

Welcome Spring

Celebrate the season by making a Spring basket for you and your family!

Fill the basket with these fun treats!

Bubbles
Stickers
Coloring Books
Games/Puzzles
Sandbox Toys



Nuts
Fruit
Raw Vegetables
Plain Chocolate
Gum with Xylitol

Eat less sugar for healthier teeth and bodies!

The spring season is not all about treats and sweets. It is a great time to explore the outdoors and enjoy nature as a family.

Try these activities!

- Nature walks - Gardening - Beach Walks -
- Games outside - Biking - Skating - Picnics -



Bienvenida Primavera

¡Celebre la estación de la Primavera con una canasta para usted y su familia! ¡Llene la canasta con los siguientes regalos!

Burbujas
Calcomanías
Libros para colorear
Rompecabezas
Juguetes para la arena



Nueces
Fruta
Verduras crudas
Chocolate solo
Chicle con Xylitol

¡Coma menos azúcar para tener dientes y cuerpos saludables!

La Primavera no es tan solo de premios y dulces. Es un buen tiempo para explorar actividades familiares al aire libre y gozar de la naturaleza.

¡Pruebe estas actividades!

Caminatas al aire libre - Jardinería - Caminar en la playa - Juegos al aire libre - Pasear en bicicleta - Patinar - Día de campo -



www.sharethecaredental.org

Llame al 2-1-1 y localice la Clínica Dental Comunitaria en su área o para información acerca de seguro médico y dental, llame a San Diego Kids Health Assurance Network (SD-KHAN) a 1-800-675-2229

Reviso 02/09