

# پۆویسته چی بکهیت؟ هه موو خوله کیک گرنه!



باشترین ئامۆژگاری ئەوه راستهوخۆ ددانه که بখেیته شوپنی خۆی!

## ئهگەر ددانه که تهواو دهرهات پیت

تیبینی: به سهر ددانی شیرى مندالان چیهجی ناپیت

♥ بئ دواکهوتن ددانه کهوتوه که بدۆزهوه!

♥ خۆت دوور بگره له دهستدان له رهگ و ددانه که بখেوه شوپنی خۆی - ئەگەر گونجاو پیت. ئەگەر به ئاشکرایى ددانه که پيس ديار پیت، خپرا ژیره که به ئاو پاک بکهوه یان به لیک دهم پاک بکهوه.

♥ ددانه که له شوپنی خۆی بگره له رینگهت بۆ لای پزشکی ددان.

♥ ئەگەر ئەمه نهکرا، ئەوه ددانه که له ناو دهم بهپلهوه، یان له ناو شیر. رینگه مهده رهگه که وشک پیتهوه!

♥ به زووترین کاتی گونجاو پزشکی ددان بینه.

## ئهگەر پارچهکانی ددانیک شکا بن

♥ پارچهکانی ددانه کهوتوه که بدۆزهوه و به شیداری بیمپلهوه له رینگهت بۆ لای پزشکی ددان.

په یوهندی به پزشکی ددان بکه:



Norsk Tannvern®  
www.tannvern.no