

WATCH ME GROW WASHINGTON ACTIVITY BOOK

LIBRO DE ACTIVIDADES DE
MÍRAME CRECER WASHINGTON



THIS BOOK BELONGS TO
ESTE LIBRO PERTENECE A

•••••





ABOUT WATCH ME GROW WASHINGTON

Watch Me Grow Washington sends health and safety information to all parents and caregivers of children from birth to 6 years in Washington State. Our goal is to keep Washington's kids as safe and healthy as possible.

Our information is sent by postal mail and is also available by e-mail. Each mailing's content is focused on a specific age and includes materials on a variety of health topics:

- Growth and development
- Well-child visits
- Vaccines
- Nutrition and physical activity
- Safety
- Oral health
- Child care and school readiness
- Environmental health
- Family support

CONTACT US!

Email: watchmegrowwa@doh.wa.gov
 Phone: 360-236-4171
 Facebook: @WatchMeGrowWA

Scan and checkout our website



English

To request this document in another format, call 1-800-525-0127.

Deaf or hard of hearing customers needing assistance, please call 711 (Washington Relay) or email doh.information@doh.wa.gov.

DOH 920-961 July 2024



ACERCA DE MÍRAME CRECER WASHINGTON

Mírame Crecer Washington envía información de salud y seguridad a todos los padres y cuidadores de niños desde su nacimiento hasta los 6 años en el estado de Washington. Nuestro objetivo es mantener a los niños de Washington lo más seguros y saludables como sea posible.

Nuestra información es enviada por correo postal y también está disponible por correo electrónico. El contenido de cada envío está enfocado en una edad específica e incluye material con una variedad de temas de salud:

- Crecimiento y desarrollo
- Visitas médicas de rutina
- Vacunas
- Nutrición y actividad física
- Seguridad
- Salud oral
- Preparación para la guardería y la escuela
- Salud ambiental
- Apoyo a familias

¡CONTÁCTENOS!

Correo electrónico: watchmegrowwa@doh.wa.gov
 Teléfono: 360-236-4171
 Facebook: @MírameCrecerWA

Escanee y visite nuestra página web



Español

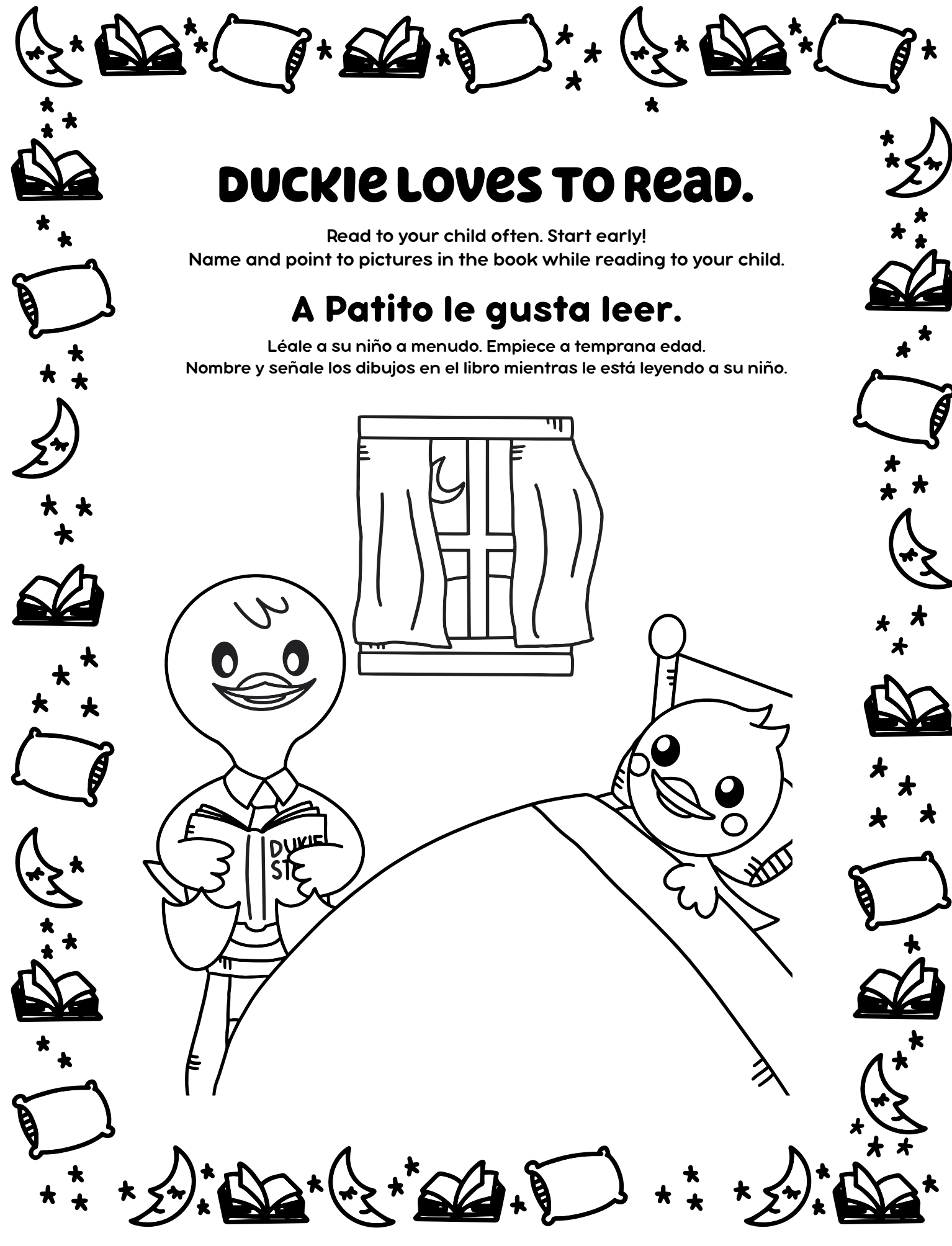
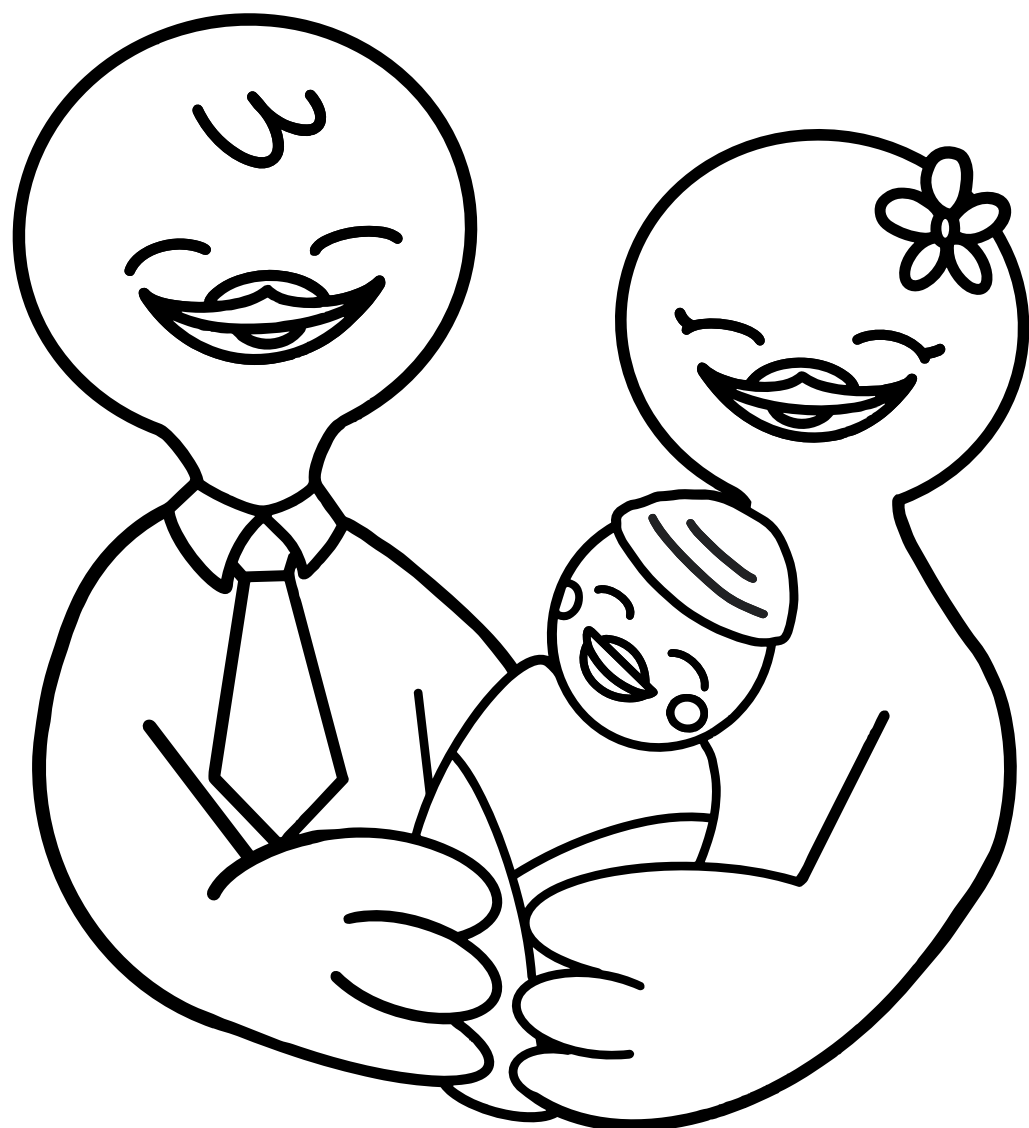
Para solicitar este documento en otro formato, llame al 1-800-525-0127.

Las personas con sordera o problemas de audición pueden llamar al 711 (Servicio Relay de Washington) o enviar un email a doh.information@doh.wa.gov.



**WELCOME TO THE WORLD,
DUCKIE!**

¡Bienvenido a este mundo, Patito!

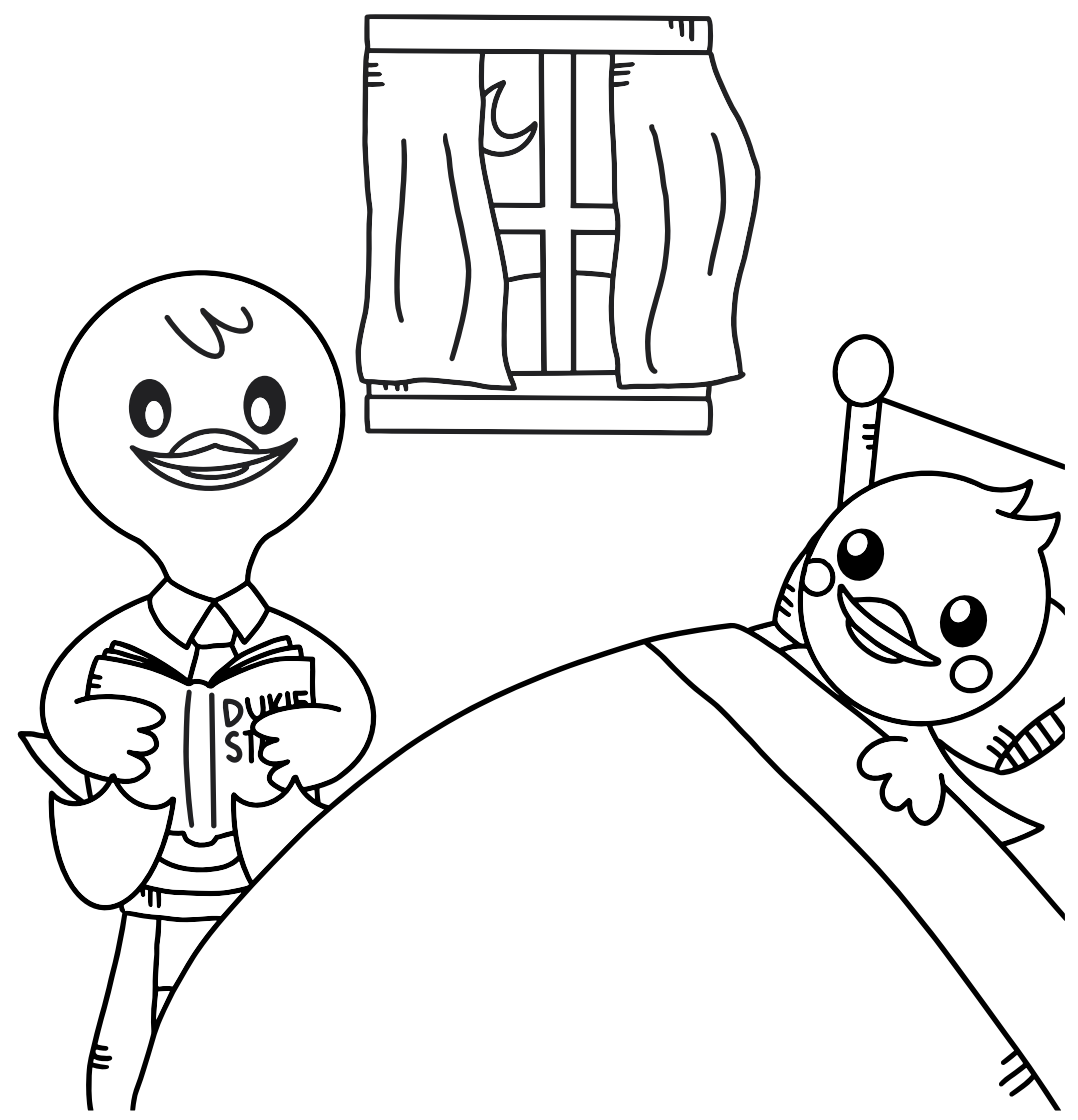


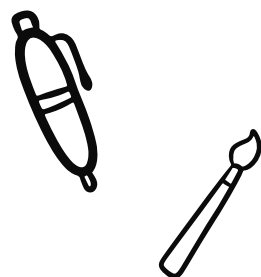
DUCKIE LOVES TO READ.

Read to your child often. Start early!
Name and point to pictures in the book while reading to your child.

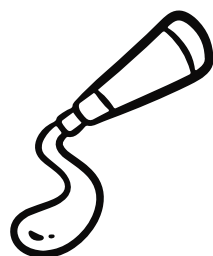
A Patito le gusta leer.

Léale a su niño a menudo. Empiece a temprana edad.
Nombre y señale los dibujos en el libro mientras le está leyendo a su niño.





CAN DUCKIE FIND THESE WORDS?



U B B M K T O O T H B R U S H U K V
 F G V X G D G L E A R N W T L R A L
 R W W E S U E R O D O C T O R X F A
 U P W U G C V N F J V C H Z V E R B
 I O L F R E H V T G F Z E G P C E C
 T N O A Z L T O L I E D A Z Z H A S
 V V G Q Y D Z A O C S X L V A E D A
 U A R N C D F U B L U T T R W C L F
 D J O A C K Y K U L A Z H R V K H E
 G O W S P C I Z A K E A J X H U F T
 W J X Q R A Y Y G W M Z X Y F P L Y
 N U R S E N Z V A C C I N E X L N K

Find the following words in the puzzle.
 Words are hidden across, down, diagonal (→ ↓ ↘).



CHECKUP
 DENTIST
 DOCTOR
 FRUIT
 GROW

HEALTH
 LEARN
 NURSE
 PLAY
 READ

SAFETY
 SCHOOL
 TOOTHBRUSH
 VACCINE
 VEGETABLE



¿PUEDE PATITO ENCONTRAR ESTAS PALABRAS?



W S W O O I V E R D U R A S H U R A
 R W E D S H E S C U E L A G B I Y J
 B M I G Z A P E N F E R M E R O H U
 F R M E U I H Z Y L N L S A L U D G
 C D P V K R J P I D H V A C U N A A
 F O R I T G I M R E V I S I O N R R
 C E P I L L O D E D I E N T E S X F
 A B L R R N F Z A W T Z H C M J O R
 C R E C E R K V H D P L E E R T M U
 A C F W X P U G Z A P R E N D E R T
 L Q X M D O C T O R Y V B Z N I W A
 D E N T I S T A Z F U U Q A F Y L Q

Las palabras están escondidas en forma horizontal, vertical y diagonal (→ ↓ ↘).



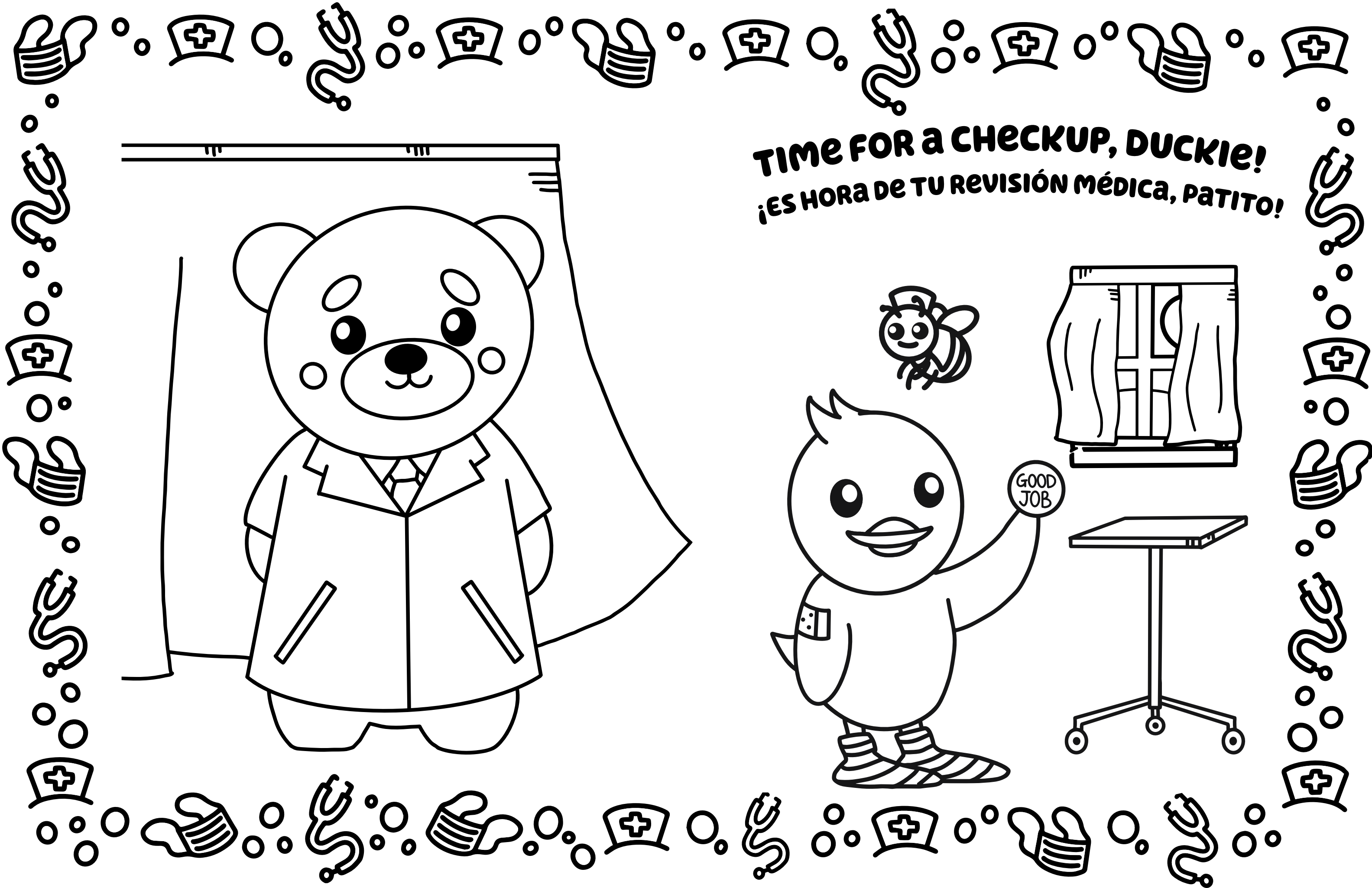
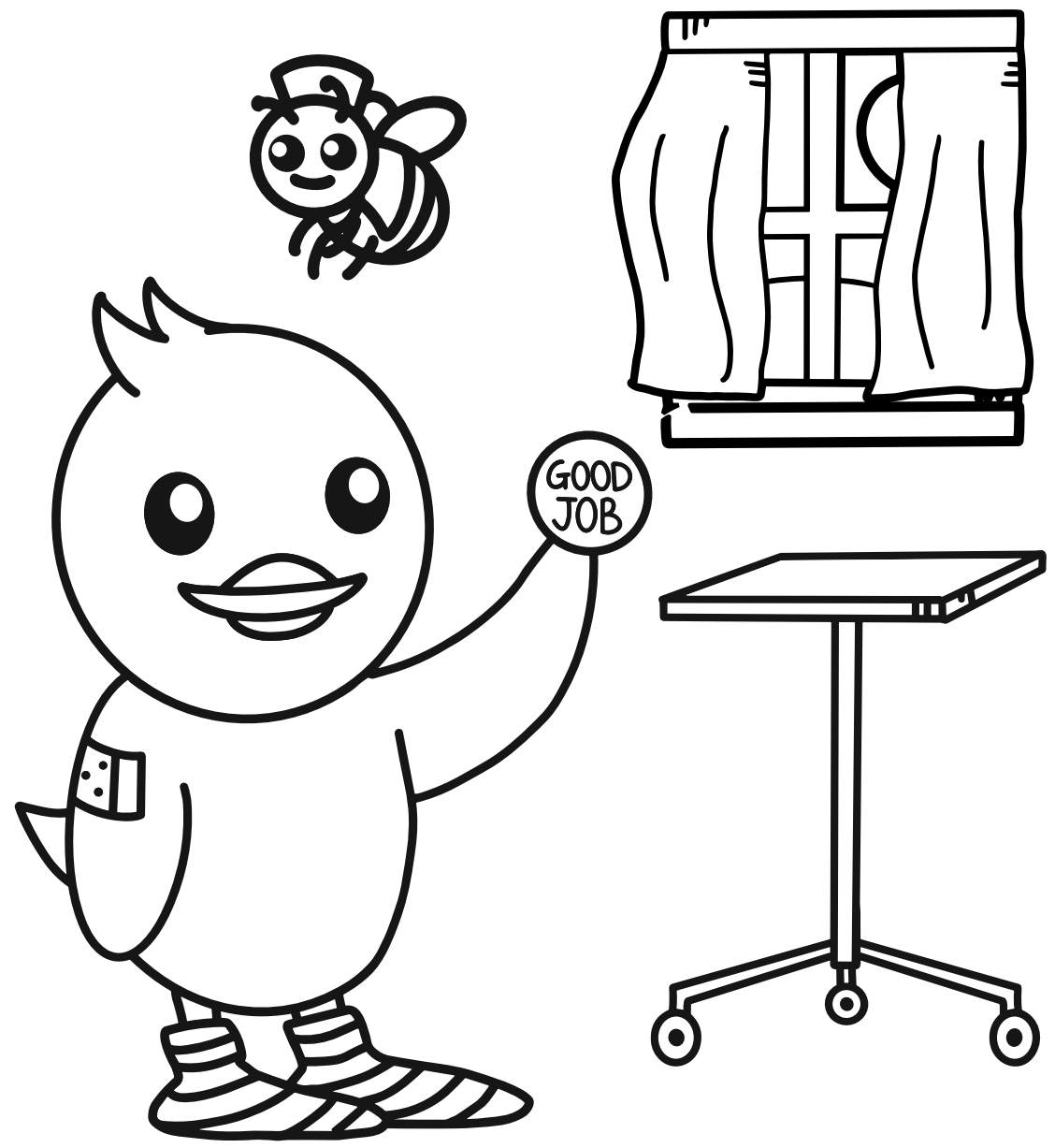
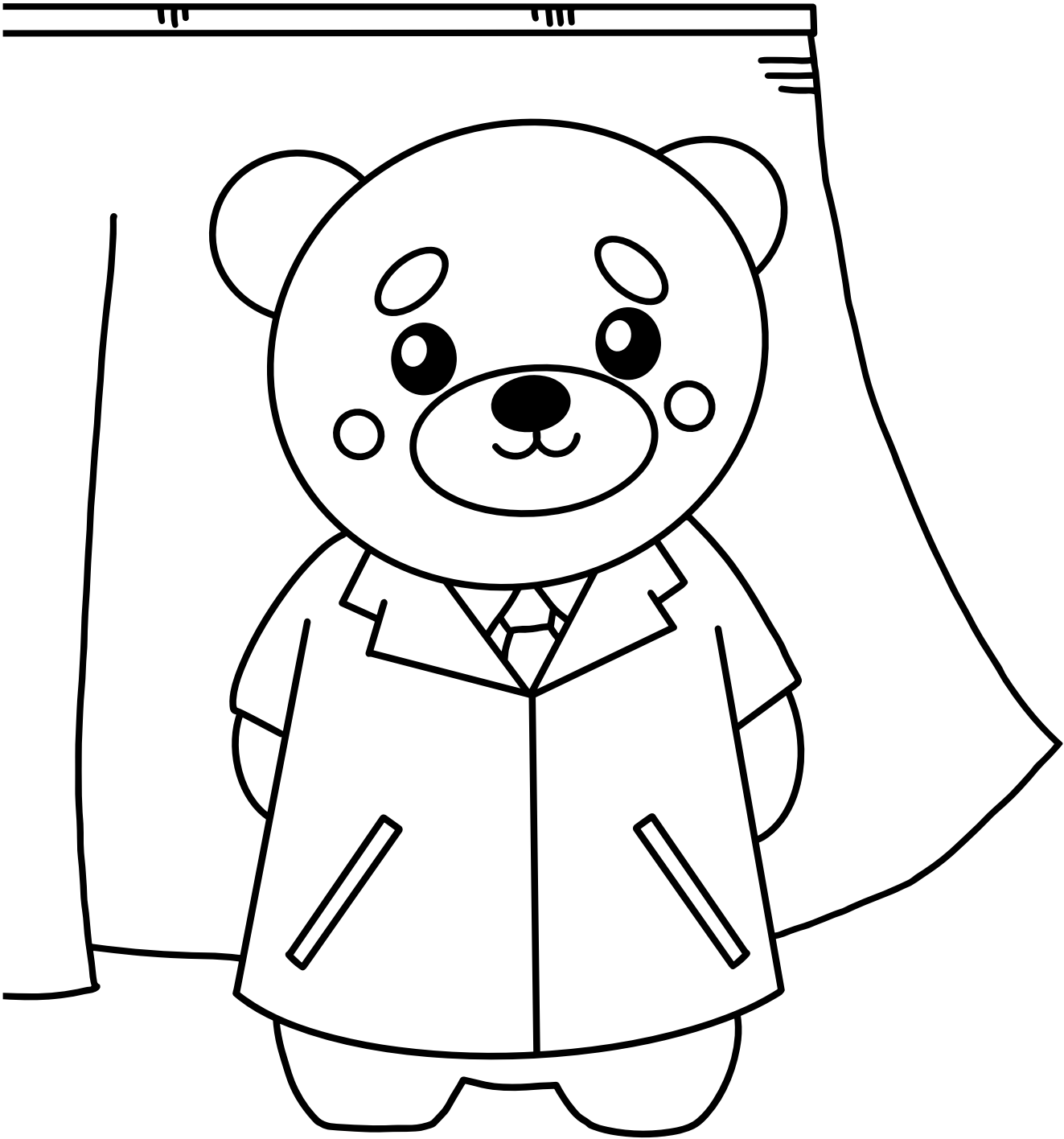
APRENDER
 CEPILLO DE DIENTES
 REVISION
 CRECER
 DENTISTA

DOCTOR
 ENFERMERO
 ESCUELA
 FRUTA
 JUGAR

LEER
 SALUD
 SEGURIDAD
 VACUNA
 VERDURAS

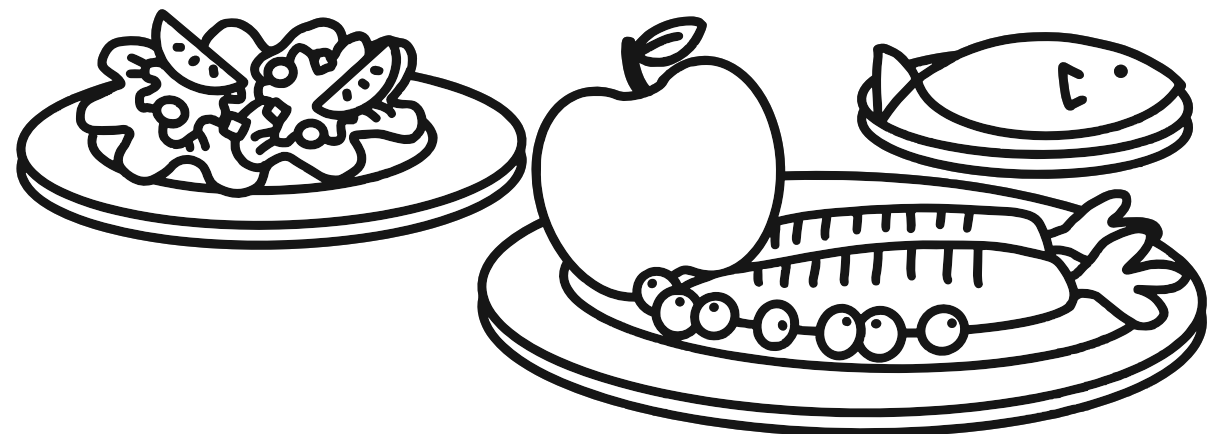
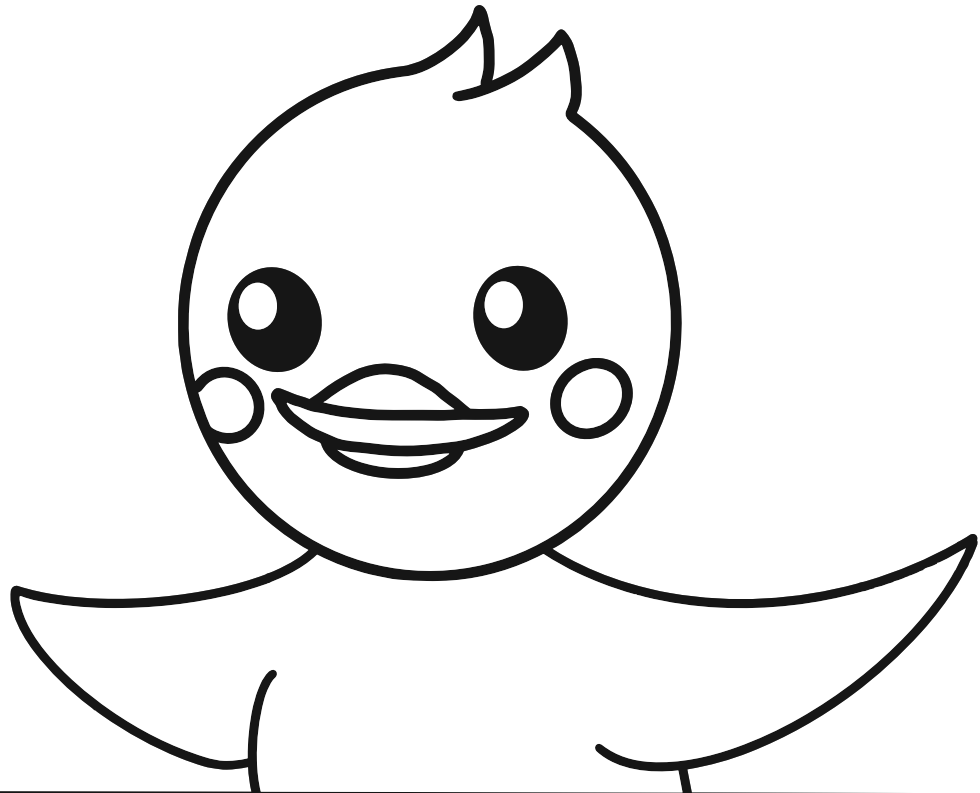


TIME FOR A CHECKUP, DUCKIE!
¡ES HORA DE TU REVISIÓN MÉDICA, PATITO!



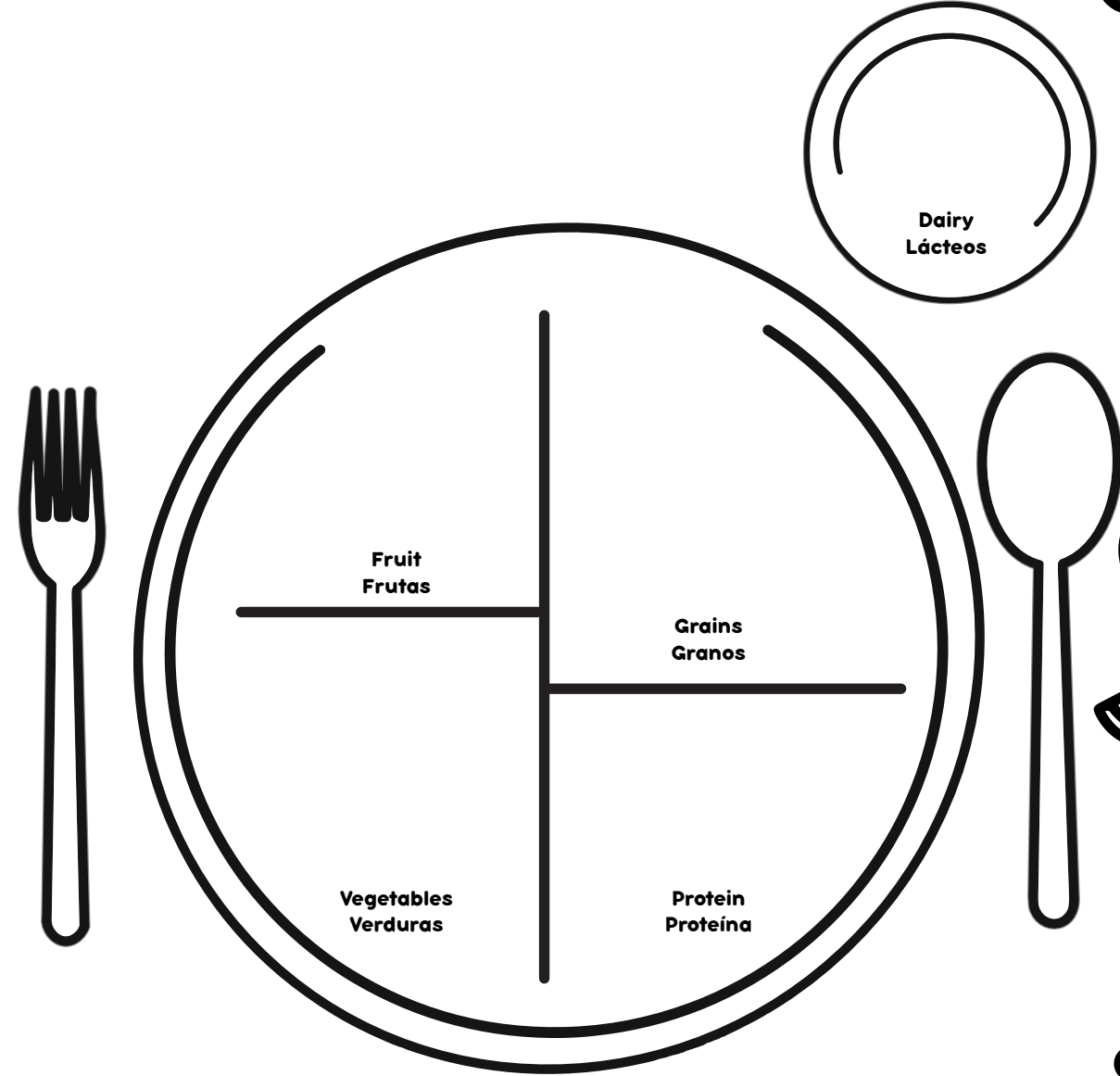
DUCKIE eats NUTRITIOUS FOODS.

PATITO COME ALIMENTOS NUTRITIVOS.

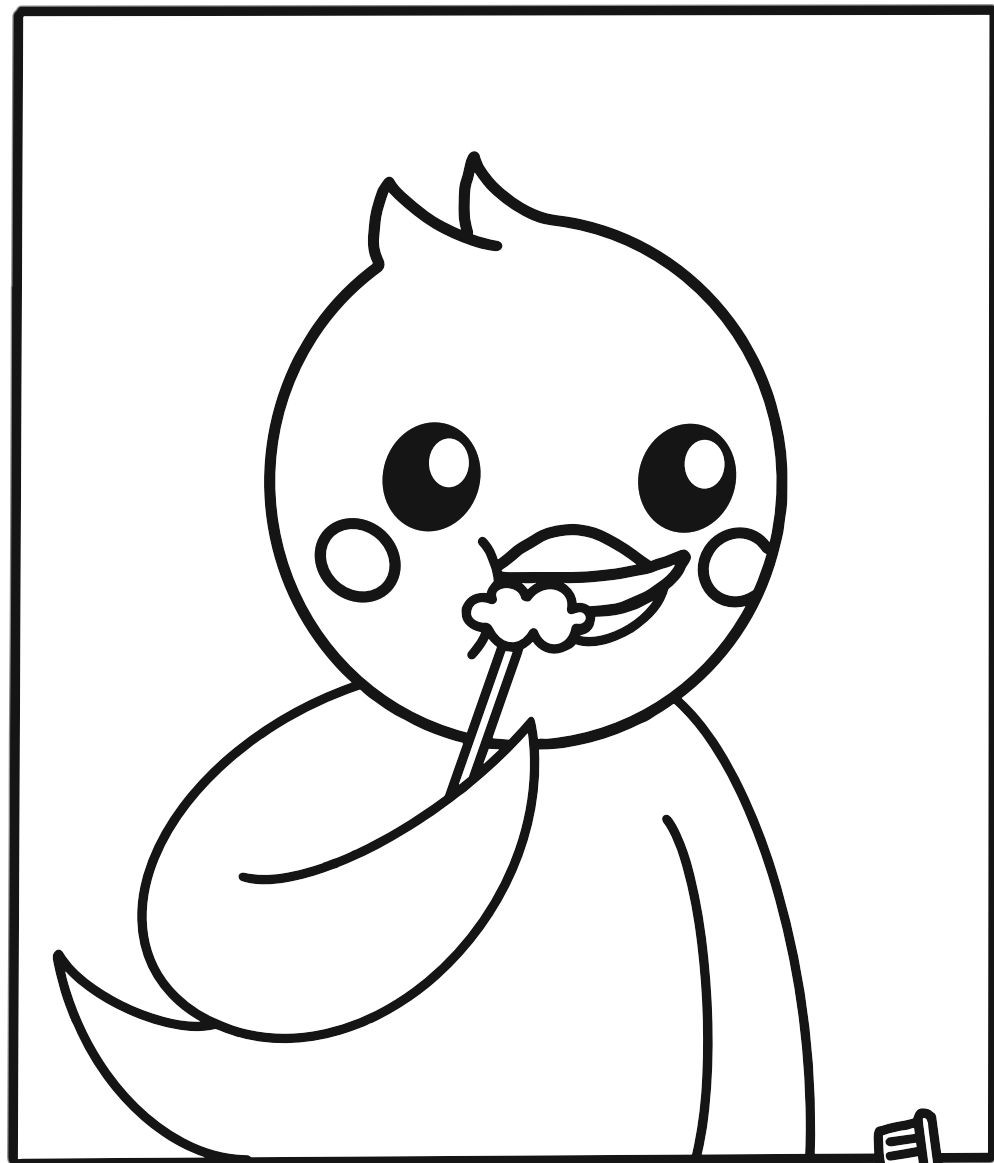


DRAW YOUR FAVORITE FOODS!

¡DIBUJA TUS ALIMENTOS FAVORITOS!

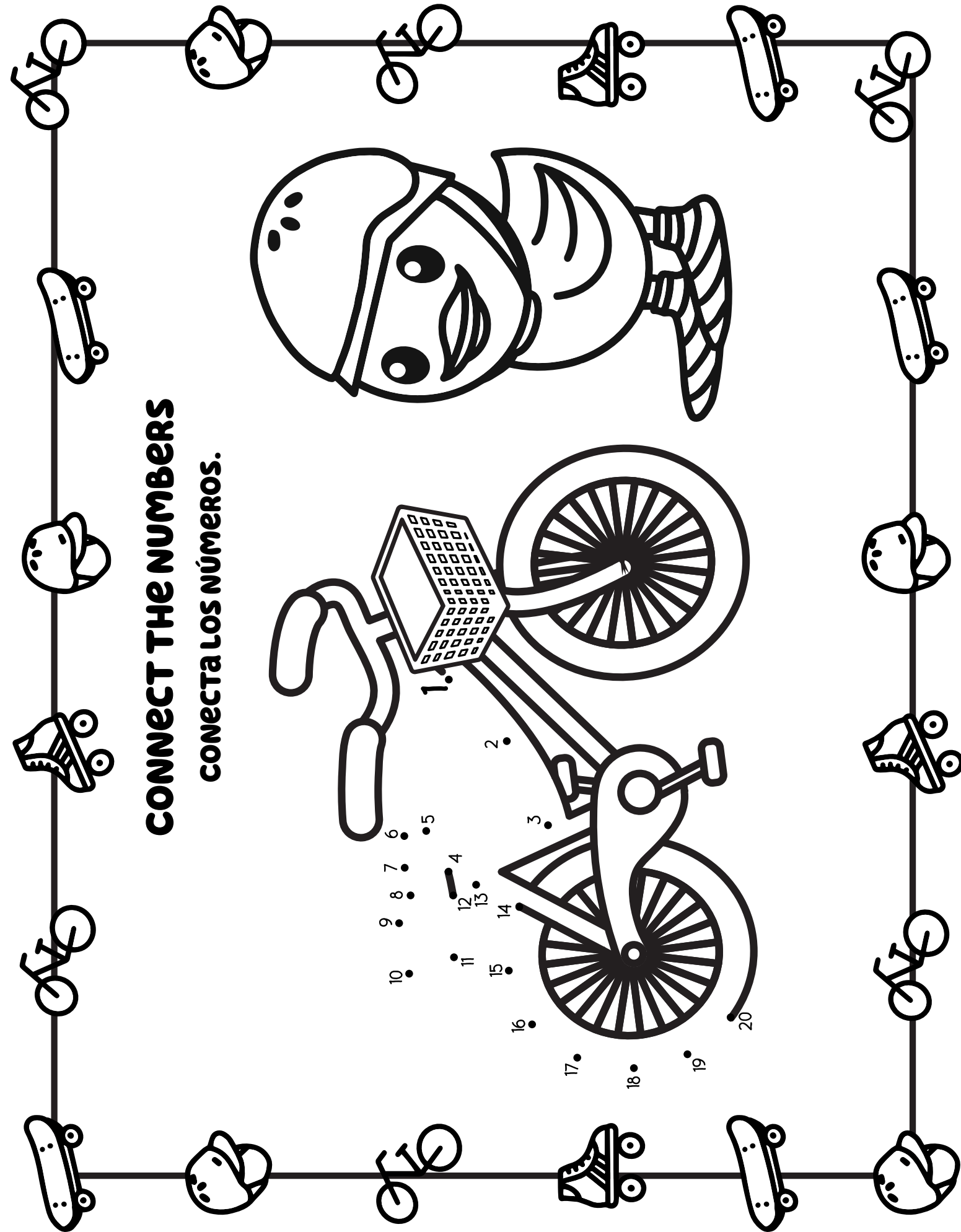


TIME TO BRUSH YOUR TEETH, DUCKIE!
¡ES HORA DE LAVARSE LOS DIENTES, PATITO!

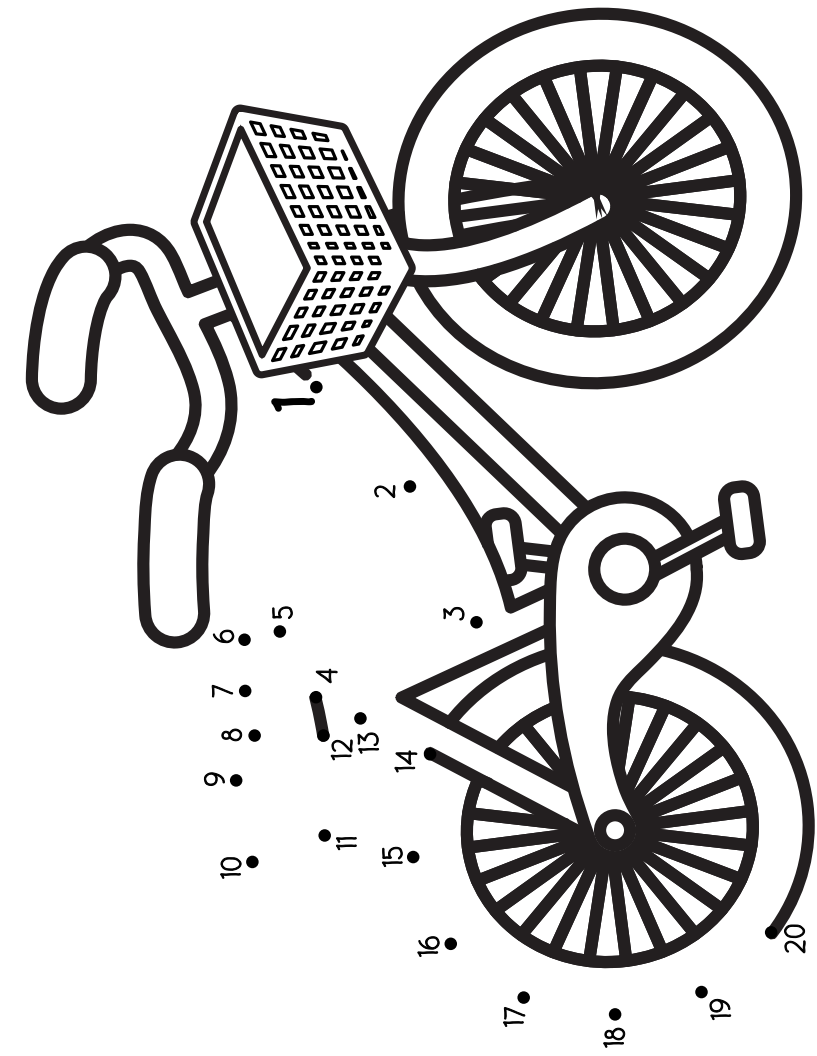




STay safe, DUCKIE!
¡MANTENTE SEGURO, PATITO!



CONNECT THE NUMBERS
CONECTA LOS NÚMEROS.



DUCKIE HELPS DADDY DUCK CHECK THE MAIL.

Let your child help with everyday activities.

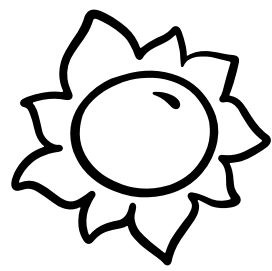
**PATITO LE AYUDA A PAPÁ PATO
A REVISAR EL CORREO.**

Deje que su niño ayude con las actividades diarias.

Color by numbers.
Colorea por números.

- | | |
|----------|------------|
| 1 Red | 1 Rojo |
| 2 Blue | 2 Azul |
| 3 Yellow | 3 Amarillo |
| 4 Green | 4 Verde |
| 5 Purple | 5 Morado |
| 6 Brown | 6 Café |





DUCKIE'S MAD LIBS



Hello, my name is Duckie! I am _____ years old.

(number)



I have a magical pet, a(n) _____

(animal)

named _____.

(name)

love to explore _____.

(place)



We get special powers when we eat nutritious food!



My nutritious food is _____,

(food)

but my pet's favorite nutritious food is _____.

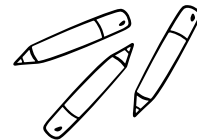
(food)



When I get my special power, I turn into my favorite color,

_____.

(color)



My special power is _____!



COMPLETA EL RELATO

DE PATITO



Hola, mi nombre es Patito! Tengo _____ años.

(número)



Tengo una mascota mágica, un(a) _____

(animal)

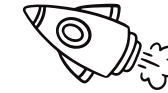
llamado _____.

(nombre)



A mi mascota mágica y a mi nos encanta explorar _____.

(lugar)



Cuando comemos alimentos nutritivos tenemos poderes especiales.



Mi comida nutritiva favorita es _____.

(comida)

pero la comida nutritiva favorita de mi mascota es _____.

(comida)



Cuando tengo mi poder especial, me convierto en mi color favorito,

_____.

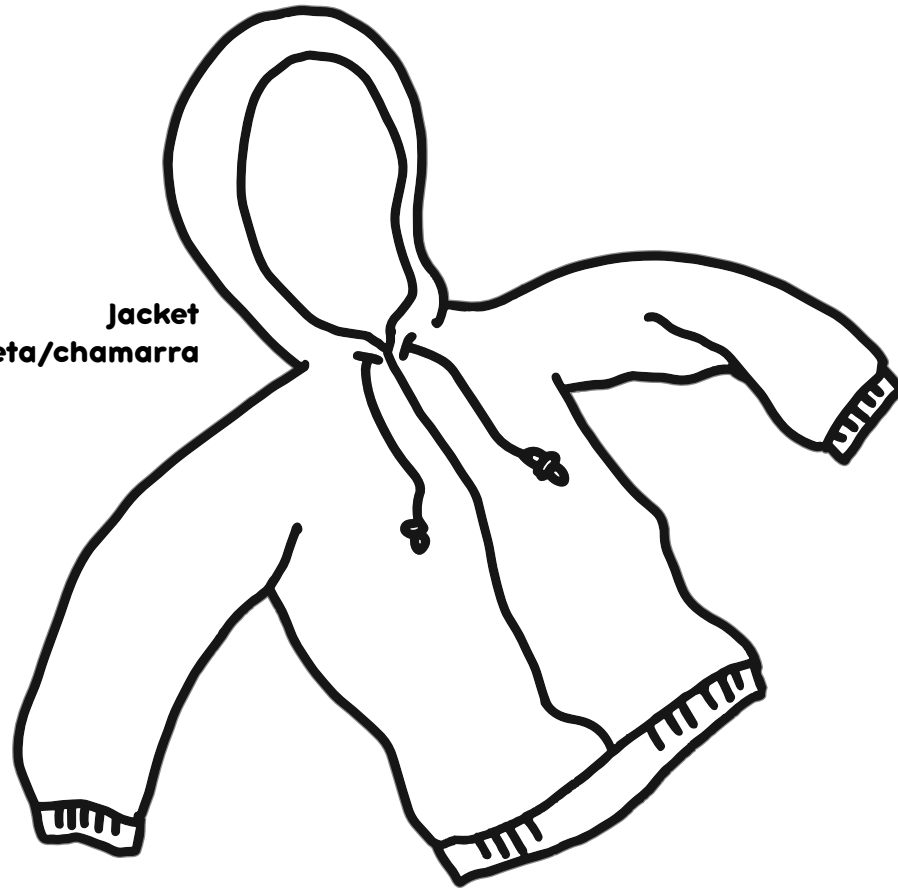
(color)



¡Mi poder especial es _____!

GET READY FOR SCHOOL, DUCKIE!
¡PREPÁRATE PARA LA ESCUELA, PATITO!

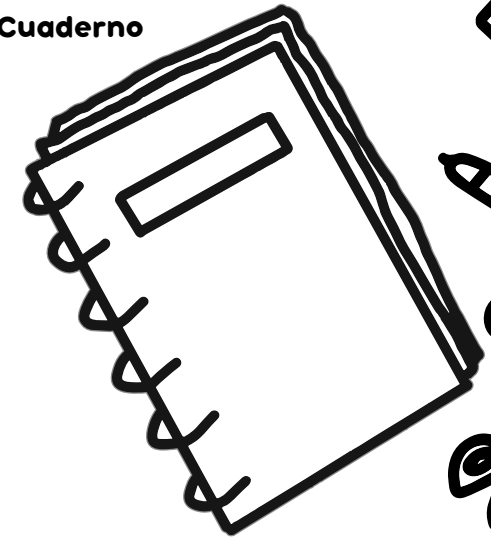
Jacket
Chaqueta/chamarra



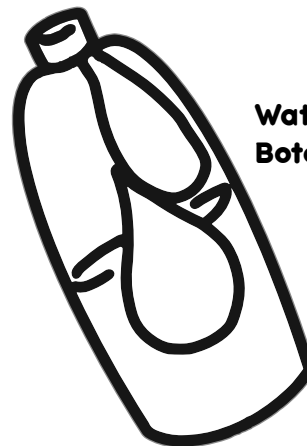
Sunscreen
Bloqueador solar



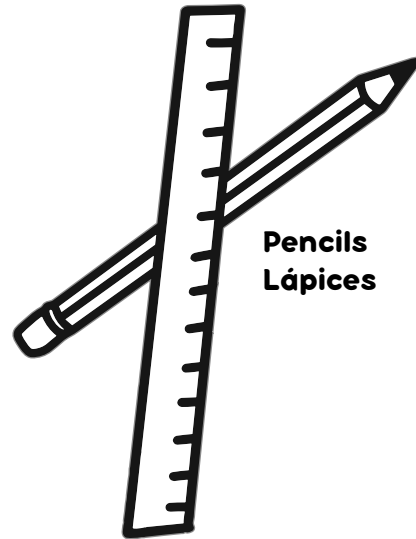
Notebook
Cuaderno



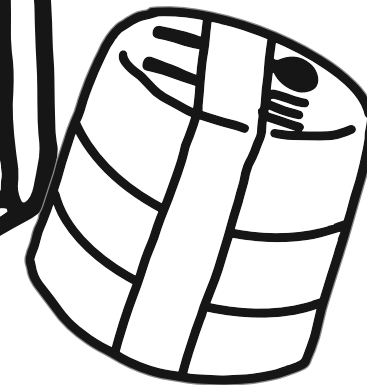
Water bottle
Botella de agua



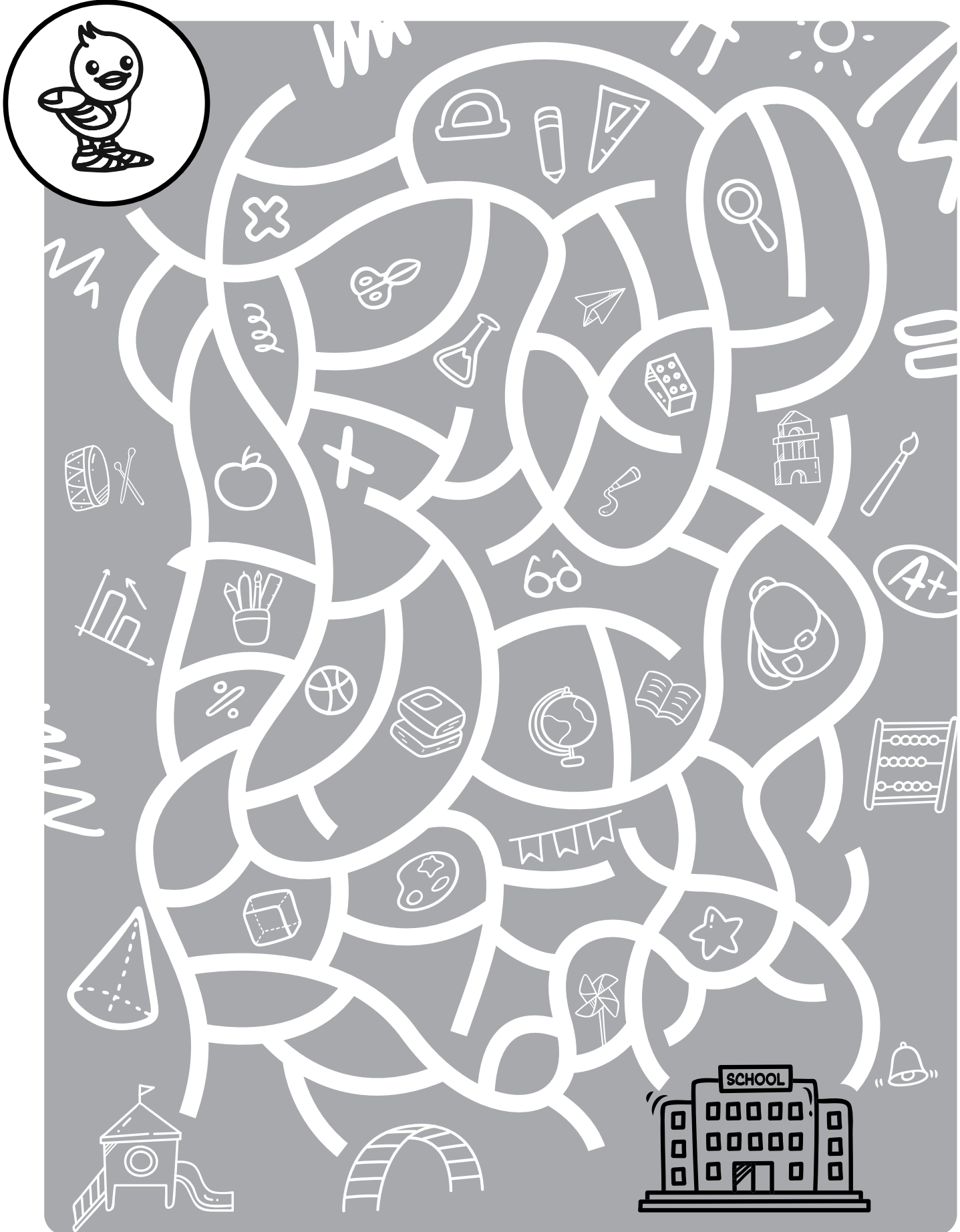
Pencils
Lápices



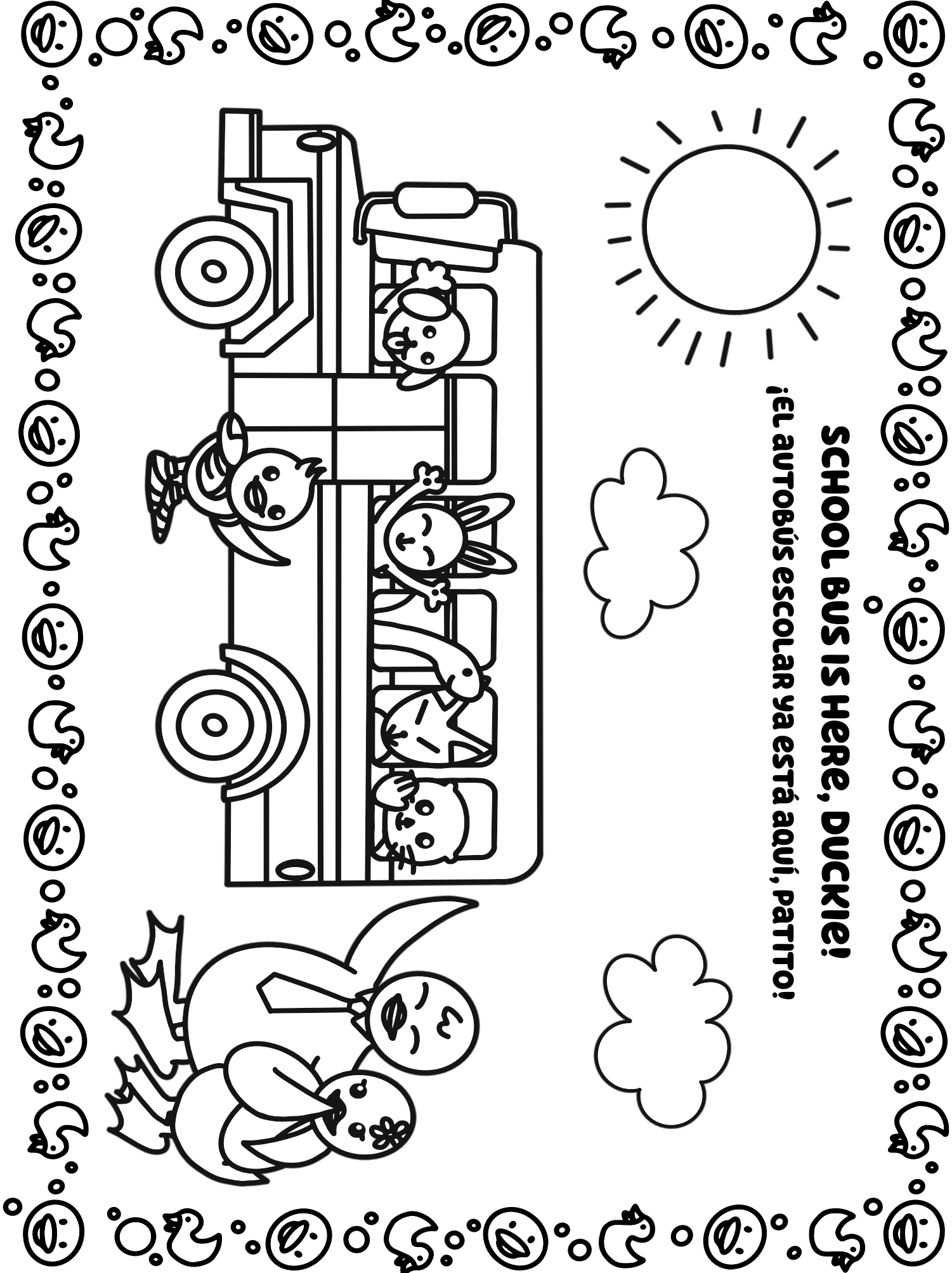
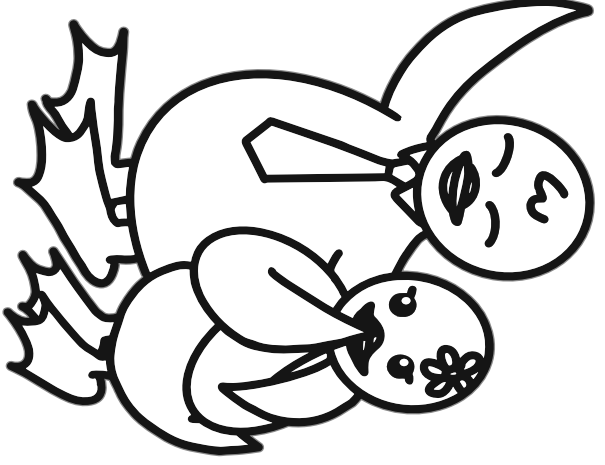
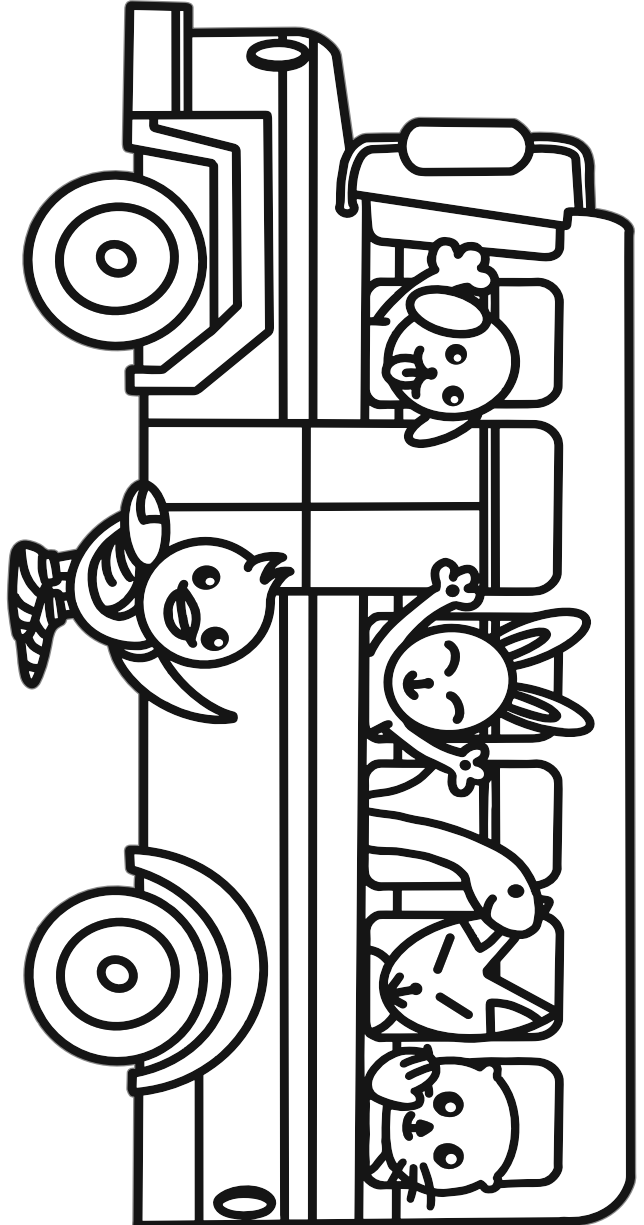
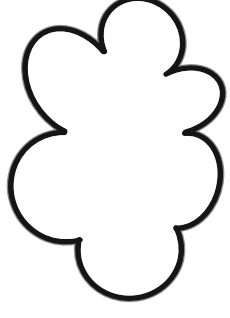
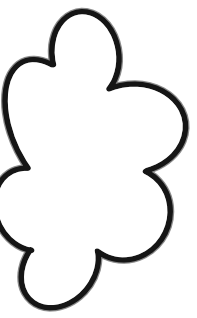
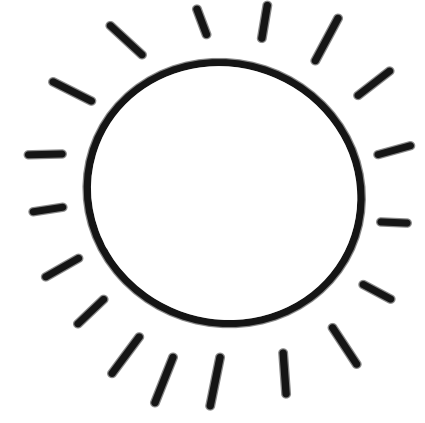
Backpack
Mochila

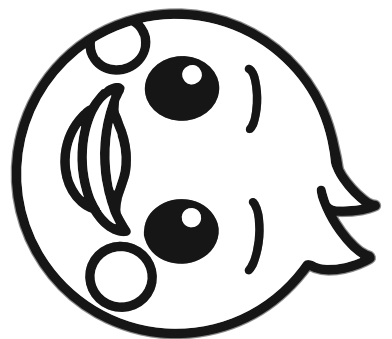
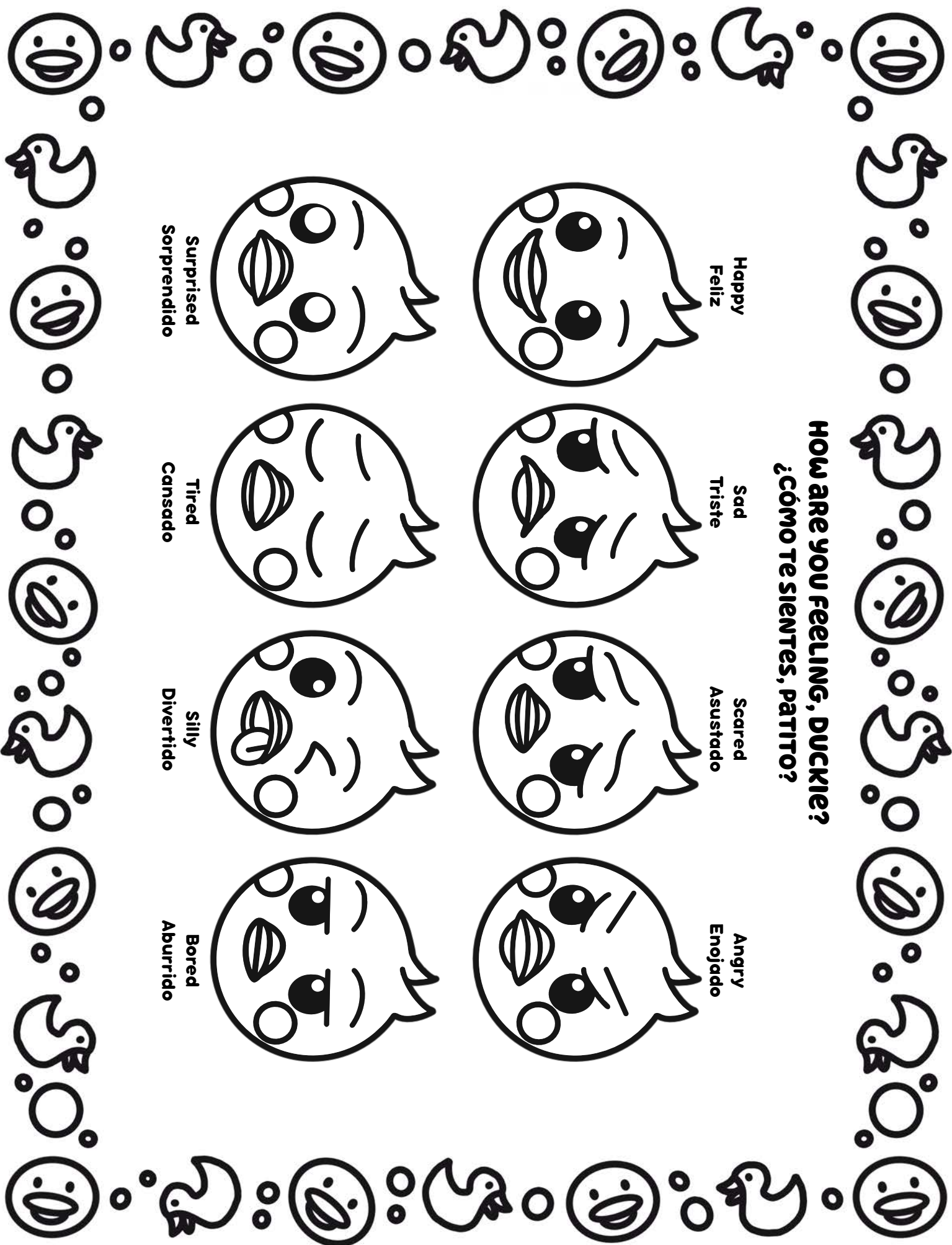


Help Duckie find their way to school.
Ayuda a Patito a encontrar el camino a la escuela.

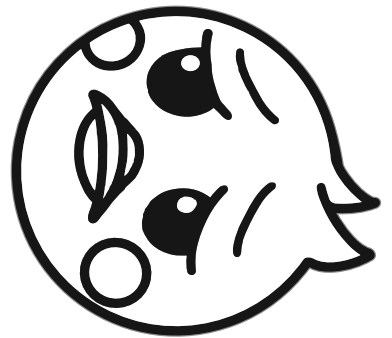


SCHOOL BUS IS HERE, DUCKIE!
¡EL AUTOBÚS ESCOLAR YA ESTÁ AQUÍ, PATITO!

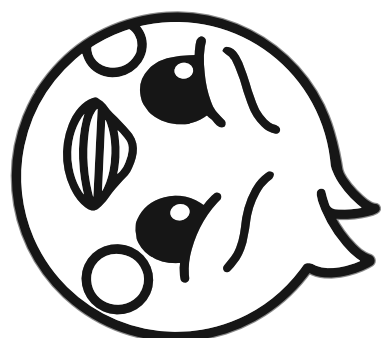




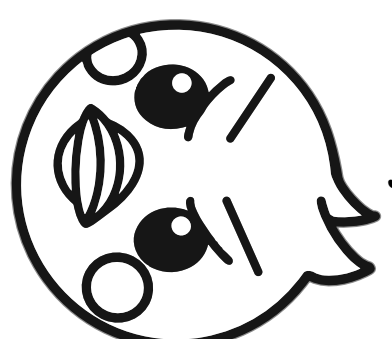
Happy
Feliz



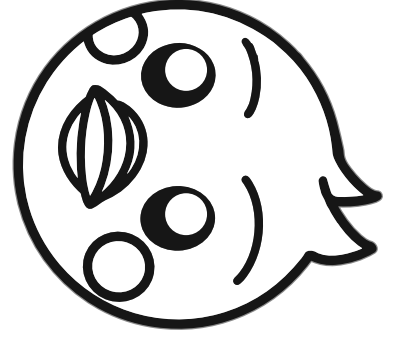
Sad
Triste



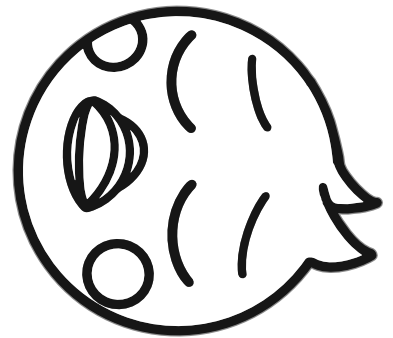
Scared
Asustado



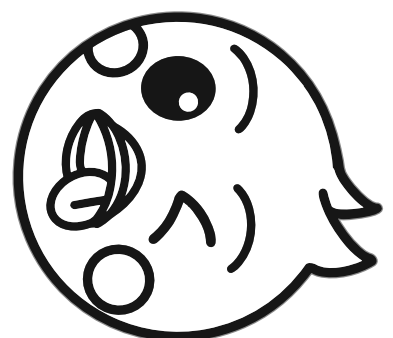
Angry
Enojado



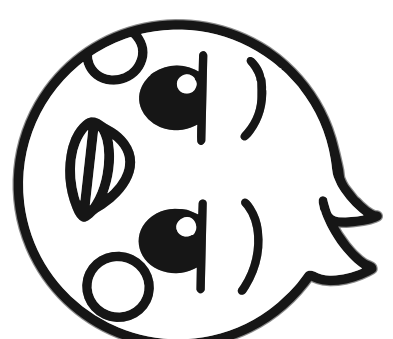
Surprised
Sorprenido



Tired
Cansado

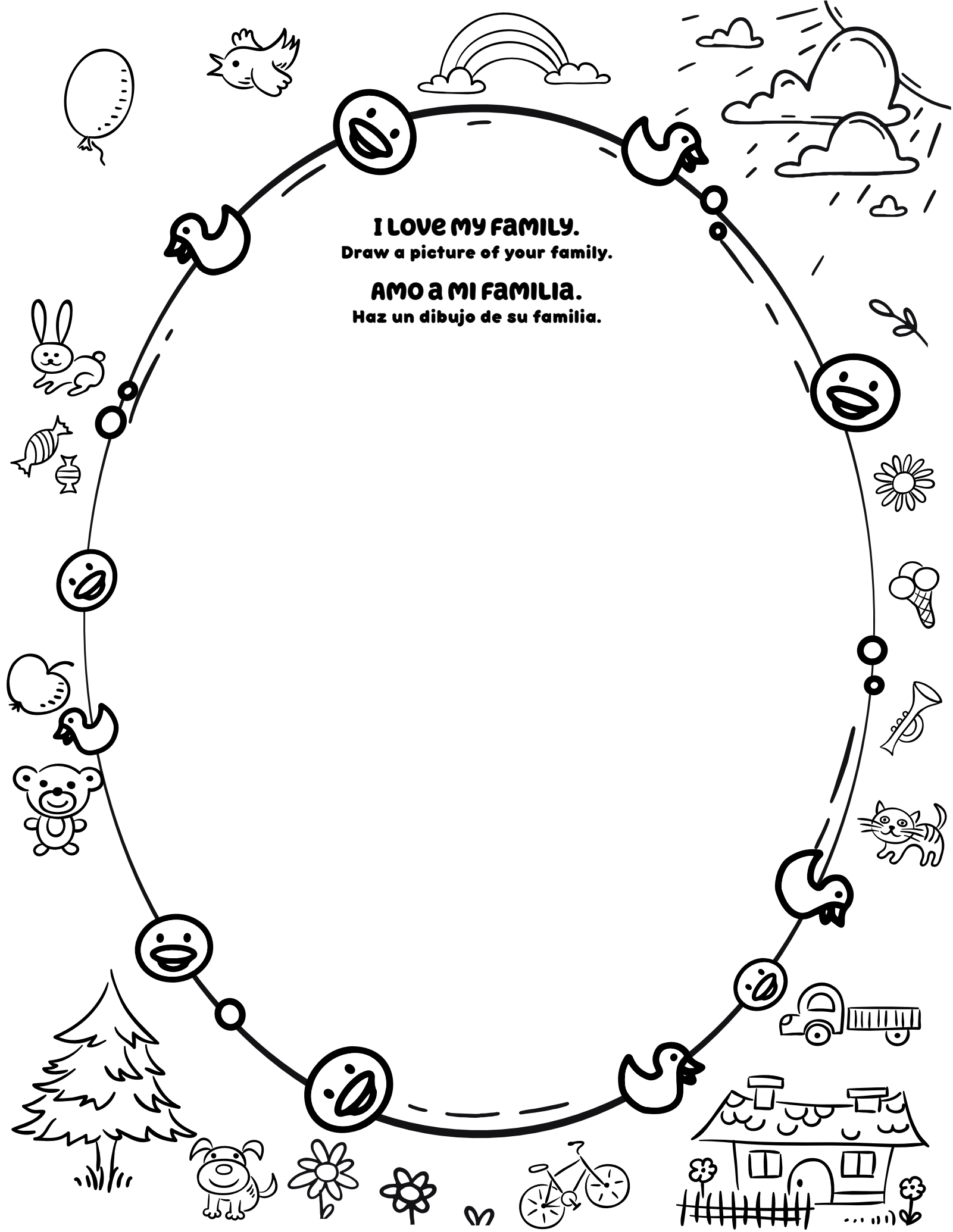


Silly
Divertido



Bored
Aburrido

HOW ARE YOU FEELING, DUCKIE?
¿CÓMO TE SIENTES, PATITO?



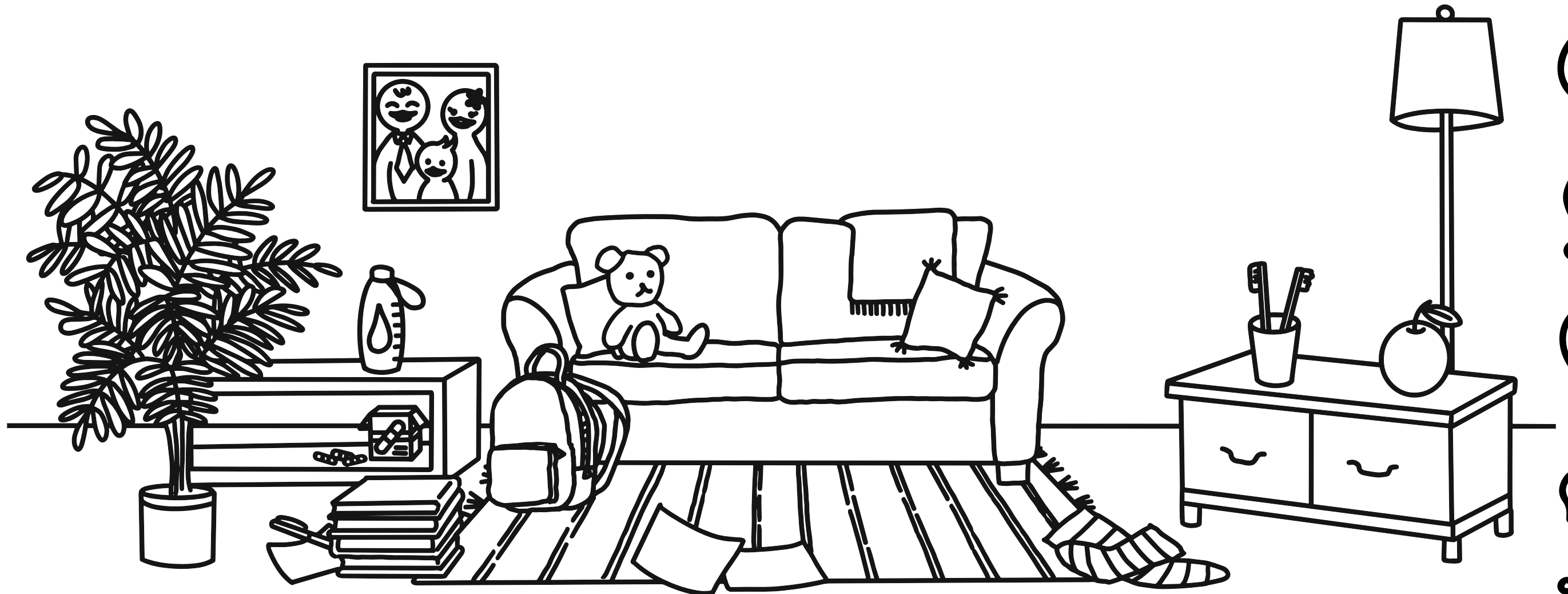
I LOVE MY FAMILY.
Draw a picture of your family.
AMO a MI FAMILIA.
Haz un dibujo de su familia.

FIND THE FOLLOWING ITEMS.

- Apple
- Band-aid
- Book
- Backpack
- Toothbrush
- Water bottle

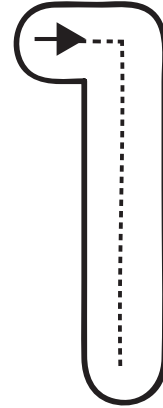
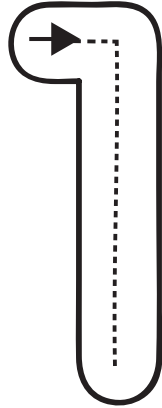
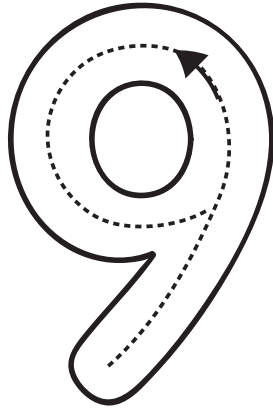
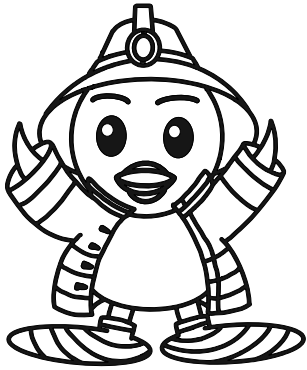
ENCUENTRA LOS SIGUIENTES OBJETOS.

- Manzana
- Curita
- Libro
- Mochila
- Cepillo de dientes
- Botella de agua



TIPS FOR CALLING 911

CONSEJOS PARA LLAMAR AL 911



1. Stay calm and say I need HELP!

2. Say your name and where you are

3. Tell what happened:

Someone is hurt

There's a fire

There's a bad person here

4. Listen carefully to the person on the phone

5. Do what they say

6. Stay on the phone

NEVER call 911 unless it is a real emergency!

1. Mantén la calma y di, ¡necesito AYUDA!

2. Di tu nombre y dónde estás

3. Cuenta lo que pasó:

Alguien está herido

Hay un incendio

Hay una mala persona aquí

4. Escucha con atención a la persona en el teléfono

5. Haz lo que te digan

6. Quédate al teléfono

¡NUNCA llames al 911 a menos que sea una emergencia real!

