

know before you go.

Your sunscreen might be waterproof, but your child is not. Here are the best tips to stay safe around water and have fun under the sun.



What you can do to prevent drowning

Supervision is the best way to keep children from drowning. Parents should make a plan to actively supervise their children when they are in and around the water (pools, lakes and bathtubs)

Active supervision means

- 1) **Be close:** You should be within arm's reach of any small child or those who cannot swim.
- 2) **Be there:** Don't walk away, not even for two seconds; stay present the entire time.
- 3) **Give your full attention:** Your child deserves your full attention while they are in and around the water — don't be distracted.

Don't forget!

- **Enroll your child** in swimming lessons.
- **Use a life jacket.** Poor and nonswimmers should use a U.S. Coast Guard-approved lifejacket in the pool.
Lifejackets are a must in open water, such as lakes and oceans.



Scan or learn more at
knowbeforeyougo.org



Scan for the **U.S. Coast Guard-approved guide**



know before you go.

Su bloqueador solar puede ser a prueba de agua, pero sus hijos no. Le compartimos los mejores consejos para mantener a sus hijos seguros cuando esten cerca del agua y que se diviertan bajo el sol.



¿Qué puede hacer para prevenir ahogamientos?

La supervisión es la mejor manera para evitar que los niños se ahoguen. Los padres necesitan tener un plan para supervisar activamente a sus hijos cuando estén adentro y alrededor del agua (piscinas, lagos y bañeras)

Supervisión activa significa

- 1) **Mantenerse cerca:** Usted debe estar al alcance de la mano de cualquier niño pequeño o que no sepa nadar.
- 2) **Estar presente:** No se aleje ni siquiera por dos segundos; permanezca en el lugar todo el tiempo.
- 3) **Prestar toda la atención:** Su hijo se merece toda su atención mientras esté adentro y alrededor del agua- no se distraiga.

¡No olvide!

- **Inscriba a su hijo** a clase de natación
- **Use un chaleco salvavidas.** Nadadores inexpertos y quienes no saben nadar deben de usar un chaleco salvavidas aprobado por la Guardia Costera de EE.UU.
El uso de chalecos salvavidas son obligatorios en aguas abiertas como lagos y océanos.



Escanee o para más información visite
knowbeforeyogo.org



Escanee para leer la guía aprobada por la **Guardia Costera de EE. UU.**

