

CASACHTACH AGUS SRAOTHARTACH



- Cas ar leataobh
- Úsáid ciarsúr chun do shrón agus do bhéal a chlúdach



- Caith do chiarsúr sa bhosca bruscair



- Gan chiarsúr? Úsáid do mhuinchille



- Agus an ciarsúr sa bhosca bruscair, tóg ar a laghad 15 soicind chun do lámha a ghlanadh le gallúnach agus uisce nó glóthach.