ΟΝΟΜΑ\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Σημείωσε με ένα σταυρό πότε βούρτσισες τα δόντια σου κατά τη διάρκεια της εβδομάδας.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **ΚΥΡΙΑΚΗ** | **ΔΕΥΤΕΡΑ** | **ΤΡΙΤΗ** | **ΤΕΤΑΡΤΗ** | **ΠΕΜΠΤΗ** | **ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ** | **ΣΑΒΒΑΤΟ** |
| **ΠΡΩΙ** |  |  |  |  |  |  |  |
| **ΜΕΣΗΜΕΡΙ** |  |  |  |  |  |  |  |
| **ΒΡΑΔΥ** |  |  |  |  |  |  |  |

Γράψε τα τρόφιμα που έφαγες για πρωινό, δεκατιανό και απογευματινό στη διάρκεια μιας εβδομάδας.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **ΚΥΡΙΑΚΗ** | **ΔΕΥΤΕΡΑ** | **ΤΡΙΤΗ** | **ΤΕΤΑΡΤΗ** | **ΠΕΜΠΤΗ** | **ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ** | **ΣΑΒΒΑΤΟ** |
| **ΠΡΩΙΝΟ** |  |  |  |  |  |  |  |
| **ΔΕΚΑΤΙΑΝΟ** |  |  |  |  |  |  |  |
| **ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΟ** |  |  |  |  |  |  |  |

Πόσες φορές έχεις επισκεφτεί τον οδοντίατρο; Βάλε ένα σταυρό στη σωστή απάντηση.

Μια φορά.................

Δύο φορές................

Τρείς φορές...............

Περισσότερες από τρεις φορές.............