

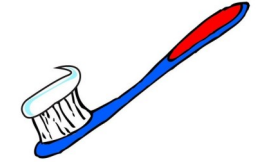
Brush your teeth twice a day for two minutes with a fluoride toothpaste.

ਦਿਨ ਵਿਚ ਦੋ ਵਾਰ ਦੋ ਮਿੰਟ ਲਈ ਆਪਣੇ ਦੰਦ ਫਲੋਰਾਈਡ ਟੁੱਥਪੇਸਟ ਨਾਲ ਬੁਰਸ਼ ਕਰੋ।

نظف أسنانك بالفرشاة مرتين في اليوم لمدة دقيقتين باستخدام معجون أسنان غني بالفلوريد.

ਦਿਨੇ ਦੂ'ਬਾਰ ਦੂ'ਮਿਨਿਟ ਕਰੋ ਏਕਟੀ ਫ਼ਲੂੋਰਾਈਡ ਟੁੱਥਪੇਸਟ ਦਿਏ ਦਾँਤ ਬਰਸ਼ ਕਰਨ।

Szczotkuj zęby dwa razy dziennie przez dwie minuty przy użyciu pasty z fluorem.



دن میں دو بار دو منٹ تک فلورائڈ ٹوتھ پیسٹ سے اپنے دانتوں پر برش کریں۔

Escova os dentes duas vezes ao dia por dois minutos com pasta e dentes com fluor.

Brosse tes dents deux fois par jour pendant deux minutes avec dentifrice avec fluor.

Lavate los dientes dos veces al dia por dos minutos con fluoruro pasta de dientes.