

5 TIPS TO KEEP YOU SMILING



Ngaue'aki 'a e polosi fulunifo mo ha kilimi fulunifo fluoride ki hono fufulu 'a e nifo, 'i he miniti 'e ua pea tu'o ua he 'aho



Pu'aki hangatonu kitu'a hili hono fufulu, 'oua 'e toe ngaue'aki ha vai ki hono vaima'a 'aki ho ngutu



Lelei taha ma'u pe keke ngaue'aki 'a e vai pe hu'akau ki he inu



'I he taimi fakaneifua pe fakaifoifo kai, ngaue'aki 'a e me'atokoni 'oku 'ikai ma'olunga ai 'a e suka



'I hono tokangaekina 'a e mo'ui lelei 'a e nifo, 'oku ta'etotongi 'a e 'a'ahi ki he toketaa mo e kiliniki nifo, kiate kinautolu si'i hifo he ta'u 18