

٥ عبارات

باللغة العربية لتنظيف الأسنان

5 Arabic phrases for Teeth
Brushing time



**تعليم أطفالكم العربية لا يجب أن يكون معقّدًا.
ابدأوا بروتين واحد في الأسبوع و٥ عبارات بسيطة فقط.**

Teaching your kids Arabic doesn't have to be
overwhelming.
Start with one routine a week, and just ٥ simple
phrases.



يلا انظف الأسنان

Yalla innathef al asnan

Let's brush our teeth



افتح تُمَك / تُمِك

Iftah tummak / tummik

Open your mouth



فوق وتحت

Fōq w-taḥt

Up and down



مضمض

Fōq w-taḥt

Rinse



خلصنا، شطور / شطورة

Khallaṣnā, shaṭūr / shatura

Done — good job



**اختاروا روتينًا واحدًا هذا الأسبوع
واستخدموا هذه العبارات الخمس يوميًا
في الأسبوع القادم، أضيفوا روتينًا جديدًا
لكن استمروا باستخدام هذه العبارات أيضًا
خطوات صغيرة. تكرار يومي. نتائج كبيرة**

Choose one routine this week.
Use these 5 phrases every day.
Next week, add a new routine,
but keep using these too.

Small steps. Daily repetition. Big results.

