





Brush Your Way to Saving the Day

Help Your Teeth Shine Bright.
Brush Morning & Night.



Keep your teeth strong by brushing TWICE a day. Fill in the chart below each day. Then celebrate your healthy habits!

	 MORNING	 NIGHT
Monday	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tuesday	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wednesday	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Thursday	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Friday	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Saturday	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sunday	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Did you know you should brush for at least two minutes, twice a day? Try setting a timer or playing a song to keep track.

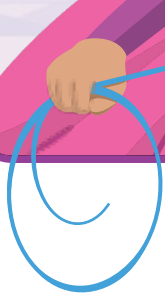
Learn more about children's oral health and the American Academy of Pediatric Dentistry Foundation at AAPDFoundation.org.





¡Cepíllate para salvar el día!

Ayuda a que tus dientes brillen por la mañana y por la noche.



Mantén tus dientes fuertes cepillándolos dos veces al día. Llena la tabla de abajo cada día. ¡Luego celebra tus hábitos saludables!



MAÑANA



NOCHE

lunes

martes

miércoles

jueves

viernes

sábado

domingo



¿Sabías que deberías cepillarte durante al menos dos minutos, dos veces al día? Intenta poner un temporizador o reproducir una canción para llevar la cuenta.

Aprende más sobre la salud bucal infantil y American Academy of Pediatric Dentistry Foundation at AAPDFoundation.org

