙 Noite							

Quando completar uma semana, ganho: _____

Dica: Duas escovagens por dia, de 2 minutos, e um adulto que ajuda ou confirma até aos 8 anos, mais ou menos. A escovagem da noite é a mais importante: depois, só água.

Prefere um companheiro de escovagem a uma tabela?

Na app Stell, a Stell lava os dentes com o seu filho durante 2 minutos e as estrelas contam-se sozinhas.

Grátis · stellkey.com · usada por mais de 12 000 famílias

STELLKEY

4 × 30 S

Lavar os dentes em 2 minutos

4 zonas, 30 segundos cada. Segue os números!



1

⏱ 30 s

Dentes de cima, por fora

Pequenos círculos, ao longo da gengiva.

2

⏱ 30 s

Dentes de cima, por dentro e por cima

Não te esqueças da parte que mastiga.

3

⏱ 30 s

Dentes de baixo, por fora

Pequenos círculos, ao longo da gengiva.

4

⏱ 30 s

Dentes de baixo, por dentro e por cima

Depois cospe a espuma.

🪥 2 minutos = 1 dente pintado na minha tabela!

Prefere um companheiro de escovagem a uma tabela?

Na app Stell, a Stell lava os dentes com o seu filho durante 2 minutos e as estrelas contam-se sozinhas.

Grátis · stellkey.com · usada por mais de 12 000 famílias