

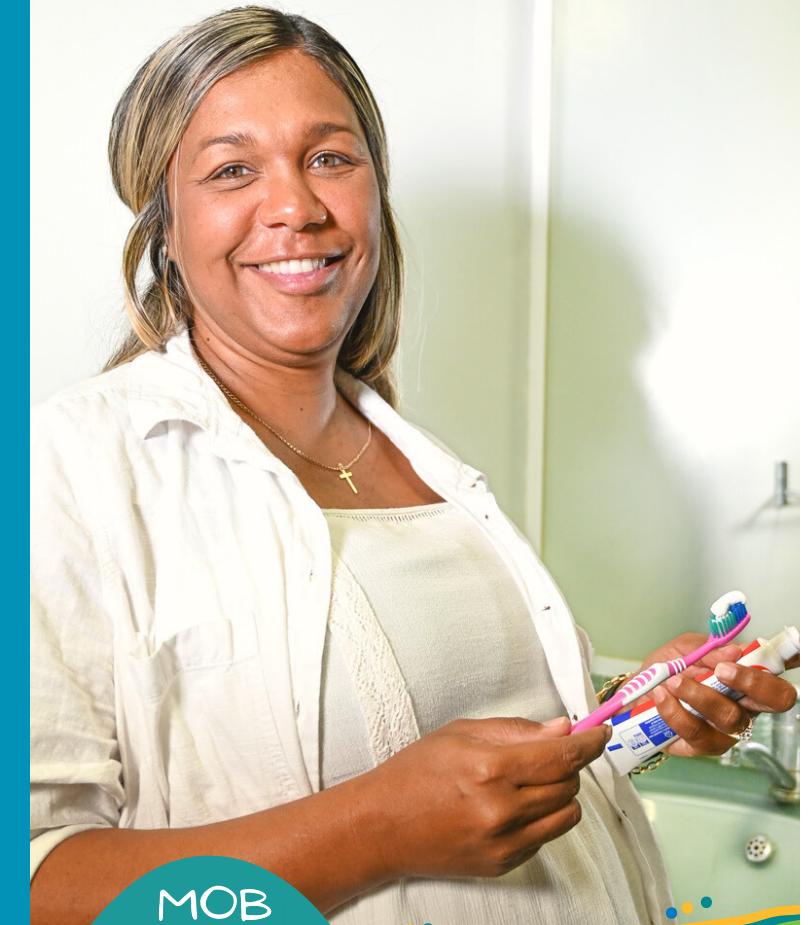
Ititjarangka Ipilypa
Ngaranyangka Wirura
Ikaringkunytjaku



For more information visit
www.mobsmiles.org.au

Mob Smiles is made possible by the
Australian Dental Association

Translations by Mr Barry Gould



Wanyu nyawa nyanga ara palya tja unngutja ipilyarintjaku ititjararingkunyangka.

Nyuntu ala-alu nyinanyi ititjararingkunyangka palu ara pulka
katiti wiru kanyinma wirura ikaringkunytjaku.

Utin ititjararingkunyangka tja unngutja purkara
atunymanama.

Minyma ititjara kutjupa tjuta tjaka tjinguru katiti munu katiti
ilytjanpa kuraringkunytjaku.

Ititjararingkunyangka kutjupara waltjangku tjulku puntu
unngutja tjinguru kutjuparinkuku. Palulanguru Katiti ilytjanpa
tjinguru raa-raaringkuku munta tjinguru ritawanaringkuku
munta tjinguru tjulku tjutilku munta tjinguru pikaringkuku.

Kutjupa tjutangku tjaka rawa paltja-tjiratja ngaranyi munta
tjinguru rawa mai tjukatjara ngalkuntykitja munta tjinguru
kuulturingka tjikintjikitja mukuringanyi.

Palu Katiti tjinguru kuraringkuku rawa tjuka pulka
ngalkunyangka.

Palyan kiliniki katitiku akatjari ankupai
ititjararingkunyangka. Palularangka nyarangka utinku
mulapa katiti munu katiti ilytjanpa tjingurunti wiru
ngaranyi check-amilanytjaku. Minyma kutjupa tjuta
ititjarangka kutjupara tjaka niitalku munu x-rayku
ngulu ngaranyi palu kunyu takata nintipuka tjuta
palunya tjunkula palyanmankupai. Wanyu rawangku
katiti-ku takata-la wangkara alatjin waltjangku
ititjara nyuntunya wirura atunmankunytjaku

Kutjupara minyma ititjara kutjupa tjuta tjaka
ulkapatjunkupai. Palulanguru katiti tjuta tjinguru
kuraringkuku. Ulkapatjunkuntjatjanu mapalku katiti
brush-amilala wiyangku wantima piruku katiti
kuraringkunytjaku-tawara. Utinku
ulkapatjunkuntjatjanu patala one hour-ku katiti
brush-amilanytjikitjangku. Palyan mapalku tja
unngutja paltjila kapingka munta tjinguru
"mouthwash"-pangka panya hour-ku patantja wiya
munta tjingurunku toothpaste-pangka katiti munila
mara parkangka.



Tjikita puyintja, vaping munu wama
tikintja wiyangku wantima panya iti
kulunyapa pulkara
piktjararingkunytjaku-tawara.

Tja unngutja kilinankunytjaku ara pulka
pikatjararingkunytjaku-tawara. Utin panya
brush-pa tjulatjara munu fluoride toothpaste-pa
tjukutjukungka katiti kilinanama mungangka munu
munga winkingka. Katiti brush-amilara
wiyarungkula toothpaste-pa wita wanira tjaangka
kapiku paltjila wiyangku. Rawa brush-amilanma
katiti winki 2 minute-ku kilinankula
latjaringkunytjaku-tawara.

Mai tjikintja tjuta tjuka tjukutjukutjara
ngurkantara panya katiti atunmankunytjaku.
Ngalkula mai wiru panya cheese, fruit munu
vegetables tjinguru arkara apula munta
tjinguru carrot katala paltjaringkunytjaku.
Ngurkantara kapi tapa-nguru tjikintjaku
kuulturingka wiya.

