

## Une appli pour minuter le brossage des dents

Nous savons que nous devrions nous brosser les dents deux fois par jour pendant 2 minutes pour avoir une bonne hygiène dentaire, mais la majorité d'entre nous ne parviennent pas à faire durer le brossage aussi longtemps. Pour s'assurer que les enfants se brossent les dents assez longtemps, les parents peuvent utiliser un chronomètre ou une montre. Toutefois, de plus en plus de gens se servent d'applications sur leur appareil mobile pour le faire.

Public Health England a même conçu une application de chronométrage de la durée de brossage qui joue de la musique tirée de votre appareil mobile pendant 2 minutes. Cette application, qui s'appelle Brush DJ, peut également émettre un rappel pour le brossage des dents, le passage de la soie dentaire et les visites chez le dentiste. Vous pouvez la télécharger à partir du App Store ou de Google Play. Allez au [www.brushdj.com](http://www.brushdj.com) pour obtenir plus de renseignements et brossez-vous les dents!

***Message du dentiste de santé publique***