

My Brushing and Flossing Chart

- 1) Write the date in the top right corner of each box.
- 2) Brush for two minutes in the morning - color the box with the sun.
- 3) Brush for two minutes at night, then floss - color the box with the moon and floss.



Month: _____ Name: _____

Sunday		Monday		Tuesday		Wednesday		Thursday		Friday		Saturday	

Mi Tabla de cepillado y de hilo dental

- 1) Escriba la fecha en la esquina superior derecha de cada cuadro.
- 2) Cepille durante dos minutos por la mañana: colorea la caja con el sol.
- 3) Cepille durante dos minutos por la noche, después use hilo dental: colorea la caja con la luna y el hilo dental.



Mes: _____ Nombre: _____

Domingo		Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		Sábado	