



# New Parent Resources



**Pregnant**



Are you or your partner expecting?



**Breastfeeding**



**New parents?**

## Important Phone Numbers



**Postpartum**

**Get Prenatal Care**



**Local Clinics and Hospitals**



We're here to help!  
Whether this is your first baby or not, pregnancy and welcoming a new baby can be stressful. Please check out our Linktr.ees to find some answers.



**Mental Health**

PLEASE VISIT  
[linktr.ee/cocobeststart](http://linktr.ee/cocobeststart)  
for more resources!



**Sneak Peek**

- SIDS & Safe Sleep**  
[linktr.ee/babysafesleep](http://linktr.ee/babysafesleep)
- Feeding your Baby**  
[linktr.ee/InfantFeeding](http://linktr.ee/InfantFeeding)
- Baby Behavior**  
[linktr.ee/babybehavior](http://linktr.ee/babybehavior)

**1-877-661-6230**  
option 1  
Contra Costa Health  
Advice Nurse

**211**  
Contra Costa Crisis Center  
**1-866-878-7767**

Contra Costa Breastfeeding Warmline  
**1-415-864-8848**  
Legal Aid at Work

**Apply for WIC!**

[cchealth.org/WIC](http://cchealth.org/WIC)  
**1-800-414-4WIC**

- WIC Supports Families with Breastfeeding/Infant Feeding
- Nutrition Education
- Electronic Food Benefits
- Referrals to Healthcare and other Community Services





# Recursos Para Nuevos Padres

Escanéame



**Embarazada**



¿Está usted o su pareja embarazadas?

Escanéame



**Amamantamiento**

**¿Padre Nuevo?**



Escanéame



**Posparto**

**Obtenga Cuidado Prenatal**

Escanéame



**Clínicas y Hospitales Locales**



¡Estamos aquí para ayudar!  
Ya sea que este sea su primer bebé o no, el embarazo y la bienvenida a un nuevo bebé pueden ser estresantes. Por favor, echa un vistazo a nuestro Linktr.ees para encontrar información útil

Escanéame



**Salud Mental**

Por Favor Visite [linktr.ee/cocobeststart](http://linktr.ee/cocobeststart) para obtener más recursos!

Escanéame



**Echa un Vistazo**

**SMSL & El Sueño Seguro**  
[linktr.ee/babysafesleep](http://linktr.ee/babysafesleep)  
**Alimentar a su bebé**  
[linktr.ee/InfantFeeding](http://linktr.ee/InfantFeeding)  
**Comportamiento del bebé**  
[linktr.ee/babybehavior](http://linktr.ee/babybehavior)

## Numeros Importantes

**1-877-661-6230**

**opción 1**

Contra Costa Health  
Enfermera consejera

**211**

Contra Costa Centro de Crisis

**1-866-878-7767**

Contra Costa Linea de Lactancia

**1-415-864-8848**

Servicios Legales Gratuitos

**Solicite WIC**

[cchealth.org/WIC](http://cchealth.org/WIC)

**1-800-414-4WIC**

- WIC apoya a las familias con la lactancia materna / alimentación infantil
- Educación Nutricional
- Beneficios electrónicos para comprar alimentos
- Referencias a servicios de atención médica y otros servicios comunitarios

Escanéame

