

***“Todos los niños reciban un cuidado  
cariñoso de su familia, esencial para  
llevar una vida saludable y  
productiva.”  
La visión de FS***



***Familias Saludables es un programa  
acreditado y está disponible a través de  
una subvención de la Oficina de  
Servicios para Niños y Familias del Estado  
de Nueva York***

Familias Saludables es **GRATIS**  
¡Voluntario y ofrecido en tu conveniencia!



Wayne County Action Program, Inc.  
Est. 1966

[Waynecap.org/programs/healthy\\_families](http://Waynecap.org/programs/healthy_families)

**Si desea más información  
contacte con**

Phone: 315-907-2905  
Email: [Healthy.families@waynecap.org](mailto:Healthy.families@waynecap.org)  
Fax: 315-946-3051

28 Canal Street  
Lyons, NY 14489

**Utiliza tu telefono para escanear  
los códigos QR**



Referencia



Síguenos en Facebook

## **Familias Saludables de Wayne County**

*Wayne County Action Program, Inc.*



***Apoyando a su bebé  
desde el principio***

November 8, 2021

# Cada padre tiene sus propias lista de preguntas antes y cuando sus bebés llegan...

## ¡Familias Saludable pueden ayudar!

¿SABIAS QUE LOS PADRES  
PUEDEN AYUDAR EL  
DESARROLLO DEL  
CEREBRO DE SU BEBÉ?!



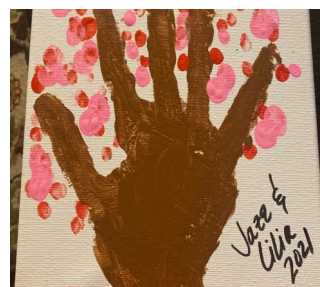
*Familias Saludables provee información y recursos para ofrecer soporte prenatal para expectantes y nuevos mamas y papas...*

**Puedes contar con información ...**

- Al nacimiento de tu bebé, que es lo siguiente como estar preparado y mejorar tus derechos.
- Coactar con la comunidad con recursos y información para un embarazo saludable para ambos la mamá y el bebé.
- Como los padres pueden conectarse con sus bebés durante el embarazo y mucho mas

### FAMILIAS SALUDABLE PUEDEN AYUDAR CON:

- **INFOMACION DE CUIDADO DE LOS NIÑOS**  
incluyendo alimentación y de ir dormir, al comenzar a caminar, entrenamiento para ir al baño, y mas!
- **LACTANCIA MATERNA** Somos Consejeros certificados en lactancia (CLC)
- **LA INTERACCION DE LOS PADRES** Para dirigir actividades divertidas
- **MEJORAR LAS FORTALEZAS DE SU FAMILIA** Para lograr sus metas



*Familias Saludables tiene personal altamente capacitado, que puede ayudarte durante tu experiencia de crianza y a reducir el temor a lo desconocido.*

### PREGUNTAS FRECUENTES HACER CAS DEL EMBARAZO:

- ¿Que posición es mejor para dormir?
- ¿Es el ejercicio seguro? ¿Que tipo de ejercicio es mejor?
- ¿Que aumento de peso es recomendable?
- ¿Que alimentos puedo comer?
- ¿Fumadores de segunda mano pueden perjudicar en mi embarazo?

**Requerimiento de elegibilidad :** Para futuros padres y bebés recién nacidos hasta tres meses, una vez que sean inscritos se les ofrece el servicio hasta los



*¡Nuestro apoyo continúa antes y después del nacimiento de su bebé!*