

~ The Adventures of Zobey ~

# A Trip to Bugland



~ Las aventuras de Zobey ~

# Un viaje a Insectolandia

A colorful kite with a rainbow tail and a large oval frame on a floral background. The kite is positioned in the upper right quadrant, and its tail extends downwards. The oval frame is centered on the page, and the floral background consists of light green vines with small leaves.

This book belongs to:

---

Your name

Este libro pertenece a:

---

Tu nombre



~ The Adventures of Zobey ~

# A Trip to Bugland

Based on the Adventures of Zobey

Produced by  
Texas Health and Human Services

~ Las aventuras de Zobey ~

# Un viaje a Insectolandia

Basado en el video Las aventuras de Zobey

Una producción de la  
Salud y Servicios Humanos de Texas





Hi, I'm  
Zobey!

Today I'm  
going on a trip to  
see my friends  
in Bugland.

Come with  
me and meet  
my friends!

In my tree  
house I have  
an invention,  
that will take  
us on great  
adventures.

Let's go!







Hi,  
I'm Zobey!

¡Hola,  
soy Zobey!

¡Hola,  
soy Zobey!

Hoy me voy  
de viaje a ver a  
mis amigos en  
Insectolandia.

¡Ven conmigo  
y conoce a mis  
amigos!

En mi casa  
del árbol tengo  
un invento que  
nos llevará  
hacia aventuras  
maravillosas.

¡Vamos!





This is my  
invention, the  
Wigglelator!

The  
Wigglelator  
can make us *any*  
*size* we want to  
be and take us  
anywhere we  
want to go.

Wiggle with  
me to help me  
power it up!

Keep  
wiggling!



wiggle!  
imūēvete!  
wiggle!





Este es  
mi invento, ¡el  
movimágico!

El movimágico  
nos puede  
hacer del  
tamaño que  
queramos y  
llevarnos a  
cualquier lugar  
que queramos ir.

¡Muévete  
conmigo para  
ayudarme a  
darle energía!

¡Sigue  
moviéndote!





We made it!

Look there's  
my friend, the  
Caterpillar!

He's trying to  
get the juicy  
tomato.

Do you like  
tomatoes?  
I sure do.

How many  
tomatoes do  
you see?

jump!  
ibrincar! scoot!







¡Llegamos!

¡Mira, allí  
está mi amiga  
la oruga!

Está tratando  
de alcanzar el  
tomate jugoso.

¿Te gustan los  
tomates? A mí  
me encantan.

¿Cuántos  
tomates ves?





Check out  
my friend, the  
Grasshopper!

He loves to  
hop and count.  
Can YOU hop and  
count? Let's help  
him count the  
green beans.

How many  
green beans do  
you see?

I think I smell  
strawberries. Do  
you smell them?



¡cuenta!

1-2-3

hop!





¡Este es  
mi amigo el  
saltamontes!

Le encanta  
saltar y contar.

¿Tú puedes  
saltar y contar?

Ayudémosle  
a contar los  
ejotes.

¿Cuántos  
ejotes ves?

Me llegó un  
olor a fresas.

¿Puedes  
olerlas?





**YUM!**

I knew  
I smelled  
strawberries,  
and there is  
my friend  
the Ladybug!

She helps  
protect the garden.

Let's help her.  
Say **BOO!** to all  
the bugs you see  
hiding in the  
garden.

It's working,  
the bugs are  
flying away!







**BOO!**  
**¡ibú!**  
**boo!**

**¡DELICIOSO!**

Yo sabía  
que había oído  
fresas, ¡y allí  
está mi amiga  
la catarina!

Ella ayuda a  
proteger el jardín.

Vamos a ayudarla.  
Di **¡IBÚ!** a todos  
los insectos que  
veas escondidos  
en el jardín.

¡Lo  
logramos,  
los insectos se  
están alejando!



# Celebrat

Great job,  
we saved the  
garden!

Looking  
at all the  
tasty fruits  
and  
vegetables  
makes me  
hungry.

I think I'm  
having a Zobey  
snack attack.

Let's wiggle  
to get back to the  
treehouse.







¡Celebra!

¡Buen  
trabajo,  
hemos salvado  
el jardín!

Ver estas  
ricas frutas y  
verduras  
hace que me dé  
hambre.

Creo que me  
está dando un  
ataque de  
hambre al  
estilo de Zobey.

Vamos a  
movernos para  
regresar a  
Icabaña.



Thank you for playing with me. Now I'm ready for a snack! What's your favorite snack? I love garden fresh fruits and veggies and cool water to drink.



Gracias por jugar conmigo. ¡Ahora estoy listo para un bocadillo! ¿Cuál es tu bocadillo favorito? A mí me encantan las frutas y verduras frescas del jardín y agua refrescante para beber.

thank you!  
¡gracias!





# ZOBEY Snack Recipes

For more recipes, visit [TexasWIC.org](http://TexasWIC.org).



# Recetas de ZOBEY

Para ver más recetas, visita [TexasWIC.org](http://TexasWIC.org).







## Zobey's Favorite Fruit Salad

### Ingredients:

- ½ cup orange juice
- 1 cup seedless grapes
- 1 banana, peeled and sliced
- 1 peach or nectarine pitted and cubed
- 1 orange peeled and cubed

### Directions:

Combine all fruits in a large bowl. Pour juice over the fruits, cover and refrigerate until cold. Makes 4 servings.

\*Avoid snacks that cause choking. Modify foods for children under 4. Cut slippery round foods, such as grapes or cherry tomatoes, into quarters.



## Caterpillar's Tomato Feast

### Ingredients:

- celery
- 4 cherry tomatoes
- 1 tbsp low fat cream cheese
- 8 raisins

### Directions:

Cut the top off of 1 tomato. Scoop out the center with a small spoon. Fill the tomato with celery for the hair. Decorate the tomatoes with raisins and cream cheese.

\*Avoid snacks that cause choking. Modify foods for children under 4. Cut slippery round foods, such as grapes or cherry tomatoes, into quarters.



## Ladybug's Super Strawberry Smoothie

### Ingredients:

- 1 banana (peeled)
- 1 cup of ice
- ½ cup of orange juice
- 12 frozen or fresh strawberries
- 1 cup of low fat vanilla yogurt
- 1 tablespoon of granola (optional)

### Directions:

Wash any fresh fruit. Place strawberries, banana and orange juice in a blender and blend until smooth. Pour into glasses. Sprinkle granola on top if desired. Makes 6 -4 oz. servings.



## Tick Tock's Mango Parfait

### Ingredients:

- 2 ripe mangos, diced
- 1 cup of cereal
- 2 (6 oz.) containers of low fat vanilla yogurt
- 4 cups or glasses

### Directions:

In each glass put ¼ of the diced mango, add ½ a container of yogurt and then top with ¼ cup of cereal. Refrigerate until ready to eat. Makes 4 servings. Let your child help you pour the fruit and cereal into the cups.







## La ensalada de frutas favorita de Zobey

### Ingredientes:

- 1 taza de uvas sin semilla
- ½ taza de jugo de naranja
- 1 plátano, pelado y cortado en rodajas
- 1 durazno o nectarina, sin hueso, cortado en cubitos
- 1 naranja pelada y cortada en cubitos

### Instrucciones:

Combina las frutas en un tazón grande. Vierte el jugo sobre las frutas, cúbrealas y pon el tazón en el refrigerador hasta que todo se enfríe. Rinde 4 porciones.

\*Evita los bocadillos con los que tu hijo pudiera atragantarse. Modifica los alimentos para los niños menores de 4 años. Corta en cuartos los alimentos redondos y resbalosos, como uvas y tomates miniatura.



## Gusano de tomate

### Ingredientes:

- apio
- 4 tomates cereza
- ½ cucharada de queso crema bajo en grasa
- 8 pasas

### Instrucciones:

Corta la parte superior del tomate y remueve el centro con una cuchara pequeña. Rellena el tomate con el apio rallado para simular el pelo del gusano. Decora el tomate con las pasas y el queso crema.

\*Evita los bocadillos con los que tu hijo pudiera atragantarse. Modifica los alimentos para los niños menores de 4 años. Corta en cuartos los alimentos redondos y resbalosos, como uvas y tomates miniatura.



## Súper licuado de fresa de la Catarina

### Ingredientes:

- 1 plátano (sin cáscara)
- 1 taza de hielo
- ½ taza de jugo de naranja
- 12 fresas congeladas o frescas
- 1 taza de yogur bajo en grasa sabor vainilla
- 1 cucharada de granola (opcional)

### Instrucciones:

Lava la fruta fresca. Coloca las fresas, el plátano y el jugo de naranja en la licuadora y licúa hasta que no haya grumos. Sirvelo en vasos. Si quieres, puedes poner un poco de granola encima. Rinde 6 porciones de 4 onzas.



## Parfait de mango de Tick Tock

### Ingredientes:

- 2 mangos maduros cortados en cubitos
- 1 taza de cereal
- 2 contenedores de 6 onzas de yogur sabor vainilla bajo en grasa
- 4 tazas o vasos

### Instrucciones:

Coloca en cada vaso ¼ del mango en cubitos, añad ½ contenedor de yogur y luego coloca encima ¼ de taza de cereal. Lléalos al refrigerador hasta que el parfait esté frío. Rinde 4 porciones.





# Tips for PARENTS

READ TO  
YOUR CHILD  
EVERY DAY.

Help your child be healthy and feel good. See that your child:

1. eats a variety of fresh fruits and vegetables every day.
2. drinks water, juice or milk - not sodas or sweetened drinks.
3. actively plays every day.
4. limits screen time to no more than one hour per day.

# Consejos para los PADRES

Ayuda a tu hijo a estar sano y sentirse bien. Asegúrate de que:

1. coma una variedad de frutas y verduras frescas todos los días.
2. tome agua, jugo o leche en vez de refrescos o bebidas azucaradas.
3. juegue activamente todos los días.
4. no vea la televisión por más de una hora cada día.

**LÉELE A TU HIJO TODOS LOS DÍAS.**



stock no. 13-06-12793



This institution is an equal opportunity provider.  
© 2021 All rights reserved. Rev. 06/2021

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.  
© 2021 Todos los derechos reservados.