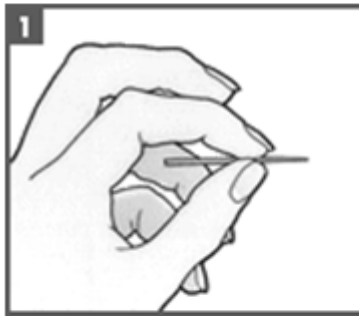
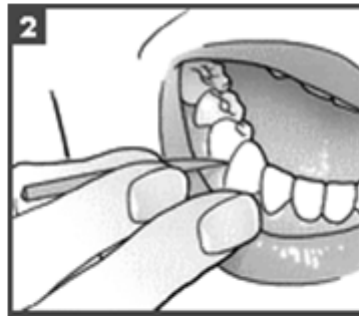


# TANDENPOETSEN INSTRUCTIE

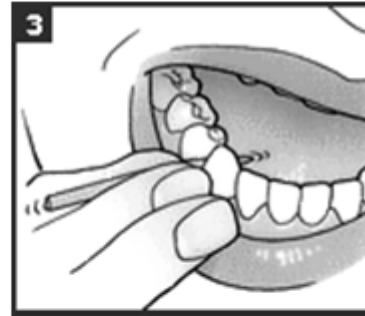
## FLOSSEN MET EEN FLOSTOK



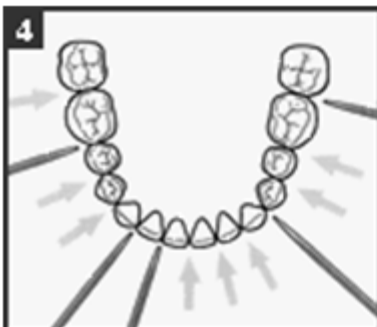
1 Houd de tandenstoker tussen duim en wijsvinger. Maak met speeksel de punt van de tandenstoker vochtig.



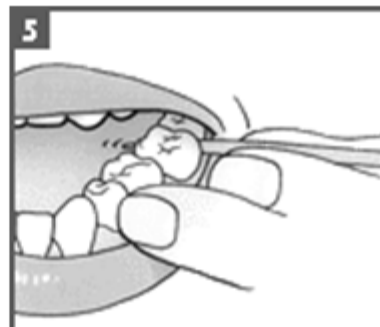
2 Zet de 'punt' van de tandenstoker tegen het tandvlees, onder het gedeelte waar de tanden en kiezen elkaar raken.



3 Duw de tandenstoker drie keer stevig tussen de tanden en kiezen.



4 Maak op deze manier alle tussenruimten waarin een tandenstoker past, schoon.



5 Wanneer je de tandenstoker achter in de mond gebruikt kun je beter de mond een stukje dicht doen.

### Tips:

1. Flos voordat je gaat poetsen.
2. Spoel voor het poetsen eerst je mond.
3. Spoel na het poetsen maar een keer je mond, zo blijft er fluor achter in de mond.