



Minu hambapesu laul on

Hammaste pesuks kasutan

hambaharja ja

hambapastat. Selle fluori sisaldus onppmF.

Hambapastat panen harjalesuuruse täpi.

Hammaste harjamist alustan ja

liigunliigutustega

seejärel alustan taas ja liigun

uuesti Seejärel pesen

hammastepinna.

Keele puhastamiseks kasutan mina

Lisaks hammastele ja keelele on oluline puhastada ka

Kasutan selleks

Hammaste pesule kulub mul.....minutit.

Kuni eluaastani palun, et ema või isa mind hammaste pesuga aitaks.

Peale õhtust hammaste pesu eima midagi.

Janu korral joon