

# Let's Go to the Park!



Children should get at least 60 minutes of active play every day. Outdoor play is best. The large spaces help children to develop motor skills like running and jumping. Children also burn the most calories when they play outside. This helps them have a healthy weight.

- Look for parks with **age-appropriate play equipment**.
- Don't forget **sunscreen**.
- Make sure that an **adult is supervising**.
- Keep away from traffic.
- Bring a ball. Chase some bubbles.

Have a race. **Don't just sit there, have fun!**

**A PARENT-APPROVED PARK!**

### Anuta Park

2485 Willow Pass Road;  
Tri-Delta 389  
(stops on Clearland Drive & Willow Pass Road)



#### FAVORITE FEATURES:

- Grassy area
- Covered eating areas
- Fenced in
- Nice equipment

“Anuta is well kept, has a large grass area to run around in, and has a fun playground.”  
—Parent

### Boeger Park

852 Caskey Street;  
Tri-Delta 389  
(stops on Driftwood & Steffa Street)



#### FAVORITE FEATURES:

- Clean and safe neighborhood

“This is a great neighborhood. The park is small, but the kids love it.”—Parent

**A PARENT-APPROVED PARK!**

### Ambrose Park

84 Memorial Way; BART  
(Exit BART, turn right on Bailey, left on Maylord, continue onto Memorial Way)



#### FAVORITE FEATURES:

- Two play spaces
- Grassy areas

“Ambrose is so nice and clean, has ducks and lots of shade. It's also great for birthdays or family reunions.”—Parent

#### Legend

- Restrooms
- Benches
- BBQ Pits
- Ages 0-5 play spaces



Find other local playgrounds! Visit [Kaboom.org's Map of Play](http://Kaboom.org) or call the Ambrose Recreation and Park District: (925) 458-1601

# ¡Vamos al Parque!



Los niños deben tener por lo menos 60 minutos de juegos activos todos los días. Jugar al aire libre es lo mejor. Los espacios abiertos ayudan a los niños a desarrollar habilidades motoras (de movimiento) como el correr y saltar. Los niños también queman más calorías cuando juegan al aire libre. Esto les ayuda a mantener un peso saludable.

- Busque parques con **equipo de juegos adecuados a la edad del niño.**
- No se olvide ponerse el **protector solar.**
- Asegúrese que haya **supervisión de un adulto.**
- Manténgase alejado del tráfico.
- Llévase una pelota. Corra detrás de unas burbujas. Haga una Carrera. **No sólo vaya a sentarse, ¡diviértase!**

## ¡PARQUES APROBADOS POR LOS PADRES!

### Anuta Park

2485 Willow Pass Rd.; Tri-Delta 389  
(parada en Clearland Dr. y Willow Pass Rd.)

#### CARACTERÍSTICAS FAVORITAS:

- Área con césped
- Áreas cubiertas para comer
- Cercado
- Buen equipo



Anuta está bien mantenido, tiene un área grande con césped para correr y tiene un área de juegos divertida.”  
—Padre de familia



## ¡PARQUES APROBADOS POR LOS PADRES!

### Ambrose Park

84 Memorial Way; BART  
(Salga del BART, doble a la derecha en Bailey, a la izquierda en Maylord, continúe hacia Memorial Way)

#### CARACTERÍSTICAS FAVORITAS:

- Dos áreas de juego
- Áreas con césped

“Ambrose está muy bien y muy limpio, hay mucha sombra y tiene muchos patos. Es también fabuloso para cumpleaños o reuniones familiares.” —Padre de familia



### Boeger Park

852 Caskey Street;  
Tri-Delta 389  
(parada en Driftwood y Steffa Street)

#### CARACTERÍSTICAS FAVORITAS:

- Vecindario limpio y seguro

“Este es un gran vecindario. El parque es pequeño, pero a los niños les encanta.”  
—Padre de familia

#### Leyenda

- Baños
- Bancas
- Parrillas para asados
- Espacios para jugar para edades 0-5 años

