

# Trvalé zúbky

Text a hudba: Miro Jaroš

1. Mlieč-ne zúb-ky za tr-va-lé vy-me-nil ti čas, eš-te ras-tú, trid-sať-dva ich  
na-po-čí-taš raz. Tak sa o ne sta-raj, i-né mať už ne-bu-deš,  
pre-zra-dím ti o-sem kro-kov, nech ich u-myť vieš.

R:

Zúb-ky už sú veľ-ké, dos-pe-lé, zúb-ky i-ba jed-ny mám.  
Zúb-ky nech sú zdra-ve', ve-se-lé, kaž-dý deň ich u-mý-vam.

2. Otvorím si ústa presne podľa pesničky,  
v prvom kroku vyčistím si všetky stoličky.  
A v ďalších dvoch umyjem si zúbky z ďalších strán,  
zvonku, potom zvnútra, nech ich všetky čisté mám.

R:

3. Keď mám zúbky čisté, ústa vodou vypláchnem,  
neodložím kefku ešte, neskončil som viem.  
V kroku štvrtom pozrieme sa bližšie na jazyk,  
zotriem z neho baktérie, už mám celkom cvik.

R:

4. Ako piata príde kefka jednozväzková,  
pred ňou sa nám v ústach žiaden povlak neschová.  
Touto kefkou dočistia mi zúbky rodičia,  
nech špinavé baktérie mi zúbky nezničia.

R:

5. V šiestom kroku dostane sa k slovu zubná niť,  
v siedmom medzizubná kefka chce sa pričiniť.  
Nech sú zúbky čisté z piatich strán a potom len,  
nakoniec ich ústnou vodou celé opláchnem.

2x R:



**Odol**



TU SOM ČLOVEKOM  
TU NAKUPUJEM