



DCHHS
Dallas County Health and Human Services
Healthy People • Healthy Communities
Health and Social Equity



Programa *Healthy Start* del Condado de Dallas

¿Está esperando un bebé? Únase a nuestro programa virtual GRATUITO pensado para apoyarle a usted y a su familia durante este momento especial. Aprenda habilidades esenciales para un embarazo saludable y para después del embarazo. Disponible para mujeres en edad reproductiva, futuras mamás, futuros papás y nuevos padres y tutores.

Nuestras clases:

- ✓ Deje de fumar para tener un bebé más saludable
- ✓ Control de la diabetes y de la hipertensión durante el embarazo
- ✓ Educación nutricional para mamás diabéticas
- ✓ Cocción de comidas saludables y económicas
- ✓ Sueño seguro para bebés

Los sorteos incluyen tarjetas de regalo de \$25, pañales o sillas de bebé para automóvil hasta agotar existencias.



Regístrese aquí



DCHHSMaternalHealth@dallascounty.org

