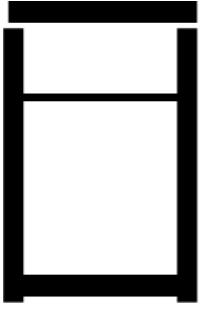


# SU TASARRUFU SAĞLAYARAK DİŞ FIRÇALAMAK İÇİN ADIMLAR

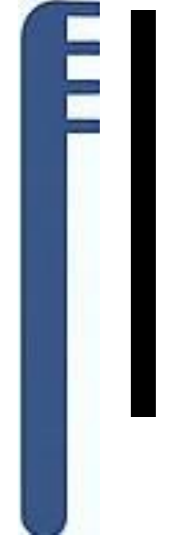


**Musluğu  
açıp  
bardağı  
doldurun**



Sonunda  
ağzınızı  
çalkalamak  
için sadece  
biraz su  
kullanın.

**Dişlerinizi  
fırçalarken  
musluğu  
kapatın**



Böylece su 2-3 dakika  
boyunca akmaz.



**Dişlerinizi  
, dilinizi  
ve diş  
etlerinizi  
fırçalayın**

Küçük dairesel hareketlerle  
2 dakika boyunca.



**Bardakla  
ağzınızı  
çalkalayın**

Musluğu açık  
bırakarak değil.



**Diş ipi  
kullanın  
(gerekirse)**

Suyu israf etmeden.



**Diş fırçanızı  
birkaç  
damla suyla  
çalkalayın**

Uzun süre suyun altında  
tutarak değil.



**İpucu:** Fırçalarken musluğu kapatmak her  
seferinde 10 litreye kadar su tasarrufu  
sağlayabilir!