**This page is not to be trimmed beyond the cutting line to ensure text is kept the correct way up.**

**------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------**

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।**

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

দিনে দু'বার দু'মিনিট করে একটি ফ্লুওরাইড টুথপেস্ট দিয়ে দাঁত ব্রাশ করুন।

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 veses ao dia por dois minutos com pasta e dentes com fluor.

Brosse tes dentes deux fois par jour pendant deux minutes avec dentrifrice avec fluor.

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