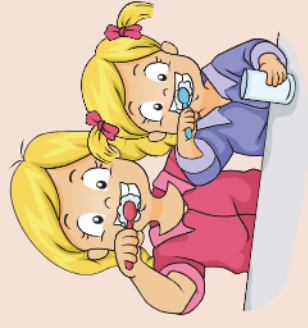


# Kaip motyvuoti vaiką valytis dantis?



Kruopštus kasdienis dantų valymas yra svarbiausias éduonies ir kitų dantų pažeidimų profilaktikos būdas. Išugdyti šį vaikų įprotį gali tapti tikru iššūkiu tėvams, tačiau pastangos neabejotinai vertos rezultato.

## Sukurkite rutiną ir laikykitės jos

Kartais po ilgos darbo dienos iš tiesų norisi praleisti dantų valymą, juk viena diena nieko nepakeis... Tačiau tam, kad susiformuotų įprotis, rutinos laikytis yra **BŪTINA.**

## Apdovanojimas

Kas motyuoja Jūsų vaiką? Tai gali būti lipdukai, norima knyga, o galbūt tiesiog pagyra – kartas nuo karto apdovanokite vaiką, jeigu jis laikosi dantų valymo rutinos.



## **Pasitelkite vaizduotę**

Valytis dantis pasitelkiant 2min. laikmatį ilgai nusiurbti, todėl siūlome įjungti mėgstamą vaiko dainą. Taip pat galima papasakoti vaikui trumpą įtraukiančią istoriją / pasaką, kol valomi dantis. Šiuolaikiniame pasaulyje galima pasitelkti ir išmaniąsias technologijas – atsisiųsti programėles, kurios dantų valymą padarys tikra pramoga.



## **Apsipirkite kartu**

Leiskite vaikui pačiam išsirinkti dantų šepetėlį. Primename, kad šepetėlis turi būti minkštais šereliais.



## **Paverskite dantų valymą visos šeimos užsiėmimu**

Vaikai seka tėvų pavyzdžiu, todėl rodykite jiems gerą pavyzdį ir kartu valykitės dantis kiekvieną dieną ryte bei vakare.

