

Fiches activités

Versions enfant  
et intervenant

LA SANTÉ BUCCO-  
DENTAIRE

**chez les enfants**  
de 0 à 12 ans



**MALLETTE PEDAGOGIQUE**



# Introduction aux fiches activités

## Quel est le but de la mallette pédagogique ?

Destinée aux professionnels du milieu scolaire et plus largement des secteurs sanitaire, social, médico-social et éducatif, **la mallette pédagogique a pour ambition d'apporter des ressources théoriques et pédagogiques pour la préparation et l'animation d'activités sur le thème de la santé bucco-dentaire, auprès d'enfants de 0 à 12 ans.**

## Qui l'a élaborée ?

Cette mallette pédagogique a été élaborée par plusieurs partenaires : l'URPS Chirurgiens-dentistes Nouvelle-Aquitaine, le Conseil Régional de l'Ordre des Chirurgiens-dentistes Nouvelle-Aquitaine et le Réseau Canopé.

Le Parc Naturel Régional Médoc, par l'intermédiaire du Contrat Local de Santé, a été un interlocuteur privilégié pour expérimenter les premières versions de cette mallette pédagogique. Nous adressons nos remerciements aux acteurs locaux médocains qui nous ont aidé à tester et finaliser les outils proposés.

## Quels sont ses supports ?

La mallette se décline sur différents supports (guide, fiches, outils, objets...). Elle contient des documents mais également des outils disponibles sur support numérique : sur clé USB à disposition dans la mallette ou téléchargeables en ligne : [www.urps-chirurgiensdentistes-na.fr](http://www.urps-chirurgiensdentistes-na.fr)

## Méthodologie

Dans le guide « Fiches activités », les intervenants trouveront les contenus nécessaires pour mener les activités des séances de sensibilisation :

- ❖ Auprès de l'entourage proche du nourrisson de 0 à 3 ans ;
- ❖ Selon six modules auprès d'enfants de 3 à 12 ans.

- Santé bucco-dentaire chez le nourrisson
- Module 1 : La bouche et les dents
- Module 2 : Les maladies bucco-dentaires
- Module 3 : L'hygiène bucco-dentaire
- Module 4 : L'alimentation
- Module 5 : Les accidents de la vie courante et les urgences dentaires
- Module 6 : Les visites chez le chirurgien-dentiste
- Module 7 : Santé bucco-dentaire et situations de handicap

Les modules et les activités peuvent être abordés de façon indépendante. L'appropriation et l'utilisation des contenus sont laissées à l'appréciation des intervenants.

Ces activités peuvent être utilisées de façon complémentaire au jeu d'évasion « [Escape game "En quête de dents"](#) » afin d'approfondir et de renforcer les messages transmis en promotion de la santé bucco-dentaire.

## Ce guide comprend :

- ❖ Les fiches activités proposées aux enfants ;
- ❖ Les corrigés de chaque fiche activités pour aider l'intervenant dans le traitement des réponses ;
- ❖ Divers outils indispensables à la réalisation des activités...

Les illustrations issues de ce « guide-activités » proviennent de :

- Pixabay : <https://pixabay.com/fr/>

- Educold : <https://www.educol.net/>
- Adobe Stock : <https://stock.adobe.com/fr/>
- <https://www.pipsa.be/outils/detail-2139614071/hygiene-personnelle.html>
- Appels à contribution auprès des élus CRO et URPS des chirurgiens-dentistes pour les photos illustrant les repères et les activités des modules 5 et 6.

Les activités des modules 1,2 & 3 sont inspirées des contributions proposées sur les sites internet :

- <https://laclassedelaurene.blogspot.com/2013/01/les-dents.html>
- <http://cycle2.orpheecole.com/wp-content/uploads/2011/08/S%C3%A9quence-Les-dents.pdf>
- <https://lutinbazar.fr/lalimentation-et-les-dents/>

## En résumé : les messages clés à retenir en santé bucco-dentaire . — . — . — . — . — . — .

- **Santé bucco-dentaire chez le nourrisson** : L'hygiène bucco-dentaire est à introduire dès le plus jeune âge avec des gestes et du matériel adapté.
- **Module 1** : La bouche permet de réaliser des actions essentielles à la santé et au bien-être : manger, digérer, respirer, parler... Les dents, qu'elles soient « de lait » ou définitives, sont des organes vivants dont il faut prendre soin.
- **Module 2** : La plaque dentaire<sup>1</sup> est à l'origine des principales pathologies bucco-dentaires : la carie (« trou dans la dent ») et la gingivite (« saignement des gencives »). Or, cette plaque dentaire est facilement éliminée par un brossage biquotidien des dents.
- **Module 3** : Le brossage des dents se réalise avec :
  - Une brosse à dents à poils souples ou électrique,
  - Et un dentifrice fluoré.En fonction de l'âge de l'enfant, différentes techniques de brossage sont conseillées. En résumé, à partir de 6 ans, les gestes sont à réaliser du « rose » (= gencive) vers le « blanc » (= la dent). Le brossage des dents est recommandé deux fois par jour (matin et soir), pendant une durée de 2 min.
- **Module 4** : L'alimentation, au même titre que l'hygiène bucco-dentaire quotidienne (Module 3) et les visites régulières chez un chirurgien-dentiste (Module 6), joue un rôle essentiel dans la santé bucco-dentaire. Attention au choix des aliments et des boissons, ainsi qu'aux pratiques de grignotage.
- **Module 5** : Une dent cassée, déplacée ou expulsée constitue une situation d'urgence dentaire et nécessite une consultation auprès d'un chirurgien-dentiste.
- **Module 6** : La visite régulière chez le chirurgien-dentiste, à la fréquence d'au moins une fois par an, permet de vérifier la santé des dents et des gencives, et ainsi de prévenir l'apparition ou l'aggravation de pathologies bucco-dentaires.
- **Module 7** : Les enfants en situation de handicap ont plus de risques d'avoir un mauvais état bucco-dentaire, nécessitant un suivi régulier chez le chirurgien-dentiste ainsi que des sensibilisations adaptées à la réalisation d'une bonne hygiène bucco-dentaire. Des outils dédiés à ce public existent sur l'hygiène bucco-dentaire et la préparation des soins bucco-dentaires.

Cette mallette bucco-dentaire a été réalisée avec le concours financier de l'ARS Nouvelle-Aquitaine.

<sup>1</sup> ou de façon très résumée et simplifiée : « certains microbes de la bouche »






# Sommaire

● Introduction	Page 3
● Contenus et ressources à destination des <b>enfants de moins de 3 ans</b>	Page 6
● <b>Module 1 : La bouche et les dents</b>	
○ <i>Fiches activités enfant</i>	Page 8
○ <i>Fiches activités intervenant</i>	Page 17
● <b>Module 2 : Les maladies bucco-dentaires</b>	
○ <i>Fiches activités enfant</i>	Page 26
○ <i>Fiches activités intervenant</i>	Page 30
● <b>Module 3 : L'hygiène bucco-dentaire</b>	
○ <i>Fiches activités enfant</i>	Page 34
○ <i>Fiches activités intervenant</i>	Page 38
● <b>Module 4 : L'alimentation</b>	
○ <i>Fiches activités enfant</i>	Page 42
○ <i>Fiches activités intervenant</i>	Page 47
● <b>Module 5 : Les accidents de la vie courante et les urgences dentaires</b>	
○ <i>Fiches activités enfant</i>	Page 51
○ <i>Fiches activités intervenant</i>	Page 53
● <b>Module 6 : Les visites chez le chirurgien-dentiste</b>	
○ <i>Fiches activités enfant</i>	Page 55
○ <i>Fiches activités intervenant</i>	Page 58





## POURQUOI PRENDRE SOIN DE SES DENTS ?

- |   |   |   |  |
|---|---|---|--|
|  | <b>Avoir un beau sourire</b>              |  | <b>Éviter les caries et protéger les dents définitives</b> |
|  | <b>Apprendre à manger sans difficulté</b> |  | <b>Apprendre à parler sans difficulté</b>                  |
|  | <b>Éviter la douleur</b>                  |   |  |
- 3 fois plus de chance d'avoir des caries sur une dent définitive quand on en a eu sur une dent de lait

**« Il est inutile de soigner les dents de lait puisqu'elles vont tomber... » FAUX !**

Même si elles vont tomber, elles sont indispensables au bon développement de la bouche de l'enfant et donc du futur adulte. Elles sont nécessaires pour manger et parler. Elles vont permettre aux dents définitives de pousser dans la bonne position.

## COMMENT NETTOYER SES DENTS ?

### Dès la naissance et lorsque les dents apparaissent

De préférence, le soir, à l'aide soit d'une compresse humide soit d'une brosse à dents de petite taille soit d'un doigtier, sans dentifrice, juste avec de l'eau.



### A partir de 2 ans

2 fois par jour, avec mon aide et sous mon contrôle avec un dentifrice au fluor adapté à l'âge.





## BON A SAVOIR

**La carie est une maladie contagieuse**, causée par certaines bactéries présentes dans la bouche. Ces bactéries n'existent pas à la naissance dans la bouche de l'enfant et sont souvent transmises par les parents. J'adopte donc une bonne hygiène bucco-dentaire avec un suivi annuel.

**Pour limiter le risque de transmission de bactéries et l'apparition de caries, je dois :**

- 👉 Utiliser une cuillère différente de celle que j'utilise pour vérifier la température du plat ;
- 👉 Utiliser des couverts différents de ceux utilisés par mon enfant ;
- 👉 Nettoyer la tétine régulièrement, mais sans la mettre dans ma bouche pour cela ;
- 👉 Éviter d'embrasser mon enfant sur la bouche.

## LES CONSEILS POUR PRENDRE SOIN DE SES DENTS

## 1. Je fais attention à son alimentation

J'évite au maximum de donner à mon enfant en dehors des repas : manger entre les repas abîme les dents. Je fais attention aux aliments qui donnent le plus de caries :



## ZOOM SUR LE « SYNDROME DU BIBERON »

Le biberon peut causer des caries. Un enfant ne doit jamais s'endormir avec un biberon de lait ou de boissons sucrées. En dehors des repas le biberon ne doit contenir que de l'eau.



## 2. Je fais attention à l'utilisation de la tétine

- 👉 Si mon enfant a une tétine, je ne la trempe pas dans du sucre ou dans du miel.
- 👉 Si mon enfant utilise une tétine, un doudou ou suce son pouce, j'en parle avec le dentiste lors de la première visite.
- 👉 La Fédération Française d'Orthodontie (FFO) recommande l'arrêt de la tétine ou de la succion du pouce, idéalement avant 3 ans, âge auquel toutes les dents de lait sont présentes. Rapprochez vous de votre dentiste pour vous faire conseiller et accompagner.

## 3. Je soulage les poussées dentaires

- 👉 Lors de la poussée dentaire, je peux donner à mon enfant un anneau de dentition non abîmé. L'anneau est à mettre au réfrigérateur (et non au congélateur) : le froid a un effet anti-douleur.
- 👉 Je peux aussi masser la gencive de mon bébé avec une compresse humide placée autour de mon doigt propre.
- 👉 En cas de fièvre et/ou douleur dentaire, un médicament peut être prescrit par le pédiatre ou le médecin, avec une dose adaptée au poids et à l'âge de l'enfant.

## ATTENTION AUX IDÉES REÇUES ET ASTUCES DE GRAND-MÈRE !

- > Les poussées dentaires ne provoquent pas de température supérieure à 38 °C, ni une dégradation de l'état général, ni des diarrhées. Une consultation médicale devient indispensable si ces symptômes apparaissent.
- > Attention aux astuces de grand-mère : ne pas frotter la gencive avec un morceau de sucre, de pain, une cuillère ou de l'alcool, ne jamais percer la gencive pour aider la dent à sortir.
- > Éviter les biscuits de dentition qui ne soulagent pas les douleurs de la poussée dentaire et qui nutritionnellement n'ont pas d'intérêt puisqu'ils contiennent du sucre.
- > Éviter les colliers d'ambre car il y a un risque que l'enfant s'étouffe ou s'étrange.

**Si vous posez des questions sur les poussées dentaires et les moyens de les soulager, n'hésitez pas à en parler au médecin ou au pédiatre de votre enfant, ou à votre dentiste.**

## 4. J'emmène mon enfant chez le dentiste 1 fois par an

La première visite chez le dentiste se fait avant l'âge de 2 ans puis régulièrement, au moins une fois par an, pendant toute la vie !

La santé bucco-dentaire repose sur un apprentissage et une transmission des bons comportements entre les parents et les enfants.



Pensez à M.T Dents de l'Assurance Maladie, des examens bucco-dentaires et soins complémentaires gratuits pour les enfants de 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24 ans. (invitations reçues par courrier à remettre au dentiste)

**ORDRE NATIONAL DES CHIRURGIENS-DENTISTES**  
CONSEIL RÉGIONAL DE NOUVELLE AQUITAINE

**urps**  
UNION RÉGIONALE DES DENTISTES DE NOUVELLE AQUITAINE  
L'union par l'action

**RÉPUBLIQUE FRANÇAISE**  
Ministère de la Santé et de la Prévoyance

**ARS**  
Agence Régionale de Santé Nouvelle-Aquitaine

**www.nouvelle-aquitaine.ars.sante.fr**

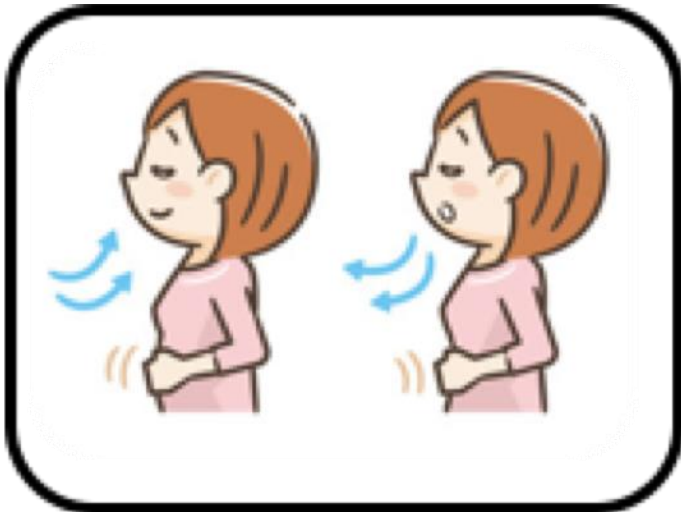
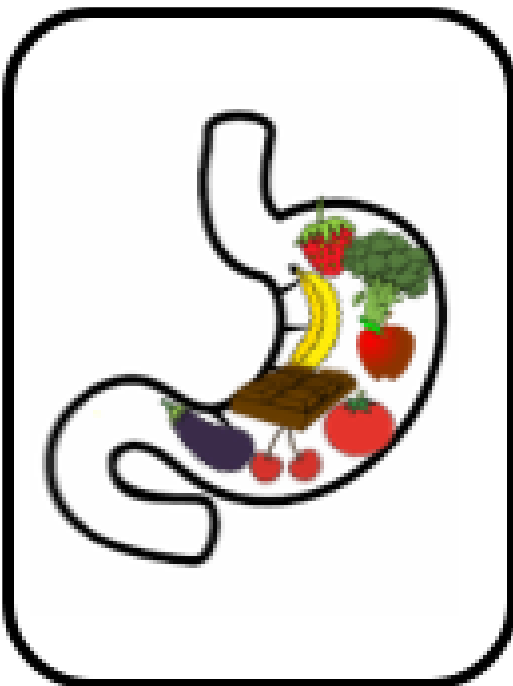
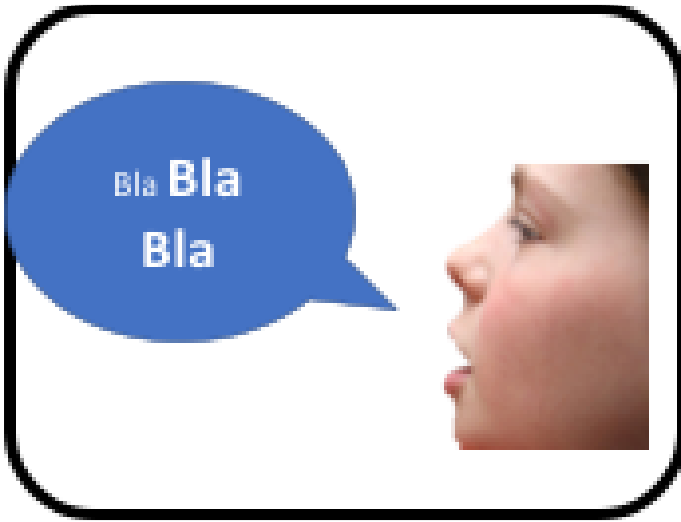
Conception N. Dura Département communications ARS Nouvelle-Aquitaine - illustrations: Saint BD & Freepeak - Photos A. Inguélin



# À la découverte de la bouche et des dents

## Activité 1 : À la découverte de la bouche - Les fonctions de la bouche

À l'aide des images ci-dessous, j'écris les différentes fonctions de la bouche.



Manger	Embrasser	Respirer
Digérer	Sourire	Parler



## Activité 2 : À la découverte de la bouche - La bouche et les dents



**Dessine ta bouche et tes dents, telles que tu te les représentes :**

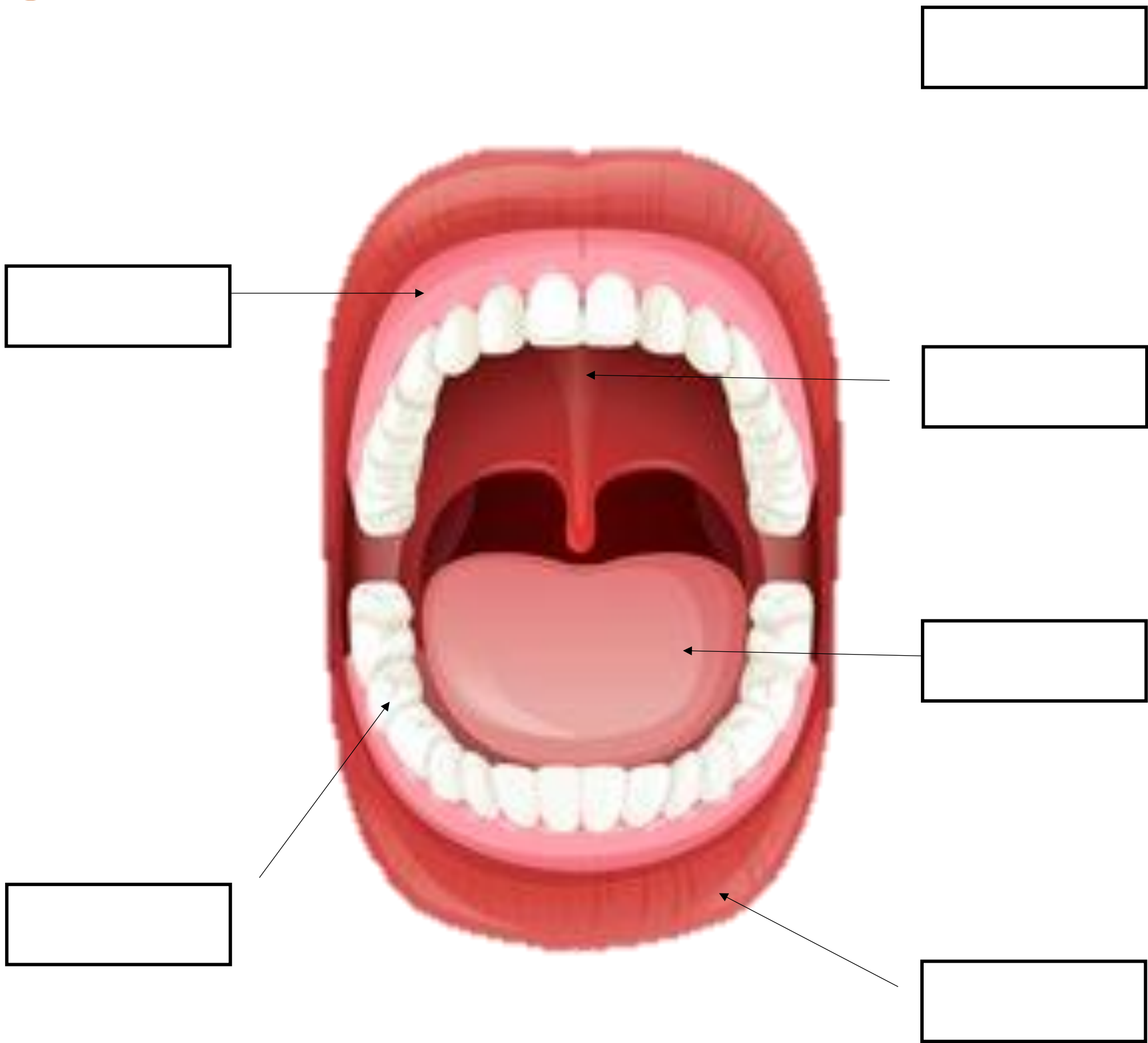


**Après avoir observé la photo de la bouche d'un enfant, quelles sont les différences entre ton dessin et la photo :**

Activité 2 : À la découverte de la bouche - La bouche et les dents



3 Complète le schéma ci-dessous en t'aidant des étiquettes

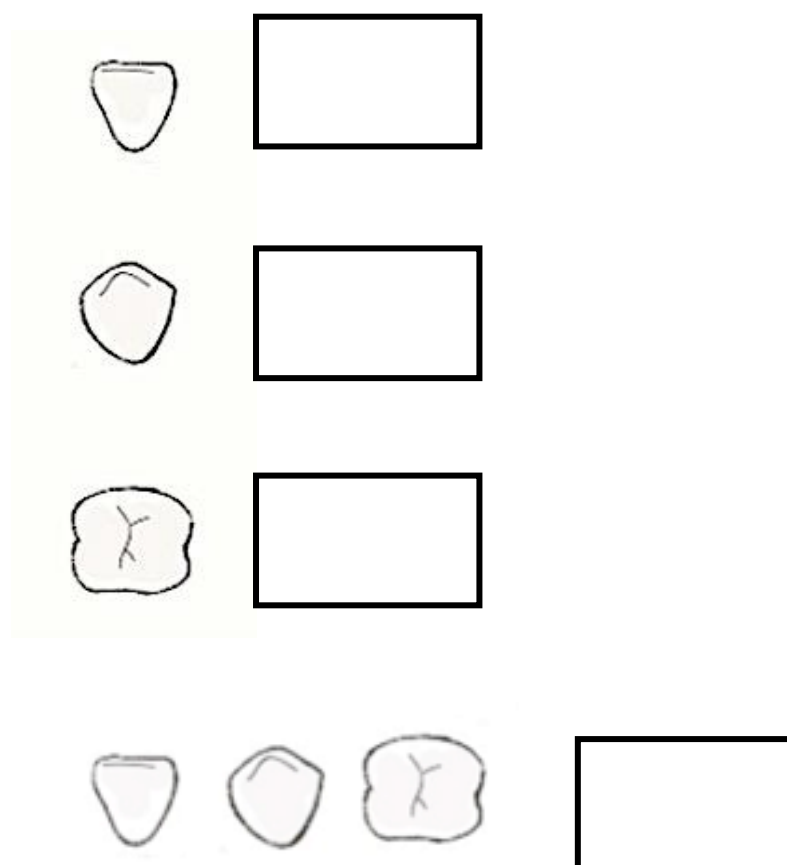
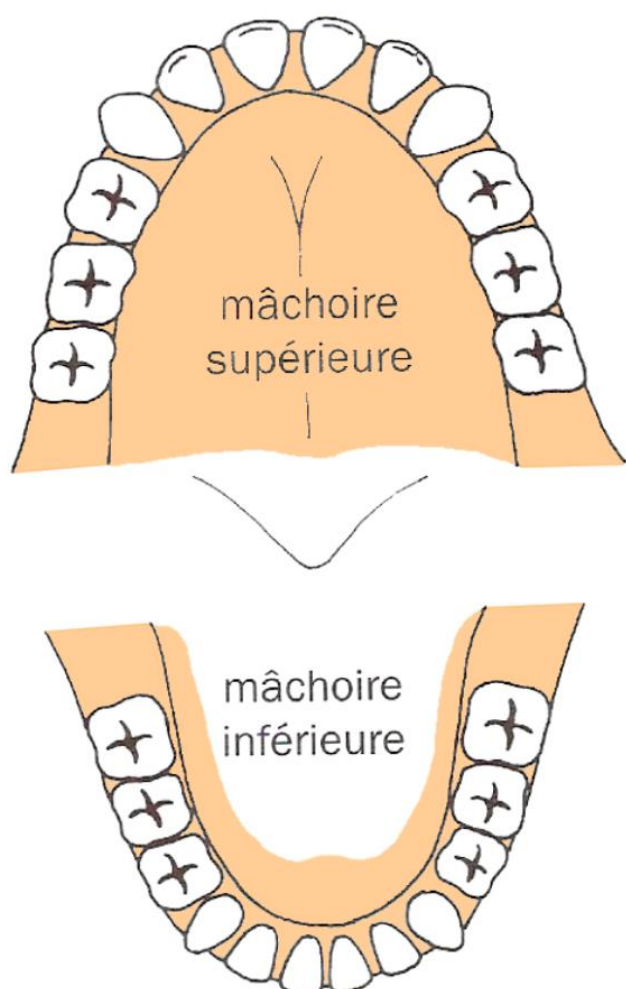


Les lèvres	Les dents	Le palais
La bouche	La gencive	La langue

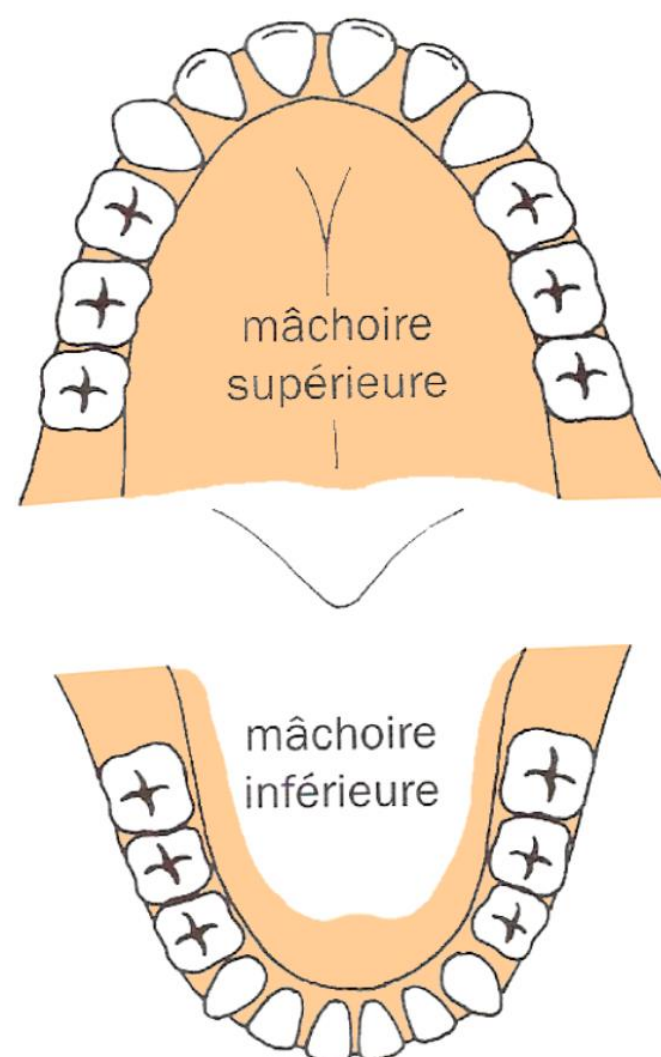
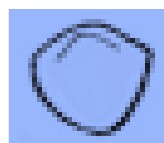


## Activité 3 : À la découverte des dents

- 1** Observe le schéma de la dentition d'un enfant. Compte chaque sorte de dents et complète :

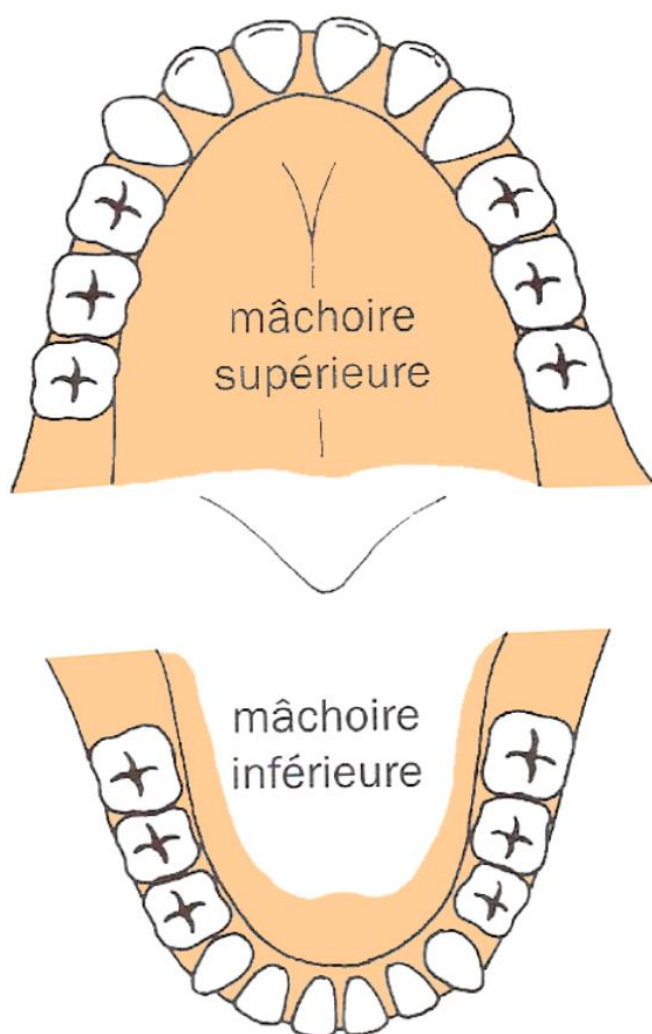


- 2** Complète la légende. Puis colorie les dents sur le schéma selon la couleur indiquée sur la légende :



## Activité 3 : À la découverte des dents

**3** Sur le schéma suivant, colorie :



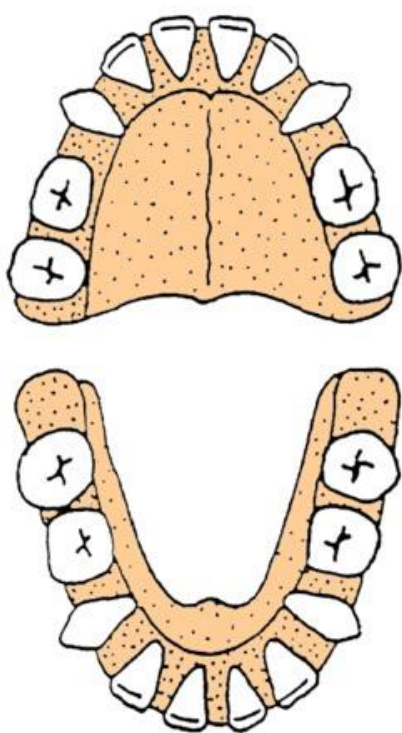
- En vert, les dents présentes dans ta bouche ;
- En rouge, les dents qui sont tombées.

Combien de dents as-tu ?

J'ai

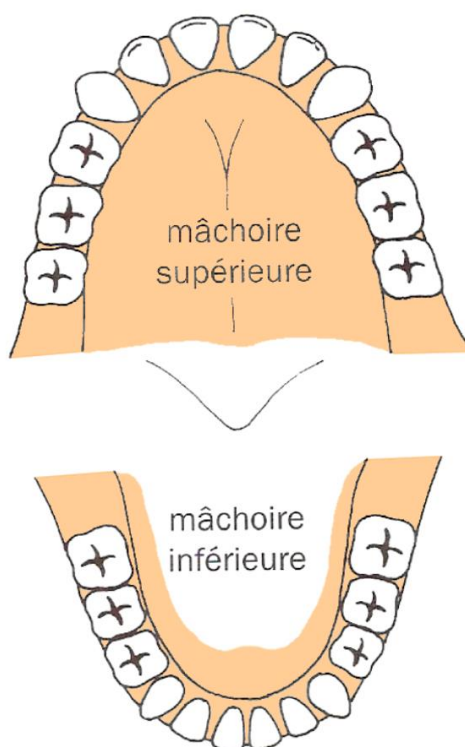
dents.

**4** Compte le nombre de dents d'un enfant de 5 ans, de 7 ans et d'un adulte. Quelle différence trouves-tu ?



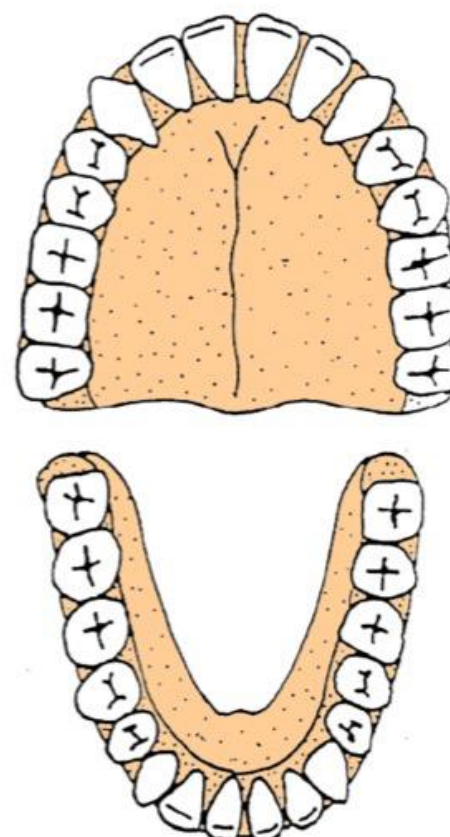
Denture d'un enfant de 5 ans

	<input type="text"/>
	<input type="text"/>
	<input type="text"/>



Denture d'un enfant de 7 ans

	<input type="text"/>
	<input type="text"/>
	<input type="text"/>



Denture d'un adulte

	<input type="text"/>
	<input type="text"/>
	<input type="text"/>



## Activité 3 : À la découverte des dents



**5** À quoi servent nos dents ? À quoi servent les canines, les incisives et les molaires ? Relie chaque dent à son nom et son rôle.



molaire



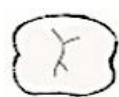
déchire



incisive



coupe



canine



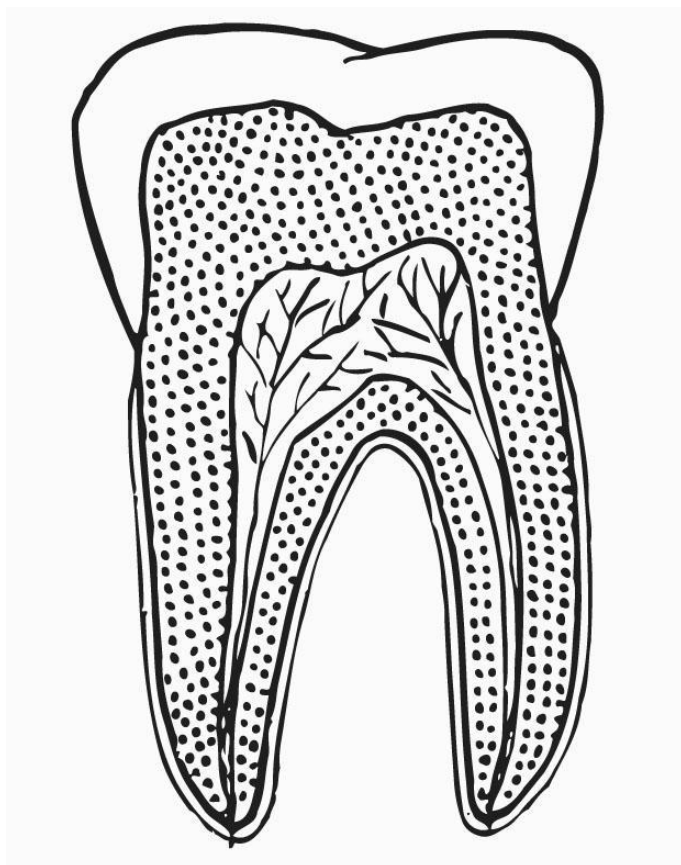
écrase



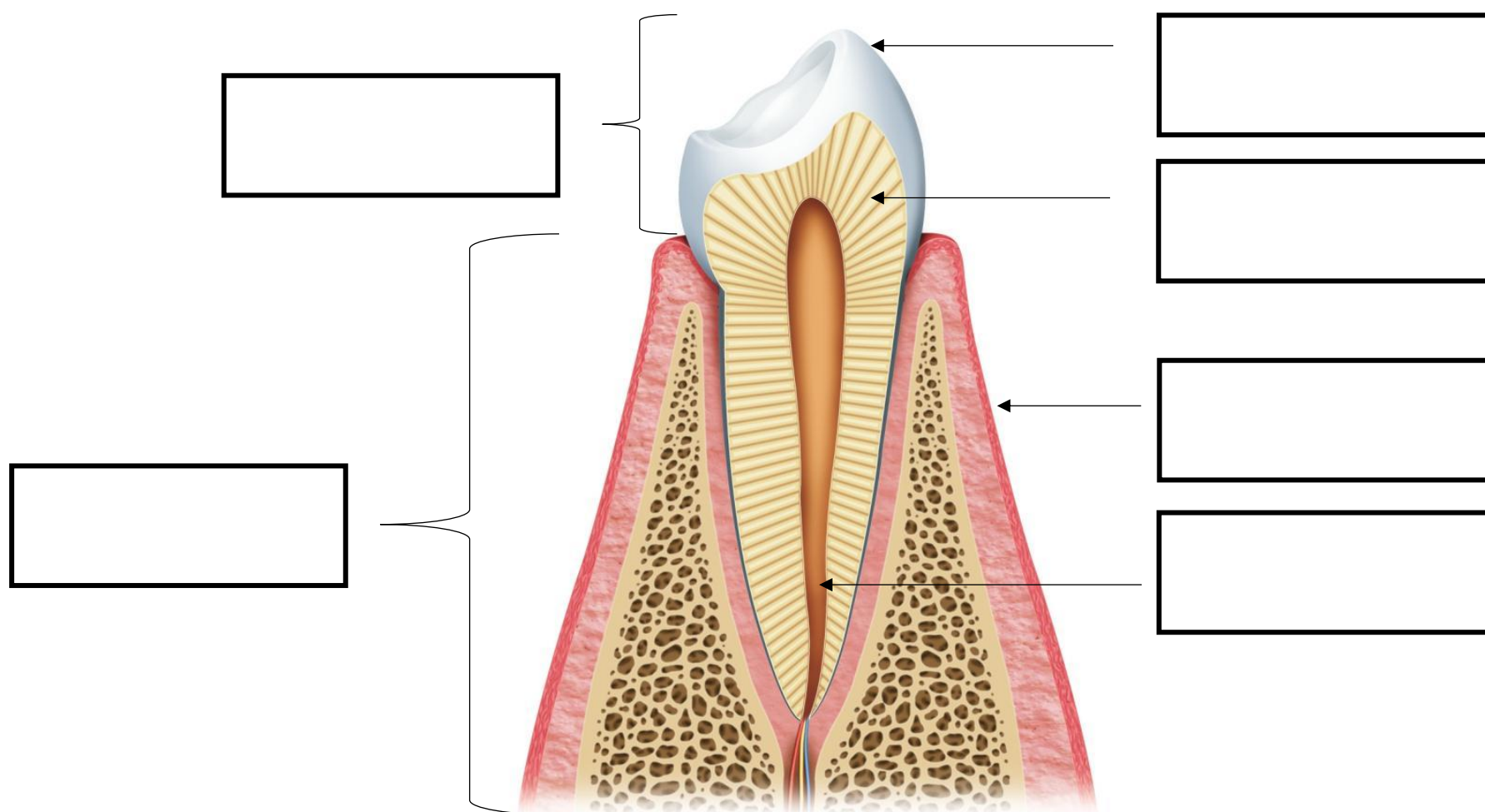
## Activité 4 : La composition de la dent

### 1 Colorie les différentes parties de la dent.

- ☐ Rose
- ☐ Jaune
- ☐ Rouge




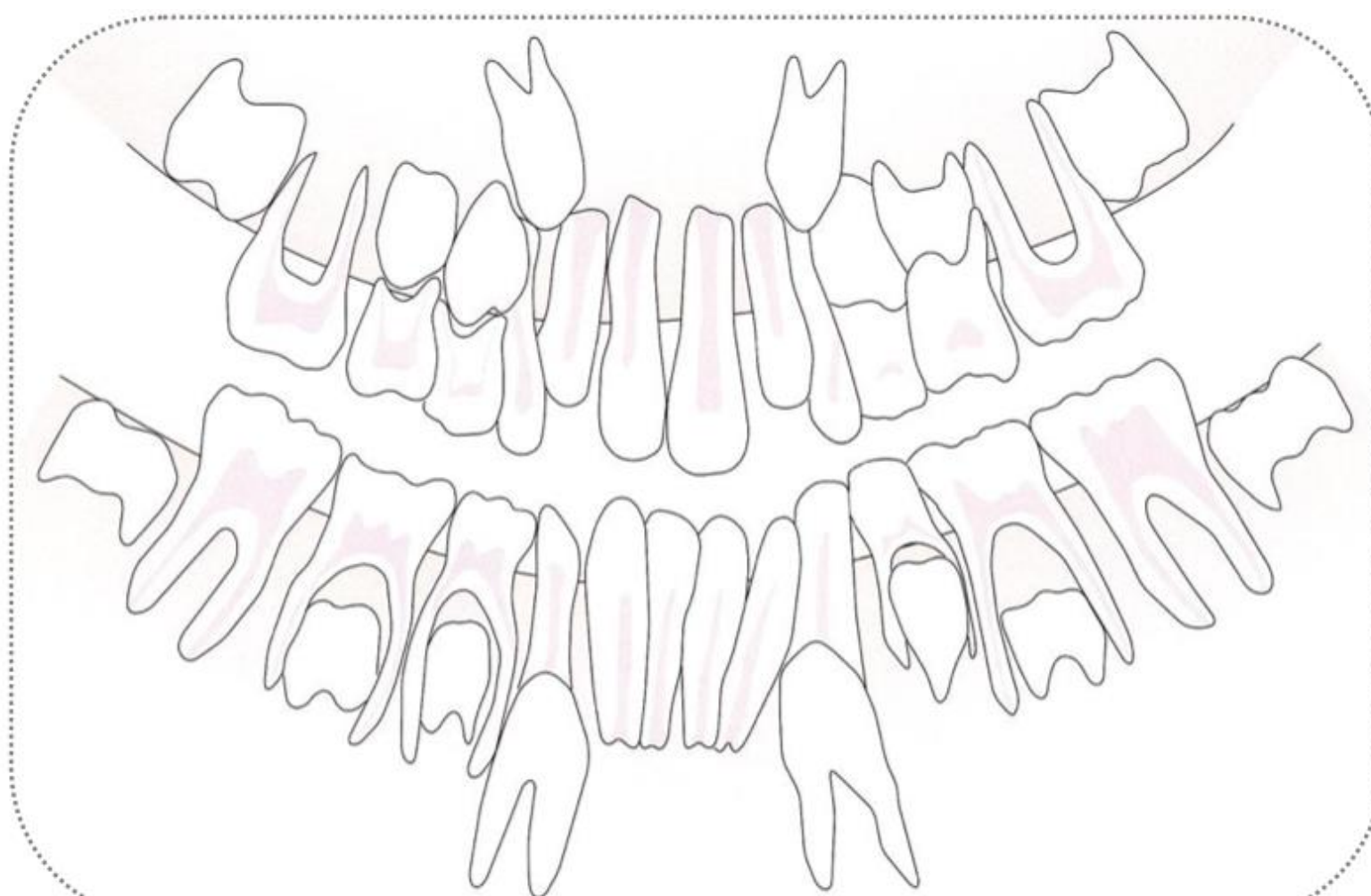
### 2 Comment est faite une dent ? Quelles sont les différentes parties de la dent ? Complète la légende.



La couronne	L'émail	La pulpe
La dentine	La gencive	La racine



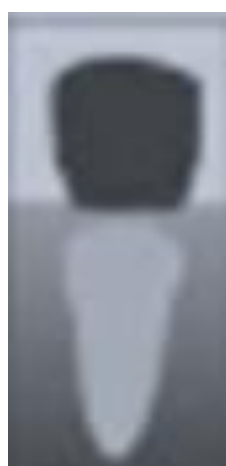
## Activité 5 : Les dents de lait et la dentition

1 Colorie chaque dent selon la légende. Dents de lait Dents définitives Dents définitives non sorties<https://utinbazar.fr/alimentation-et-les-dents/>

Dessin de la radiographie des mâchoires d'un enfant de 8 ans

2 Replace dans l'ordre chronologique les différentes étapes de croissance de la dent.

A



B



C



D



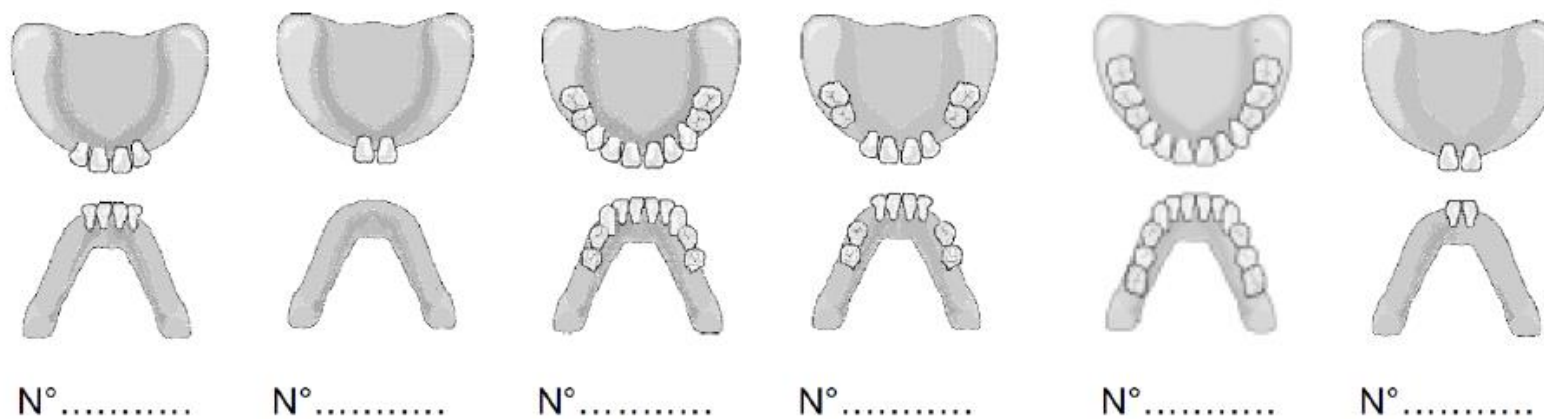
E

Ordre :    /    /    /    /

(Indication : la dent de lait est la dent en noir foncé)

## Activité 5 : Les dents de lait et la dentition

**3** Indique l'ordre d'apparition des dents en numérotant les étapes (1/2/3/4/5/6) sous les bonnes images.





Activité 1 : À la découverte de la bouche - Les fonctions de la bouche

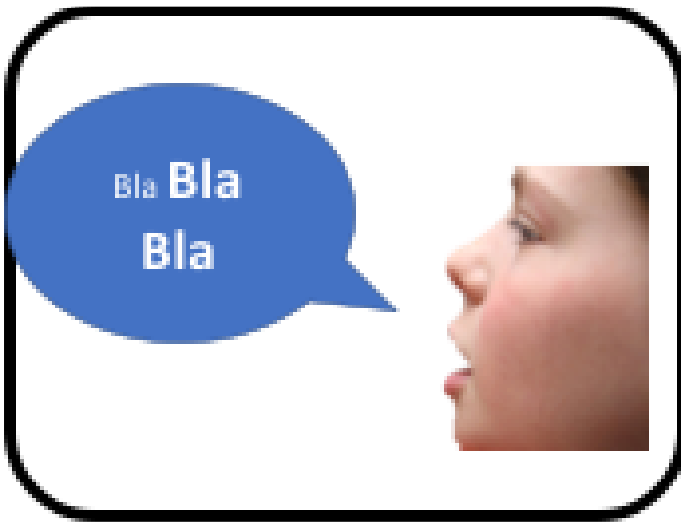
À l'aide des images ci-dessous, j'écris les différentes fonctions de la bouche.



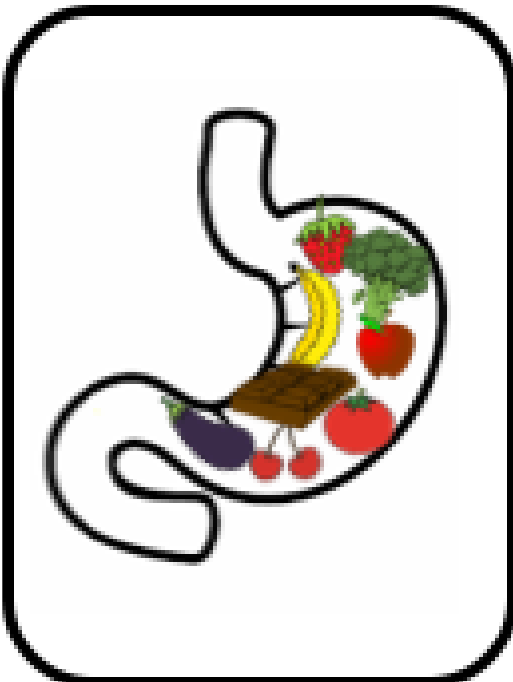
Manger



Sourire



Parler



Digérer



Respirer



Embrasser



Manger	Embrasser	Respirer
Digérer	Sourire	Parler

### Activité 2 : À la découverte de la bouche - La bouche et les dents



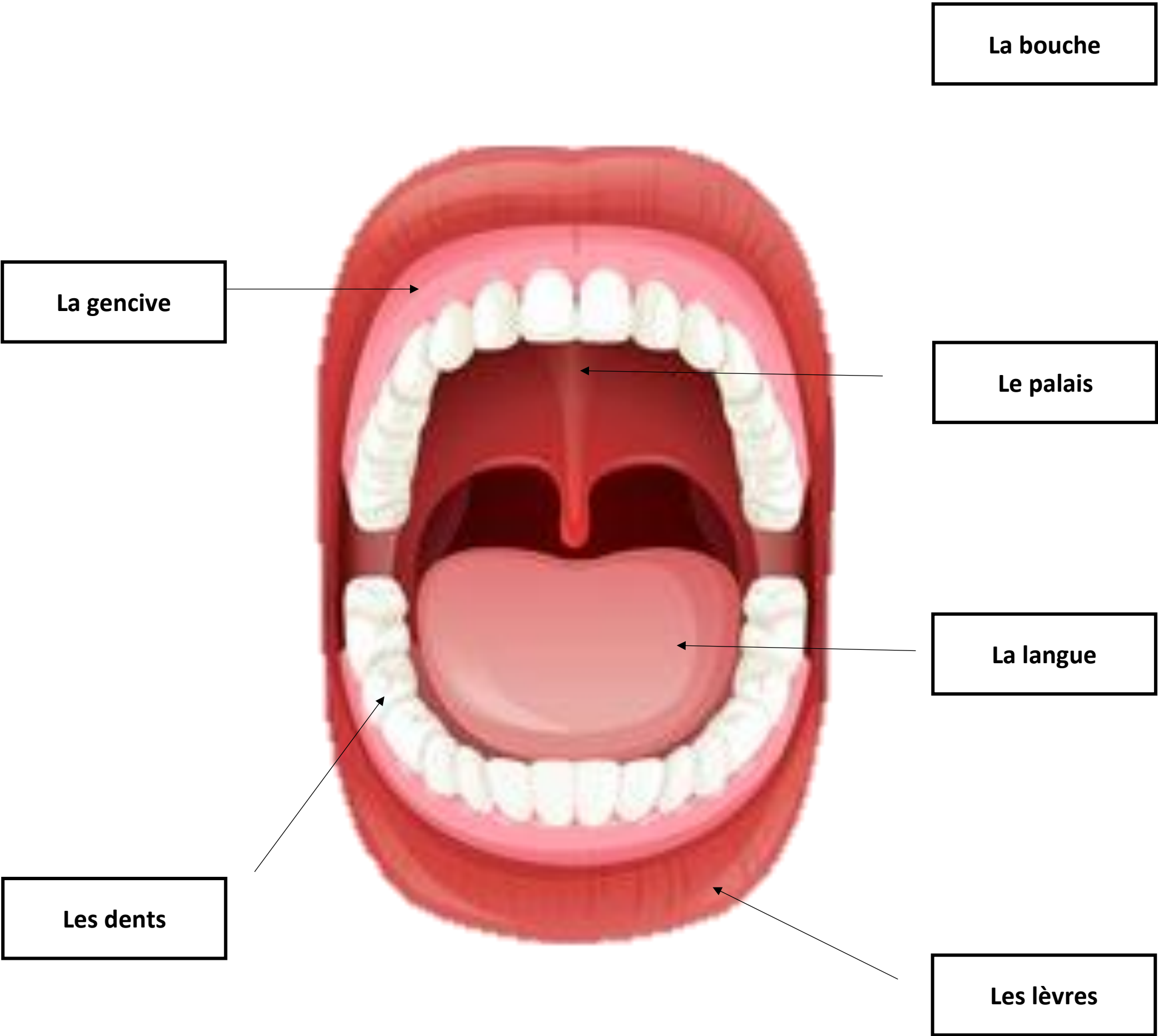
**1 Dessine ta bouche et tes dents, telles que tu te les représentes :**



**2 Après avoir observé la photo de la bouche d'un enfant, quelles sont les différences entre ton dessin et la photo :**

Activité 2 : À la découverte de la bouche - La bouche et les dents

**1** Complète le schéma ci-dessous en t’aidant des étiquettes

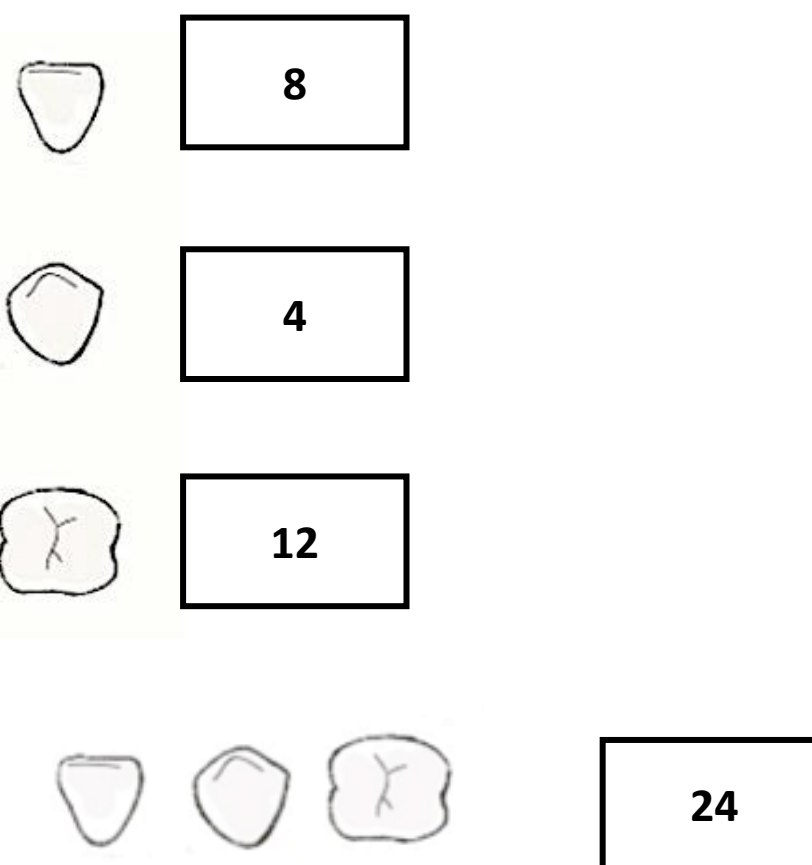
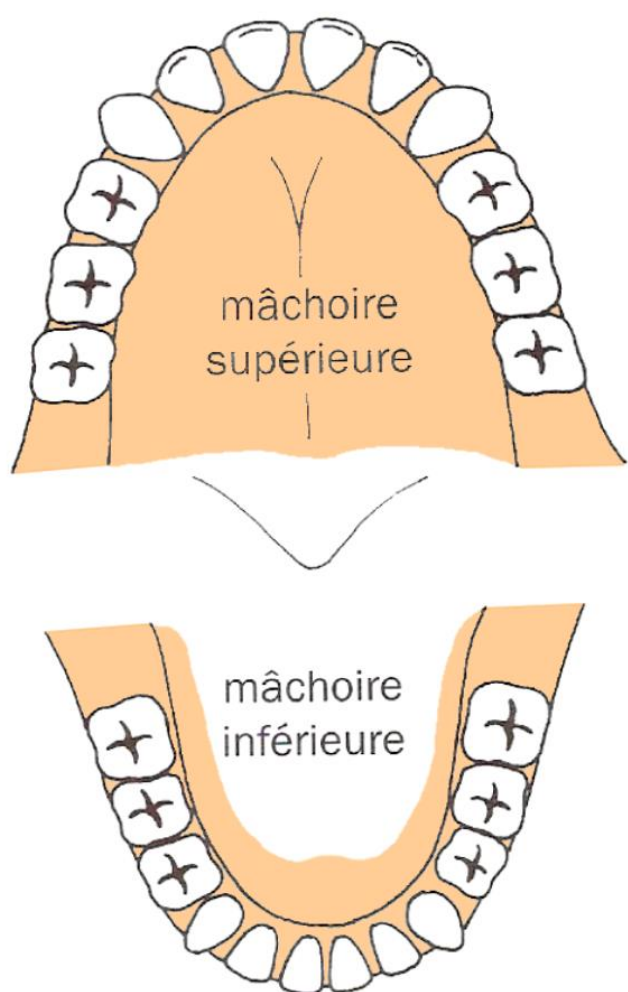


Les lèvres	Les dents	Le palais
La bouche	La gencive	La langue



## Activité 3 : À la découverte des dents

**1** Observe le schéma de la dentition d'un enfant. Compte chaque sorte de dents et complète :



**2** Complète la légende. Puis colorie les dents sur le schéma selon la couleur indiquée sur la légende :



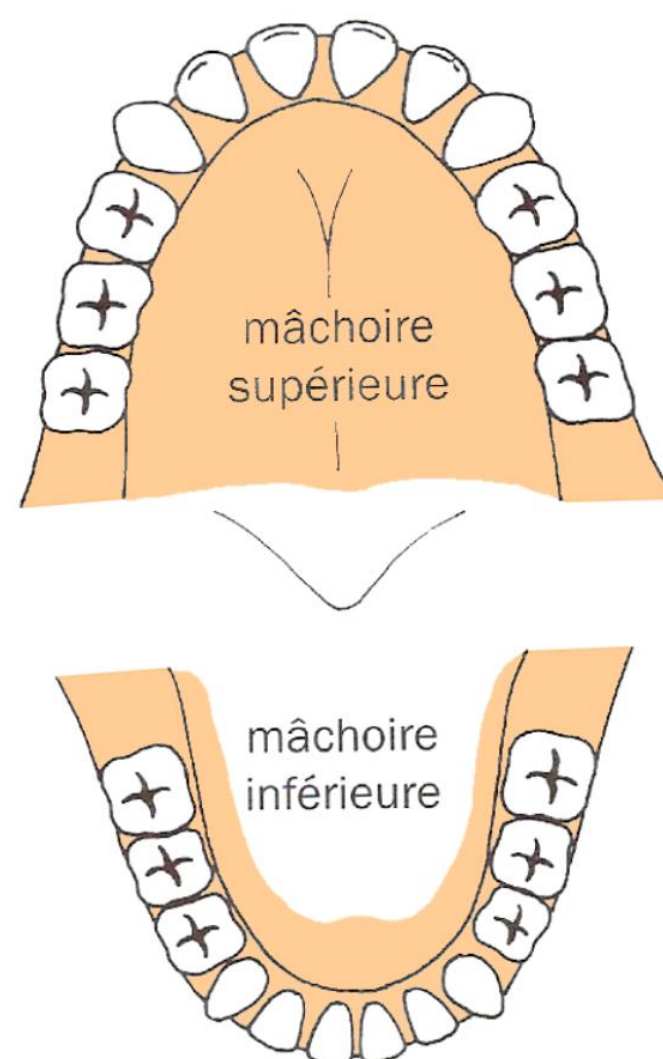
Incisive



Canine

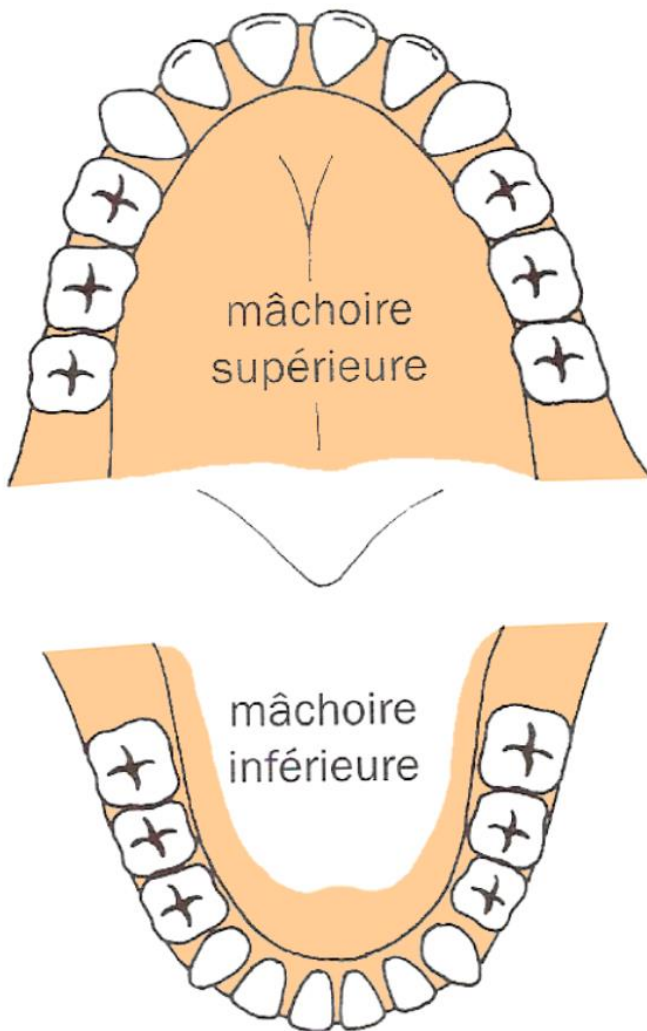


Molaire



## Activité 3 : À la découverte des dents

### 3 Sur le schéma suivant, colorie :

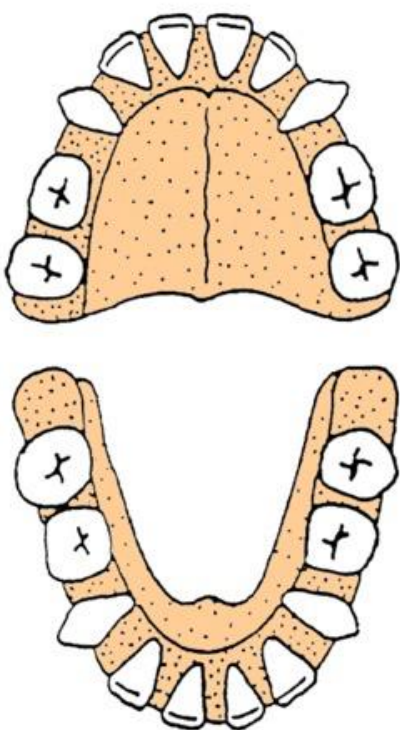


- En vert, les dents présentes dans ta bouche ;
- En rouge, les dents qui sont tombées.

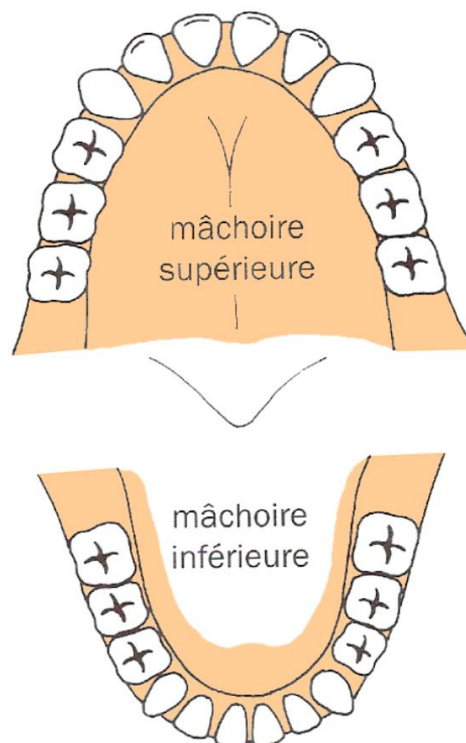
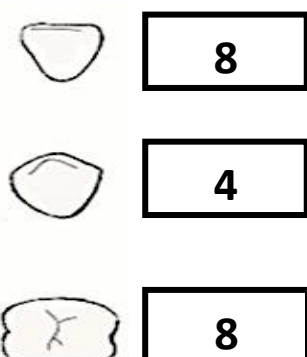
Combien de dents as-tu ?

J'ai  dents.

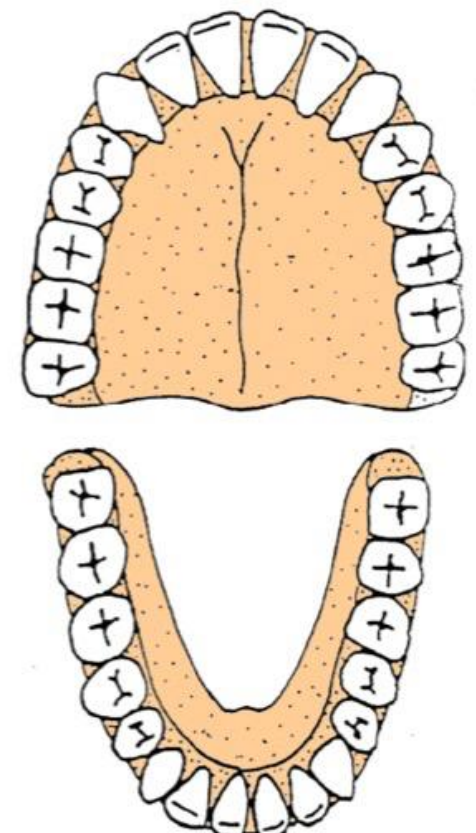
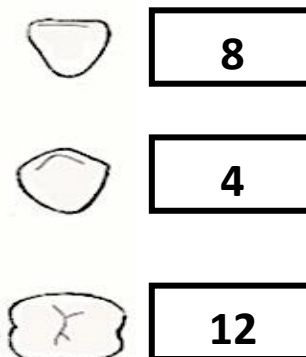
### 4 Compte le nombre de dents d'un enfant de 5 ans, de 7 ans et d'un adulte. Quelle différence trouves-tu ?



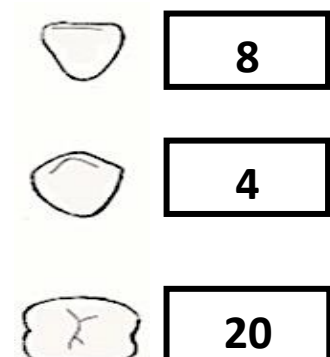
Denture d'un enfant de 5 ans



Denture d'un enfant de 7 ans



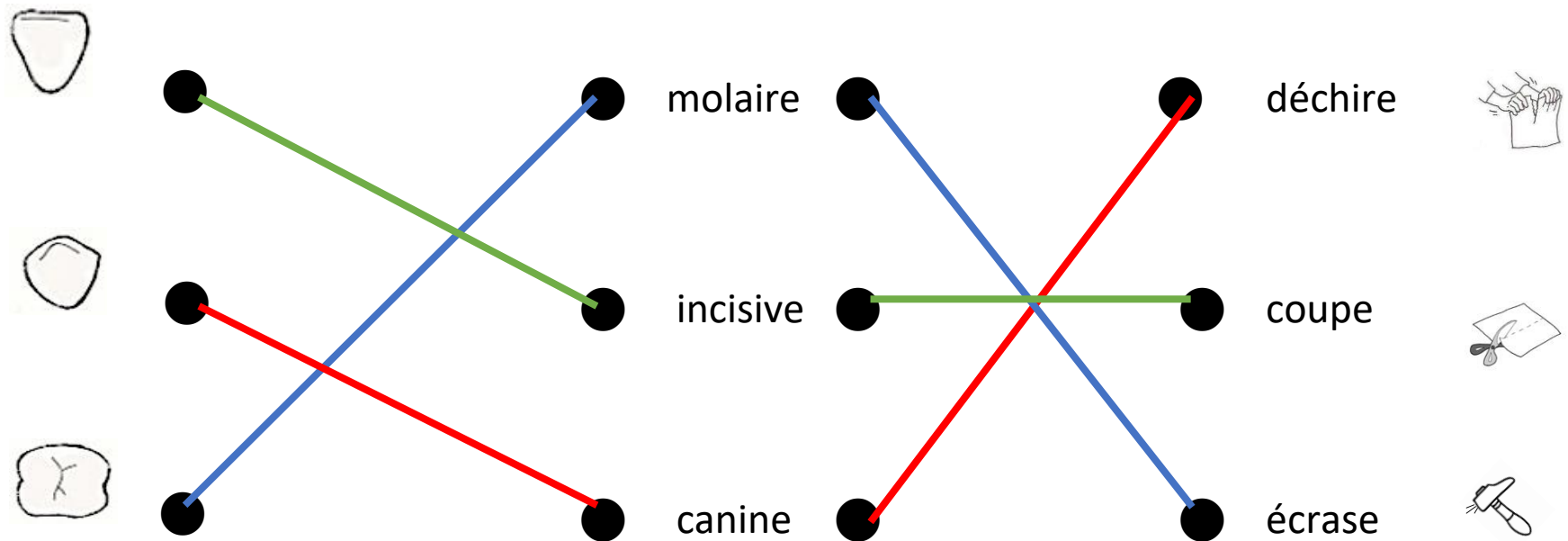
Denture d'un adulte



## Activité 3 : À la découverte des dents






**5** À quoi servent nos dents ? À quoi servent les canines, les incisives et les molaires ? Relie chaque dent à son nom et son rôle.

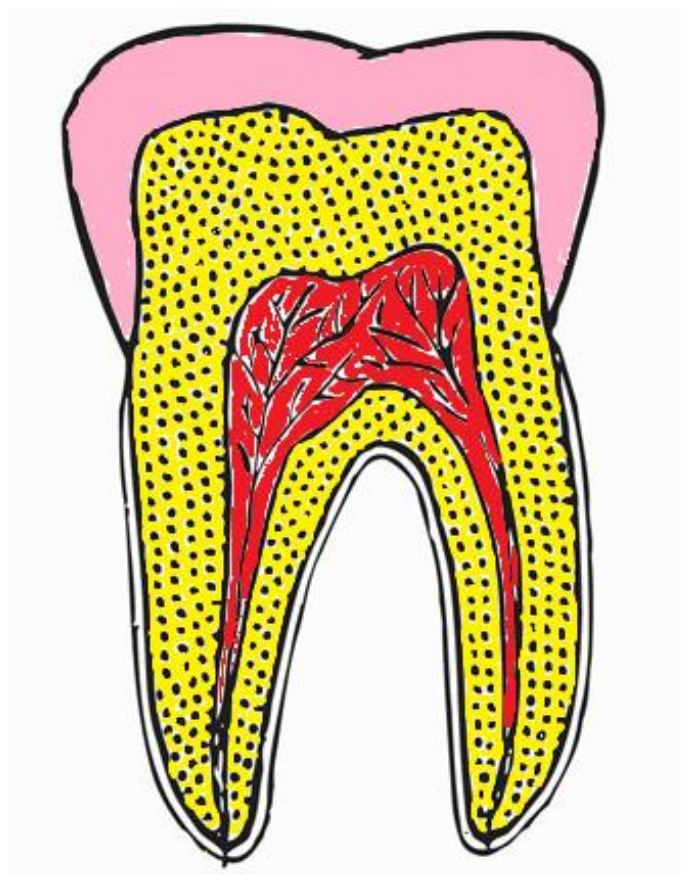




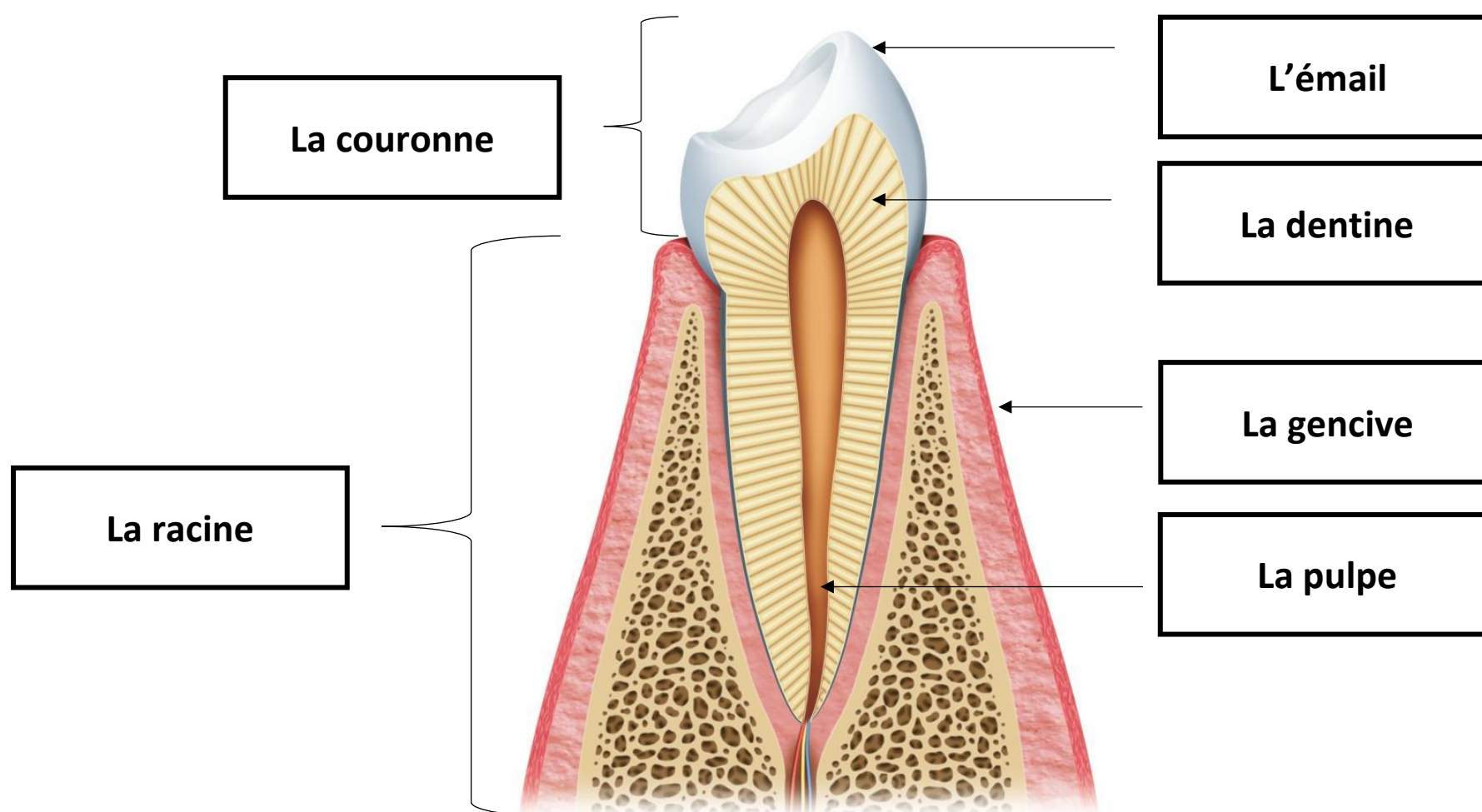
## Activité 4 : La composition de la dent

**1** Colorie les différentes parties de la dent.

-  Rose
-  Jaune
-  Rouge



**2** Comment est faite une dent ? Quelles sont les différentes parties de la dent ? Complète la légende.



La couronne	L'émail	La pulpe
La dentine	La gencive	La racine

## Activité 5 : Les dents de lait et la dentition

### 1 Colorie chaque dent selon la légende.



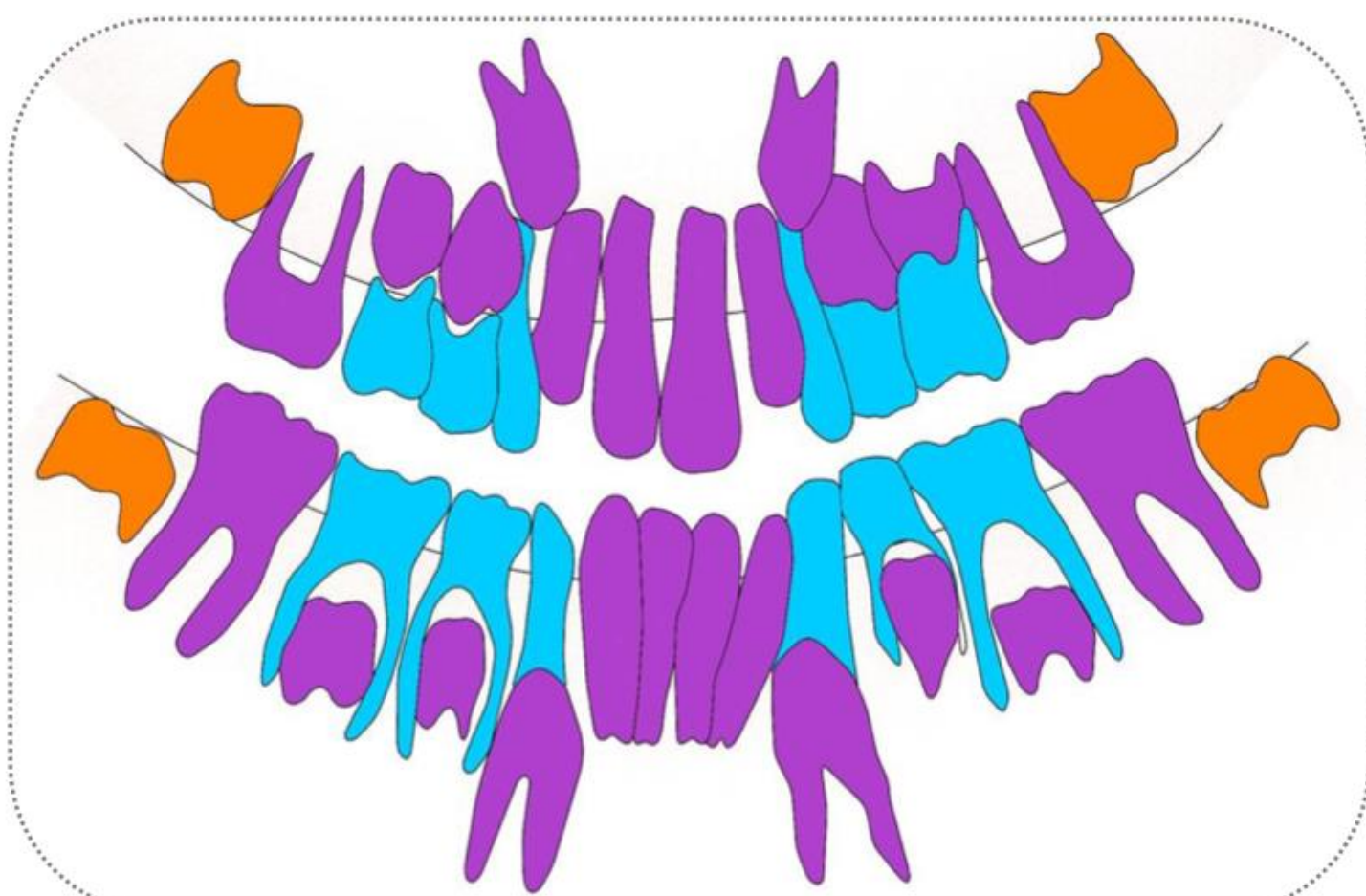
Dents de lait



Dents définitives



Dents définitives non sorties



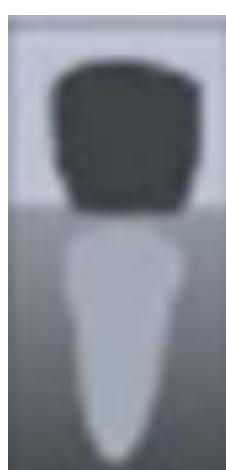
<https://lutinbazar.fr/alimentation-et-les-dents/>

Dessin de la radiographie des mâchoires d'un enfant de 8 ans

### 2 Replace dans l'ordre chronologique les différentes étapes de croissance de la dent.



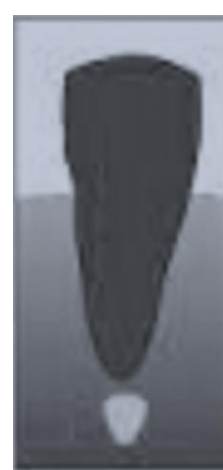
A



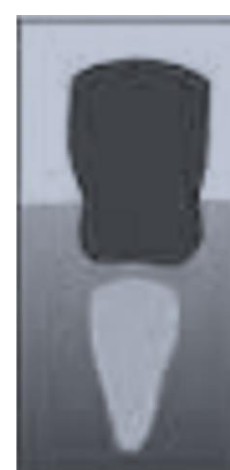
B



C



D



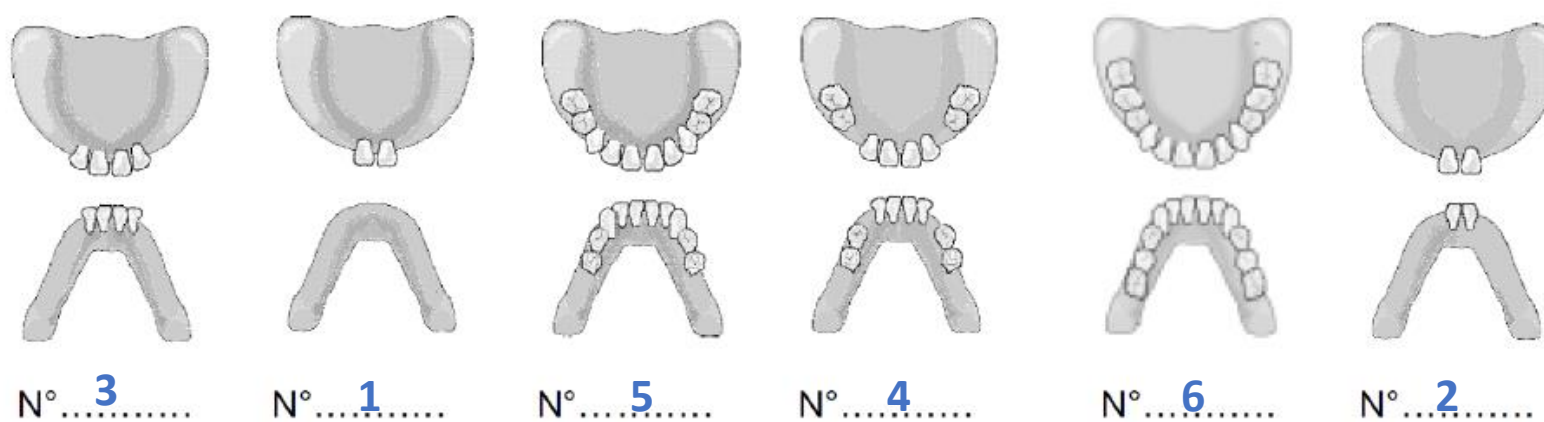
E

Ordre : D / E / B / A / C

(Indication : la dent de lait est la dent en noir foncé)

## Activité 5 : Les dents de lait et la dentition

**3** Indique l'ordre d'apparition des dents en numérotant les étapes (1/2/3/4/5/6) sous les bonnes images.





## Activité 1 : Une bouche en bonne santé

**1** À l'aide des images ci-dessous, j'écris les différentes maladies des dents.











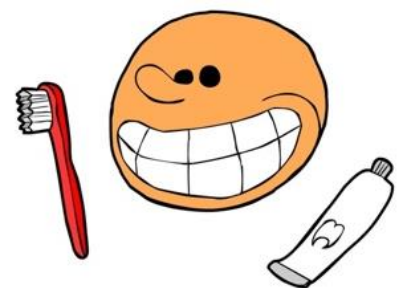
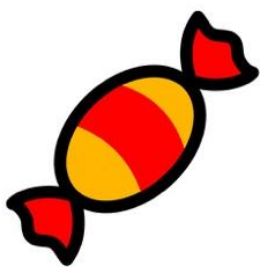




Plaque dentaire	Gingivite (gencive rouge)	Bouche en bonne santé
Bouche en bonne santé	Carie	Tartre

### Activité 1 : Une bouche en bonne santé

**2** Aide « super dent » à ne pas tomber malade. Parmi les dessins ci-dessous, entoure ceux qui évitent les maladies des dents et surtout les caries.



## Activité 2 : La carie arrive !!

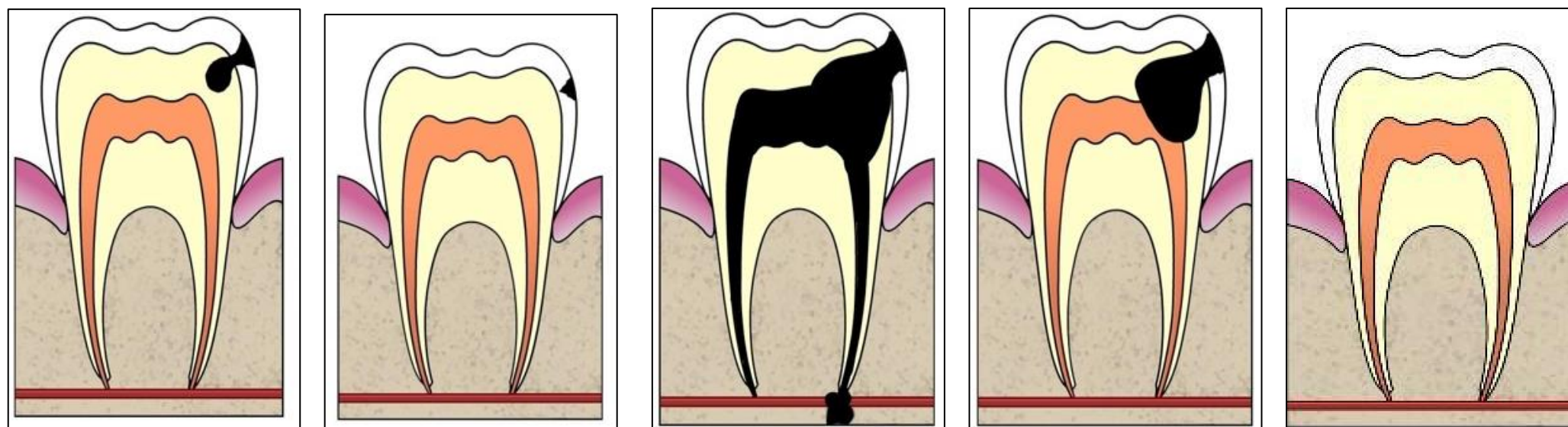
**1** Lis ce petit texte et complète le mot absent.

« Luc adore manger des aliments sucrés, en particulier le soir avant de dormir... Avant de se coucher, il oublie souvent de se brosser les dents. Les microbes présents dans sa bouche aiment le sucre et le transforment en acide. Peu à peu, cet acide abîme la dent et y creuse un trou.

C'est la \_\_\_\_\_. »

**2** Remets les images dans l'ordre.La formation de la carie

<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>





### Activité 3 : Vrai ou faux ?

#### Réponds VRAI ou FAUX aux questions suivantes :

La carie est un trou dans la dent : \_\_ \_\_ \_\_ \_\_ \_\_

Les caries font mal aux dents : \_\_ \_\_ \_\_ \_\_ \_\_

Je dois continuer à me brosser les dents même si mes gencives saignent : \_\_ \_\_ \_\_ \_\_ \_\_

Activité 1 : Une bouche en bonne santé

**1** À l'aide des images ci-dessous, j'écris les différentes maladies des dents.



Plaque dentaire



Bouche en bonne  
santé



Carie



Bouche en bonne  
santé



Gingivite (gencive  
rouge)



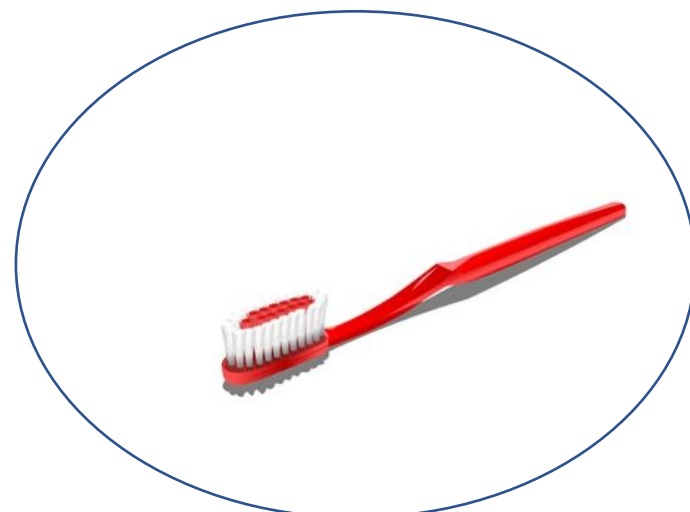
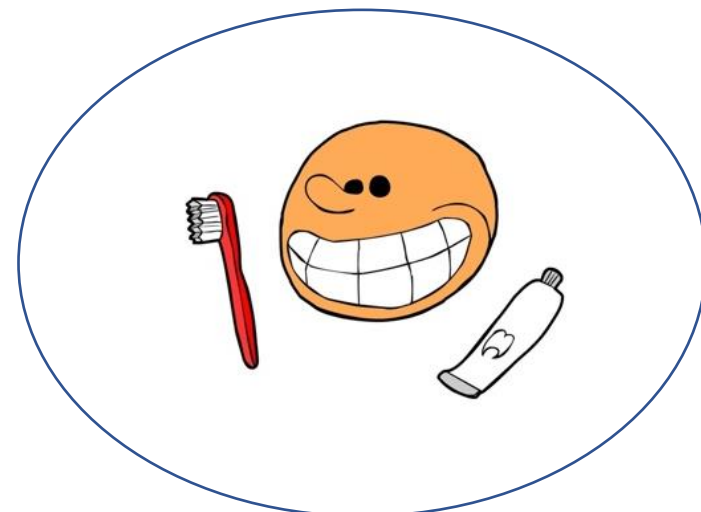
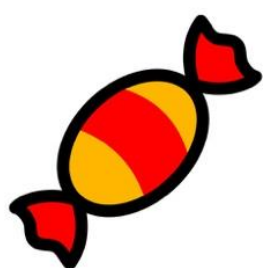
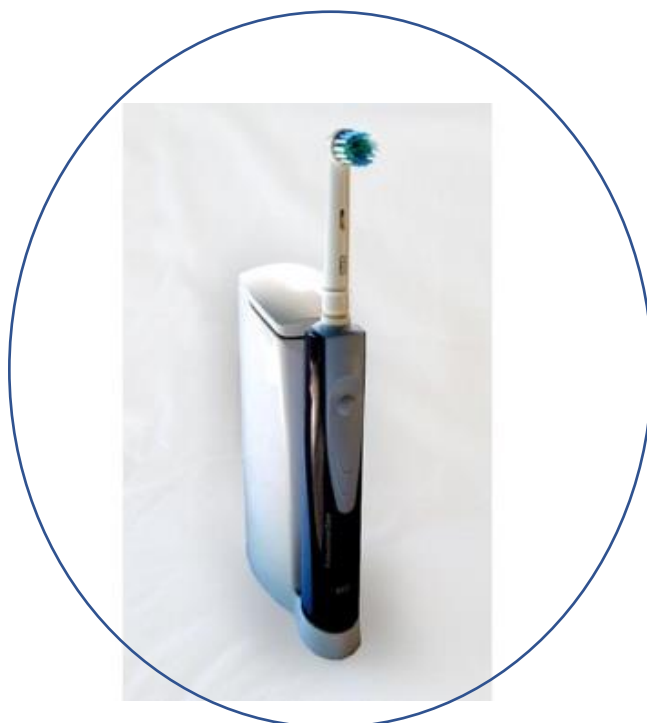
Tartre



Plaque dentaire	Gingivite (gencive rouge)	Bouche en bonne santé
Bouche en bonne santé	Carie	Tartre

### Activité 1 : Une bouche en bonne santé

**2** Aide « super dent » à ne pas tomber malade. Parmi les dessins ci-dessous, entoure ceux qui évitent les maladies des dents et surtout les caries.



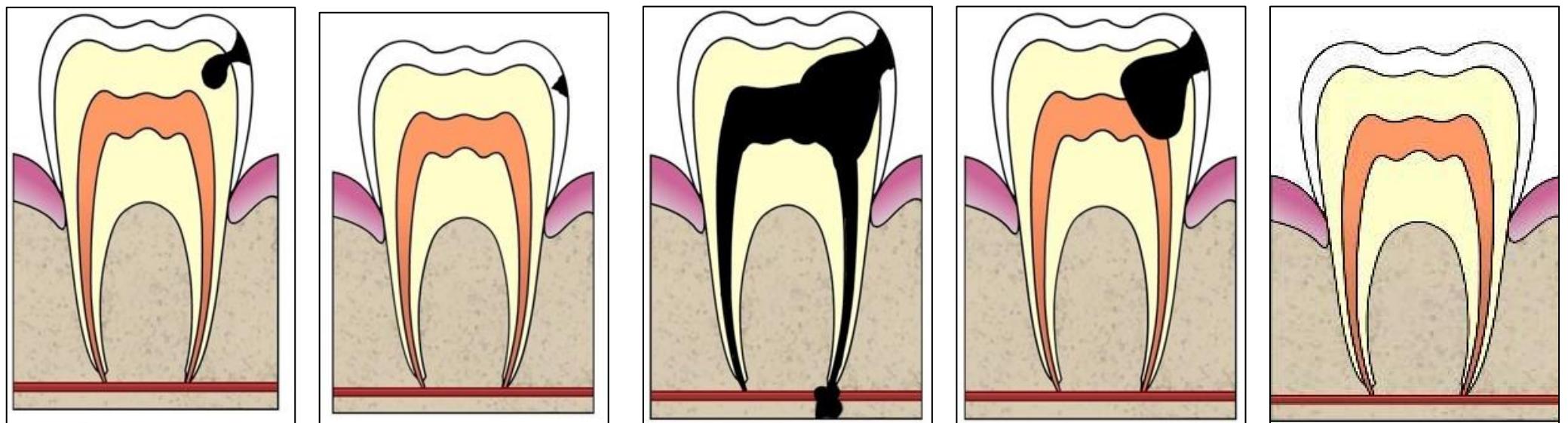
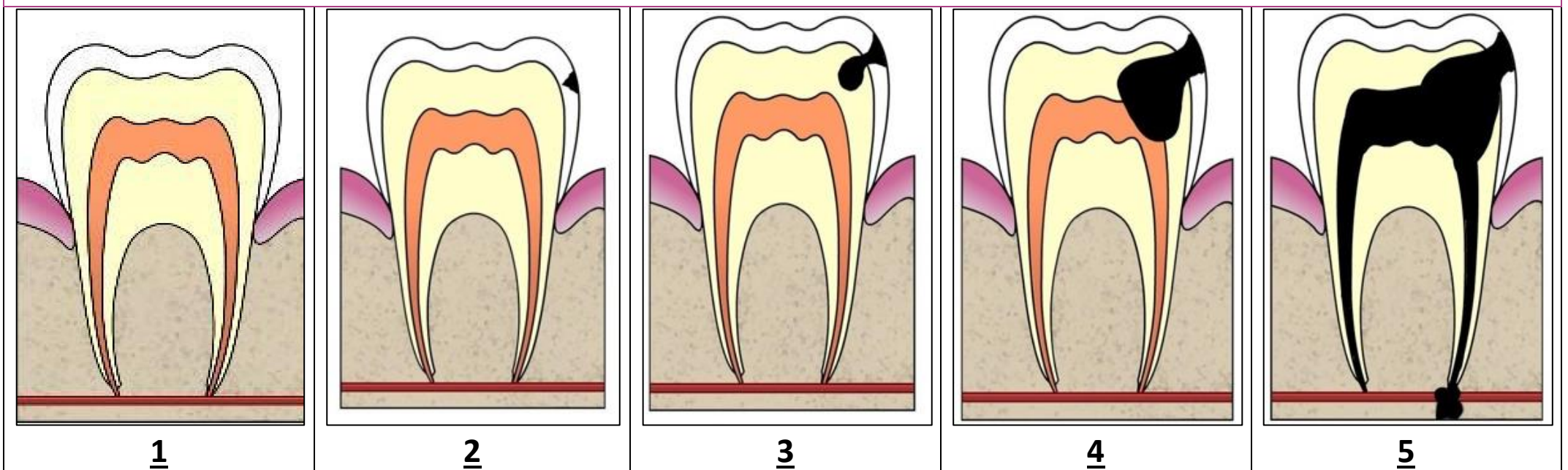


## Activité 2 : La carie arrive !!

**1** Lis ce petit texte et complète le mot absent.

« Luc adore manger des aliments sucrés, en particulier le soir avant de dormir... Avant de se coucher, il oublie souvent de se brosser les dents. Les microbes présents dans sa bouche aiment le sucre et le transforment en acide. Peu à peu, cet acide abîme la dent et y creuse un trou.

C'est la **CARIE** ».

**2** Remets les images dans l'ordre.La formation de la carie

### Activité 3 : Vrai ou faux ?

**Réponds VRAI ou FAUX aux questions suivantes :**

La carie est un trou dans la dent : **V R A I** \_\_\_\_

Les caries font mal aux dents : **F A U X** \_\_\_\_

Je dois continuer à me brosser les dents même si mes gencives saignent : **V R A I** \_\_\_\_

## Activité 2 : Les intrus de l'hygiène bucco-dentaire

- 1** À l'aide des images ci-dessous, choisis le bon matériel à utiliser pour prendre soin de tes dents. Les deux choix sont possibles :



A

RÉPONSE(S) :



B



A

RÉPONSE(S) :



B



A

RÉPONSE(S) :



B



## Activité 2 : Les intrus de l'hygiène bucco-dentaire



Retrouve des mots cachés dans une grille de mots-mêlés. Ces mots peuvent être mêlés entre-eux, écrits de gauche à droite, de droite à gauche, de haut en bas de bas en haut ou en diagonale. Avec les lettres de couleur, trouve l'intrus de l'hygiène bucco-dentaire.

### Mots à retrouver :

- Bain de bouche
- Brossette
- Brosse à dents
- Dent
- Dentifrice
- Fluor
- Fil dentaire
- Gencive
- Haleine
- Hygiène
- Poils souples
- Plaque
- Révélateur
- Tartre

F	H	M	G	C	G	U	X	T	Z	D	P	M	G
L	N	X	B	V	T	A	R	T	R	E	U	P	D
U	C	B	R	O	S	S	E	T	T	E	U	P	D
O	B	R	O	S	S	E	A	D	E	N	T	S	P
R	X	Y	L	N	K	V	H	L	R	J	S	P	A
Q	T	K	K	D	E	N	T	I	F	R	I	C	E
V	V	I	H	K	M	H	A	L	E	I	N	E	Z
E	V	P	O	I	L	S	S	O	U	P	L	E	S
D	E	N	T	Z	G	E	N	C	I	V	E	I	E
X	I	B	A	I	N	D	E	B	O	U	C	H	E
I	B	C	V	H	Y	G	I	E	N	E	Z	Y	H
I	F	I	L	D	E	N	T	A	I	R	E	L	L
O	M	P	L	A	Q	U	E	V	U	X	F	H	R
F	E	F	Y	R	E	V	E	L	A	T	E	U	R

Intrus : -- -- -- -- --

## Activité 3 : « Entre... et ... : lequel choisir ? »

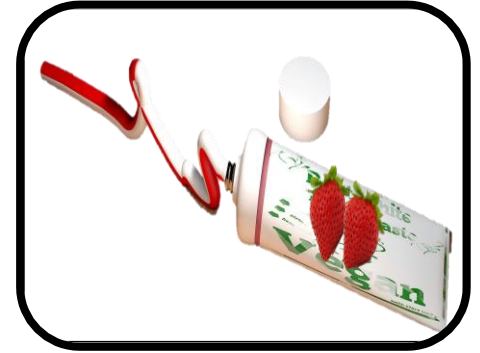
**Parmi les photographies suivantes, laquelle illustre la bonne solution pour prendre soin de ses dents ?**

Entre un dentifrice à la menthe et un dentifrice à la fraise ?



A

RÉPONSE(S) :



B

Entre une brosse à dents à poils écrasés (usagée) et une brosse à dents à poils droits ?



A

RÉPONSE(S) :



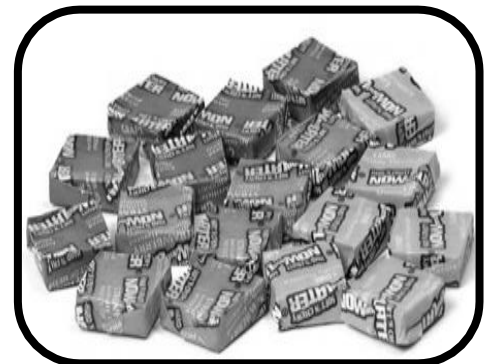
B

Entre un chewing-gum sans sucre et un bonbon ?



A

RÉPONSE(S) :



B

Entre un brossage sans dentifrice et pas de brossage ?



A

RÉPONSE(S) :



B

Entre un brossage sans brosse à dents et un brossage sans dentifrice ?



A

RÉPONSE(S) :



B

## Activité 4 : Les étapes du brossage bucco-dentaire

**Après avoir écouté attentivement la vidéo, choisis une ou plusieurs réponses parmi les propositions suivantes (barre la ou les mauvaises réponses) :**

**1. Parmi ces objets, qu'est-ce qui permet de prendre soin des dents ?**

- a. Une lime
- b. Une brosse à dents
- c. Du dentifrice

**2. Quand faut-il se brosser les dents ?**

- a. Le matin et le soir
- b. Le soir uniquement
- c. Une fois par semaine

**3. Combien de temps le brossage doit-il durer ?**

- a. 30 secondes
- b. 2 à 3 minutes
- c. 5 minutes

**4. Pour un brossage efficace des dents, il faut les brosser :**

- a. Devant et derrière
- b. Juste devant
- c. Devant, derrière et dessus

**5. On dit qu'il faut se brosser les dents :**

- a. Du blanc vers le rose
- b. Du rose vers le blanc
- c. De la gauche vers la droite

**6. Je peux me brosser la langue pour ôter les dépôts qui s'y trouvent :**

- a. Vrai
- b. Faux

**7. Après s'être brossé les dents, on range la brosse à dents n'importe comment :**

- a. Vrai
- b. Faux



## Activité 2 : Les intrus de l'hygiène bucco-dentaire

- 1** À l'aide des images ci-dessous, choisis le bon matériel à utiliser pour prendre soin de tes dents. Les deux choix sont possibles :



A

RÉPONSE(S) : A

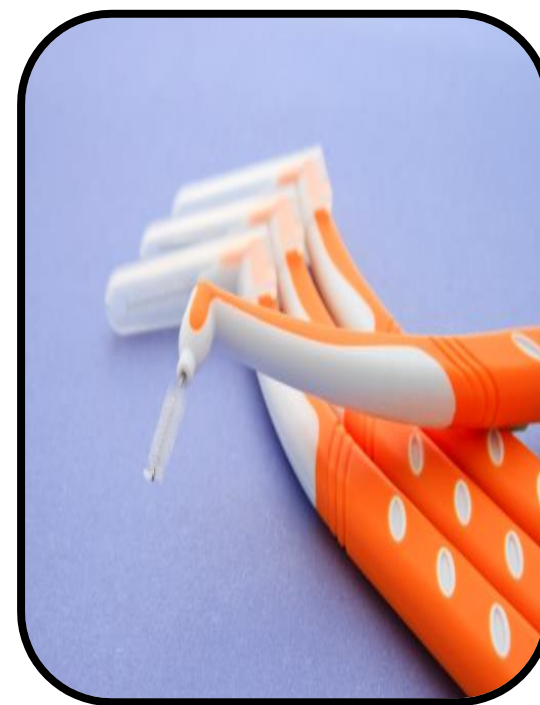


B



A

RÉPONSE(S) : B



B



A

RÉPONSE(S) : A/B



B

Activité 2 : Les intrus de l'hygiène bucco-dentaire

**2** Retrouve des mots cachés dans une grille de mots-mêlés. Ces mots peuvent être mêlés entre-eux, écrits de gauche à droite, de droite à gauche, de haut en bas de bas en haut ou en diagonale. Avec les lettres de couleur, trouve l'intrus de l'hygiène bucco-dentaire.

Mots à retrouver :

- Bain de bouche
- Brossette
- Brosse à dents
- Dent
- Dentifrice
- Fluor
- Fil dentaire
- Gencive
- Haleine
- Hygiène
- Poils souples
- Plaque
- Révélateur
- Tartre

F	H	M	G	C	G	U	X	T	Z	D	P	M	G
L	N	X	B	V	T	A	R	T	R	E	U	P	D
U	C	B	R	O	S	S	E	T	T	E	U	P	D
C	B	R	O	S	S	E	A	D	E	N	T	S	P
R	X	Y	L	N	K	V	H	L	R	J	S	P	A
Q	T	K	K	D	E	N	T	I	F	R	I	C	E
V	V	I	H	K	M	H	A	L	E	I	N	E	Z
E	V	P	O	I	L	S	S	O	U	P	L	E	S
D	E	N	T	Z	G	E	N	C	I	V	E	I	E
X	I	B	A	I	N	D	E	B	O	U	C	H	E
I	B	C	V	H	Y	G	I	E	N	E	Z	Y	H
I	F	I	L	D	E	N	T	A	I	R	E	L	L
O	M	P	L	A	Q	U	E	V	U	X	F	H	R
F	E	F	Y	R	E	V	E	L	A	T	E	U	R

Intrus : C A R I E

## Activité 3 : « Entre... et ... : lequel choisir ? »

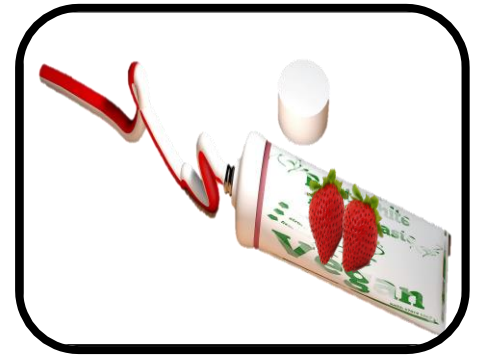
**Parmi les photographies suivantes, laquelle illustre la bonne solution pour prendre soin de ses dents ?**

Entre un dentifrice à la menthe et un dentifrice à la fraise ?



A

RÉPONSE(S) : A/B



B

Entre une brosse à dents à poils écrasés (usagée) et une brosse à dents à poils droits ?



A

RÉPONSE(S) : B



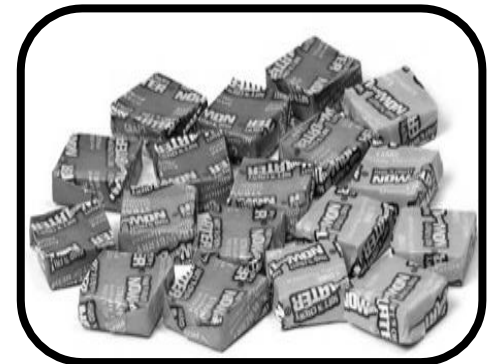
B

Entre un chewing-gum sans sucre et un bonbon ?



A

RÉPONSE(S) : A



B

Entre un brossage sans dentifrice et pas de brossage ?



A

RÉPONSE(S) : A



B

Entre un brossage sans brosse à dents et un brossage sans dentifrice ?



A

RÉPONSE(S) : B



B



### Activité 4 : Les étapes du brossage bucco-dentaire

Après avoir écouté attentivement la vidéo, choisis une ou plusieurs réponses parmi les propositions suivantes (barre la ou les mauvaises réponses) :

**1. Parmi ces objets, qu'est-ce qui permet de prendre soin des dents ?**

- a. ~~Une lime~~
- b. Une brosse à dents
- c. Du dentifrice

**2. Quand faut-il se brosser les dents ?**

- a. Le matin et le soir
- b. ~~Le soir uniquement~~
- c. ~~Une fois par semaine~~

**3. Combien de temps le brossage doit-il durer ?**

- a. ~~30 secondes~~
- b. 2 à 3 minutes
- c. ~~5 minutes~~

**4. Pour un brossage efficace des dents, il faut les brosser :**

- a. ~~Devant et derrière~~ ;
- b. ~~Juste devant~~ ;
- c. Devant, derrière et dessus.

**5. On dit qu'il faut se brosser les dents :**

- a. ~~Du blanc vers le rose~~
- b. Du rose vers le blanc
- c. ~~De la gauche vers la droite~~

**6. Je peux me brosser la langue pour ôter les dépôts qui s'y trouvent :**

- a. Vrai
- b. ~~Faux~~

**7. Après s'être brossé les dents, on range la brosse à dents n'importe comment :**

- a. ~~Vrai~~
- b. Faux

Activité 2 : Les amis et les ennemis des dents 2/2

Découpe et colle les étiquettes des aliments dans la bonne colonne :

LES ALIMENTS...	
AMIS DES DENTS	ENNEMIS DES DENTS
	



Source des illustrations : <https://www.pipsa.be/outils/detail-2139614071/hygiene-personnelle.html>



# À la découverte des dents et de l'alimentation

## Activité 3 : Bingo

**« Vous disposez d'une carte de Bingo. Je vais poser une série de questions. La réponse à chacune des questions figure sur la carte d'un ou plusieurs participants. Ceux d'entre vous qui ont la bonne réponse sur leur carte la coche, on passe à la question suivante ».**

Les participants qui ont rempli une ligne entière en premier ont gagné.

### Jeu Bingo 1

Les produits laitiers	Le calcium	Le fluor
Les vitamines	L'eau	Le soda « sans sucre »
Le sucre	Les biscuits apéritifs	Le grignotage

### Jeu Bingo 2

Le grignotage	Les produits laitiers	Le calcium
Le fluor	Le soda « sans sucre »	L'eau
Les biscuits apéritifs	Le sucre	Les vitamines

### Jeu Bingo 3

Les biscuits apéritifs	Le grignotage	Les produits laitiers
Les vitamines	L'eau	Le calcium
Le fluor	Le soda « sans sucre »	Le sucre

### Jeu Bingo 4

Les biscuits apéritifs	Le grignotage	Les produits laitiers
Le calcium	Le fluor	Les vitamines
Le soda « sans sucre »	L'eau	Le sucre

## Activité 4 : Classement des boissons sucrées

A retenir : seule \_\_\_\_\_ est indispensable à l'organisme. Il s'agit de la seule boisson sans sucre et sans acide.

## Activité 5 : Choix des aliments Entre « ... » et « ... »

**1** Entre les deux propositions, coche le meilleur aliment pour tes dents et ta santé :

	Aliment 1	OU	Aliment 2
1	<input type="checkbox"/> Compote		<input type="checkbox"/> Pomme
2	<input type="checkbox"/> Fromage		<input type="checkbox"/> Compote
3	<input type="checkbox"/> Glace		<input type="checkbox"/> Sorbet
4	<input type="checkbox"/> Eau		<input type="checkbox"/> Soda sans sucre
5	<input type="checkbox"/> Soda sans sucre		<input type="checkbox"/> Soda
6	<input type="checkbox"/> Soda avec paille		<input type="checkbox"/> Soda sans paille
7	<input type="checkbox"/> Fraise		<input type="checkbox"/> Banane
8	<input type="checkbox"/> Chocolat blanc		<input type="checkbox"/> Chocolat noir

**2** A partir de ce menu de restaurant, choisis le repas le plus favorable à tes dents et ta santé :



Entrée : \_\_\_\_\_  
Plat principal : \_\_\_\_\_  
Dessert : \_\_\_\_\_

## Activité 6 : Recherche des sucres cachés

**Parmi les aliments proposés au goût salé, entoure ceux qui comportent du sucre (tu peux t'aider des étiquettes nutritionnelles des aliments) :**

Frites  
PoissonKetchup  
Fromage

Saucisson

Pain de mie

Pain

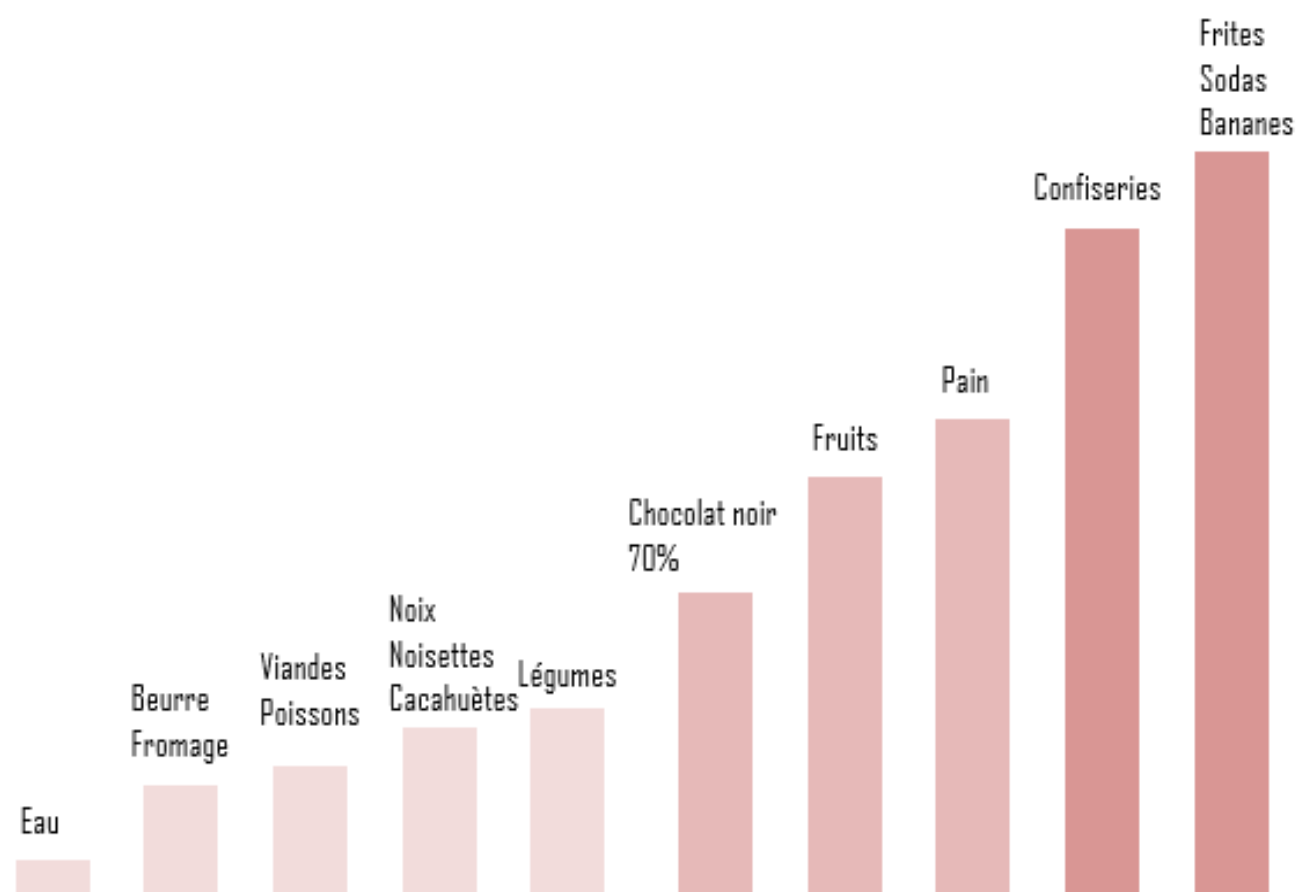
Viande

**A retenir :** \_\_\_\_\_

## Activité 7 : Classement des aliments cariogènes

**A l'aide du schéma suivant, réponds aux phrases ci-dessous en cochant la bonne réponse :**

Classement des aliments  
**du moins au plus à risques de provoquer des caries**



- ❖ La banane risque de provoquer plus de caries que le pain : ☐ Vrai ☐ Faux
- ❖ Le chocolat noir risque de provoquer plus de caries que la banane : ☐ Vrai ☐ Faux
- ❖ Les frites risquent de provoquer plus de caries que les confiseries : ☐ Vrai ☐ Faux
- ❖ Les fruits risquent de provoquer plus de caries que les sodas : ☐ Vrai ☐ Faux

## Activité 8 : Énigme

« Habitude très mauvaise pour les dents et la santé en général qui se fait entre les repas et souvent devant la télé ou une tablette ». **Qui suis-je ?**

Réponse : \_ \_ \_ \_ \_



## Activité 2 : Les amis et les ennemis des dents 2/2

Découpe et colle les étiquettes des aliments dans la bonne colonne :

LES ALIMENTS...	
AMIS DES DENTS	ENNEMIS DES DENTS
      	          

Source des illustrations : <https://www.pipsa.be/outils/detail-2139614071/hygiene-personnelle.html>

Activité 3 : Bingo

« Vous disposez d'une carte de Bingo. Je vais poser une série de questions. La réponse à chacune des questions figure sur la carte d'un ou plusieurs participants. Ceux d'entre vous qui ont la bonne réponse sur leur carte la coche, on passe à la question suivante ».

Les participants qui ont rempli une ligne entière en premier ont gagné.

Jeu Bingo – Correction

<p>Nous permettons de neutraliser l'acidité présente dans la bouche &amp; nous contenons du calcium qui permet de reminéraliser l'émail des dents :</p> <p>Les produits laitiers</p>	<p>Je suis indispensable pour fortifier les os et les dents :</p> <p>Le calcium</p>	<p>Je renforce l'émail des dents et les protège contre les attaques acides. On me trouve dans le dentifrice, mais aussi dans l'eau ou les épinards :</p> <p>Le fluor</p>
<p>Nous sommes très nombreuses dans notre famille. On nous retrouve dans les légumes, fruits, viandes, poissons, laitages, céréales... Nous sommes indispensables pour être en forme et pour la santé des dents et des gencives :</p> <p>Les vitamines</p>	<p>Je suis la seule boisson indispensable à l'organisme :</p> <p>L'eau</p>	<p>Je ne suis pas sucré mais je reste très acide. Je suis donc à risques pour les dents :</p> <p>Le soda « sans sucre »</p>
<p>Les bactéries de la bouche se servent de moi pour produire de l'acide :</p> <p>Le sucre</p>	<p>Nous avons un goût salé mais dans les faits nous contenons beaucoup de sucres :</p> <p>Les biscuits apéritifs</p>	<p>Je suis une habitude très mauvaise pour les dents et la santé en général. On me pratique entre les repas et souvent devant la télé ou une tablette :</p> <p>Le grignotage</p>

## Activité 4 : Classement des boissons sucrées

A retenir : seule l'eau est indispensable à l'organisme. Il s'agit de la seule boisson sans sucre et sans acide.

## Activité 5 : Choix des aliments

**1** Entre les deux propositions, coche le meilleur aliment pour tes dents et ta santé :

	Aliment 1	OU	Aliment 2
1	<input type="checkbox"/> Compote		<input checked="" type="checkbox"/> Pomme
2	<input checked="" type="checkbox"/> Fromage		<input type="checkbox"/> Compote
3	<input type="checkbox"/> Glace		<input checked="" type="checkbox"/> Sorbet
4	<input checked="" type="checkbox"/> Eau		<input type="checkbox"/> Soda sans sucre
5	<input checked="" type="checkbox"/> Soda sans sucre		<input type="checkbox"/> Soda
6	<input checked="" type="checkbox"/> Soda avec paille		<input type="checkbox"/> Soda sans paille
7	<input checked="" type="checkbox"/> Fraise		<input type="checkbox"/> Banane
8	<input type="checkbox"/> Chocolat blanc		<input checked="" type="checkbox"/> Chocolat noir

**2** A partir de ce menu de restaurant, choisis le repas le plus favorable à tes dents et ta santé :



Entrée : **Tomate mozzarella**

Plat principal : **Steak, haricots verts et pommes de terre**

Dessert : **Salade de fruits**



## Activité 6 : Recherche des sucres cachés

Parmi ces aliments au goût salé, entoure ceux qui comportent du sucre :

Frites

Ketchup

Saucisson

Pain de mie

Pain

Viande

Poisson

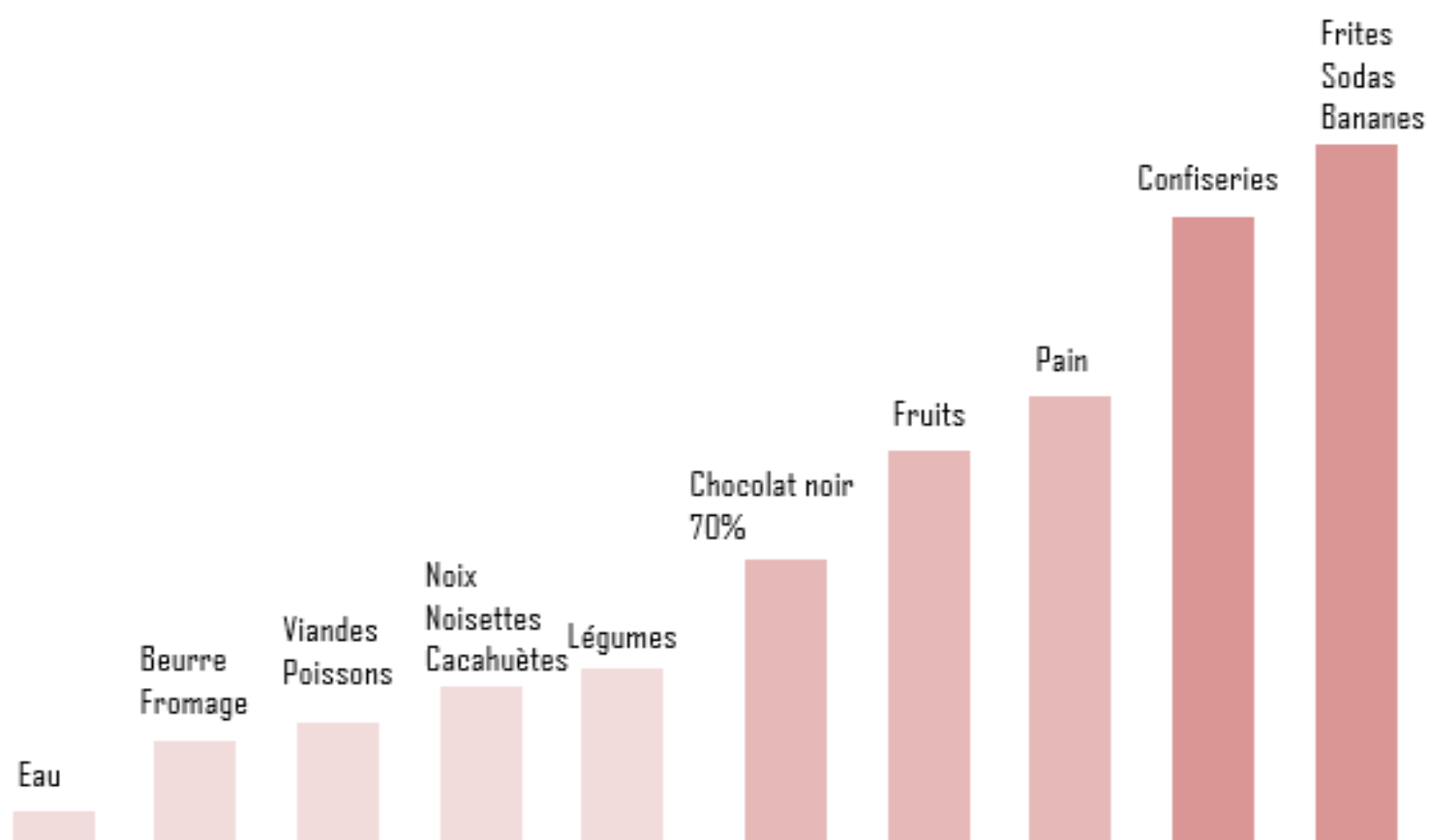
Fromage

A retenir : Certains aliments au goût salé peuvent être riches en sucres. Les étiquettes alimentaires peuvent te renseigner sur la composition des aliments.

## Activité 7 : Classement des aliments cariogènes

A l'aide du schéma suivant, réponds aux phrases ci-dessous en cochant la bonne réponse :

Classement des aliments  
du moins au plus à risques de provoquer des caries



- ❖ La banane risque de provoquer plus de caries que le pain : ☒ Vrai ☐ Faux
- ❖ Le chocolat noir risque de provoquer plus de caries que la banane : ☐ Vrai ☒ Faux
- ❖ Les frites risquent de provoquer plus de caries que les confiseries : ☒ Vrai ☐ Faux
- ❖ Les fruits risquent de provoquer plus de caries que les sodas : ☐ Vrai ☒ Faux

## Activité 8 : Énigme

« Habitude très mauvaise pour les dents et la santé en général qui se fait entre les repas et souvent devant la télé ou une tablette ». **Qui suis-je ?**

Réponse : **G R I G N O T A G E**

## Activité 2 : Écoute et compréhension d'une rubrique radio

**1 Écoute la rubrique santé de la radio et réponds aux questions ci-dessous.**

Dans quelles situations les enfants peuvent-ils se blesser les dents ?

---

---

Si la dent est dans la main de l'enfant, quelles sont les consignes ?

---

---

Si la dent n'est pas tombée, que faut-il faire ?

---

---

Quelle est la solution proposée pour protéger les dents lors d'activités sportives ?

---

---

Qu'allez-vous dire en résumé ce soir à vos parents de cette rubrique radio ?

---

---

**2 Réponds par Vrai ou Faux ?**

Si l'accident a touché une dent de lait, ce n'est pas grave : il n'est pas nécessaire d'aller chez le dentiste.

☐ Vrai

☐ Faux

## Activité 3 : Lecture et compréhension de deux supports de prévention buccodentaire

**1** Résumé de l'affiche « Et V'LAN dans ta dent » :

Quelles sont les trois cas possibles d'accident ?

---

---

---

Quelles sont les deux consignes transmises ?

---

---

**2** Résumé du dépliant « « Et V'LAN dans ta dent » :

Lorsque la dent est cassée, que faut-il faire des morceaux ?

---

---

Lorsque la dent est expulsée, comment faut-il ramasser la dent ?

---

---

Si une de tes dents était expulsée, quelle option choisirais-tu ? L'option 1 ou l'option 2 ? Pourquoi ?

---

---

Quels contacts à appeler sont indiqués sur le dépliant ?

---

---

Comment peut-on protéger ses dents pour éviter les accidents ?

---

---

### Activité 2 : Écoute et compréhension d'une rubrique radio



#### **1 Écoute la rubrique santé de la radio et réponds aux questions ci-dessous.**

Dans quelles situations les enfants peuvent-ils se blesser les dents ?

Les enfants peuvent chuter ou se donner un coup sur les dents en pratiquant du sport par exemple du football, du rugby, du handball, du judo ou du patin à glace, de vélo...

Si la dent est dans la main de l'enfant, quelles sont les consignes ?

L'idéal est de remettre la dent vite fait à sa place. Si la dent refuse de tenir en place, il faut l'immerger dans de la salive ou dans du lait. Dans tous les cas, il faut aller en urgence chez le dentiste.

Si la dent n'est pas tombée, que faut-il faire ?

Si la dent n'est pas tombée, il faut tout de même aller chez le dentiste. Que la dent soit cassée ou non, il s'agit d'une urgence.

Quelle est la solution proposée pour protéger les dents lors d'activités sportives ?

La solution proposée est le port d'un protège-dents en haut et en bas. Il permet d'amortir les chocs et protège les lèvres et les gencives.

Qu'allez-vous dire en résumé ce soir à vos parents de cette rubrique radio ?

Réponses libres des enfants, à développer à l'oral avec eux...



#### **2 Réponds par Vrai ou Faux ?**

Si l'accident a touché une dent de lait, ce n'est pas grave : il n'est pas nécessaire d'aller chez le dentiste.

☐ Vrai      ☒ Faux



### Activité 3 : Lecture et compréhension de deux supports de prévention buccodentaire



#### **Résumé de l’affiche « Et V’LAN dans ta dent » :**

Quelles sont les trois cas possibles d’accident ?

- Une dent cognée
- Une dent cassée
- Une dent expulsée

Quelles sont les deux consignes transmises ?

- Mettre la dent ou ses morceaux dans du lait
- Aller chez le dentiste en urgence



#### **Résumé du dépliant « « Et V’LAN dans ta dent » :**

Lorsque la dent est cassée, que faut-il faire des morceaux ?

Il faut ramasser les morceaux de dent et les mettre dans du lait ou du sérum physiologique.

Lorsque la dent est expulsée, comment faut-il ramasser la dent ?

Il fait tenir la dent par la couronne et ne pas toucher à la racine.

Si une de tes dents était expulsée, quelle option choisirais-tu ? L’option 1 ou l’option 2 ? Pourquoi ?

Réponses libres des enfants, à développer à l’oral avec eux...

Quels contacts à appeler sont indiqués sur le dépliant ?

- 1) Le dentiste
- 2) Le pédiatre ou le médecin traitant
- 3) Le 15 ou le 18

Comment peut-on protéger ses dents pour éviter les accidents ?

On peut protéger ses dents en mettant toujours un casque quand on fait du roller, du vélo ou du skateboard.

Il est conseillé de mettre un protège-dents lorsqu’on pratique un sport d’équipe (comme du foot ou du rugby) ou un sport de combat (judo, karaté, aikido...).

Activité 4 : A la découverte du cabinet dentaire

Réécris les mots ci-dessous au bon endroit sur la photo :



Le masque	La charlotte	La sonde	La lampe
Le miroir	Le dentiste	Le fauteuil	Les gants

## Activité 5 : Calendrier des consultations chez le chirurgien-dentiste

Il est généralement conseillé d'aller au moins une fois par an chez le chirurgien-dentiste. En fonction du suivi et des soins qui peuvent être nécessaires, le chirurgien-dentiste peut demander à son patient de venir plus souvent... C'est le cas de Victor.

Victor va chez le dentiste le 11 janvier 2022. Sa dernière visite avait eu lieu 3 mois avant.

**Quelle était la date exacte ? Mets une croix bleue sur le calendrier à cette date.**

Sa visite suivante aura lieu 6 mois et 4 jours après celle du 11 janvier 2022. **Calcule et mets une croix verte dans le calendrier sur la bonne date.**

Septembre

	L	M	M	J	V	S	D
35	30	31	1	2	3	4	5
36	6	7	8	9	10	11	12
37	13	14	15	16	17	18	19
38	20	21	22	23	24	25	26
39	27	28	29	30	1	2	3
40	4	5	6	7	8	9	10

Octobre

	L	M	M	J	V	S	D
39	27	28	29	30	1	2	3
40	4	5	6	7	8	9	10
41	11	12	13	14	15	16	17
42	18	19	20	21	22	23	24
43	25	26	27	28	29	30	31
44	1	2	3	4	5	6	7

Novembre

	L	M	M	J	V	S	D
44	1	2	3	4	5	6	7
45	8	9	10	11	12	13	14
46	15	16	17	18	19	20	21
47	22	23	24	25	26	27	28
48	29	30	1	2	3	4	5
49	6	7	8	9	10	11	12

Décembre

	L	M	M	J	V	S	D
48	29	30	1	2	3	4	5
49	6	7	8	9	10	11	12
50	13	14	15	16	17	18	19
51	20	21	22	23	24	25	26
52	27	28	29	30	31	1	2
1	3	4	5	6	7	8	9

Janvier

	L	M	M	J	V	S	D
52	27	28	29	30	31	1	2
1	3	4	5	6	7	8	9
2	10	11	12	13	14	15	16
3	17	18	19	20	21	22	23
4	24	25	26	27	28	29	30
5	31	1	2	3	4	5	6

Février

	L	M	M	J	V	S	D
5	31	1	2	3	4	5	6
6	7	8	9	10	11	12	13
7	14	15	16	17	18	19	20
8	21	22	23	24	25	26	27
9	28	1	2	3	4	5	6
10	7	8	9	10	11	12	13

Mars

	L	M	M	J	V	S	D
9	28	1	2	3	4	5	6
10	7	8	9	10	11	12	13
11	14	15	16	17	18	19	20
12	21	22	23	24	25	26	27
13	28	29	30	31	1	2	3
14	4	5	6	7	8	9	10

Avril

	L	M	M	J	V	S	D
13	28	29	30	31	1	2	3
14	4	5	6	7	8	9	10
15	11	12	13	14	15	16	17
16	18	19	20	21	22	23	24
17	25	26	27	28	29	30	1
18	2	3	4	5	6	7	8

Mai

	L	M	M	J	V	S	D
17	25	26	27	28	29	30	1
18	2	3	4	5	6	7	8
19	9	10	11	12	13	14	15
20	16	17	18	19	20	21	22
21	23	24	25	26	27	28	29
22	30	31	1	2	3	4	5

Juin

	L	M	M	J	V	S	D
22	30	31	1	2	3	4	5
23	6	7	8	9	10	11	12
24	13	14	15	16	17	18	19
25	20	21	22	23	24	25	26
26	27	28	29	30	1	2	3
27	4	5	6	7	8	9	10

Juillet

	L	M	M	J	V	S	D
26	27	28	29	30	1	2	3
27	4	5	6	7	8	9	10
28	11	12	13	14	15	16	17
29	18	19	20	21	22	23	24
30	25	26	27	28	29	30	31
31	1	2	3	4	5	6	7

Août

	L	M	M	J	V	S	D
31	1	2	3	4	5	6	7
32	8	9	10	11	12	13	14
33	15	16	17	18	19	20	21
34	22	23	24	25	26	27	28
35	29	30	31	1	2	3	4
36	5	6	7	8	9	10	11

## Activité 6 : Des stress et détresse au cabinet dentaire

**Lorsque tu as peur de quelque chose, que ressens-tu dans ton corps ?**

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> mal de tête                      | <input type="checkbox"/> le corps qui se sent raide       |
| <input type="checkbox"/> sensation de gorge serrée        | <input type="checkbox"/> tremblements                     |
| <input type="checkbox"/> tension dans les muscles         | <input type="checkbox"/> transpiration, les mains moites  |
| <input type="checkbox"/> le cœur qui bat plus vite        | <input type="checkbox"/> confusion dans la tête           |
| <input type="checkbox"/> agitation, ne pas tenir en place | <input type="checkbox"/> mal à respirer                   |
| <input type="checkbox"/> malaise dans l'estomac           | <input type="checkbox"/> des larmes qui montent           |
| <input type="checkbox"/> les genoux qui tremblent         | <input type="checkbox"/> un gros poids sur la poitrine... |

***Que remarques-tu ?***

---

---

---

Se rendre compte de sensations désagréables est un début pour pouvoir les changer en quelque chose de plus positif.

**Mes conseils bien-être (chez le dentiste ou dans d'autres situations) :****Le savais-tu ?**

Essaie de respirer par le nez, la bouche ouverte... C'est difficile ? C'est exactement ce qu'il se passe lorsque le dentiste réalise des soins dans ta bouche.  
Pour diminuer cette impression, tu peux t'entraîner plusieurs fois avant de voir le dentiste !



Activité 4 : A la découverte du cabinet dentaire

Réécris les mots ci-dessous au bon endroit sur la photo :



Le masque	La charlotte	La sonde	La lampe
Le miroir	Le dentiste	Le fauteuil	Les gants

## Activité 5 : Calendrier des consultations chez le chirurgien-dentiste

Il est généralement conseillé d'aller au moins une fois par an chez le chirurgien-dentiste. En fonction du suivi et des soins qui peuvent être nécessaires, le chirurgien-dentiste peut demander à son patient de venir plus souvent... C'est le cas de Victor.

Victor va chez le dentiste le 11 janvier 2022. Sa dernière visite avait eu lieu 3 mois avant.  
**Quelle était la date exacte ? Mets une croix bleue sur le calendrier à cette date.**

Sa visite suivante aura lieu 6 mois et 4 jours après celle du 11 janvier 2022. **Calcule et mets une croix verte dans le calendrier sur la bonne date.**

Septembre

	L	M	M	J	V	S	D
35	30	31	1	2	3	4	5
36	6	7	8	9	10	11	12
37	13	14	15	16	17	18	19
38	20	21	22	23	24	25	26
39	27	28	29	30	1	2	3
40	4	5	6	7	8	9	10

Octobre

	L	M	M	J	V	S	D
39	27	28	29	30	1	2	3
40	<b>X</b>	5	6	7	8	9	10
41	11	12	13	14	15	16	17
42	18	19	20	21	22	23	24
43	25	26	27	28	29	30	31
44	1	2	3	4	5	6	7

Novembre

	L	M	M	J	V	S	D
44	1	2	3	4	5	6	7
45	8	9	10	11	12	13	14
46	15	16	17	18	19	20	21
47	22	23	24	25	26	27	28
48	29	30	1	2	3	4	5
49	6	7	8	9	10	11	12

Décembre

	L	M	M	J	V	S	D
48	29	30	1	2	3	4	5
49	6	7	8	9	10	11	12
50	13	14	15	16	17	18	19
51	20	21	22	23	24	25	26
52	27	28	29	30	31	1	2
1	3	4	5	6	7	8	9

Janvier

	L	M	M	J	V	S	D
53	28	29	30	31	1	2	3
1	4	5	6	7	8	9	10
2	<b>11</b>	12	13	14	15	16	17
3	18	19	20	21	22	23	24
4	25	26	27	28	29	30	31
5	1	2	3	4	5	6	7

Février

	L	M	M	J	V	S	D
5	1	2	3	4	5	6	7
6	8	9	10	11	12	13	14
7	15	16	17	18	19	20	21
8	22	23	24	25	26	27	28
9	1	2	3	4	5	6	7
10	8	9	10	11	12	13	14

Mars

	L	M	M	J	V	S	D
9	1	2	3	4	5	6	7
10	8	9	10	11	12	13	14
11	15	16	17	18	19	20	21
12	22	23	24	25	26	27	28
13	29	30	31	1	2	3	4
14	5	6	7	8	9	10	11

Avril

	L	M	M	J	V	S	D
13	29	30	31	1	2	3	4
14	5	6	7	8	<b>9</b>	10	11
15	12	13	14	15	16	17	18
16	19	20	21	22	23	24	25
17	26	27	28	29	30	1	2
18	3	4	5	6	7	8	9

Mai

	L	M	M	J	V	S	D
17	26	27	28	29	30	1	2
18	3	4	5	6	7	8	9
19	10	11	12	13	14	15	16
20	17	18	19	20	21	22	23
21	24	25	26	27	28	29	30
22	31	1	2	3	4	5	6

Juin

	L	M	M	J	V	S	D
22	31	1	2	3	4	5	6
23	7	8	9	10	11	12	13
24	14	15	16	17	18	19	20
25	21	22	23	24	25	26	27
26	28	29	30	1	2	3	4
27	5	6	7	8	9	10	11

Juillet

	L	M	M	J	V	S	D
26	28	29	30	1	2	3	4
27	5	6	7	8	9	10	11
28	12	13	14	15	<b>X</b>	17	18
29	19	20	21	22	23	24	25
30	26	27	28	29	30	31	1
31	2	3	4	5	6	7	8

Août

	L	M	M	J	V	S	D
30	26	27	28	29	30	31	1
31	2	3	4	5	6	7	8
32	9	10	11	12	13	14	15
33	16	17	18	19	20	21	22
34	23	24	25	26	27	28	29
35	30	31	1	2	3	4	5

# DES ACTIVITÉS PÉDAGOGIQUES

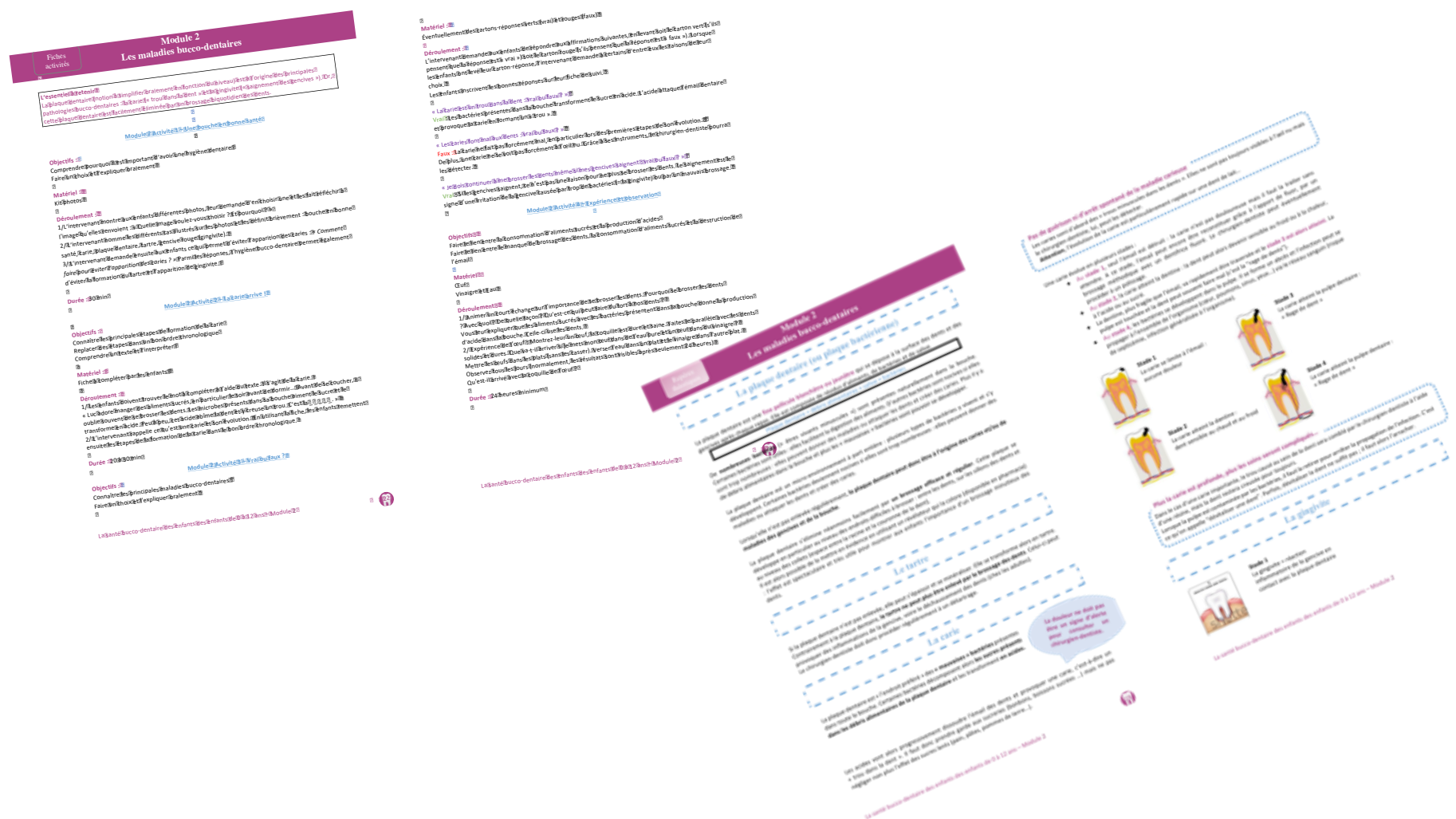
pour accompagner la réalisation de séances de sensibilisation collectives à la santé bucco-dentaire auprès des enfants dès la naissance à 12 ans

Conçu pour les **professionnels des établissements scolaires, des établissements sanitaires et médico-sociaux et plus largement des structures associatives** accueillant des enfants, ce guide comprend les fiches activités en version enfants et en version corrigée « intervenant » pour intervenir sur la thématique de la santé bucco-dentaire.

Ce support, complémentaire au guide pédagogique, a été conçu par les professionnels de la santé bucco-dentaire de Nouvelle-Aquitaine avec le soutien du Réseau Canopé, du Contrat Local de Santé du Médoc (33) et de l'ARS Nouvelle-Aquitaine.

## Contenus des activités pédagogiques :

- ❖ 5 fiches d'activités pédagogiques pour intervenir auprès des enfants ;
- ❖ 5 fiches activités corrigées pour aider l'intervenant dans le traitement des réponses ;
- ❖ Divers outils indispensables à la réalisation des activités...



ORDRE NATIONAL  
DES CHIRURGIENS-DENTISTES

CONSEIL RÉGIONAL  
DE NOUVELLE AQUITAINE

CONSEIL RÉGIONAL DE L'ORDRE DES CHIRURGIENS-DENTISTES DE  
NOUVELLE-AQUITAINE

119 BOULEVARD DU PRÉSIDENT WILSON  
33200 BORDEAUX

05 49 38 08 98 | nouvelle-aquitaine@oncd.org



L'union par l'action

URPS DES CHIRURGIENS-DENTISTES  
DE NOUVELLE-AQUITAINE

IMMEUBLE LE FENELON, 1 ALLEE LE FENELON  
33370 TRESSES

05 33 09 36 38 | projet@urpscdna.org