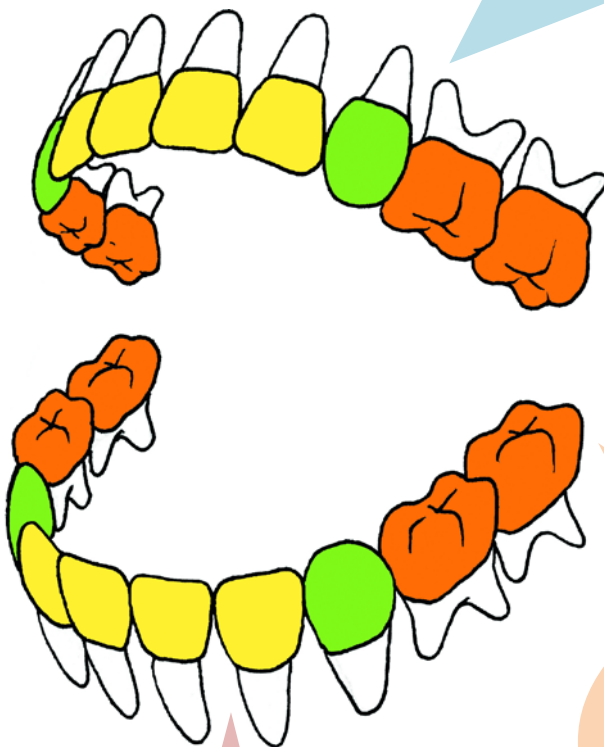


## Das brauchen gesunde Zähne

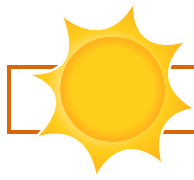
Wir brauchen viel Obst,  
Gemüse und Vollkornprodukte.

Bitte iss viele harte Sachen  
und wenig Zucker!

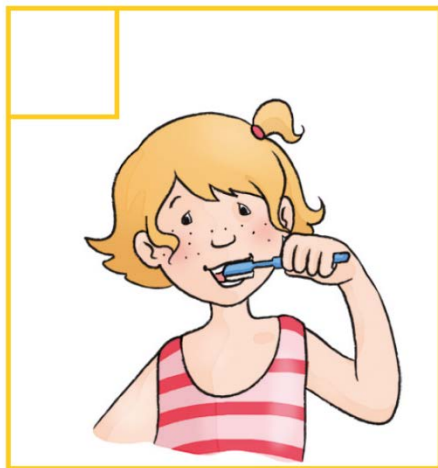


Bitte lass uns zweimal  
im Jahr von einer  
Zahnärztin oder einem  
Zahnarzt kontrollieren!

Putz uns  
zweimal am Tag  
gründlich!



## Die KAI-Methode



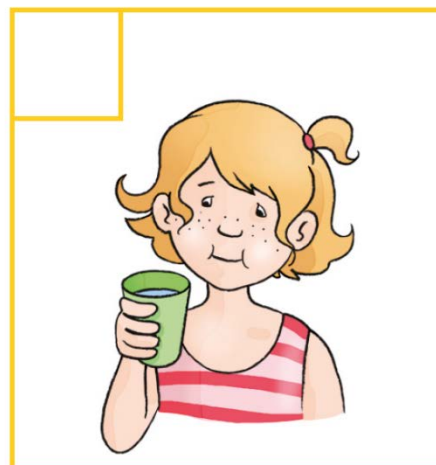
**Kauflächen putzen**



**außen putzen**



**innen putzen**



**ausspülen**