



We are here for you

Virtual programs that help keep you connected

For pregnant women & new parents



Monthly Telephone Visits



During Pregnancy

Now, more than ever during the current COVID-19 crisis, our program can keep you connected to others and give you emotional support, education and resource referrals.

Currently provided via telephone by home visitors under nurse supervision, this program is especially valuable for mothers and families feeling isolated. A MOMS home visitor is a caring friend supporting you with knowledge about your pregnancy, healthcare, childbirth & breastfeeding. You will learn:

- How to identify signs and symptoms of preterm labor.
- The risks of diabetes during pregnancy.
- The benefits of breastfeeding.
- How to identify the signs and symptoms of depression during pregnancy and postpartum.



After Delivery

Once your baby is born, your home visitor will help you encourage your baby's health and development and provide information and resources.

Offered in English, Spanish and Vietnamese



Virtual Group Classes

While you are pregnant, get prepared by joining classes in childbirth, prenatal health, breastfeeding, and a workshop for new dads. Mommy & Me and My Parents & Me classes teach fun and meaningful activities that stimulate your baby's mental and physical growth while providing peer support. During the current COVID-19 crisis, we are offering these programs virtually through teleconferencing. You can still enjoy all the benefits of these groups keeping you connected, informed and healthy.

Spanish Classes include:

- New Dads Workshop
- Breastfeeding Support Group
- Childbirth Preparation Class
- Prenatal Education Class

English and Spanish:

- Mommy & Me Groups for babies 3-5 months, 6-11 months and 12-17 months
- My Parents & Me Groups for babies 3-5 months, 6-11 months

Gain support. Stay healthy and strong for yourself and your family.

Home visitation program and classes are offered free to residents of Orange County.

For more information and to register, please call Karina at 714.914.9986 or visit momsorangecounty.org/programs

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