



Estamos aquí para usted

Programas virtuales que ayudan a mantenerte conectado
Para mujeres embarazadas y nuevos padres



Visitas Telefónicas Virtuales



Durante el embarazo

Ahora, más que nunca durante la crisis actual de COVID-19, nuestro programa puede mantenerlo conectado con otros y brindarle apoyo emocional, educación y referencias de recursos.

Actualmente proporcionando visitantes domiciliarias por teléfono y bajo la supervisión de una enfermera, este programa es especialmente valioso para madres y familias que se sienten aisladas. Un visitante domiciliario de MOMS es una amiga amable que la apoya con conocimiento sobre su embarazo, atención médica, parto y lactancia. Aprenderás:

- Cómo identificar los signos y síntomas del parto
- Los riesgos de diabetes durante el embarazo.
- Los beneficios de la lactancia materna.
- Cómo identificar los signos y síntomas de la depresión durante el embarazo y el posparto.



Después del Parto

Una vez que nazca su bebé, su visitante domiciliario lo ayudará a fomentar la salud y el desarrollo de su bebé y le proporcionará información y recursos.

Se ofrece en inglés, español y vietnamés



Clases Virtuales en Grupo

Mientras esté embarazada, prepárese uniéndose a clases de parto, salud prenatal, lactancia y un taller para nuevos padres. Las clases **Mami & yo** y **Mis Padres y Yo** enseñan actividades divertidas y significativas que estimulan el crecimiento mental y físico de su bebé mientras brindan apoyo de sus compañeros. Durante la crisis actual de COVID-19, estamos ofreciendo estos programas virtualmente a través de teleconferencias. Aún puede disfrutar de todos los beneficios de estos grupos que lo mantienen conectado, informado y saludable.

Las clases de español incluyen:

- Taller de nuevos papás
- Grupo de apoyo a la lactancia materna
- Clase de preparación para el parto
- Clase de educación prenatal

Inglés y español:

- Grupos de mamá y yo para bebés de 3-5 meses, 6-11 meses y 12-17 meses.
- Mis padres y grupos de mí para bebés de 3-5 meses, 6-11 meses.

Gana apoyo. Manténgase saludable para usted y su familia

El programa de visitas al hogar y las clases se ofrecen gratuitamente a los residentes del Condado de Orange.

Para más información y registrarse, favor llamar a Karina al 714.914.9986

o visita momsorangecounty.org/programs