

# ጥርስቸዎን ጤናማ እና ደስተኛ እንዲሆኑ ያቆዩ!

2



ቦቀን 2 ጊዜ ጥርስዎን ይቦርሹ

2



ለ 2 ደቂቃ ጥርስዎን ይቦርሹ

2



የጥርስ ሀኪም ጋር ቦዓመት 2 ጊዜ ይሂዱ