



First Steps Central MN

**Apoyo a las familias en los condados de
Benton, Sherburne, Stearns y Wright**

Podemos ayudarle a encontrar más información sobre:

Lo que podéis hacer para recibir visitas domiciliarias gratuitas de una enfermera

Cómo preparar su hogar para un bebé

Los recursos de planificación familiar y pruebas de embarazo

La Educación y distribución sobre seguridad infantil (sillas de coche)

Qué esperar durante el embarazo y cómo prepararse para el parto

Las vacunas

La lactancia materna, la extracción de leche, la alimentación con biberón y el apoyo a la alimentación infantil

Cómo encontrar atención dental, oftalmológica o médica y conexión con los recursos de la comunidad

Qué esperar para el crecimiento y desarrollo de su hijo

Los recursos alimentarios como WIC, SNAP, estantes de alimentos locales



Llame o envíe un mensaje 763-276-0441
referrals@firststepscentralmn.org
www.firststepscentralmn.org

Apoyos de alimentación infantil en MN central



A continuación, presentamos una lista de recursos para embarazadas y madres que desean recibir información y apoyo gratuitos sobre lactancia materna, extracción de leche y alimentación infantil. No se necesita cita, solo tiene que pasar por una de las siguientes ubicaciones:

- Baby Cafe-martes 9:30a-11:30a, Monticello Community Center, 763-271-2218
- Baby Cafe-martes 9:30a-11:30a, St. Cloud YMCA, 320-251-2700, ext 51990
- Baby Cafe-miércoles 9:30a-11:30a, Buffalo Wright County Historical Society, 763-684-7630
- Grupo de Apoyo de Mamá y Yo-miércoles 1:30p-3p, Maple Grove Hospital sala de conferencias de nivel inferior, 763-581-2021
- Lactation Connection-jueves 10a-12p, Mainstreet Family Resource Center Room 207, 763-765-4000
- Baby Cafe-jueves 11a-12:30p, Cambridge-Isanti Adult Enrichment Center, 763-689-4212
- Baby Cafe-viernes 10a-12p, St. Michael Cornerstone Options For Women, 612-584-9449



Nuestras enfermeras también están disponibles para preguntas sobre la lactancia materna y la alimentación infantil. Llame o envíe un mensaje de texto para obtener más información: 763-276-0441