

MOJ ZOBNI KOLEDARČEK ZA LETO 2021:

JANUAR							FEBRUAR							MAREC																
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
APRIL							MAJ							JUNIJ																
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
JULIJ							AVGUST							SEPTEMBER																
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
OKTOBER							NOVEMBER							DECEMBER																
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31

FERDO SVETUJE, KAKO PRAVILNO ŠČETKAŠ ZOB:

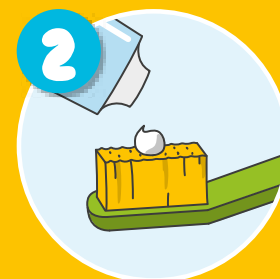


PRIPRAVIL SEM
CELOLETNI KOLEDAR
ŠČETKANJA. S KLJUKICO
PRI SONČKU IN MESECU
VSAK DAN OZNAČI, KO
SI ZJUTRAJ IN ZVEČER
OČISTIŠ ZOB!

FERDO
UMIVA ZOBKE VSAK DAN 2X



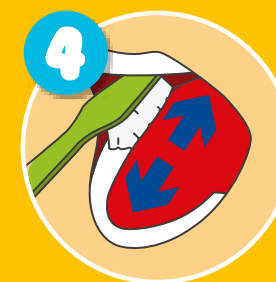
1
PROSTORE MED ZOBMI
NAJPREJ OČISTIŠ
Z ZOBNO NITKO
ALI MEDZOBNO ŠČETKO.



2
ZOBNO ŠČETKO SPLAKNEŠ
Z VODO, TO ZAPREŠ IN
NANESEŠ ZOBNO PASTO V
VELIKOSTI ZRNA GRAHA.
(Otroci od 6. leta nanesejo
1 do 2 cm zobne paste.)



3
S KROŽNIMI GIBI VSAJ
DVE MINUTI ŠČETKAŠ
ZGORAJ, SPODAJ IN OB
STRANI.



4
ZGORNJE PLOSKVE ZOB
OČISTIŠ Z
VODORAVNIMI GIBI.



5
ZAKLJUČIŠ S TEM, DA
POSTRAŠ ŠE JEZIK,
IZPLJUNEŠ ZOBNO PASTO IN
NE IZPEREŠ Z VODO.



6
TEMELJITO OČISTIŠ IN
POSPRAVIŠ ZOBNO
ŠČETKO.

NAVODILA ZA IGRO >> ČISTI ZOBKI <<

Dobro skrbiš za svoje zobe? S prijatelji in družino se preizkusi v igri in ugotovi, ali je res tako ali pa lahko morda še kaj izboljšaš.

Za igro sta potrebna najmanj dva igralca, igrajo pa lahko največ štirje. Vsak ima svojo figurico. Vsi igralci uporabljajo eno kocko. Igro začne tisti, ki vrže najvišje število. Igralci mečejo kocko po vrstnem redu in v smeri igranja, kot ju določijo sami. Po poljih se pomikajo za toliko mest, kolikor je pik na kocki, nato pa sledijo navodilom na posameznih poljih.

Na enem polju lahko hkrati stoji več igralcev. Tematsko polje lahko igralca pošlje nazaj, naprej ali pa mora čakati ali metati večkrat. Zmaga tisti, ki prvi pride na cilj. Preostali igralci lahko igrajo naprej. Igralci lahko po predhodnem dogovoru določite tudi svoja pravila in pogoje ter naloge na posameznih poljih. Tako si lahko denimo na nekaterih poljih določite telovadbo, si zastavljate uganke in podobno.



KAR SE NAUČIŠ
O SKRBI ZA ZOB,
POVEJ TUDI STARŠEM
IN PRIJATELJEM!

POJEŠ CEL KUP SLADKARIJ
IN SI POZABIŠ UMITI ZOB.
ČE LAHKO, SE POSTAVI ZA
IGRALCA, KI JE ZA TABO.

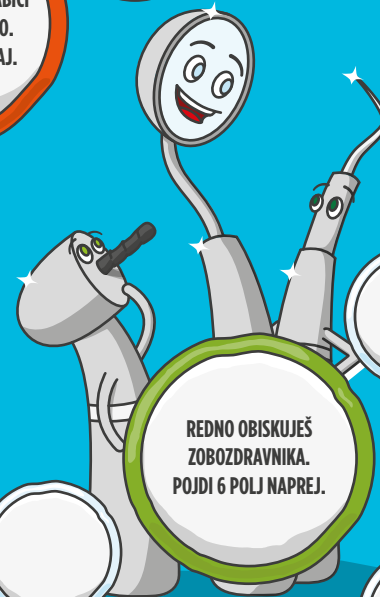


GREŠ NA OBISK K BABICI
IN POZABIŠ ŠČETKO.
POJDI 6 POLJ NAZAJ.

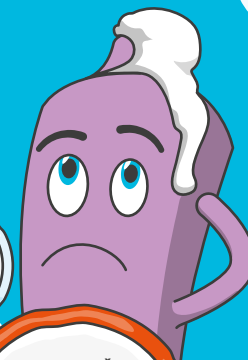
ZOBKI SO ČISTI!



REDNO OBISKUJEŠ
ZOBOZDRAVNIKA.
POJDI 6 POLJ NAPREJ.



NE ZAPREŠ
ZOBNE PASTE IN JE
PORABIŠ PREVEČ.
POMAKNI SE NAZAJ ZA
ŠTEVILO NA KOCKI.



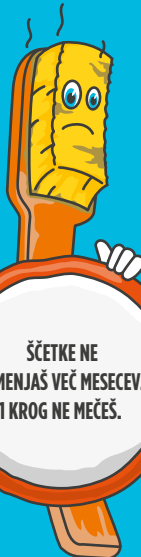
ZABOLI TE ZOB,
TAKOJ POVEŠ STARŠEM.
POJDI 2 POLJI NAPREJ.



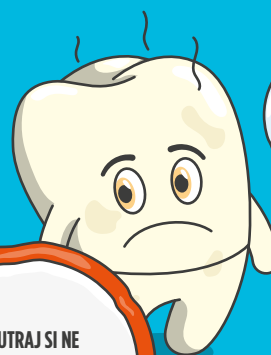
MLEČNI ZOBKI, KI
JIH NASTAVIŠ ZOBNI
MIŠKI, SO ZDRAVI!
MEČEŠ ŠE 1X.



ŠČETKE NE
ZAMENJAŠ VEČ MESECEV.
1 KROG NE MEČEŠ.



ZJUTRAJ SI NE
UMIJEŠ ZOB. POJDI NA
ZAČETEK IGRE.



REDNO JEŠ ZELENJAVO
IN SADJE. ŠE ENKRAT
SE POMAKNI NAPREJ
ZA ŠTEVILO NA KOCKI.



PRED ŠČETKANJEM
UPORABIŠ ZOBNO NITKO.
ČE LAHKO, SE POSTAVI
PRED PRVEGA IGRALCA
PRED TBOJ.



ZAČNI ČISTITI ZOB

