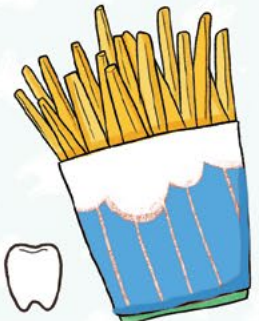
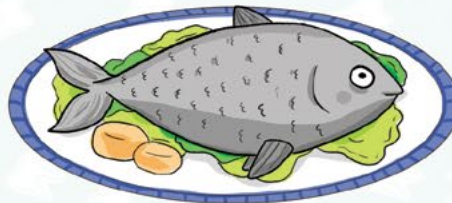
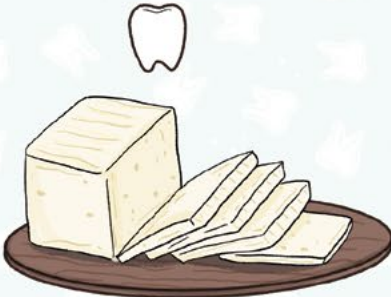
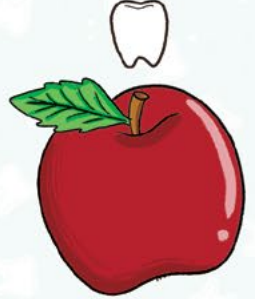
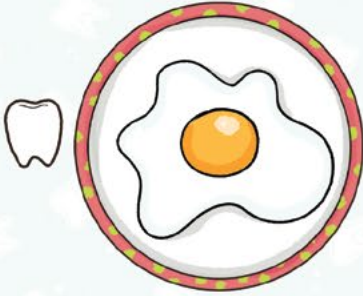


Dişlerimiz İçin Hangileri Yararlı?



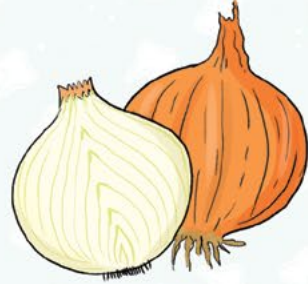
Biliyor musun Ktır, şekerli yiyeceklerin aşırı tüketimi dişlerimizde çürüklere neden olur. Oysa süt, peynir ve yoğurt; fındık, ceviz ve badem gibi kuru yemişler; sebzeler ve meyveler; yumurta ve balık dişlerimizi güçlendirerek onları çürüklere karşı korur. Ayrıca dişlerimizin sağlıklı olması için düzenli olarak su içmek de gerekir.

BAŞLANGIÇ



Çok haklısın Pıtır! Bunu daha iyi anlayabilmek için birlikte bir oyun oynayalım.

Aşağıda çeşitli yiyecek ve içecek resimleri, onların yanında küçük birer diş resmi var. Haydi, önce bu yiyeceklerden dişlerimizde çürüklere neden olanları bul. Sonra da yanlarındaki dişleri siyah bir kalemle boya. Şimdi de dişler için yararlı olan yiyecekleri bul. Onların yanındaki dişleriyse daire içine al. Son olarak, "Başlangıç"tan "Bitiş"e, yalnızca yararlı yiyeceklerin aralarına kalemle birer çizgi çizerek ulaşabilir misin?



Bitiş

Gülnehal Mert
Çizim: İrma Zmiric Çetinkaya