

Safe from A to Z's

Putting babies younger than 12 months old to sleep with the ABCs of safe sleep.

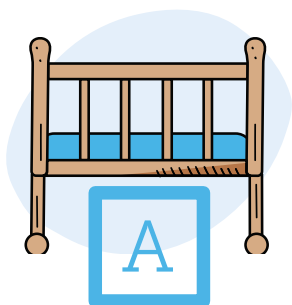
STRONG⁴LIFE



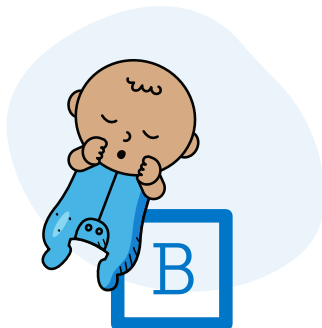
In February 2021, the Long family tragically lost their 4-month-old baby, Khyree Kruz Long, to sudden infant death syndrome (SIDS). His father is sharing his family's story to honor Khyree and raise awareness about safe sleep for babies. To learn more about Khyree's story, visit **Strong4Life.com/Khyree**.



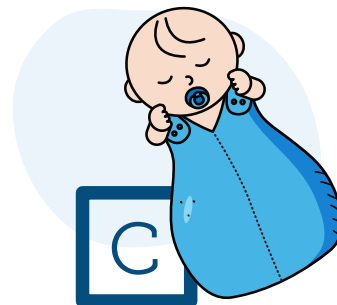
The ABCs of safe sleep



Always put a baby to sleep **alone**. Co-sleeping puts babies at risk of suffocation.



Always put a baby to sleep on their **back**, on a firm surface, to keep their airway open.



Always keep a baby's sleep space **clear** of blankets, pillows, toys, crib bumpers, cords and any items that can suffocate or strangle a baby.



Strong4Life.com/ABCs

Seguro de la A la Z-z-z

Cómo lograr que los bebés menores de 12 meses duerman seguros.

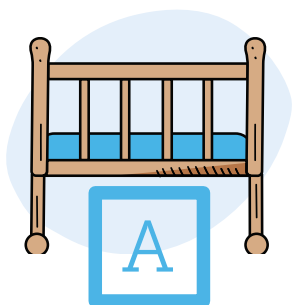
STRONG⁴LIFE



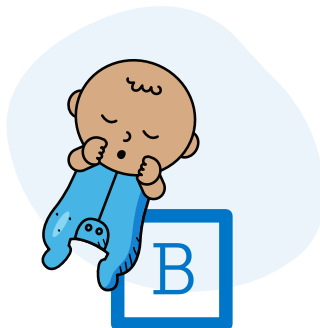
En febrero, 2021, la familia Long perdió trágicamente a su bebé de 4 meses, Khyree Kruz Long, debido al síndrome de muerte infantil súbita (SIDS, por sus siglas en inglés). En honor a Khyree y como una manera de crear conciencia acerca de un dormir seguro para los bebés, su padre comparte la historia de su familia. Para saber más acerca de la historia de Khyree, visita Strong4Life.com/Khyree.



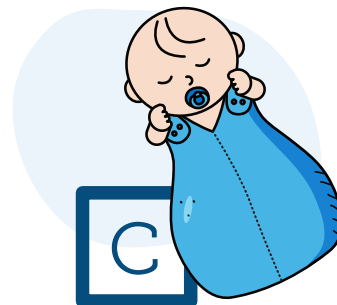
El ABC de un sueño seguro



Siempre deja que tu bebé duerma **a solas**. Compartir la cama pone a los bebés en peligro de sofocación.



Siempre pon a dormir a tu bebé **boca arriba**, sobre una superficie firme, para mantener abiertas sus vías respiratorias.



Mantén siempre el espacio de dormir del bebé **completamente** libre de colchas, almohadas, juguetes, parachoques de cuna, cordones y cualquier otro artículo que pueda sofocar o estrangular a un bebé.