

WHY JOIN THIS PROGRAM?



We make pregnancy and parenting easier by helping you:

- Start care early
- Feel confident and prepared
- Get the support you need
- Keep you and your baby healthy

NORTHEAST NEBRASKA PUBLIC HEALTH DEPARTMENT

801 Milo Drive
Wayne, NE 68787
402-375-2200
www.nnphd.ne.gov



*Supporting healthier beginnings-
one family at a time.*

EMBRACE

Empowering
Mothers through
Birth Resources,
Advocacy, Care &
Education.



Free support for
pregnant women
and families



HOW WE HELP

Our Community Health Workers support you by:

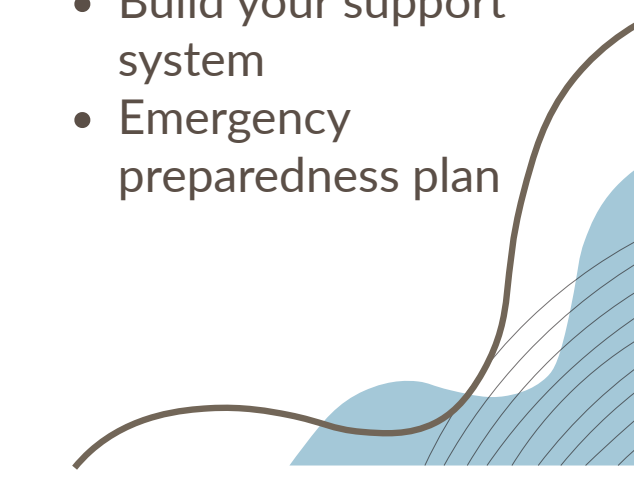
- Helping you start prenatal care early
 - Assist in scheduling doctor visits
 - Connecting you to doctors and clinics
 - Helping with Medicaid, WIC scheduling, and insurance
 - Provide education and resources
 - Optional monthly home visits to support parents after birth
- 

WHAT YOU'LL LEARN

Pregnancy Health

- Eating healthy during pregnancy
- Warnings signs to watch for
- Preparing for labor and delivery

Baby Care

- Safe Sleep
 - Car Seat Safety
 - Newborn care basics
 - Breastfeeding Support
- 



WE HELP YOU GET READY FOR BABY

Create a simple plan

- Choose your doctor or hospital
- Plan transportation
- Prepare baby supplies
- Childcare plan (if needed)
- Build your support system
- Emergency preparedness plan

PORQUE UNIRSE A ESTE PROGRAMA?



Facilitamos el embarazo
y la crianza de los hijos
ayudante a:

- Recibir atención
médica a tiempo
- Sentirte seguro y
preparado
- Obtén el apoyo que
necesitas
- Mantenga su salud y
la de su bebé

DEPARTAMENTO DE SALUD PÚBLICA DEL NORESTE DE NEBRASKA

801 Milo Drive
Wayne, NE 68787
402-375-2200
www.nnphd.ne.gov



*Promoviendo comienzos más
saludables, una familia a la vez*

EMBRACE (ABRAZO)

Empoderando a las
Madres con apoyo
para el **Bienestar,**
Recursos,
Asesoramiento,
Cuidado y Educación



Apoyo gratuito para
mujeres embarazadas
y familias



COMO AYUDAMOS?

Nuestros trabajadores de salud comunitarios le brindan apoyo mediante:

- Te ayudamos a comenzar pronto con la atención prenatal.
 - Ayudar a programar las visitas al médico.
 - Te conectamos con médicos y clínicas.
 - Ayuda con Medicaid, citas de WIC y seguros médicos.
 - Proporcionar educación y recursos
 - Visitas opcionales a casa después del parto
- 

LO QUE APRENDERAS

Embarazo Saludable

- Comer sano durante el embarazo
- Señales de advertencia a las que prestar atención
- Preparación para el parto

Cuidado del Bebe

- Sueño seguro
- Seguridad de los asientos de coche
- Cuidados básicos para recién nacidos
- Apoyo a la lactancia materna



TE AYUDAMOS A PREPARARTE PARA LA LLEGADA DEL BEBE



Crea un plan sencillo

- Elija su médico u hospital
 - Planificar el transporte
 - Prepara los artículos para el bebé.
 - Plan de cuidado infantil (si es necesario)
 - Construye tu sistema de apoyo
 - Plan de preparación para emergencias
- 