



RECURSOS PARA PADRES Y CUIDADORES

APRENDA sobre la seguridad en el agua. HABLE sobre la seguridad de agua. PRACTICA la seguridad del agua. PREVENIR el ahogamiento. Enseñe a los niños sobre la seguridad del agua hoy.

Seguridad en el agua con Colin y amigos | Para todas las familias

¿QUÉ ES SEGURIDAD EN EL AGUA CON COLIN Y AMIGOS?

Una herramienta educativa sobre la seguridad en el agua que se enfoca en reglas clave que ayudan a prevenir el ahogamiento



La organización, Colin's Hope, cree que la seguridad del agua debería introducirse a la mayor edad y hacerse completamente de segunda naturaleza, al igual que mantenerse alejado de las estufas calientes, los cascos en bicicletas y los cinturones de seguridad en los carros.

¡Seguridad en el Agua con Colin y Amigos hace eso y le da las herramientas y los recursos para crear una cultura más segura alrededor del agua usando Las Reglas de Mano! Con estos comportamientos SIMPLES, USTED puede ayudar a prevenir el ahogamiento.

¡El ahogamiento ES prevenible! Enséñele a sus hijos cómo en www.drowningispreventable.org

COLIN'S HOPE - NUESTRA HISTORIA

El 13 de junio de 2008, Colin se ahogó fatalmente en una piscina que tenía un socorrista de guardia el día después de haber completado con éxito las clases de natación. Familiares y amigos y adultos estaban presentes. Socorristas estaban de guardia. Colin aún se ahogó en aguas poco profundas... rápido y silenciosamente.

Después que Colin falleció sus padres Jeff y Jana Holst aprendieron que **el ahogamiento es la causa NÚMERO UNO de muerte para niños de 1 a 4 años de edad**. Pero, EL AHOGAMIENTO ES PREVENIBLE. La organización Colin's Hope fue creada con la esperanza de que ninguna otra familia perdería a su hijo a algo tan prevenible.

Nuestra misión en Colin's Hope es educar a los padres, cuidadores y niños para prevenir el ahogamiento. **Reciba más información sobre lo que hacemos en www.colinshope.org y HABLE con los niños sobre la seguridad del agua hoy.**



Seguridad en el agua con Colin y amigos | Para todas las familias

¡ENSEÑE A SUS HIJOS SOBRE LA SEGURIDAD DEL AGUA!



1 ¡APRENDA SOBRE LA SEGURIDAD EN EL AGUA!



LAS REGLAS DE LA MANO - VEA EL VIDEO O IMPRIMA LA ACTIVIDAD

“Seguridad” significa tomar decisiones sobre las acciones que nos mantiene seguros y no nos lastimemos alrededor del agua. Cuando hablamos sobre la seguridad del agua, aprenderemos sobre las opciones que podemos hacer acerca del agua para evitar que nuestros cuerpos se lastimen. **NADIE** es a prueba de ahogamiento, pero todos pueden estar **MÁS SEGUROS** cerca del agua.

2 HABLE SOBRE LA SEGURIDAD DE AGUA



MARCADOR DE LAS REGLAS DE SEGURIDAD DEL AGUA DE LA FAMILIA IMPRIMA LA ACTIVIDAD

All sources of water are dangerous for kids, teens, and adults, even bathtubs. Identify water sources in your home and places you visit often so that you can make a list of rules with your kids. Rules may look different based on each family’s home and activities. Do you have a backyard pool? Do you visit lakes and beaches often? Does a family member or friend have a pond or creek near their property?

3 PRACTICA LA SEGURIDAD DEL AGUA

¡Complete la Lista de Control de Seguridad del Agua en la página siguiente con su familia!

4 PREVENIR EL AHOGAMIENTO

Continúe hablando sobre la seguridad del agua antes de cada excursión o vacaciones. Asegúrese de pedir las insignias de Vigilante del Agua en www.colinshopestore.org.



LISTA DE VERIFICACIÓN DE SEGURIDAD DEL AGUA DE NUESTRA FAMILIA



APRENDA SOBRE LA SEGURIDAD EN EL AGUA

- Tome el **Quiz de Seguridad del Agua de Colin's Hope** y el **Compromiso del Vigilante del Agua**
- Completa en línea el **Programa de Estudios Interactivo LA SEGURIDAD EN EL AGUA CON COLIN Y AMIGOS**
- Visite **www.colinshope.org** para obtener consejos y recursos sobre seguridad del agua



HABLE SOBRE LA SEGURIDAD DE AGUA

- Determinar y discutir las habilidades de natación de cada miembro de la familia:
 - ¿Pueden poner la cara en el agua cómodamente sin gafas y pueden soplar burbujas?
 - ¿Pueden flotar en su frente, flotar en su espalda, y pisar el agua mientras están completamente vestidos?
 - ¿Pueden saltar, subirse completamente al agua, repavimentar y salir con seguridad en una variedad de entornos como piscinas o lagos?
- Establecer reglas de seguridad del agua para la familia para:
 - Tiempo de baño
 - Tiempo de piscina
 - Lagos, playas, estanques, ríos y arroyos
 - Tiempo de navegación
 - Cuando visite la casa de otra persona donde hay una piscina u otro agua accesible
- Ayude a los niños más pequeños a aprender a identificar a los adultos en su hogar



PRACTICA LA SEGURIDAD DEL AGUA

- SIEMPRE designe a un **ADULTO** sin distracción para que sea el vigilante de agua de turno.
- Todos los miembros de la familia llevan chalecos salvavidas aprobados por la Guardia Costera de los Estados Unidos en barcos y en agua abierta.
- Obtenga clases formales de natación para todos los miembros de su familia, incluidos los adultos que no pueden nadar.
- Bloquee el acceso a todas las fuentes de agua en y alrededor de su hogar como
 - Inodoros
 - Piscina para niños
 - Cubos
 - Piscina en el patio trasero
 - Estanques
 - Estructura de paisaje o diseño con agua
- Esté más seguro cuando esté cerca de aguas abiertas
- Aprenda resucitación cardiopulmonar y mantente al día con técnicas de seguridad en el agua



PREVENIR EL AHOGAMIENTO. Reciba más información en www.colinshope.org

★ ¡ESTOY MAS SEGURO ★ ★ con LAS REGLAS DE LA MANO! ★

Este certificado está adjudicado a

En este _____ de _____ de _____



ME COMPROMETO A:

ESPERAR A UN ADULTO antes de acercarme al agua.
Tener SUPERVISIÓN DE ADULTOS mientras estoy en el agua.

APRENDE A NADAR.

Usar un CHALECO SALVAVIDAS en agua abierto y mientras aprende a nadar.

Estar mas seguro en AGUA ABIERTA.

Adultos y cuidadores: Conviértete en un Vigilante De Agua en



EL AHOGAMIENTO ES RAPIDO. SILENCIOSO. PREVENIBLE.

Aprenda sobre la seguridad en el agua. Habla sobre la seguridad en el agua. Practica la seguridad en el agua. Previene el ahogamiento.

Para obtener lecciones interactivas y descargables completas, visite www.drowningispreventable.org.