

Gaelic

Sa chiad dol a mach bu choir coimhead air dath an uisge bheatha. Tha an dath ag innse dhuinn an t-uamhas agus dearbhaidh e tuilleadh a rithist nuair a bhlaiseas sibh air. Bheir an dath beachd dhuit mu aois an uisge bheatha, mar as dorcha a tha e sann is sinne an t-uisge beatha oir tha barrachd uine ga chur seachad a tarraing dath o'n chasg fhads a tha e ag abachadh

Nis nach toir sinn suil air cuideam an uisge bheatha. Sluaisrich an t-uisge beatha timcheall na ar glainne, agus bu choir dha na taobhan a chomhdach. Cruthaichidh an t-uisge beatha boinnean neo "casan" agus mar as luaithe a tha iad a' ruith 's ann is aotruime an t-uisge beatha. Mar as lugha casan agus iad a toirt uine nas fhaide ruith sìos, 's docha gu bheil an t-uisge beatha nas truime..

Chen eil ceist ann gur e an ath cheum am fear as cudthromaiche nuair a thathar a gabhail beachd air uisge beatha - gabhail faladh an drama. Thoir an aire mar a tha an neach-treorachaidh ga dheanamh airson eisimpleir air mar bu choir dhuibh seo a dheanamh. Togaidh ur sroin fada a bharrachd bhuadhan na bhlaiseas sibh. Nuair a dh'fhairicheas sibh an t-uisge beatha se a cheud rud dhan mothaich sibh se bioradh an alcol, smar sin bu choir an glainne a thoirt air falbh o ur sroin agus an uairsin a thilleadh. Gach turas a ni sibh sin mothaichidh sibh na falaidhean eadar-dhealaichte a tighinn an ard. Airson na buadhan air fad fhaighinn, mholainn gun cuireadh sibh boireag neo dha de dh'uisge ris oir blathaichidh seo e rud beag agus leigidh e cuid eile dhe na falaidhdhean ma sgaoil ach ni e nas laige e

Slainte Mhath

On fhaladh tha sinn a gluasad dhan bhlas. Gabh balgam dhen uisge-beatha agus cum air barr do theangaidh e mus sluig thu e. Slainte Mhath

'S e 'n ceum fo dheireadh air am bu choir dhuinn smaointinn se mar a tha an t-uisge beatha air a chrìochnachadh; de cho fads a bhlaiseas tu e an deidh dhuit a shluigeadh. Dh'fhaodadh gur e crìoch goirid neo fada a th'aige, ma dh'fhaodte gum bheil e min neo bog agus blath

Ma tha sibh airson uisge a chur ri ur uisge-beatha nam biodh sibh cho math sin a dheanamh an drasda.