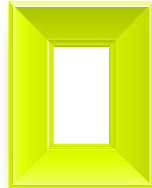
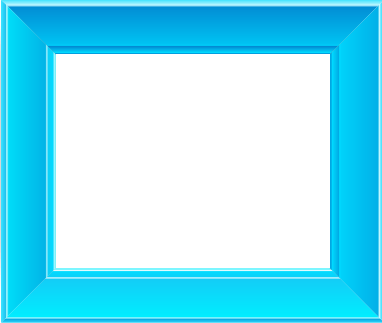
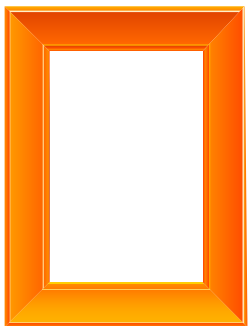
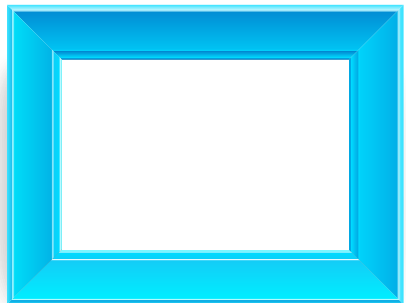
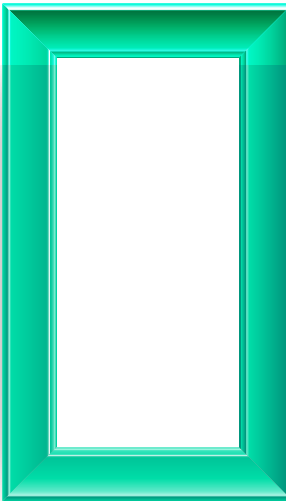


ZET ER JE TANDEN IN



FLOS & BROS

# TANDENMUSEUM



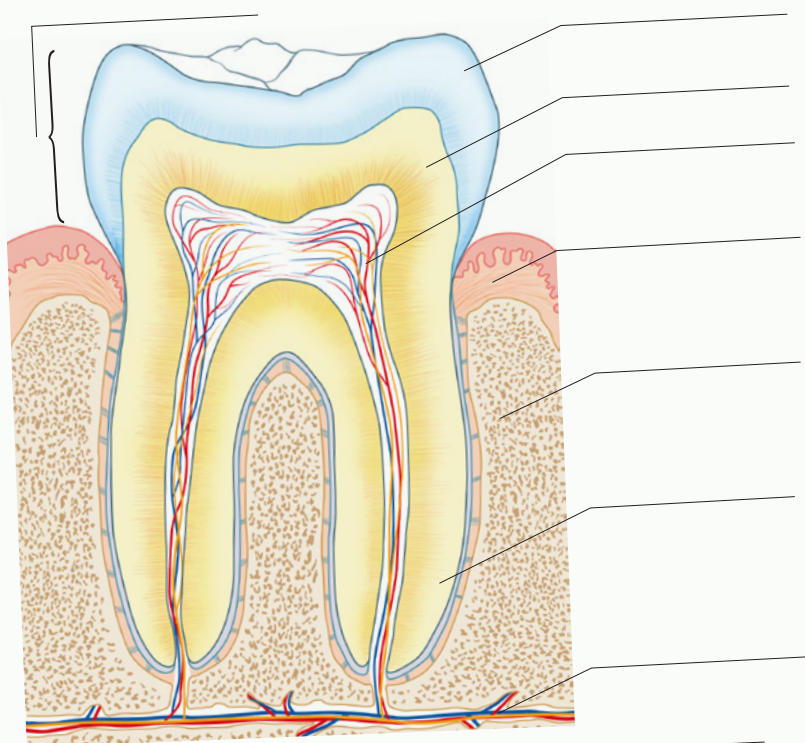
Spannend en verrassend nieuws over je mond lees je in de mondgazet.  
De juf of meester geeft je nog een blad en ... ontdekken maar!

## DE MONDGAZET

### Je eigen tand onder de loep

**BINNENL/TAND:** Je tand is méér dan dat witte blokje dat je ziet als je in de spiegel kijkt. Zet volgende termen op de goede plaats:

wortel, kroon, tandvlees, zenuw en bloedvaten, glazuur, dentine (tandbeen), pulpa (tandmerg), kaakbeen



### Echt gebeurd!

**BUITENL/TAND:** Vraag je ouders of ze zich nog een grappig of speciaal voorval herinneren over jouw tanden, zoals je eerste tandje, je eerste tandartsbezoek, je bewaarde melktandjes ... Schrijf het hieronder.

.....

.....

.....

### Een topatleet in je mond

**SPORT:** Wist je dat je tong een topatleet is? Je tong is een erg krachtige spier, die bestaat uit een heleboel kleinere spieren. Na je hartspieren, zijn je tongspieren de meest gebruikte spiergroep in je lichaam! Wat doe je allemaal met je tong?

Doorstreep wat niet klopt.  
Praten – malen – eten – drinken – kauwen – zoenen – slikken – lachen – proeven – zuigen – ademen

### Bedrieger ontmaskerd!

**MISDAAD:** Een valse tandarts werd gevat toen hij op een school een les vol fouten gaf aan een klas slimme leerlingen. Die ontmaskerden de man als een bedrieger. Dit vertelde hij:

- fruitsap is heel gezond en goed voor je tanden
- een mens heeft 8 hoektanden
- gebruik veel tandpasta als je witte tanden wilt
- fluoride maakt je tanden sterker
- poets je tanden één volle minuut lang

Veel helemaal foute dingen, maar één ding is toch waar. Vind jij het? Omcirkel de zin met groen.

### WEETJESHOEK

1. Hoeveel keer lacht een kind gemiddeld per dag?  
.....
2. Hoelang duurt een gemiddelde poetsbeurt?  
.....
3. Sommige versleten tandenborstels krijgen een nieuw leven. Hoeveel worden 'poetshulp'?  
.....

Benieuwd naar het antwoord?  
Surf naar [www.glimlachen.be](http://www.glimlachen.be) en klik op 'weetjes'.  
Vul het goede antwoord in!



Goed poetsen duurt minstens twee minuten als je alle tanden een grondige beurt wil geven volgens de drie b's: buitenkant, binnenkant, bovenkant.



# UIT HET DAGBOEK VAN EEN TANDENBORSTEL...

Wat als ... je tandenborstel een dagboek zou bijhouden?  
We bekijken even alle taken van de tandenborstel op de poetsposter.

.....

.....

.....

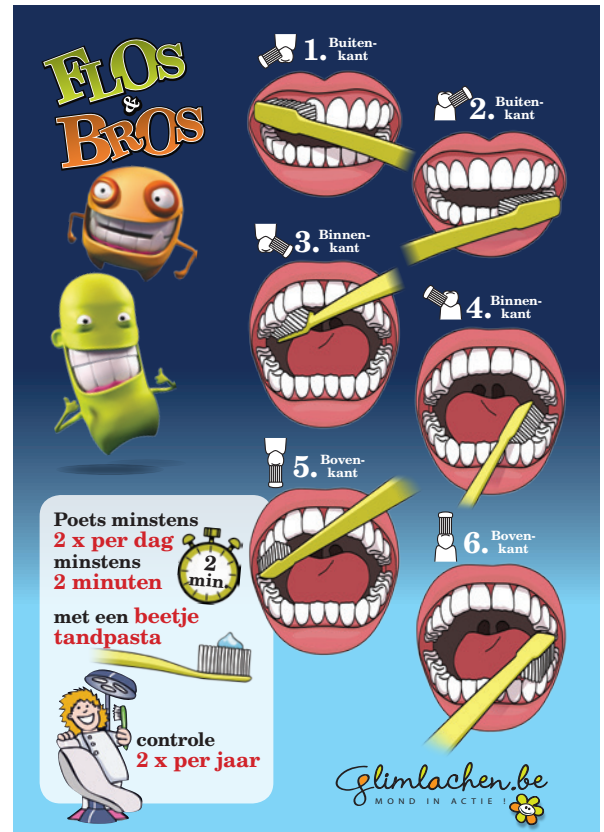
.....

.....

.....

Wil mijn tandenborstel me echt helpen om mijn tanden goed te onderhouden of wil hij liever iets helemaal anders doen? Misschien doet hij dat ook, 's nachts als ik in mijn bed lig of overdag als ik op school ben! Welke avonturen beleeft hij als iedereen de deur uit is ...

Uit het dagboek van mijn tandenborstel :



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

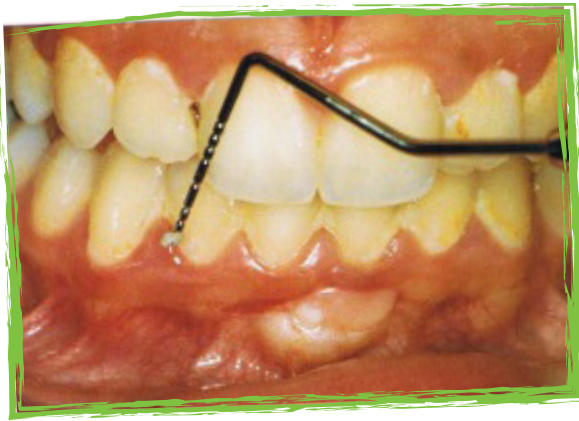
.....

**WEETJE** voor de ouders Vervang de tandenborstel van je kind 4 keer per jaar, bij elk nieuw seizoen.

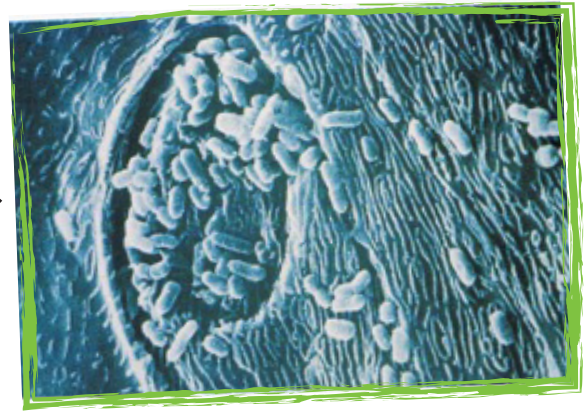
## Een gezonde START in Je mond!

In onze mond leven meer dan 500 verschillende soorten bacteriën. Jakkes? Neen, hoor. De meesten zijn juist goed voor je, want ze houden je mond gezond. Toch zitten er een paar boosdoeners tussen. Zo zijn er bacteriën die op onze tanden plakken en die allerlei mondproblemen kunnen veroorzaken.

**Tandplak** of tandplaque is een wit of gelig laagje dat op je tanden ligt als je niet goed genoeg of een tijdje niet hebt gepoetst. Het bestaat grotendeels uit bacteriën, kleverige stoffen en etensresten.



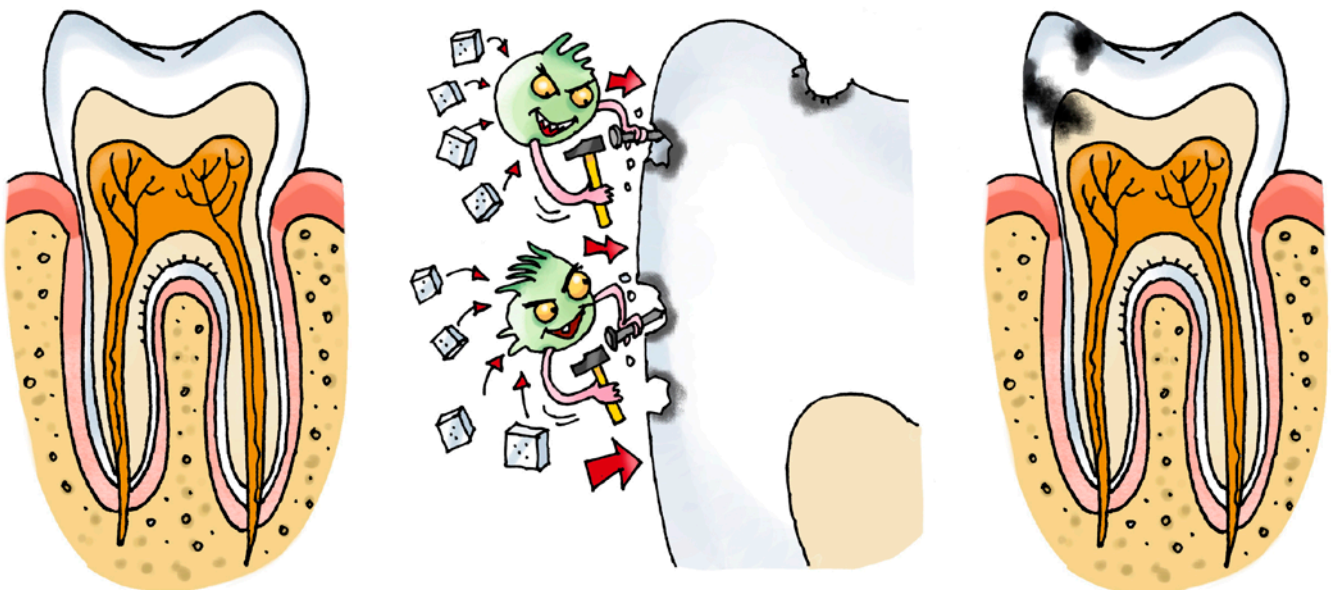
Tandplak



Tandplak onder de microscoop

Als wij iets zoets eten of drinken dan zullen de bacteriën in de tandplak die suikers omzetten in zuren. Die zuren komen dan in contact met de tand en lossen de glazuurlaag op die plaats op. Als dit te lang duurt en te vaak gebeurt, ontstaat er een gaatje ook cariës genoemd.

Buiten cariës veroorzaken, kunnen bacteriën ook ons tandvlees ziek maken en dan spreken we van ontstoken tandvlees. Dit ontstaat wanneer we onzorgvuldig onze tanden poetsen en er, op de overgang tussen tand en tandvlees, tandplak blijft liggen. Het tandvlees wordt dan rood, zwelt lichtjes op en zal gemakkelijk bloeden. Als je tandvlees bloedt dan is er maar één boodschap: poets je tanden lang genoeg en extra zorgvuldig!




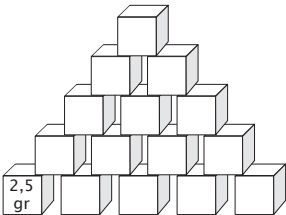

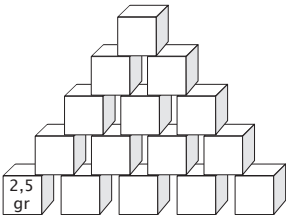

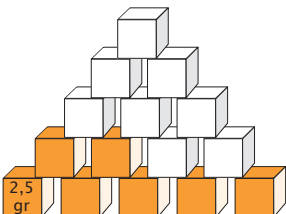
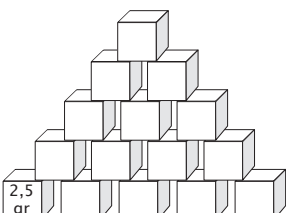
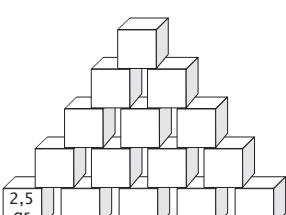
Laat je kind niet de hele dag door knabbelen, beperk tot drie hoofdmaaltijden en twee tussendoortjes. Ook tanden moeten kunnen rusten!



# ONTDEK ZELF HOEVEEL SUIKER ER ZIT IN ...



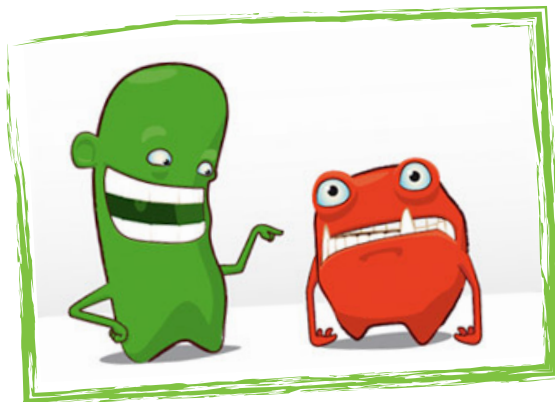
Natuurlijk weet je dat er in een glas frisdrank suiker zit.  
Maar weet je ook hoeveel?  
Zet je rekenknobbel aan en haal de doos suikerklontjes boven!

Drankje	Gram suiker per 100 ml	Gram suiker per drankje	Aantal suikerklontjes per drankje
 Appelsap 25 cl	10,0 g		
 Sportdrink 0,33 l		37 g	
 Water met fruitsmaak 2 dl			
			
			

**WEETJE** voor de ouders  
 Fruitsappen ook 'zonder toegevoegde suikers' bevatten evenveel suikers als frisdranken.  
 Water is en blijft de beste dorstlesser!

## VERZIN EEN SUPERSMOES

Bedenk voor elke situatie een smoes: een verzonnen uitleg of reden als je de echte reden niet kan of wil vertellen. Dit moet echt een overdreven reden zijn. Je geeft dus een uitleg, die niet kan maar wel leuk is. Noteer jouw smoes! Lees je smoes voor aan je buur. Geef commentaar op elkaars smoezen: Leuk? Gek? Vergezocht? Ooit al echt gebruikt? Raar?



### SITUATIE 1:

Het is woensdagnamiddag. Een vriend vraagt of je mee wil naar de bioscoop. Maar vanmiddag heb je ook een afspraak bij de tandarts, die al enkele weken vastligt. Hoe geraak je hier tussenuit?



**MIJN smoes:**

.....  
.....

Waarom denk je dat het niet zo'n goed idee is om hiervoor een smoes te verzinnen?

.....  
.....

### SITUATIE 2:

Het is bedtijd. Je hebt net je tanden gepoetst, als je in je broekzak nog een lekker snoepje ontdekt. Snel stop je het in je mond en je kruipt in bed. Je papa geeft je een nachtzoen en merkt je snoepje op... Wat zeg je?



**MIJN smoes:**

.....  
.....

Waarom denk je dat het niet verstandig is om na het poetsen nog te snoepen?

.....  
.....



Ga samen met je kind twee keer per jaar op controle bij de tandarts.



# TANDEN DE WERELD ROND!

Wij houden van witte tanden, die mooi recht staan. Maar dat is niet overal zo. De juf geeft je een tekst, die bij één van de foto's hoort. Lees de tekst en zoek de goede foto. Maak dan de opdracht.



Titel: .....

.....  
 .....

Hoofdgedachte:

.....  
 .....

Sleutelwoorden: .....

.....  
 .....



Titel: .....

.....  
 .....

Hoofdgedachte:

.....  
 .....

Sleutelwoorden: .....

.....  
 .....



Titel: .....

.....  
 .....

Hoofdgedachte:

.....  
 .....

Sleutelwoorden: .....

.....  
 .....



Titel: .....

.....  
 .....

Hoofdgedachte:

.....  
 .....

Sleutelwoorden: .....

.....  
 .....



Fluoride in de tandpasta maakt je tanden sterker.

## Een QUIZ met HAAR OP Z'N TANDEN

Heb je veel bijgeleerd? Vast wel! Met deze quiz kun je kijken of je alles goed onthouden hebt. En daarna ... ben jij de quizmaster en mag je de quiz thuis met je ouders spelen! Wedden dat zij niet alles goed hebben?



	Vragen	Jij	Je ouders
1	Fruitsap is gezond en goed voor je tanden. A waar B niet waar C alleen waar als er geen toegevoegde suikers in zitten	A B C	A B C
2	Hoeveel keer per jaar moet je naar de tandarts? A één keer per jaar B twee keer per jaar C vier keer per jaar	A B C	A B C
3	Onze tanden moeten ook rusten. Dat wil zeggen: A eet zachte voeding, zoals puree, dan moeten je tanden niet werken B 's nachts mag je niet eten C eet en drink niet de hele dag door	A B C	A B C
4	Wat moet ik doen als mijn tandvles bloedt? A mijn mond spoelen met water B stop even met je tanden poetsen C poets je tanden extra zorgvuldig	A B C	A B C
5	Het tandmerg heeft ook een andere naam. Dat is: A gingiva B pulpa C dentine	A B C	A B C
6	Wat zit er in tandpasta en maakt je tanden sterker? A munt B kalk C fluoride	A B C	A B C
7	Wat is een ander woord voor gaatje? A tandplak B cariës C tandsteen	A B C	A B C
8	Hoe lieten vrouwen in Japan en Vietnam zien dat ze getrouwd waren? A ze verfdn hun tanden sneeuw wit B ze verfdn hun tanden zwart C ze lieten gouden tanden zetten	A B C	A B C
9	Hoeveel suiker zit er in een glas fruitsap zonder toegevoegde suiker? A evenveel als in 5 klontjes B evenveel als in 10 klontjes C evenveel als in 2 klontjes	A B C	A B C
10	Hoeveel speeksel maakt een volwassene per dag? A tussen 0,1 en 0,5 liter B tussen 0,5 en 1 liter C tussen 1 en 1,5 liter	A B C	A B C