

¡Aprenda a nadar!

Saber nadar puede ayudar a mantener a salvo a su hijo y a usted cuando esté cerca del agua. Hay muchos lugares que ofrecen lecciones de natación para niños, adolescentes y adultos.

THE MASSACHUSETTS DEPARTMENT OF CONSERVATION AND RECREATION (EL DEPARTAMENTO DE CONSERVACIÓN Y RECREACIÓN DE MASSACHUSETTS)

El Departamento de Conservación y Recreación de Massachusetts ofrece una lista de locaciones de piscinas de natación en todo el estado. Ingrese a mass.gov/eea y busque “Learn to Swim” (aprender a nadar). Elija el enlace de piscina de natación, piscina infantil y juegos de agua, luego haga clic en el botón “Learn To Swim” (aprender a nadar) para ver la lista de lugares que ofrecen lecciones de natación.

SU CIUDAD O PUEBLO

Su ciudad o pueblo puede ofrecer lecciones de natación gratuitas o con descuento; revise el sitio web de su ciudad o pueblo, generalmente bajo la categoría “parques” o “departamento de recreación”, o llame al Departamento de Recreación de su comunidad.

YMCA

La mayoría de los YMCA del estado ofrecen lecciones de natación para niños, adolescentes y adultos. Si vive en el área de Boston, puede encontrar una lista de clases de natación en ymcaboston.org/swimming. Si vive fuera de Boston, ingrese a maymca.com y haga clic en “Find Your Y” (encontrar su YMCA) Para encontrar un YMCA cerca de usted.

AMERICAN RED CROSS (CRUZ ROJA AMERICANA)

La Cruz Roja Americana ofrece lecciones de natación para niños, adolescentes y adultos en varios lugares en Massachusetts. Ingrese a redcross.org y busque “Learn to Swim” (aprender a nadar) para encontrar lecciones de natación locales.



Aprenda consejos sobre seguridad acuática:

Lea importantes swim safety tips (consejos sobre seguridad de natación) y actividades de aprendizaje para niños en www.poolsafely.gov/parents.



¡Aprenda RCP! Encuentre una clase cerca:

La Cruz Roja ofrece una amplia selección de capacitaciones en RCP/DEA, primeros auxilios, salvavidas, natación y seguridad acuática, cuidados, respuesta ante desastres y preparación para emergencias. Para obtener más información sobre las clases, ingrese a www.redcross.org/ux/take-a-class.



Para más información, comuníquese con el Injury Prevention and Control Program (Programa de Prevención y Control de Lesiones) del Massachusetts Department of Public Health (Departamento de Salud Pública de Massachusetts) al (617) 624-6060.