



Mon éducateur fonctionnel  
**Les règles d'Or**

### *Je porte mon appareil*

- **Toute la nuit**
- **Au minimum 2 heures par jour par plage de 20 minutes** dans la journée pendant des moments calmes (télévision, devoirs, douche, voiture, puzzle, dessin...)

#### **Attention :**

- Ne porte pas ton appareil si tu es malade, enrhumé ou si tu as des nausées.
- Quand tu portes ton appareil, garde les lèvres fermées et ne parle pas. Tu risquerais de le déchirer.

### *J'entretiens mon appareil*

Après chaque utilisation, je rince bien mon appareil à l'eau tiède.  
Si nécessaire, je peux le nettoyer de temps en temps en le faisant tremper dans de l'eau tiède + un comprimé de nettoyage effervescent type STERADENT.

### *Attention !*

- **Ne mange pas et ne parle pas avec ton appareil.**
- **Ne le mastique pas et ne joue pas avec.**
- **Range toujours ton appareil dans sa boîte après l'avoir porté.**  
Ne le mets jamais dans du sopalin, il risquerait d'être jeté à la poubelle.
- **Si tu as un chien à la maison : Ne laisse jamais trainer ton appareil, il pourrait le prendre pour un jouet et le manger !**

**TOUT APPAREIL CASSÉ OU PERDU FERA L'OBJET D'HONORAIRES SUPPLÉMENTAIRES.**



Docteur Agnès Balastre  
Orthodontie de l'enfant

36 rue Pierre Brossolette  
28000 Chartres  
Tél. : 02 37 34 00 58

Email : docteurbalastre@wanadoo.fr



Mon appareil  
et moi

# Mon calendrier

*Je remplis mon calendrier tous les jours et je pense à le rapporter à chacun de mes rendez-vous avec mon appareil*

Dans la case jour

J'INDIQUE...



2h00

... le nombre d'heures où j'ai porté mon appareil dans la journée

Dans la case nuit

JE DESSINE ...



Un sourire si je me réveille avec mon appareil



Une bouche à l'envers si je ne l'ai pas en bouche le matin

1<sup>er</sup> MOIS

1<sup>ère</sup> semaine

Lundi		
Mardi		
Mercredi		
Jeudi		
Vendredi		
Samedi		
Dimanche		

2<sup>ème</sup> semaine

Lundi		
Mardi		
Mercredi		
Jeudi		
Vendredi		
Samedi		
Dimanche		

3<sup>ème</sup> semaine

Lundi		
Mardi		
Mercredi		
Jeudi		
Vendredi		
Samedi		
Dimanche		

4<sup>ème</sup> semaine

Lundi		
Mardi		
Mercredi		
Jeudi		
Vendredi		
Samedi		
Dimanche		

2<sup>ème</sup> MOIS

5<sup>ème</sup> semaine

Lundi		
Mardi		
Mercredi		
Jeudi		
Vendredi		
Samedi		
Dimanche		

6<sup>ème</sup> semaine

Lundi		
Mardi		
Mercredi		
Jeudi		
Vendredi		
Samedi		
Dimanche		

7<sup>ème</sup> semaine

Lundi		
Mardi		
Mercredi		
Jeudi		
Vendredi		
Samedi		
Dimanche		

8<sup>ème</sup> semaine

Lundi		
Mardi		
Mercredi		
Jeudi		
Vendredi		
Samedi		
Dimanche		

3<sup>ème</sup> MOIS

9<sup>ème</sup> semaine

Lundi		
Mardi		
Mercredi		
Jeudi		
Vendredi		
Samedi		
Dimanche		

10<sup>ème</sup> semaine

Lundi		
Mardi		
Mercredi		
Jeudi		
Vendredi		
Samedi		
Dimanche		

11<sup>ème</sup> semaine

Lundi		
Mardi		
Mercredi		
Jeudi		
Vendredi		
Samedi		
Dimanche		

12<sup>ème</sup> semaine

Lundi		
Mardi		
Mercredi		
Jeudi		
Vendredi		
Samedi		
Dimanche		

