

¡Healthy Start puede ayudarle a tener un embarazo, un bebé y una familia sana!



Apoyo GRATIS durante el embarazo y con su recién nacido para programar su visita!

Healthy Start está aquí para ayudarle durante su embarazo y con su recién nacido. Los temas tratados van desde la salud durante el embarazo y la lactancia hasta los cuidados del recién nacido. En su casa o el lugar más conveniente para usted. Estamos solo a una llamada.

LLame al 850-833-3999 o envíe un texto al 850-533-4178 para programar su visita!



Connect
850-833-3999

TEXT0: 850-533-4178

VISITA: FLConnect.org

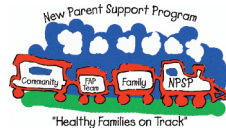
Cómo inscribirse en Healthy Start

Su proveedor médico debe ofrecerle el formulario de tamizaje de Healthy Start a todas las mujeres embarazadas en su primera cita prenatal y a los recién nacidos en el hospital o centro de nacimiento. Si a usted no le ofrecen este formulario ¡pregunte por él! Mujeres embarazadas y padres/encargados del cuidado de un bebé menor de 3 años también pueden llamar a Connect para inscribirse en el programa Healthy Start por teléfono.

Healthy Start of Okaloosa-Walton Counties

www.HealthyStartOkaWalton.org

102 Beal Pkwy. SW Suite B
Fort Walton Beach, FL 32548
850-833-9284



Síguenos en:



Patrocinado por:



CADA BEBÉ MERECE UN COMIENZO SALUDABLE

Healthy Start

Un programa de visitas para mujeres embarazadas o familias con niños hasta los 3 años.

VISITAS EN SU CASA

- Reciba apoyo personalizado en su hogar o en un sitio que sea bueno para usted
- Cuente con una consejera amable durante todo su embarazo y después del parto
- Tenga acceso a servicios que están diseñados para ayudarle con sus necesidades únicas

EDUCACIÓN Y APOYO PRENATAL

- Comprenda los cambios de su cuerpo y emociones durante el embarazo
- Prepárese para el parto y el nacimiento del bebé
- Reciba información sobre la comida, medicina y ejercicios que le pueden ayudar o afectar a usted y a su bebé
- Entérese de los signos de riesgo para un parto prematuro

EDUCACIÓN Y APOYO A LA LACTANCIA MATERNA

- Aprenda técnicas para amamantar exitosa y agradablemente
- Reciba respuestas a sus preguntas y preocupaciones sobre la lactancia materna
- Descubra cómo la lactancia materna la beneficia a usted y a su bebé

CUIDADO DEL RECIÉN NACIDO

- Cuíde a su recién nacido
- Mantenga a su bebé seguro con lo último en recomendaciones de seguridad al dormir, asientos de auto y más
- Aprenda sobre nutrición infantil
- Entienda el crecimiento de su bebé

EDUCACIÓN Y APOYO PARA LA CRIANZA DE LOS HIJOS

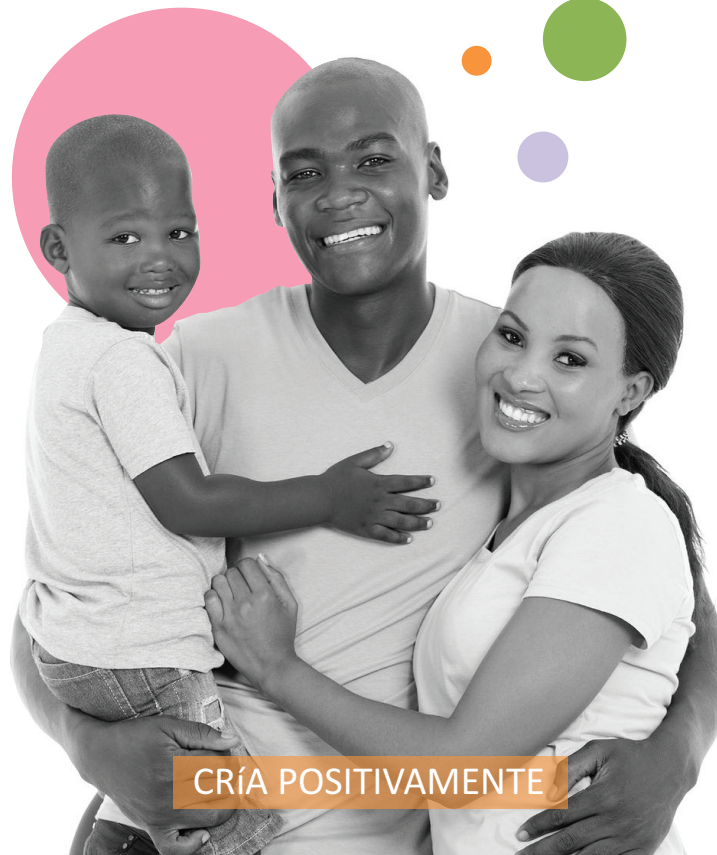
- Prepare todo para cuando su bebé llegue a su hogar
- Siga y apoye el desarrollo de su bebé
- Aprenda nuevas formas de jugar y conectarse con su bebé
- Conviértase en el primer maestro de su bebé

SALUD Y BIENESTAR

- Planifique sus embarazos futuros
- Elija estilos de vida saludables para usted y su familia
- Obtenga acceso a recursos para su familia
- Busque apoyo cuando sienta ansiedad, estrés o tristeza después del parto



SABE QUÉ ESPERAR



CRÍA POSITIVAMENTE



DEJÓ DE FUMAR