



Rozosmejme
Slovensko



VERÍME, ŽE KAŽDÝ SI ZASLÚŽI ROVNAKÚ ŠANCU NA ZDRAVÝ ÚSMEV!

Zdravé zúbky sú darom života.

Napadlo vám niekedy, prečo je také dôležité starať sa o svoje ústa? Alebo prečo je potrebné vymieňať zubnú kefku každé tri mesiace?

Colgate® sa rozhodol pomáhať spolu **s Červeným krížom**. A nielen darovať produkty, ale tiež hovoriť o ústnej hygiene a zaistiť tak všetkým rovnajú šancu na zdravý úsmev.

Viac o projekte na:

www.colgateusmev.sk

Každý si zaslúži rovnakú **šancu na zdravý úsmev!**

www.colgateusmev.sk



POMÁHAME SO SLOVENSKÝM
ČERVENÝM KRÍŽOM



AKO SPRÁVNE ČISTIŤ ZUBY



1. Vonkajšie plochy

Prilož kefku k ďasnám a jemne stieraj kefkou od ďasna smerom k zubu (od červenej k bielej).



2. Vnútorne plochy

Dôležité sú aj vnútorné strany zúbkov, pohybuj kefkou od červenej k bielej.



3. Žuvacie plochy

Vždy začni u posledného zadného zúbku (stoličky), čisti pohybmi sem a tam hore aj dole.



4. Vnútorne plochy predných zubov

Postav kefkou zvisle a čisti vnútorné strany krátkymi pohybmi – horné aj dolné zúbky.



5. Jazyk

Nezabudni si jemne vyčistiť kefkou aj jazyk.



Každý si zaslúži rovnakú šancu na zdravý úsmev!

www.colgateusmev.sk



POMÁHAME SO SLOVENSKÝM
ČERVENÝM KRÍŽOM