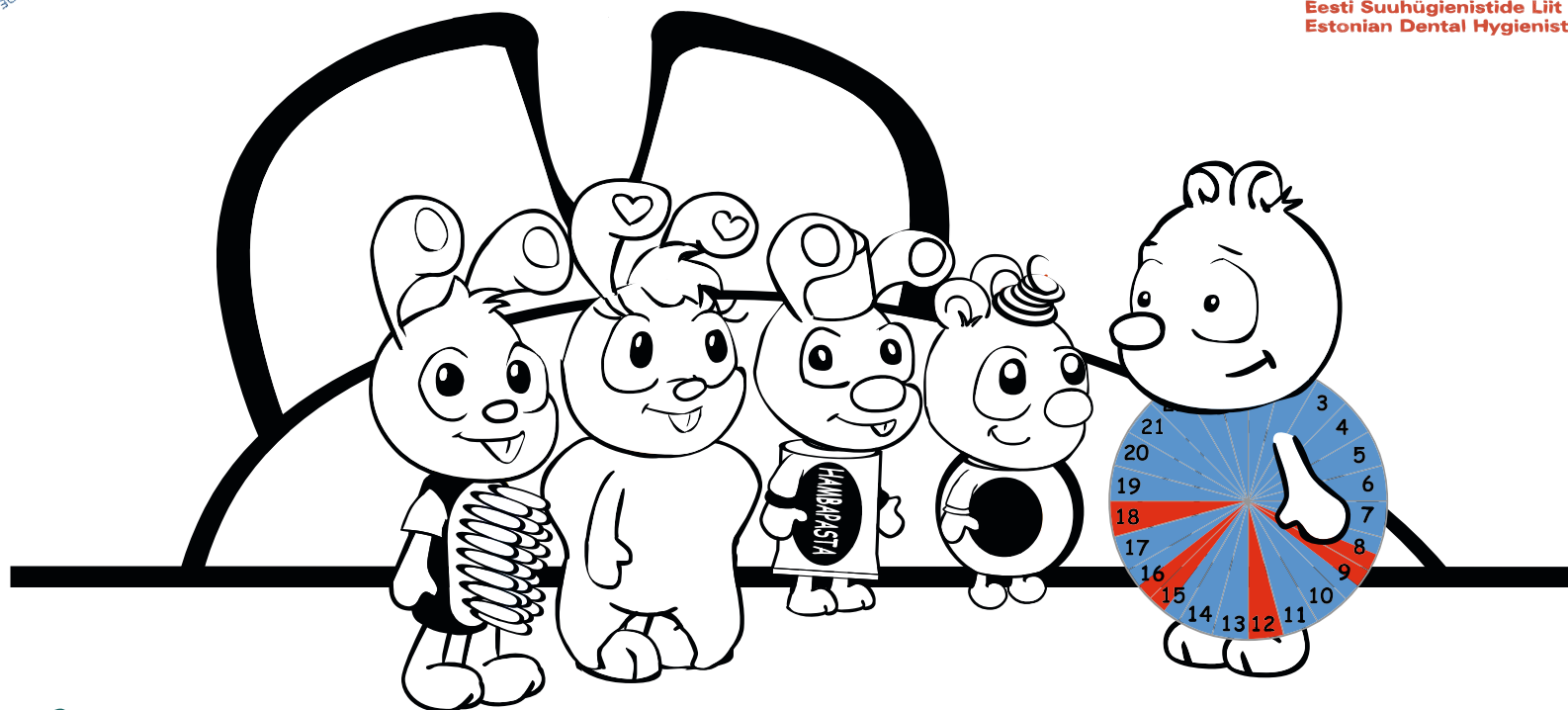




Eesti Hambaarstide Liit
Estonian Dental Association

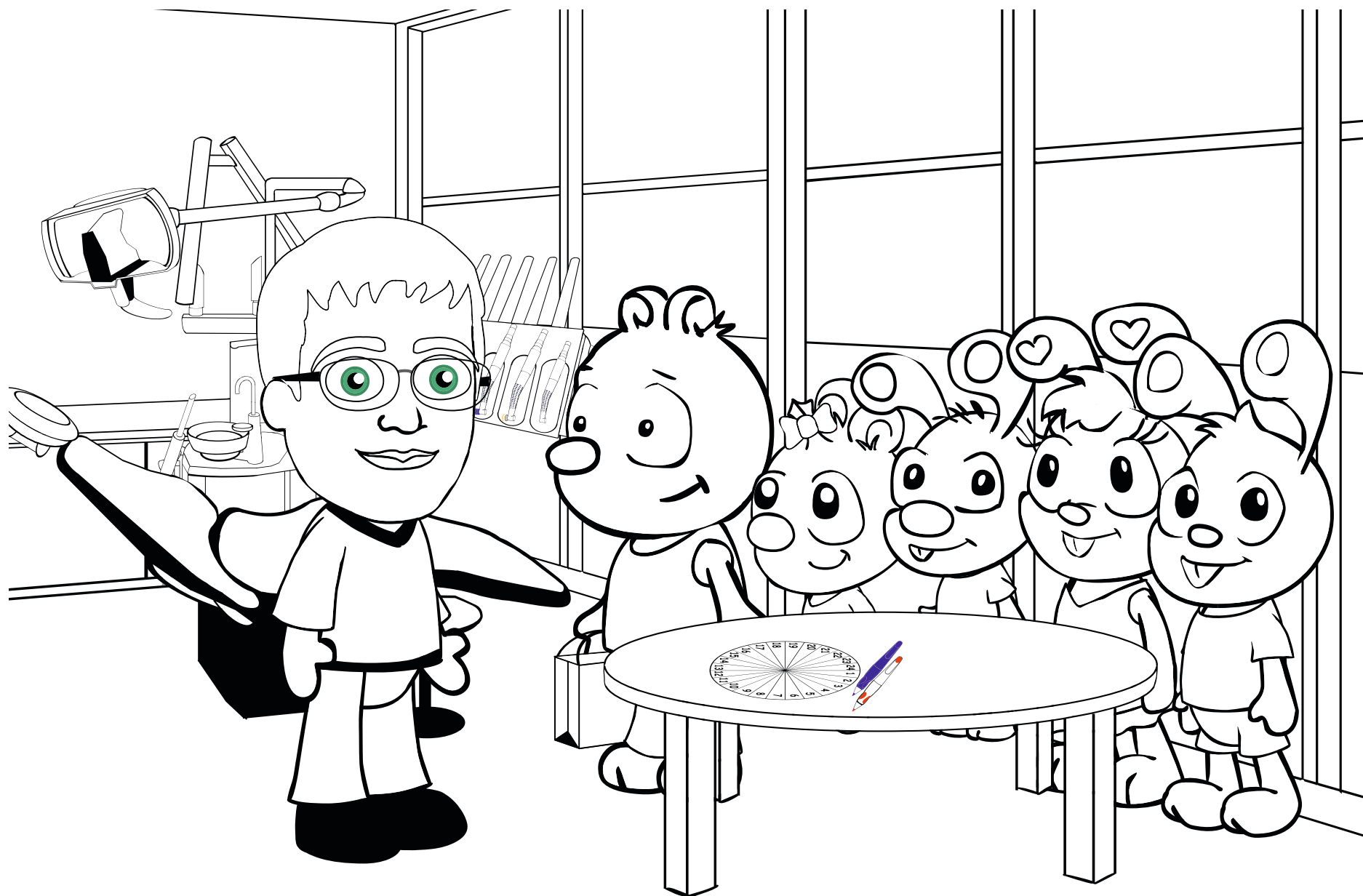


Eesti Haigekassa
Estonian Health Insurance Fund

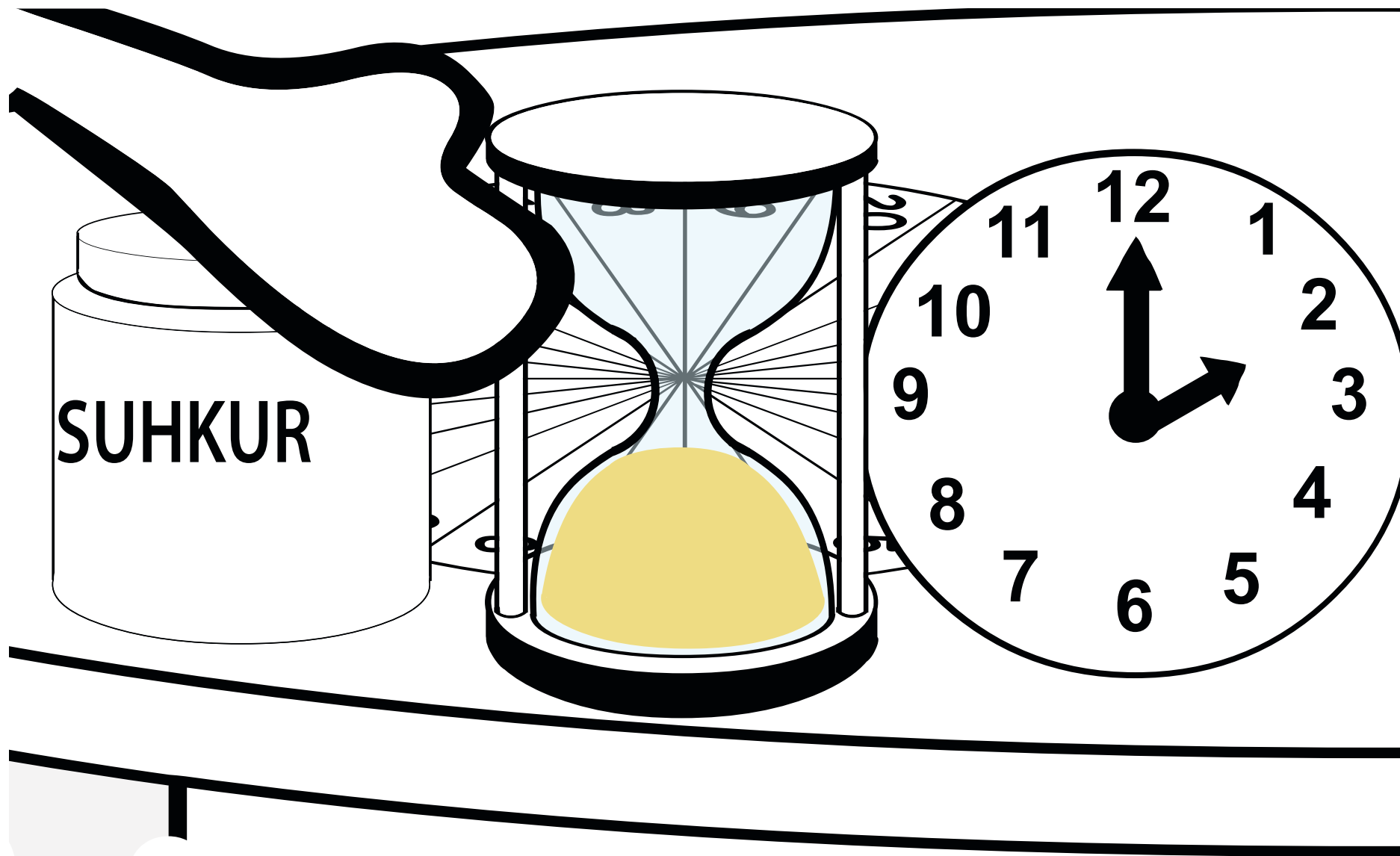
JUSS MEISTERDAB SUHKRUKELLA

TRÜKITUD HAIGEKASSA FINANTSEERIMISEL. AINULT TASUTA JAGAMISEKS.

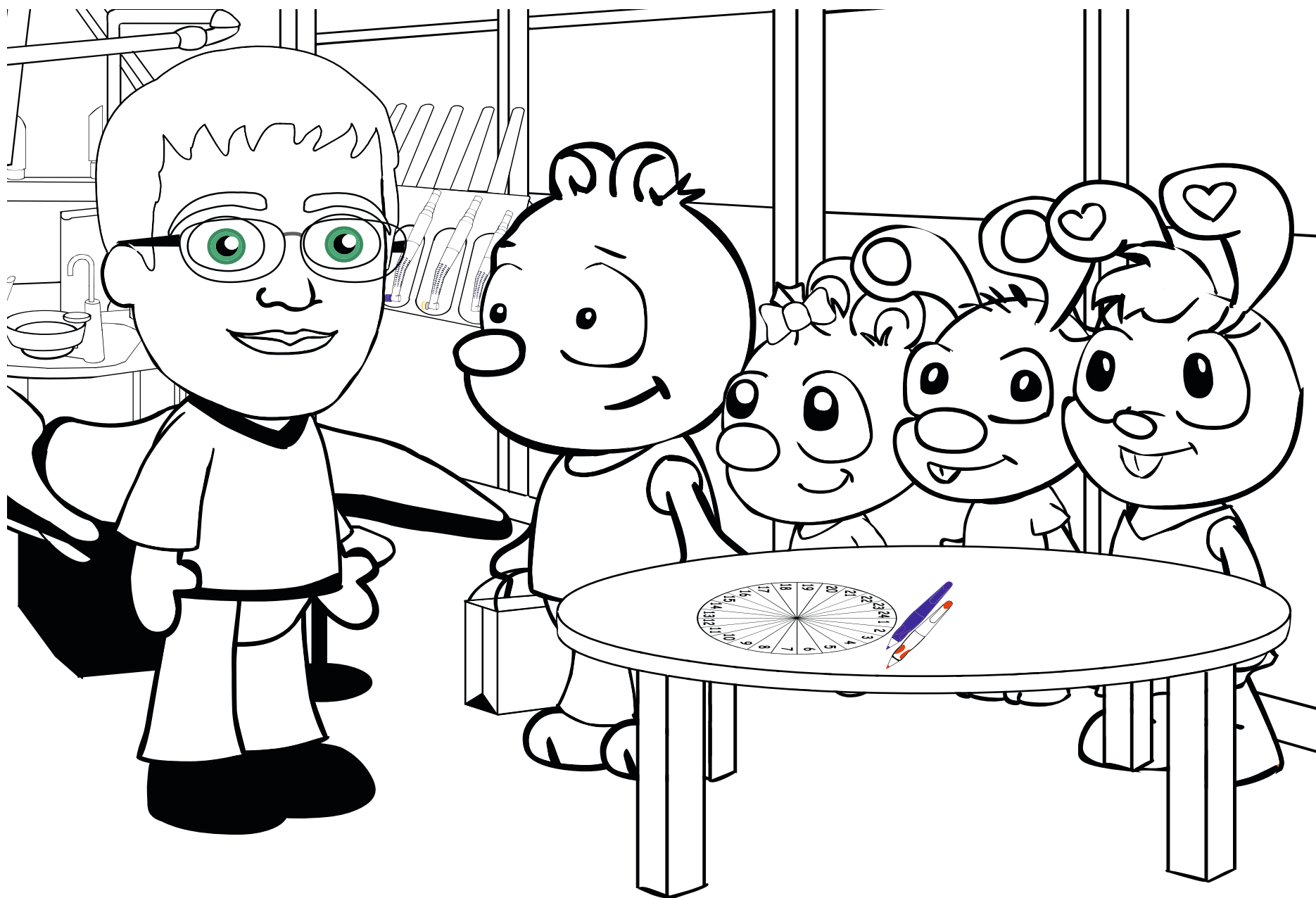
© 2011, Lasteveeb OÜ



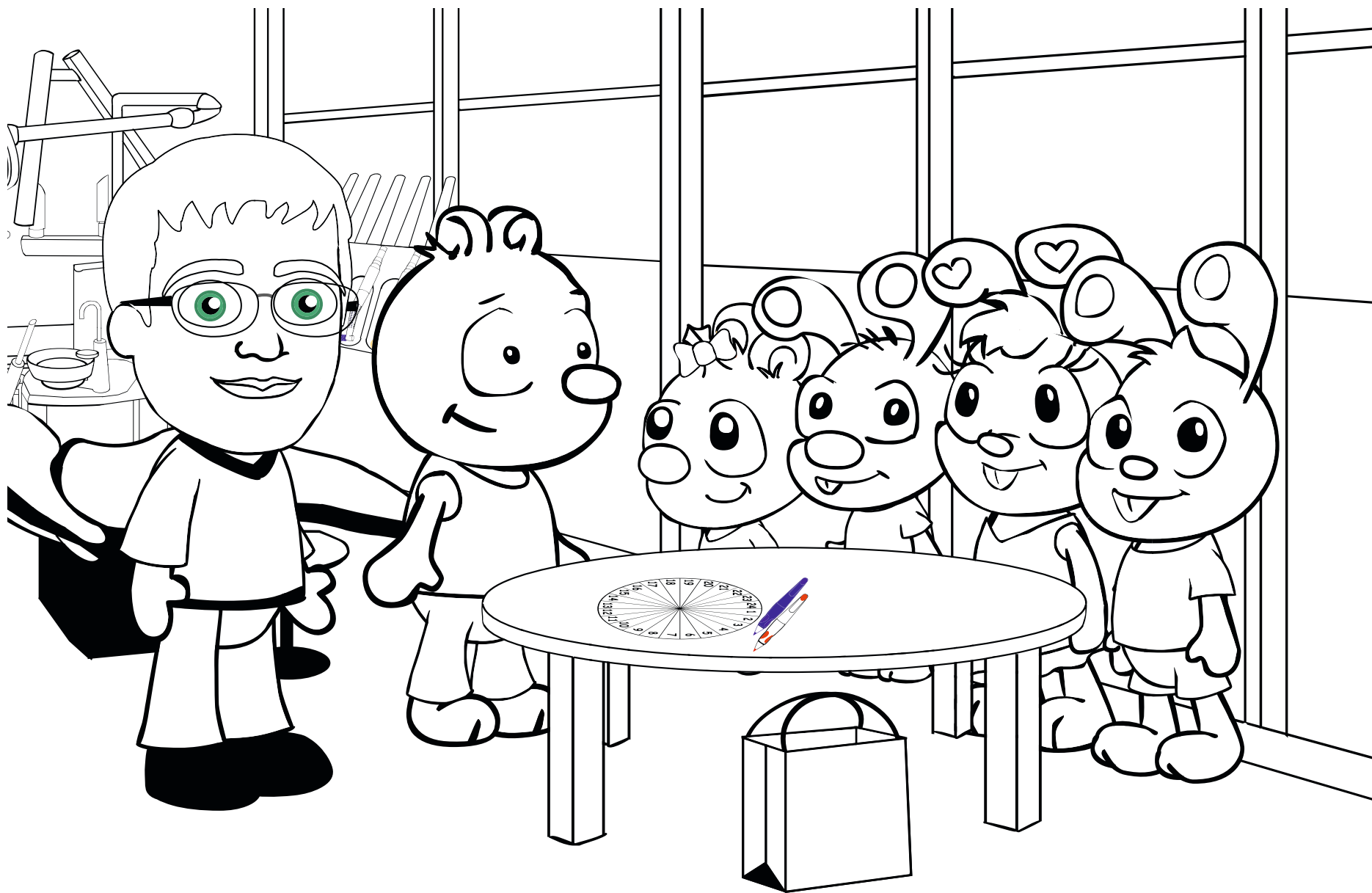
**TERE LAPSED! MA JUBA OOTASINGI TEID.
MÕMMI, MIS SUL SEAL KOTIS ON?**



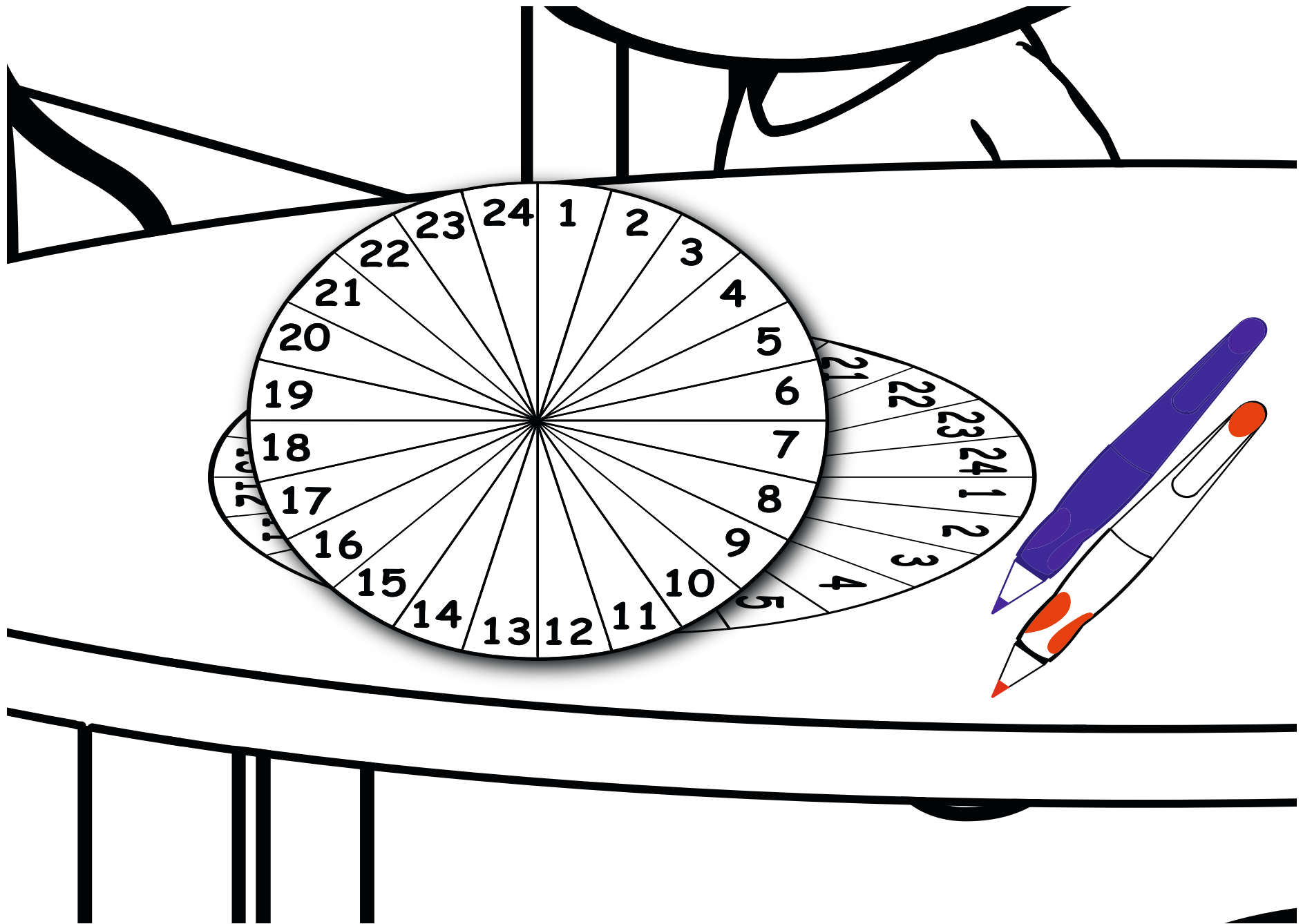
ÕTLESIN, ET KUI ME HAKKAME SUHKRUKELLA MEISTERDAMA, SIIS ON VAJA PARKIMISKELLA JA SUHKRI
KA. IGAKS JUHUKS VÕTSIN LIIVAKELLA KA KAASA.



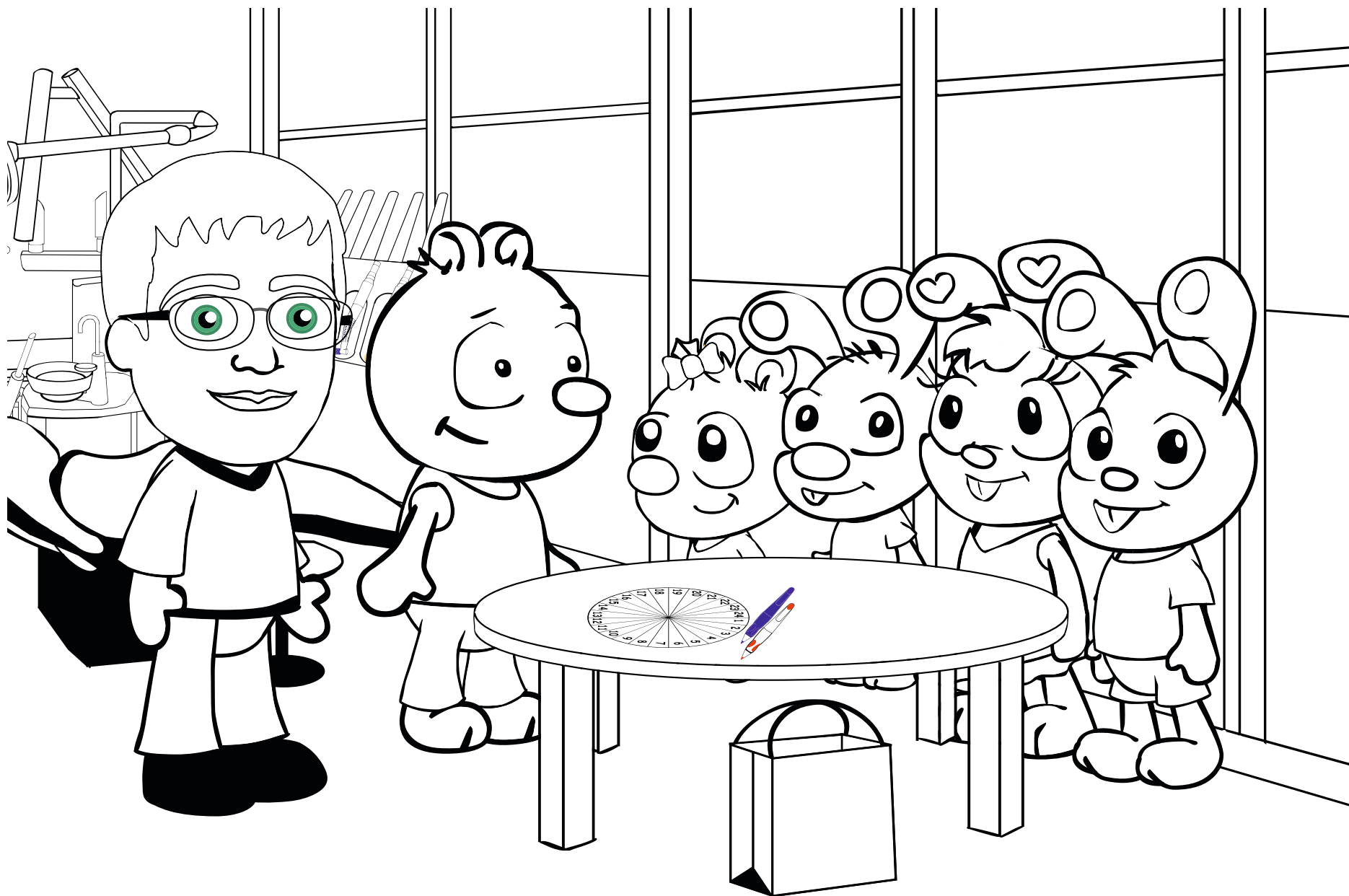
**VÄGA TORE MÖMMI... AGA SUHKRUKELL EI OLE PÄRISILT ÜLDSE SUHKRUST TEHTUD KELL!
SUHKRUKELL ON ABIMEES, MIS AITAB MEELES HOIDA, ET HAMBAD VAJAVAD SÖÖMISEST PUHKUST.**



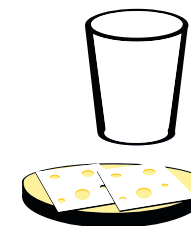
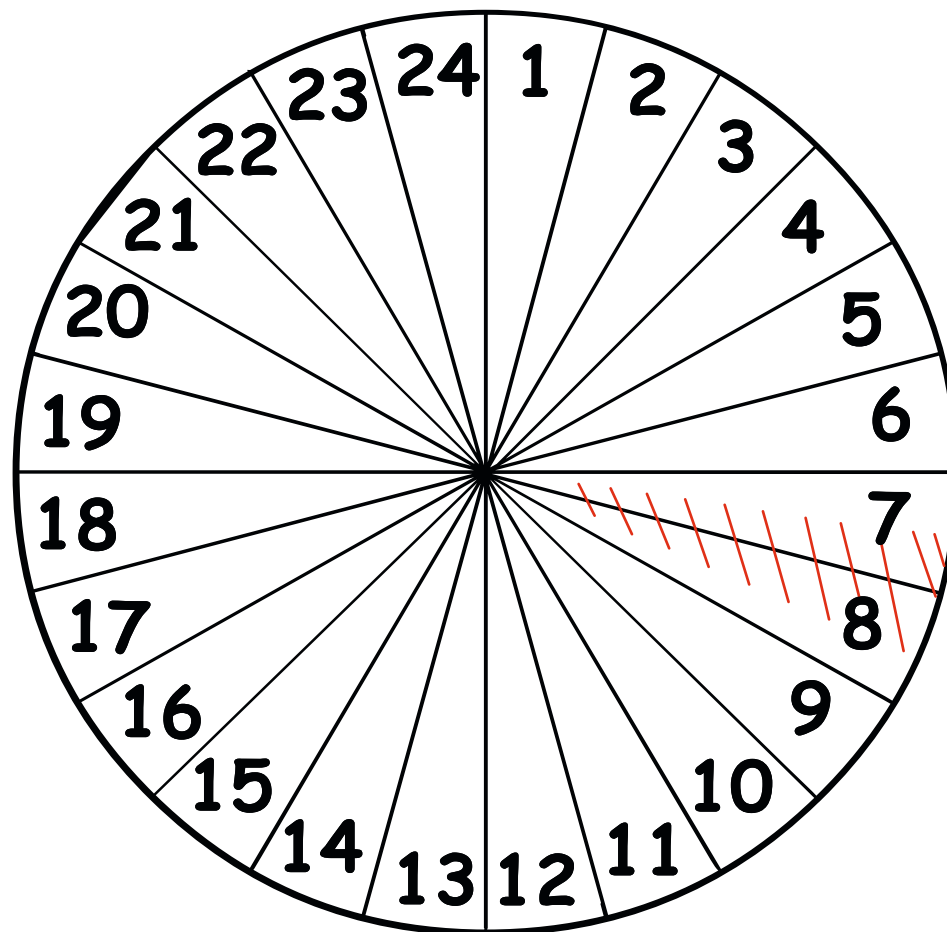
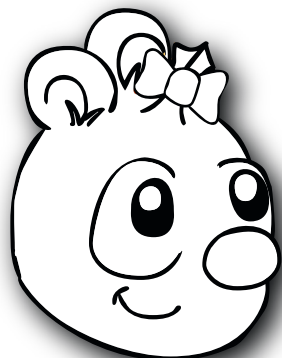
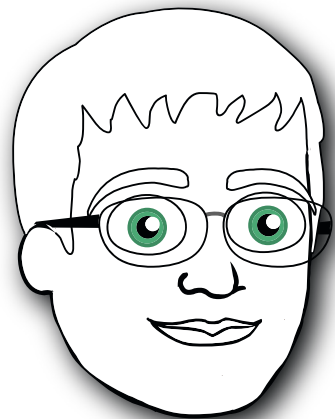
**TEEME SELLE SUURE PABERI PEALE. NII ET SEE PAISTAKS SILMA KÕIGILE LASTELE, KES
MINU JUURES HAMBaid KONTROLLIMAS KÄIVAD.**



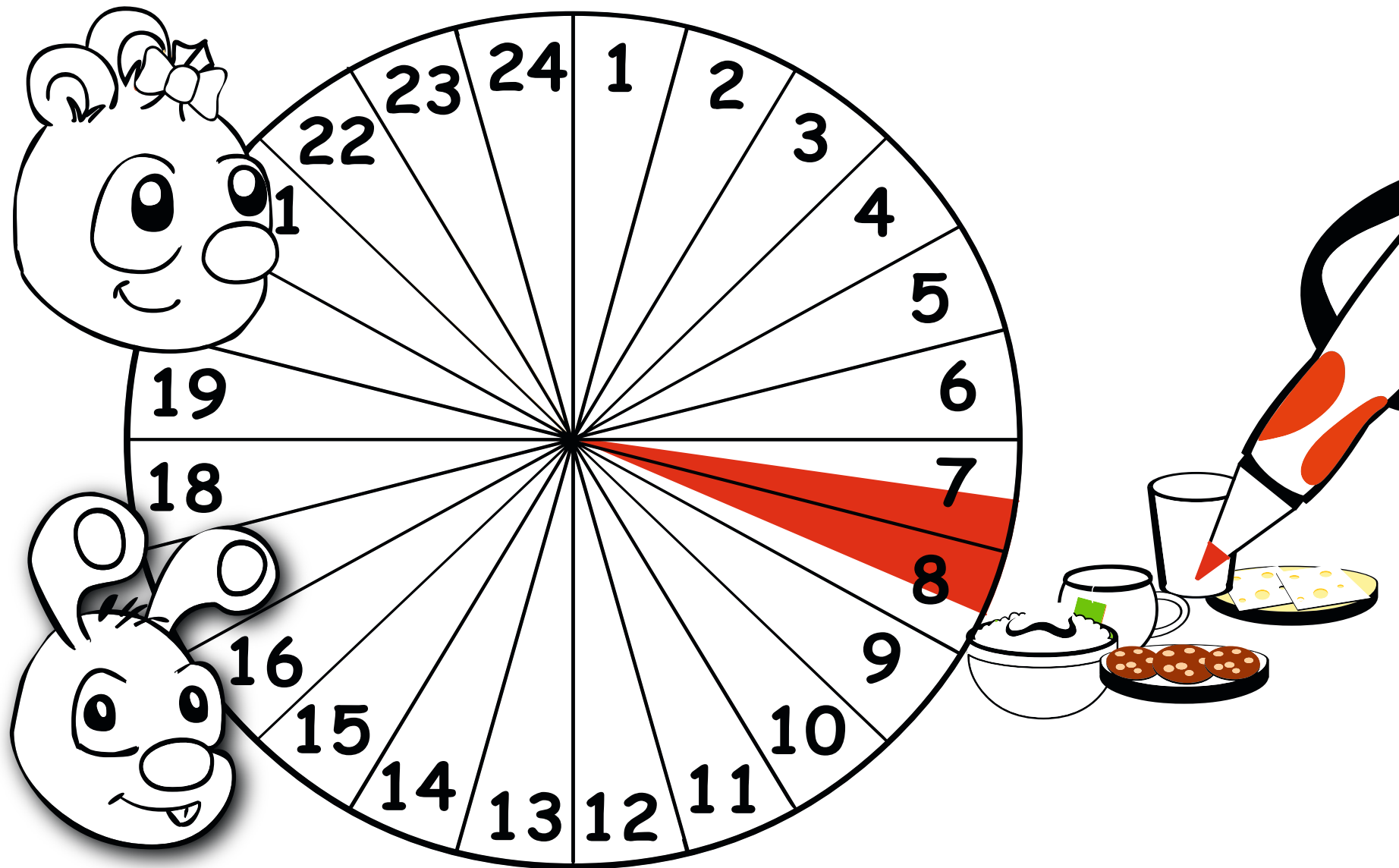
JOONISTASIN KELLA PÕHJA JUBA VALMIS JA NÜÜD HAKKAME SELLELE SÖÖGIKORDI LISAMA.



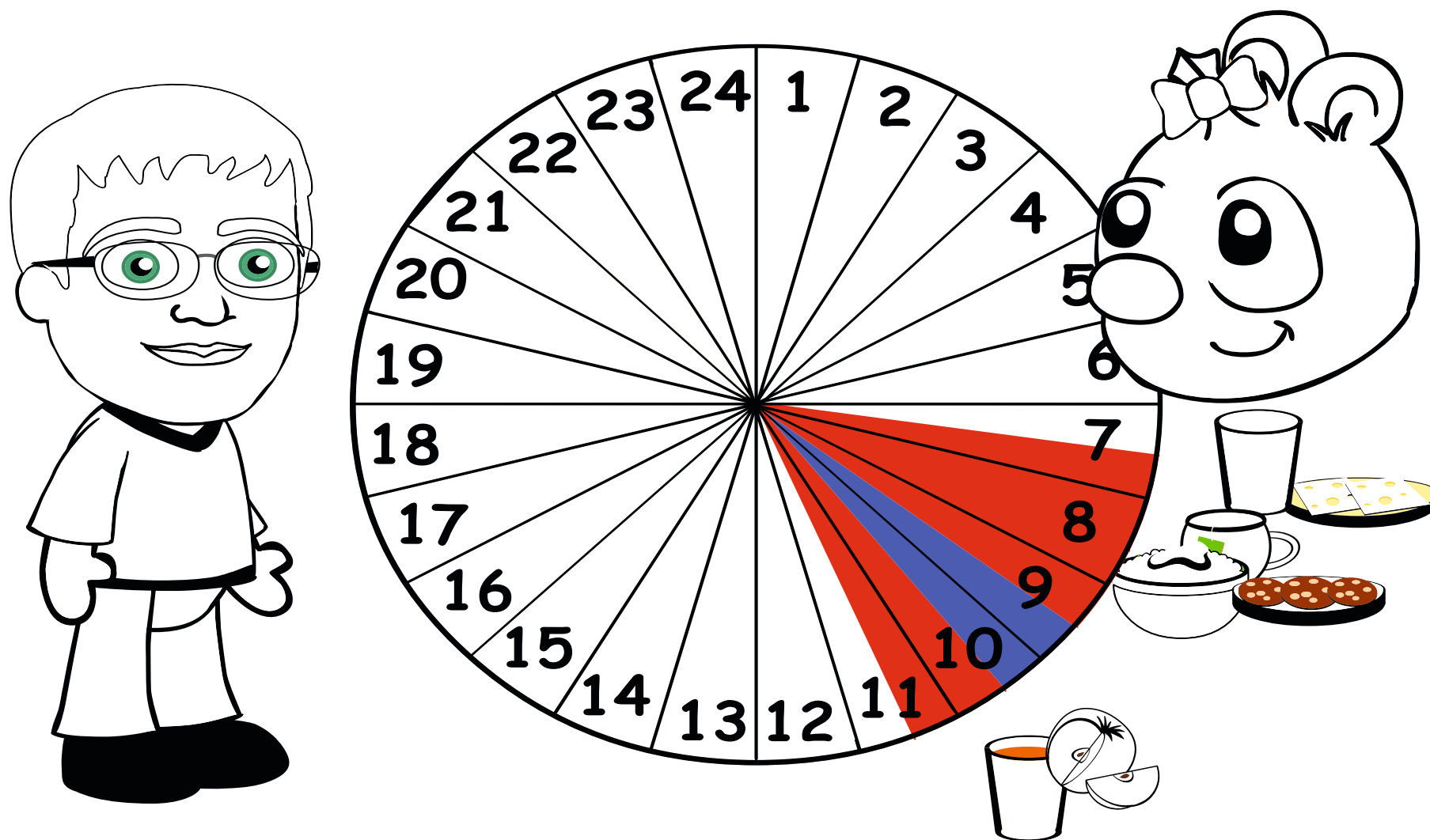
**TEEME KÕIGEPEALT NÄIDISEKS MINNALE SUHKRUKELLA.
PÄRAST MEISTERDAB IGAÜKS ENDALE TÄIESTI OMA SUHKRUKELLA.**



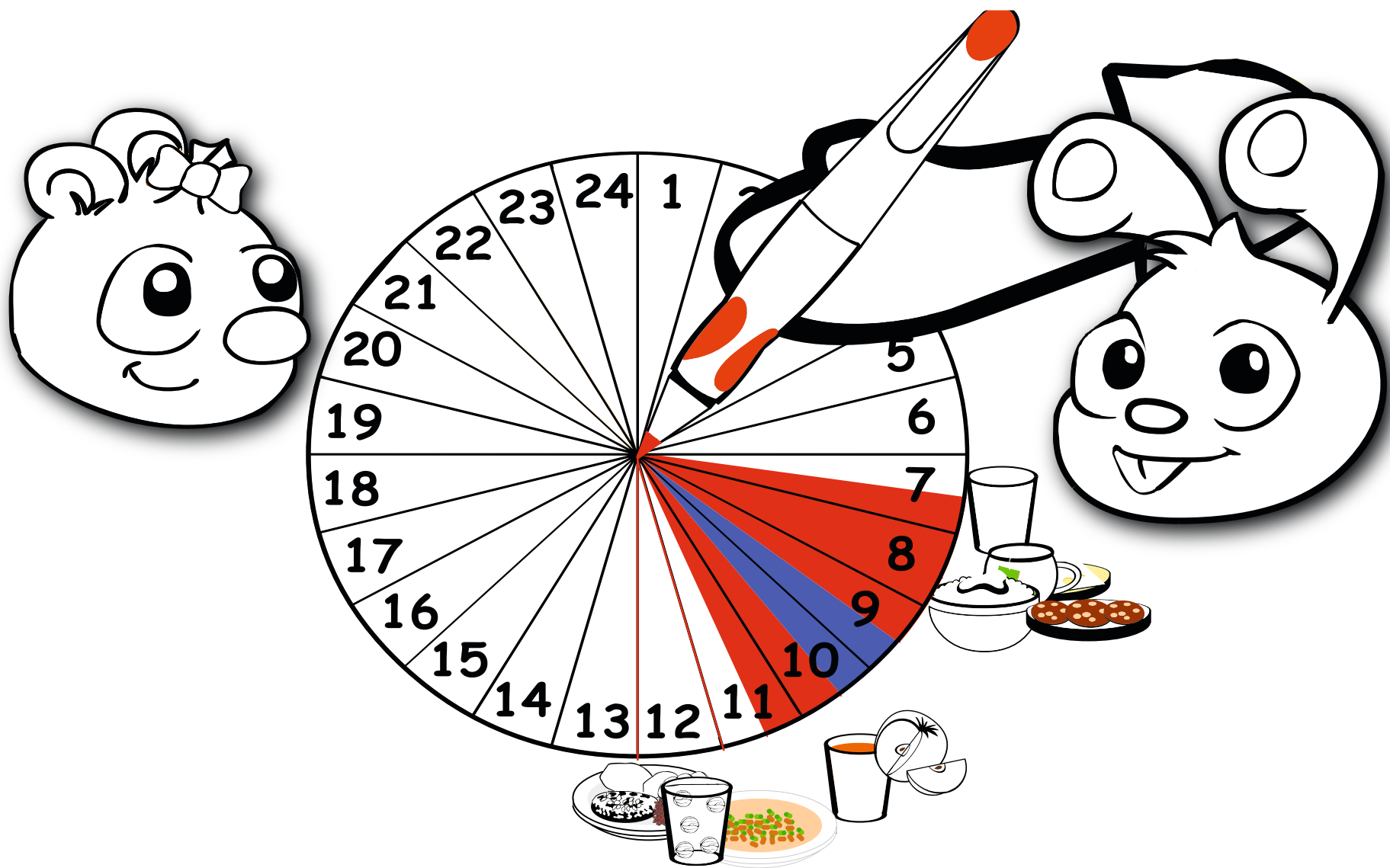
**MINNA, MIS KELL SA HOMMIKUST SÖÖD?
HOMMIKUL ENNE LASTEAEDA MINEKUT SÖÖN NATUKE. SEE ON KELL POOL KAHEKSA.
JUSS, MÄRGI PALUN, KUI KAUA KESTAB BAKTERITE HAPPERÜNNAK HAMMASTELE.**



POOL ÜHEKSA ON MEIL LASTEAIAS HOMMIKUSÖÖK.
OI, AGA SÜLJEL POLNUD ÜLDSE AEGA HAMBALD KORDA TEHA!
PUNANE JOON LÄHEB JU KOHE EDASI!

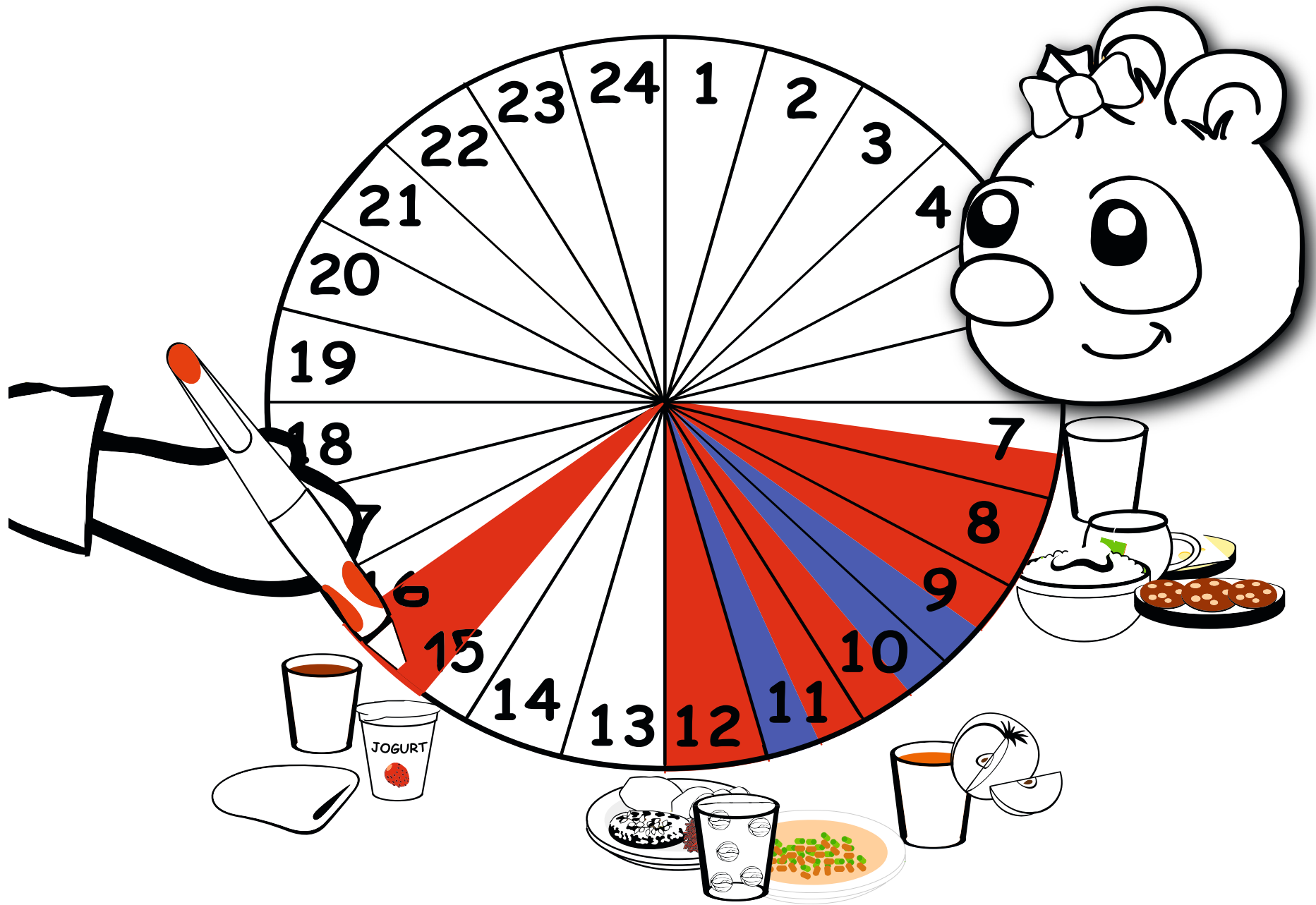


**PROOVIME SUHKRUKELLALE ROHKEM SINIST VÄRVI SAADA!
POOL ÜKSTEIST, ENNE ÕUEMINEKUT, ON MEIL VITAMIINIPAUS.
KASVATAJA ANNAB MEILE MAHLA VÕI ÕUNAVIILE, ET MEIL OLEKS ÕUES ROHKEM JÕUDU.**

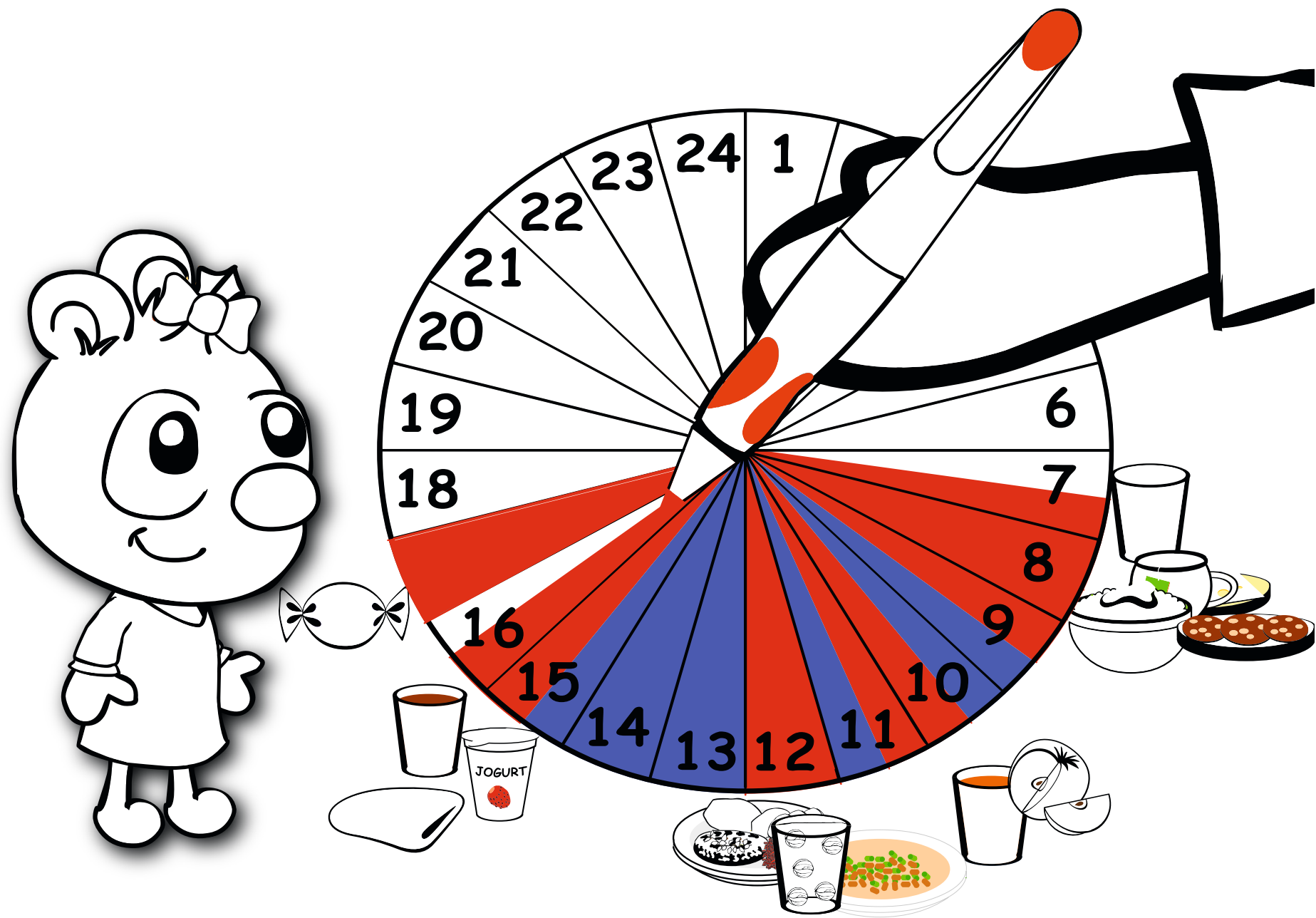


KELL KAKSTEIST SÖÖME LÖUNAT...

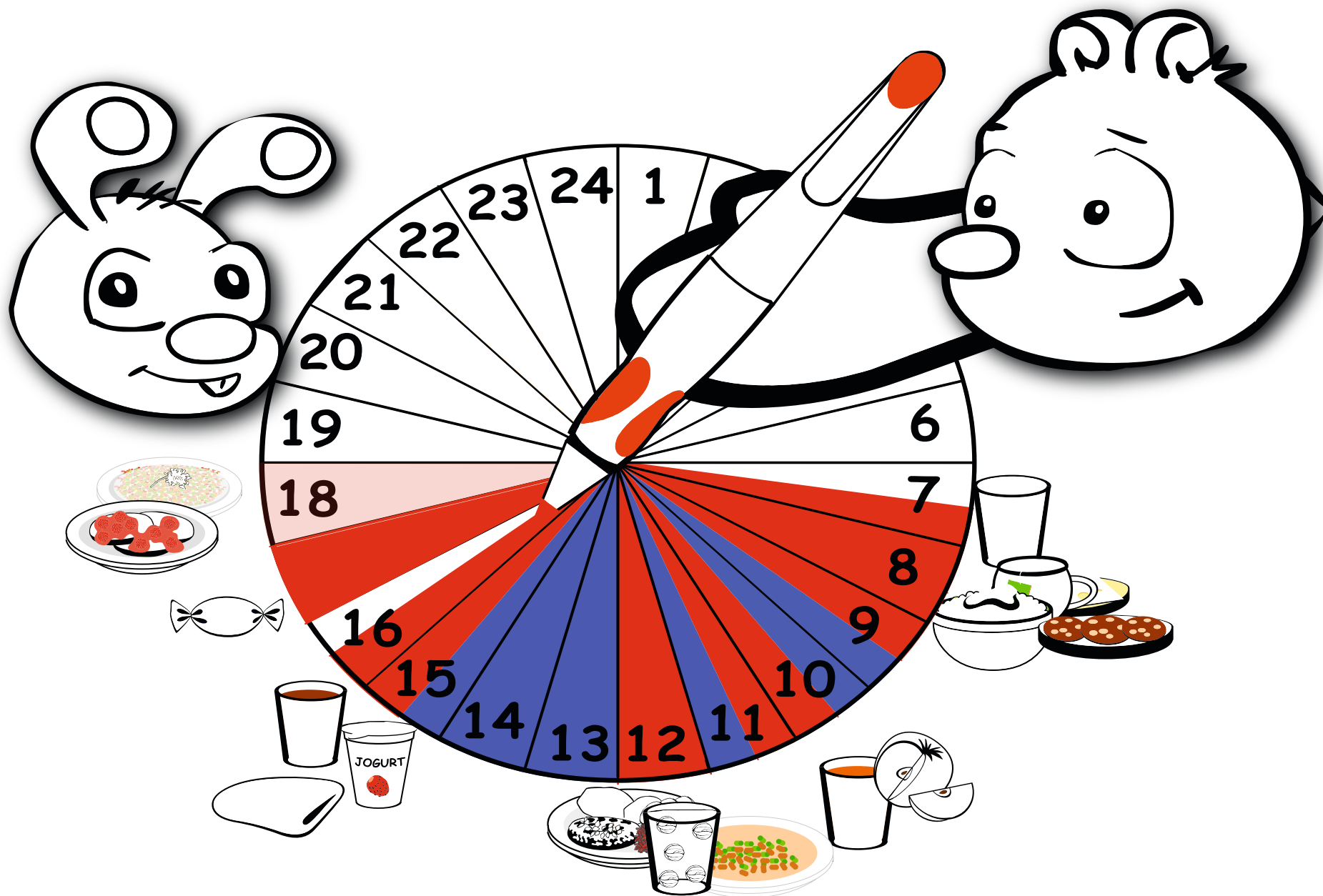
**KUULE, MINNA, KUI TE NII TIHTI SÖÖTE, KAS SA JAKSAD KOGU SELLE TOIDU ÄRA KA SÜÜA?
NATUKE JÄÄB MÕNIKORD JÄRGI KA, AGA KUI MU LEMMIKTOIT ON, SIIS SÖÖN KÕIK ÄRA.**



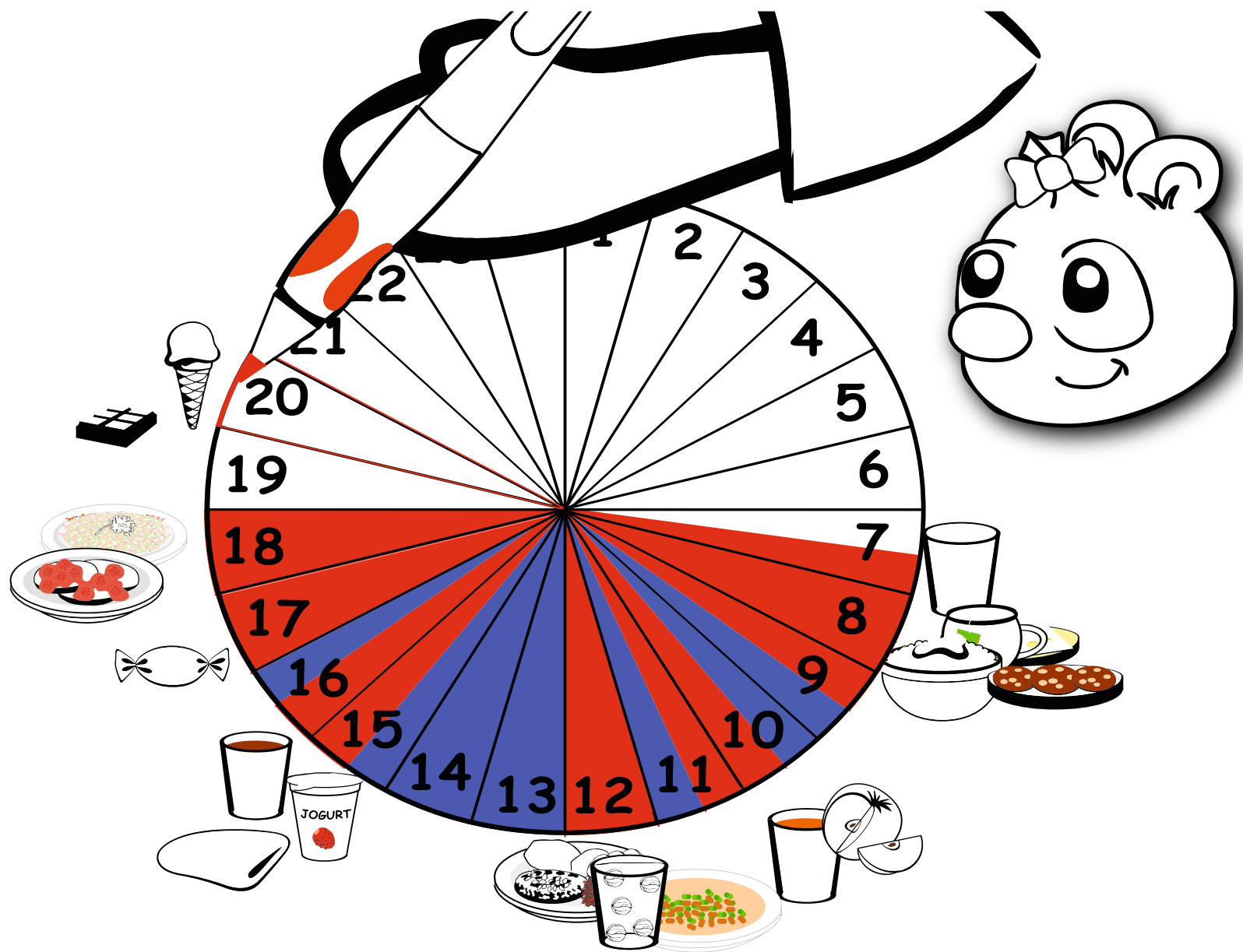
POOL NELI ON MEIL LASTEAIAS ÖHTUOODE.



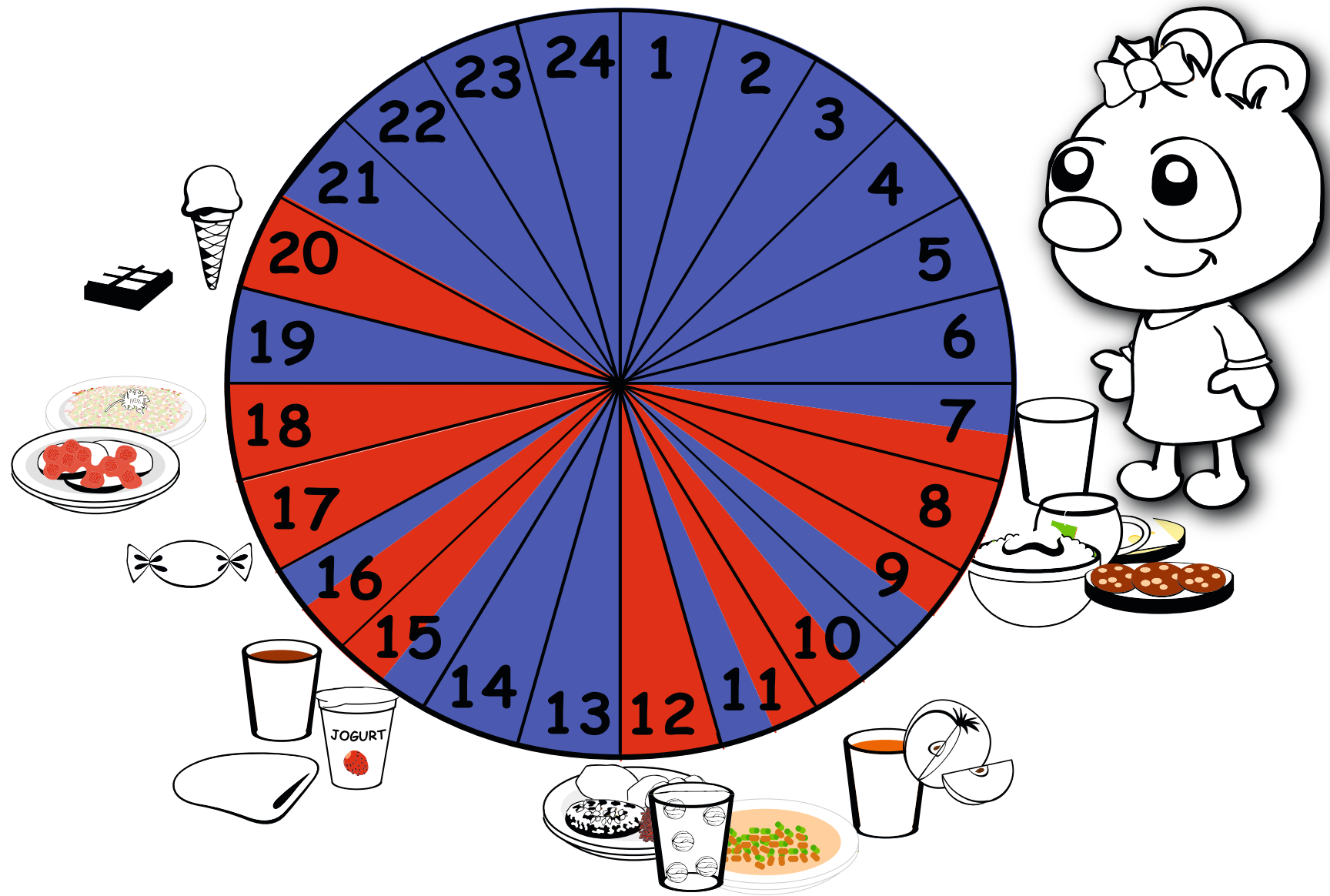
EMA TULEB MULLE TAVALISELT KELL VIIS LASTEAEDA JÄRGI JA ANNAB SIIS MÕNE HEA KOMMI.



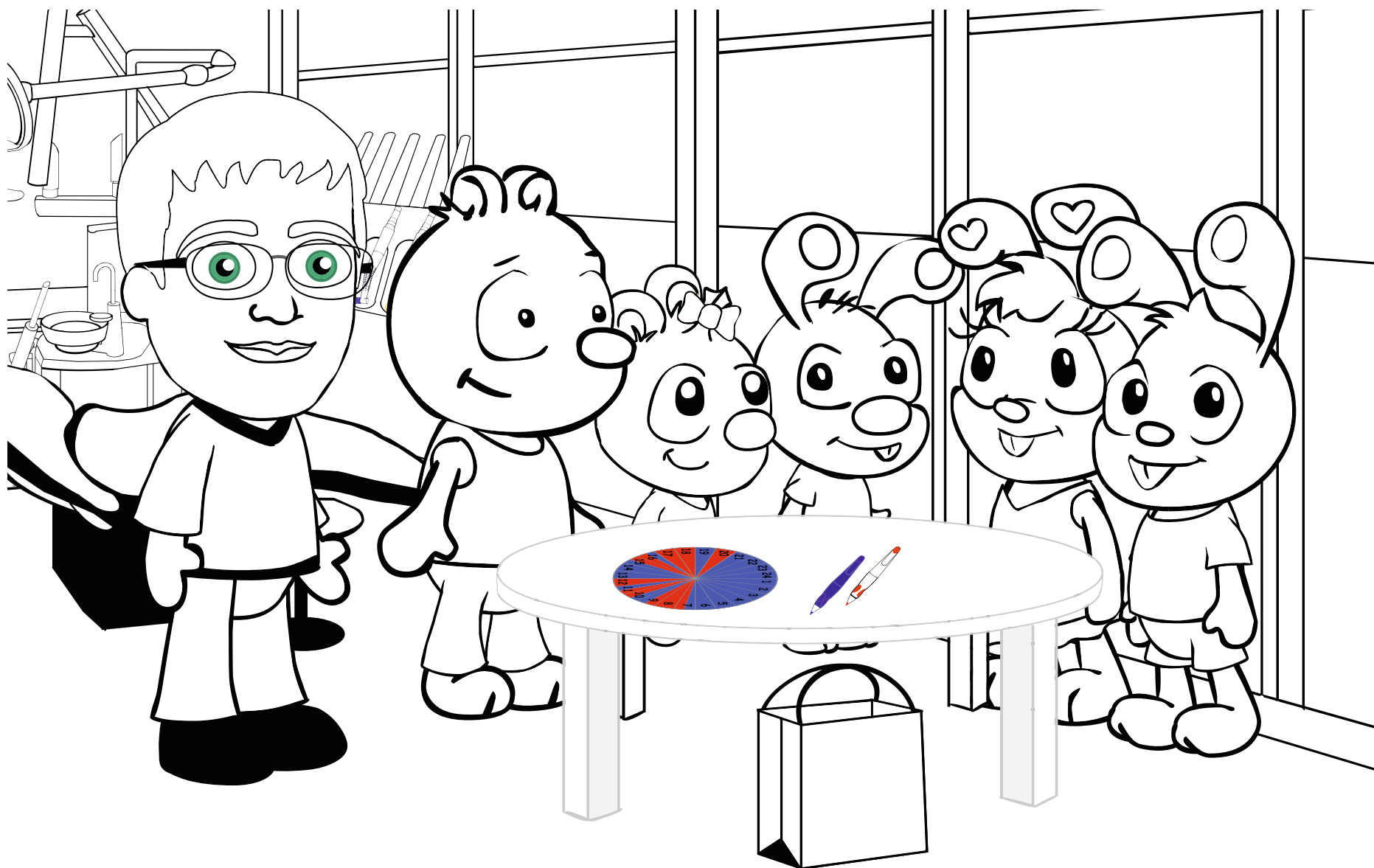
KELL KUUS SÖÖME PEREGA KÕIK KOOS ÖHTUST.
JÄLLE! PUNANE JOON EI SAAGI OTSA!



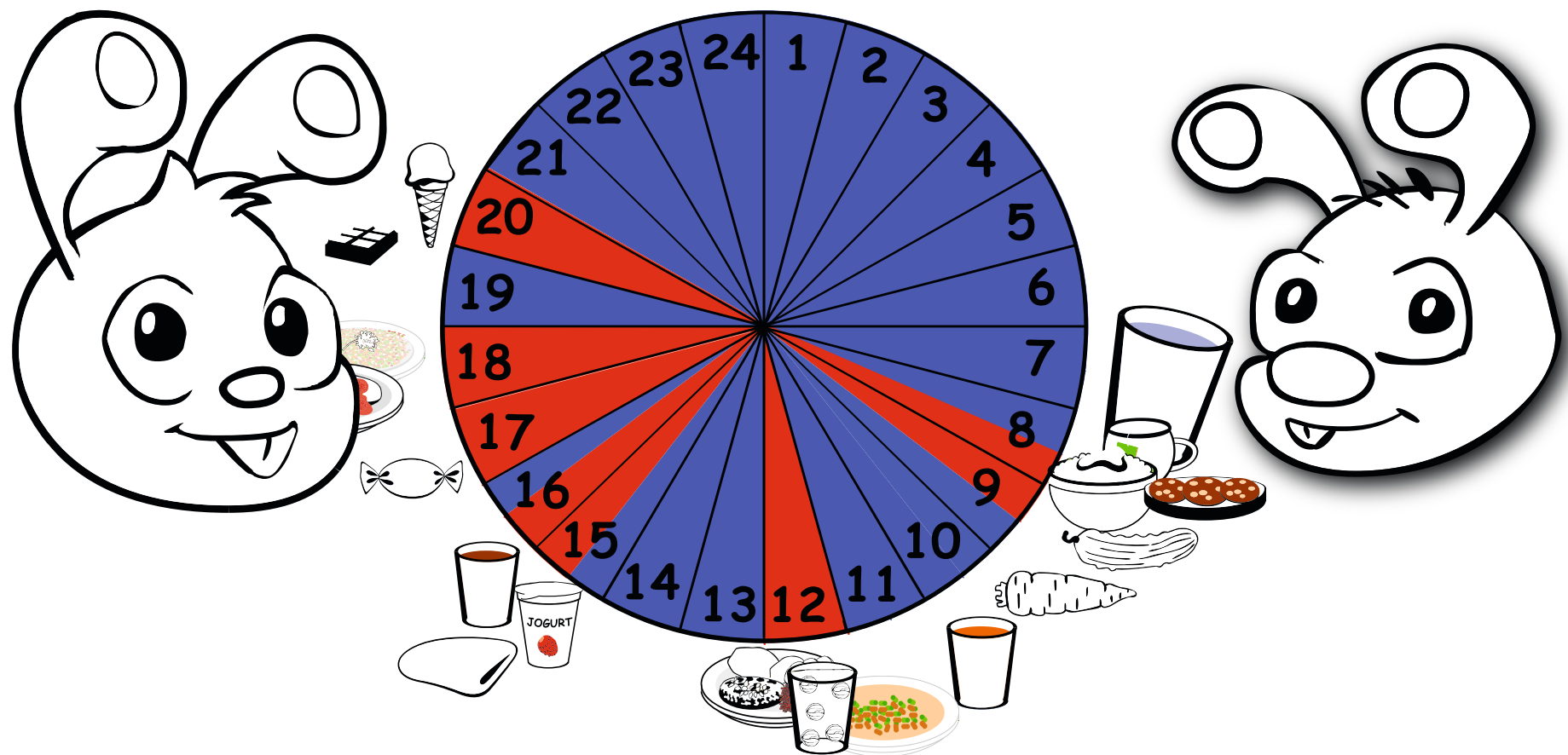
**MÕNIKORD VAATAME KELL KAHEKSA TELEKAT VÕI FILMI
JA SÖÖME SINNA JUURDE JÄATIST VÕI SHOKOLAADI.**



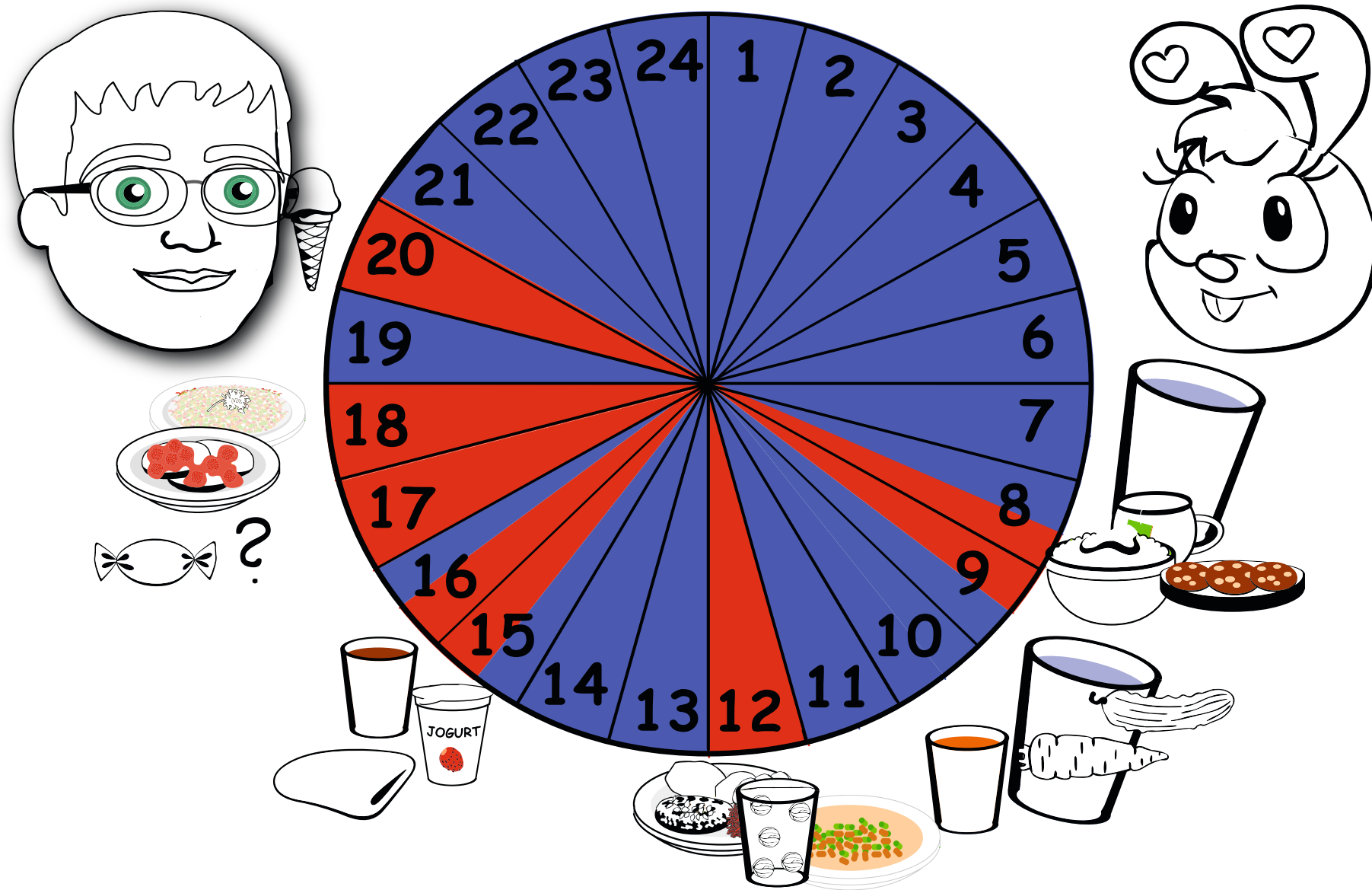
KELL ÜHEKSA PESEN HAMBAD ÄRA JA LÄHEN MAGAMA.



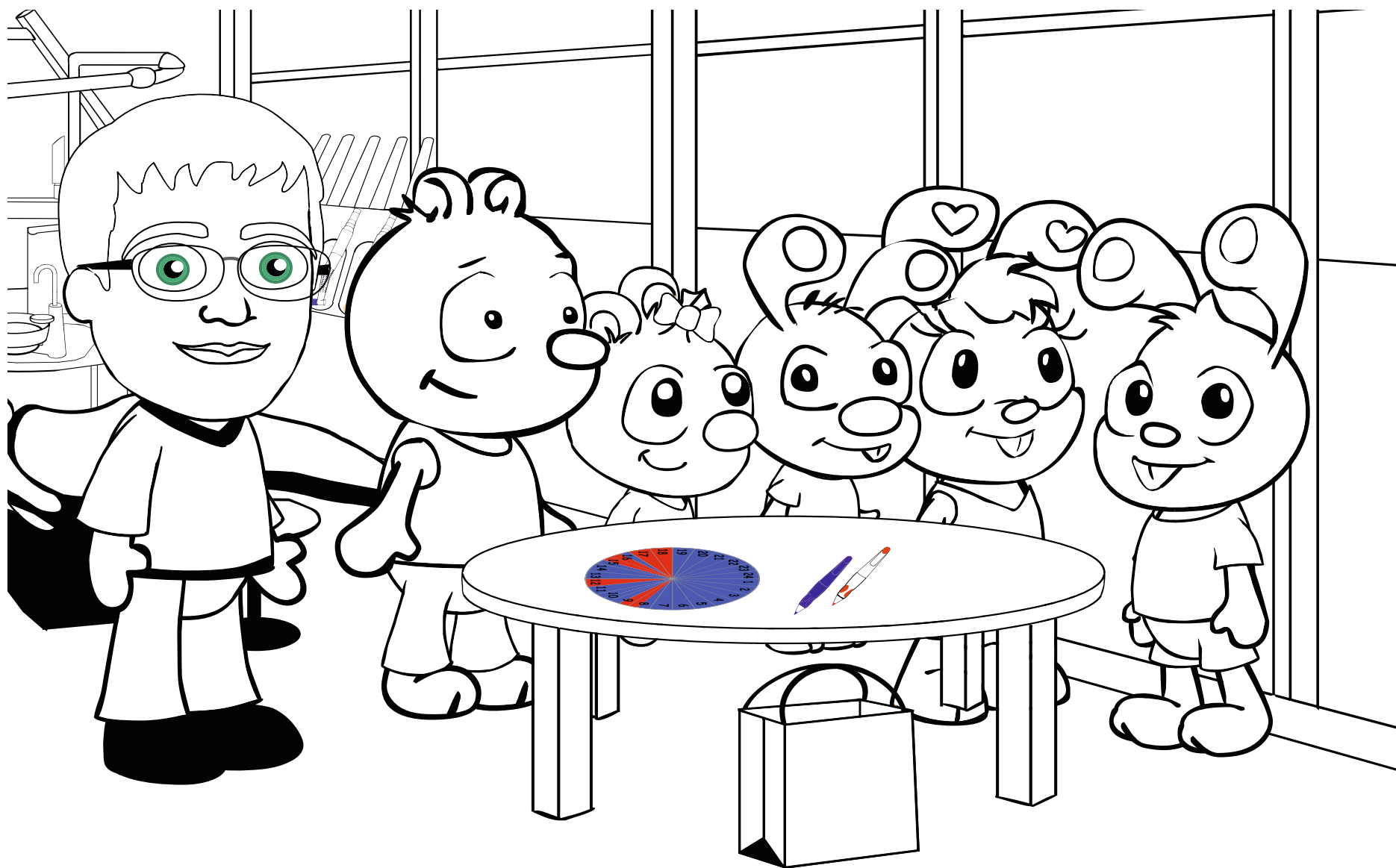
**MIDA SEE SUHKRUKELL TEILE ÜTLEB?
SEDA, ET MINNA HAMBAD EI SAA ÜLDSE PUHATA. NIIMOODI VÕIVAD HAMBAAUGUD TEKKIDA.
JUST, MIDA SIIN MUUTA VÕIKS?**



KUI MINNA HOMMIKUL LASTEAIAS SÖÖB, SIIS PIISAKS TALLE KODUS KLAASIST VEEST VÕI SUHKRUTA TEEST. SELLE VITAMIINIPOMMI VÕIKS ÄRA SÜÜA KOOS HOMMIKU- VÕI LÖUNASÖÖGIGA, ET HAMBAD SAAKSID PUHATA. VAHEPEAL VÕIB PAKKUDA VETT VÕI PORGANDI- JA KURGIVIILE, MIS PISIKUTE LEMMIKUID SUHKRUID EI SISALDA.



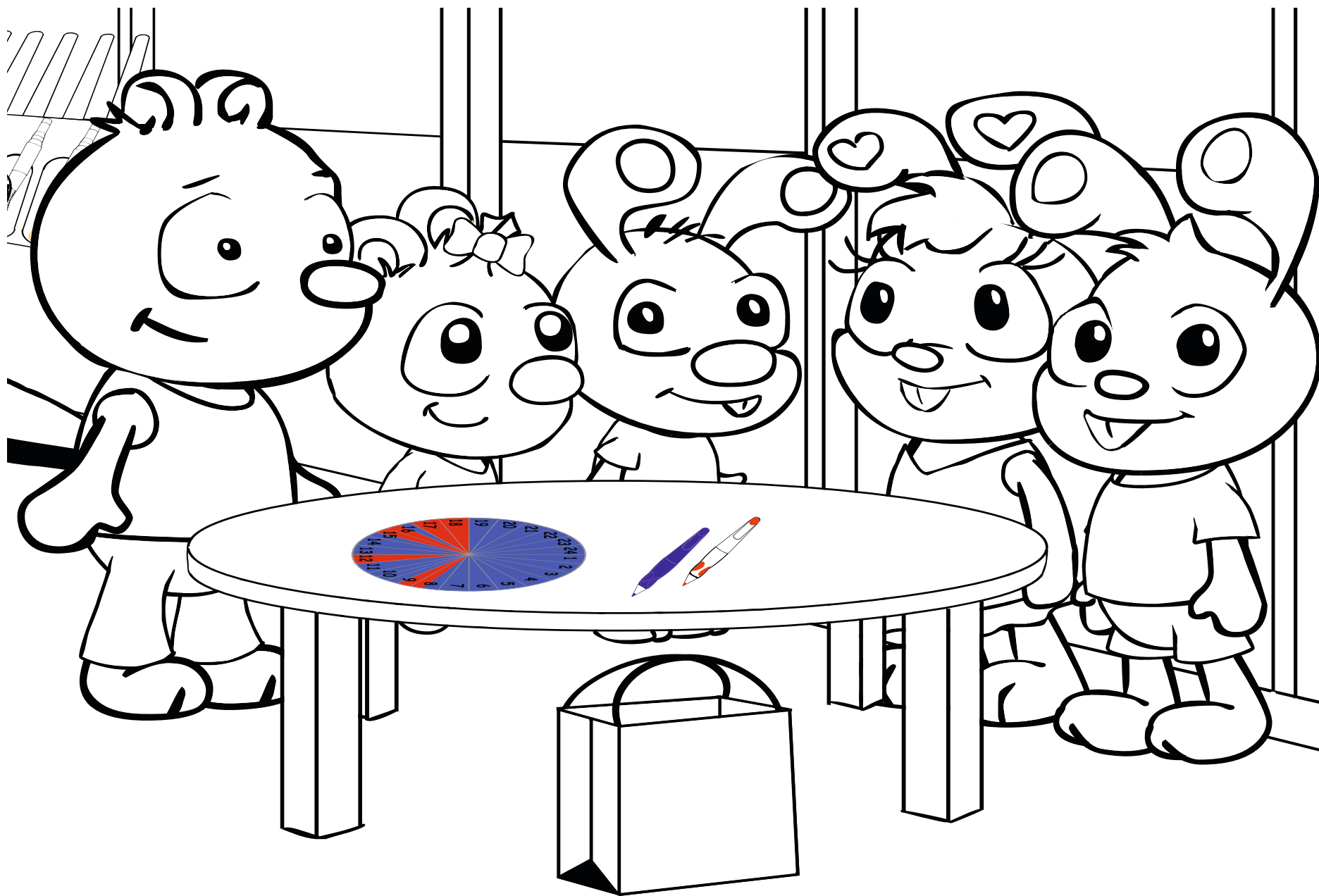
**SEE KOJUMINEKUKOMM EI OLE VIST KA HEA MÕTE...
EI OLE JAH.**



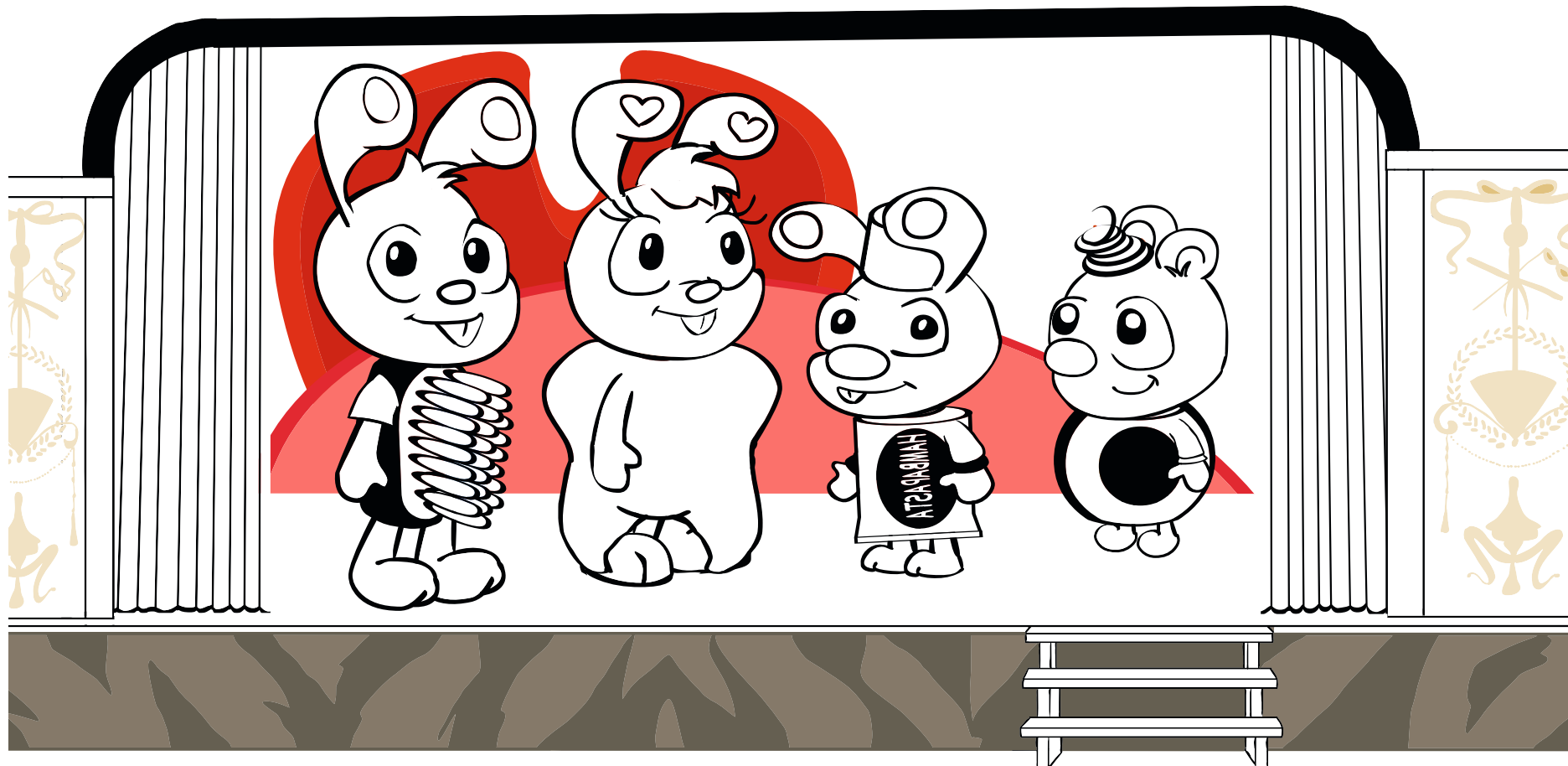
KAS TEEME NÜÜD TEIE SUHKRUKELLAD KA VALMIS?

KUI TEEKSIN KELLA SELLE JÄRGI, NAGU MA PRAEGU SÖÖN, EI TULEKS SEE MINNA OMAST PAREM.

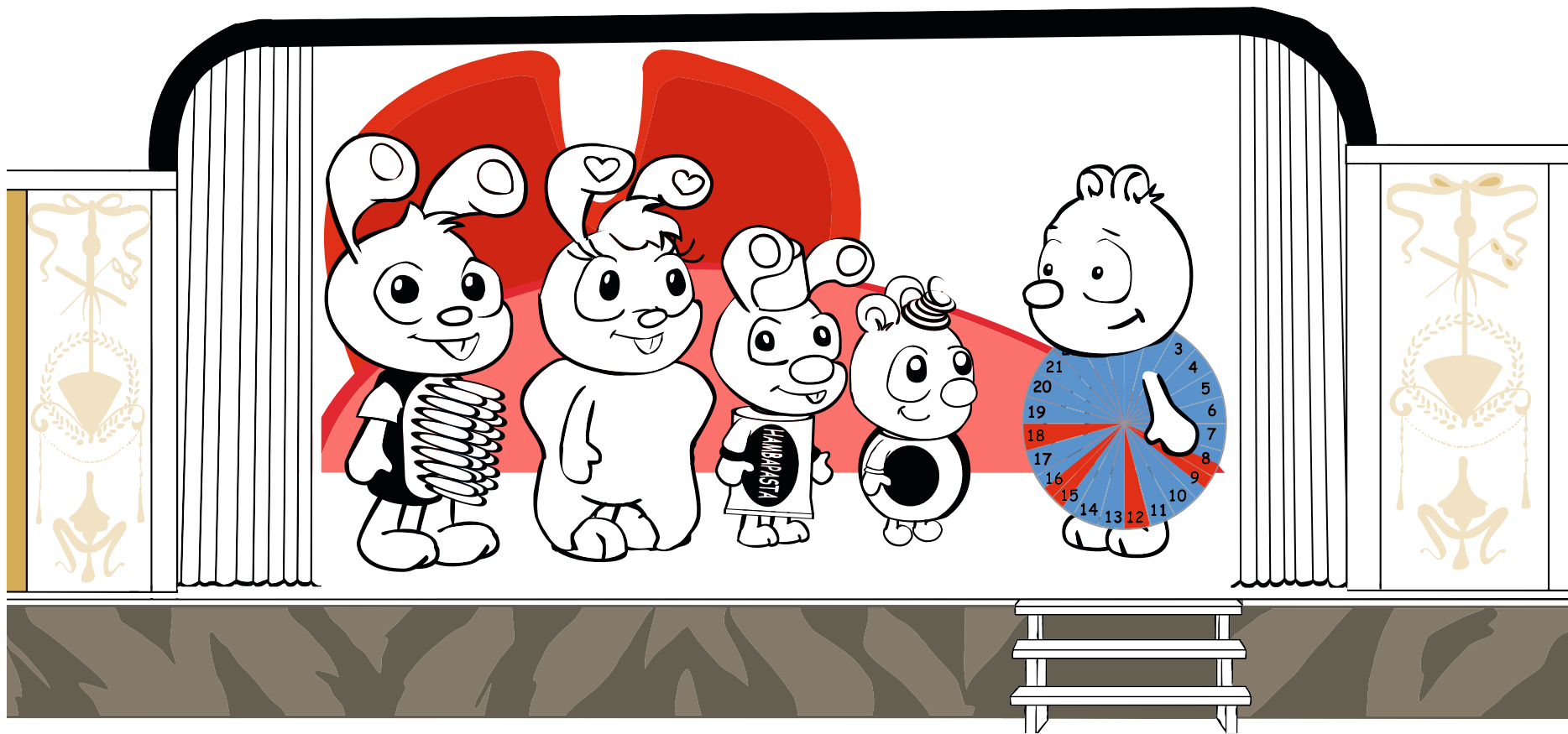
MA POLE SELLE PEALE LIHTSALT VAREM MÕELNUD, ET IGA KÜPSIS, KOMM, ÕUN VÕI MAHLAJOOK, MIDA SÖÖGIKORDADE VAHEL NÄKSIN, VÕIB MINU HAMMASTELE HOOPIS HALBA TEHA.



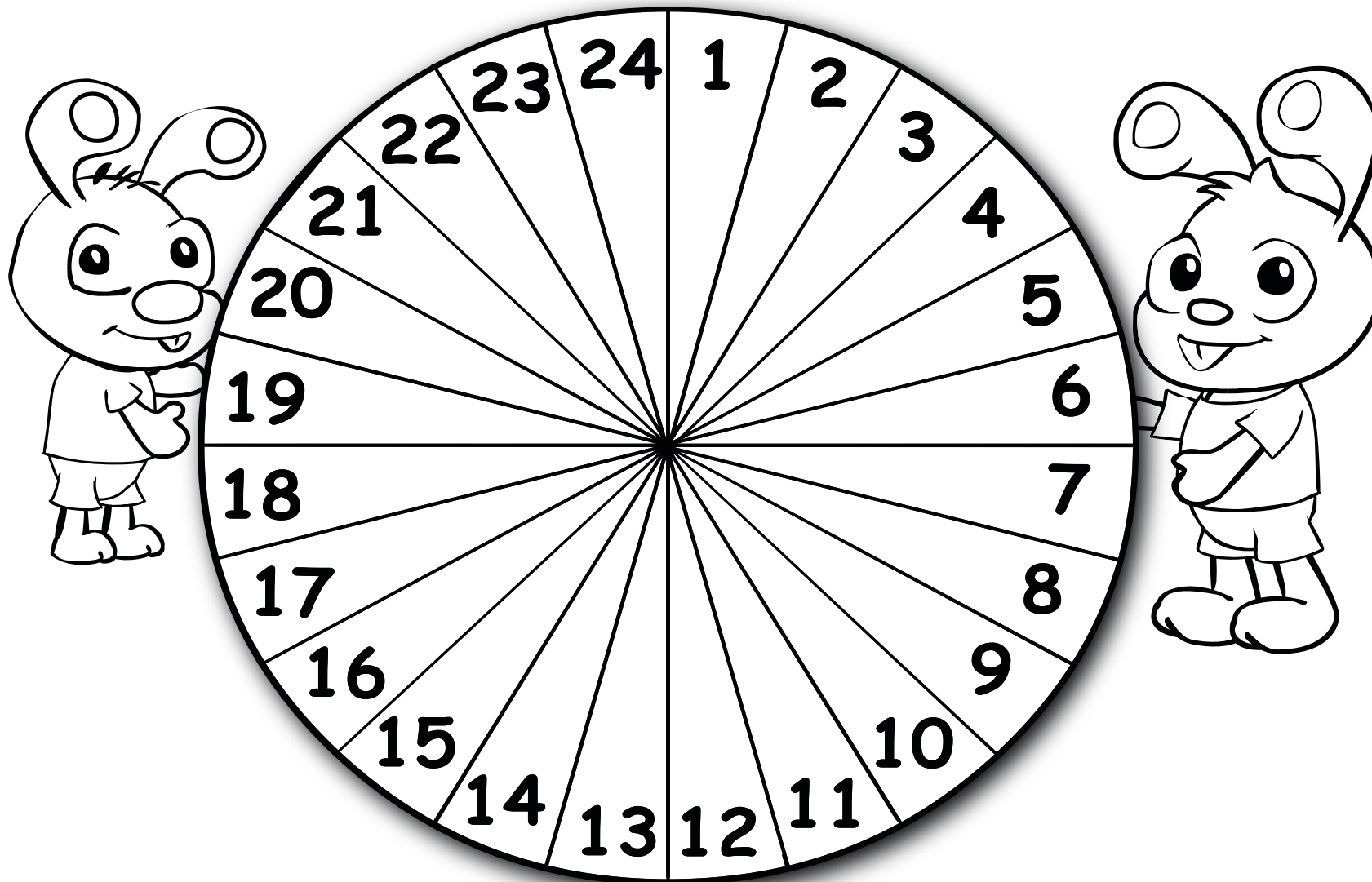
**RÄÄGIME KODUS EMMEGA JA TEEME ENDALE SELLISE KELLA,
MIS EI LASE PISIKUTEL MINU HAMBaid ÄRA LÖHKUDA!**



**MINA OLEN TERVE HAMMAS. JA NEED ON MINU SÕBRAD!
MINA OLEN HAMBAHARI. MINA PESEN OMA SÕPRA HOMMIKUL JA ÕHTUL.
MINA OLEN HAMBAPASTA. MINA AITAN HAMMAST PESTA JA TUGEVDADA.
MINA OLEN HAMBANIIT JA AITAN HAMBAVAHESID KORISTADA.**



**MÕMMI, NÜÜD PIDI KURI HAMBAAUKE TEKITAV PISIK LAVALE TULEMA!
MA SAATSIN PISIKU ÄRA, SEST TAL EI OLE MEIE SÕBRA HAMBAS JUUDE ENAM ASJA!
MINU SÕPRA VALVAB NÜÜD SUHKRUKELL. IGA KORD, KUI MU SÕBER HAMMAS SÖÖB,
VAATAN, ET TAL OLEKS 2-3 TUNDI PUHKUST JA JANU KORRAL JOON VETT.**



SIIA TEEN ISE OMA SUHKRUKELLA!