



FOR NORA MØRK ER ET SUNT SMIL VIKTIG FOR BÅDE HELSA OG JOBBEN

Eurodent er stolt sponsor av Vipers-spiller og landslagsyndling Nora Mørk. Sammen vil de vise at sterke tenner er en viktig del av det å være sunn og frisk. Et pent smil er også viktig for mange, men det er kanskje ekstra viktig når man vises jublende på TV i beste sendetid.

– Det blir veldig mye følelser på håndballbanen, og man er ofte veldig glad. Da er det viktig å ha et pent smil, når man ellers føler seg ganske svett og sliten, ler Nora.

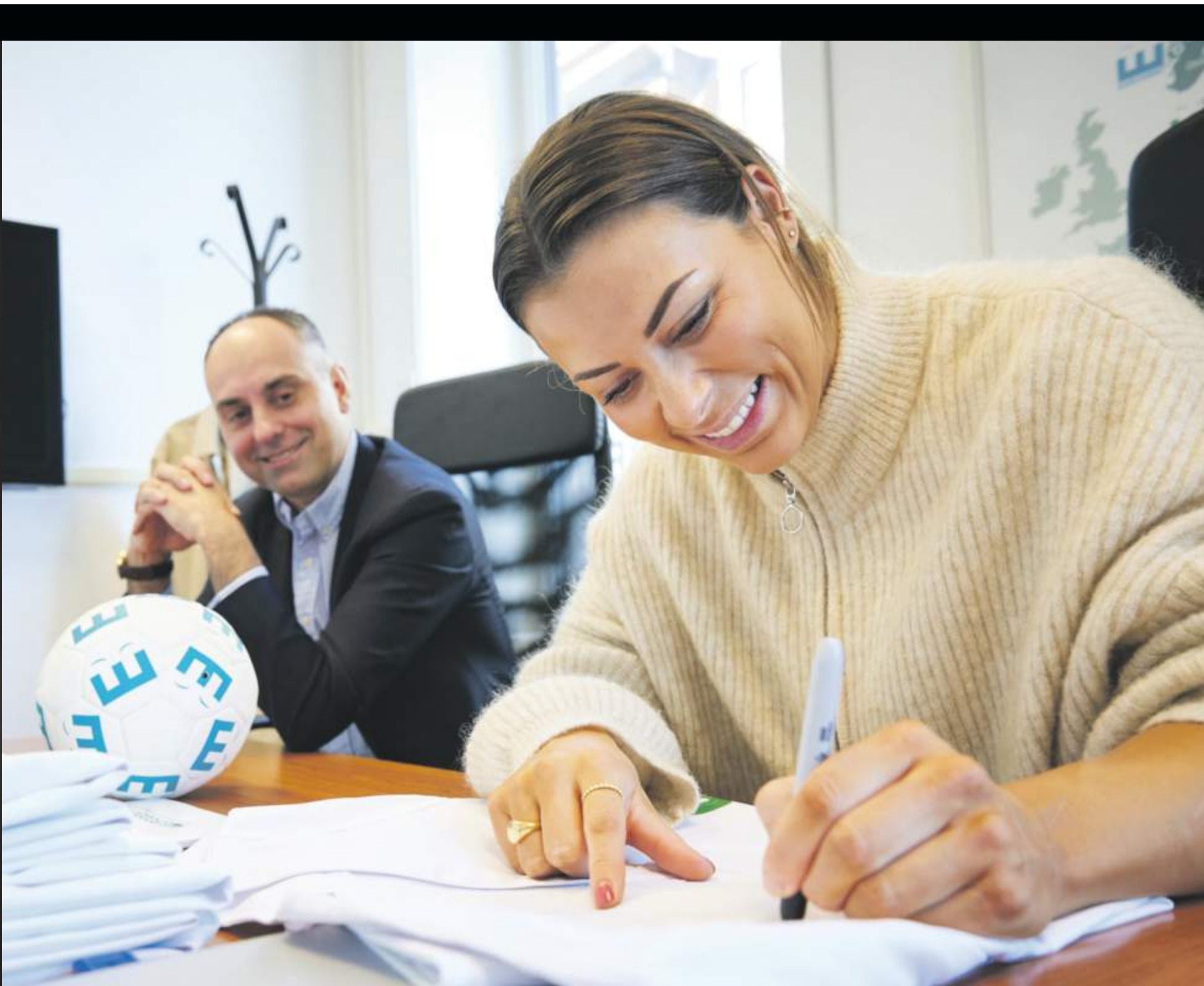
Det er likevel ikke bare det store, smittende smilet som betyr noe. Nora er også opptatt av tannhelse, og ser på en sunn munn som en naturlig del av det å ta vare på kroppen.

– God tannhelse er veldig viktig, både for jobben min men også for resten av livet. På håndballbanen går det hardt for seg. Senest for to uker siden mistet jeg en liten bit av fortanna som jeg må få fikset. Det kan alltid komme en albue i munnen eller kjeven, ler Nora.

Det handler om mer enn fine tenner, og god munnhelse er viktig for hele kroppen.

– For meg er tannhelse en viktig del av det å holde seg frisk. I jobben min er det ekstremt viktig å ikke bli satt ut av noe som helst, og for eksempel tannverk ville satt meg helt ut av spill. Det er veldig viktig for jobben, men også til hverdags, forteller hun.

TANNSJEKK HVER TREDJE MÅNED
Nora sørger for å pusse tenner minst



to ganger om dagen, og er en flittig tanntråd-bruker.

Selv med en tett timeplan besøker hun tannlegen hver sjettede måned, og en del av jobben som håndballspiller er å gå på rutinesjekker.

– Utenom fortanna som jeg mistet en bit av for noen uker siden har jeg vært heldig, og har lite problemer med tennene. Men, når vi er ute og reiser er det spesielt viktig å passe på munnhygiene. Vi reiser mye i Europa og til andre kontinenter. Der er det andre bakterier enn hjemme, så det er spesielt viktig å passe på for å holde seg helt frisk, sier hun og legger til:

– Hele jobben min går ut på å holde meg i form og holde meg frisk. Det gjelder alt fra hva jeg putter i munnen til når jeg legger meg.

DERFOR VALGTE NORA EURODENT

Eurodent ønsket å inngå et samarbeid med Nora Mørk for å vise at idrett, god munnhelse og sterke tenner henger tett sammen. Den tidligere verdensmesteren er et godt eksempel på et sunt forbilde som tar vare på tennene sine og kroppen sin.

– Jeg er veldig selektiv med sponsorer, og det var spennende med noe litt annerledes. Jeg har hatt en veldig god dialog med Eurodent hele veien, og er positivt overrasket over hvor profesjonelle de er.

De færreste av oss trenger å være redd for å få slått ut en tann på jobb, men for Nora er hverdagen litt annerledes.

– Vi får jo en del trøkker og samtidig har jeg en veldig tight timeplan. Da er det genialt å ha et samarbeid med

Eurodent. Hvis det er krise og jeg ikke har så mye tid, så er det god hjelp i at jeg kan stikke innom her en kjapp tur.

NORAS RÅD TIL ASPIRERENDE HÅNDBALLSPILLERE

Til andre unge håndballspillere har Nora et klart råd.

– Håndball skal være gøy! Det er viktig at det ikke blir for seriøst for tidlig, selv om man er bevisst på at det er noe man skal satse på. Håndballbanen skal være et sted for alle personligheter, og man må være inkluderende, få seg venner og ha det mest mulig gøy med ballen. Så får man tilpasse konkurranseinstinktet etter hvert, noen har mer av det enn andre, ler hun.

 **EURODENT**