

## Dear Parent

As your child will be moving up a class next term, they will no longer take part in Designed to Smile. This means they will not brush their teeth in school.

We hope your child enjoyed taking part in Designed to Smile. You can help your child by making sure they brush their teeth twice a day at home – in the morning and last thing before bed.

It is also important that your child receives regular dental care from a dentist. To find a dentist visit:



**Brush teeth twice a day with a fluoride toothpaste**

**Spit out after brushing, don't rinse**

**Avoid sugary foods, snacks and drinks**

**Thank you  
Designed to Smile Team**

[www.designedtosmile.org](http://www.designedtosmile.org)



## Annwyl Riant

Gan y bydd eich plentyn yn symud i ddsbarth arall y tymor nesaf, ni fydd bellach yn cymryd rhan yn y Cynllun Gwên. Mae hyn yn golygu ni fydd yn brwsio ei ddannedd yn yr ysgol.

Rydym yn gobeithio bod eich plentyn wedi mwynhau cymryd rhan yng Nghynllun Gwên. Gallwch helpu eich plentyn drwy wneud yn siŵr ei fod yn brwsio ei ddannedd ddwywaith y dydd gartref - yn y bore a chyn mynd i'r gwely.

Mae hefyd yn bwysig bod eich plentyn yn cael gofal deintyddol rheolaidd gan ddeintydd. I ddod o hyd i ddeintydd ewch i:



**Dylid brwsio dannedd ddwywaith y dydd gyda phâst dannedd fflworid**

**Dylid poeri ar ôl brwsio, nid olchi'r geg â dŵr**

**Ceisiwch osgoi bwydydd, byrbrydau a diodydd melys**

**Diolch yn fawr  
Tîm Cynllun Gwên**

[www.cynllungwen.cymru](http://www.cynllungwen.cymru)

