

حافظي على صحتك أثناء الحمل — قبل وبعد ولادة طفلك!

هل أنت حامل أو ولدت طفلاً للتو؟ بصفتكِ عضوًا في HPSM، يمكنك الانضمام إلى برنامج **Baby+Me**. ويُحملك هذا البرنامج إلى خدمات وموارد محلية لمساعدتك في أثناء الحمل وبعده! ويمكنك من خلال البرنامج:

- 😊 العثور على أحد مُقدمي الرعاية السابقة للولادة
- 😊 الحصول على شفاطة ثدي بدون أي تكلفة عليكِ
- 😊 التواصل مع أحد مقدمي خدمات مساعدة الحوامل (الدولار)
- 😊 الوصول إلى برامج محلية أخرى للآباء والأمهات والأسر

بصفتكِ عضوًا في برنامج HPSM Medi-Cal، قد تحصلين أيضًا على بطاقات هدايا تصل قيمتها إلى 100 دولار للذهاب مرتين فقط إلى مُقدم رعاية الحمل:

- ★ بطاقة هدايا بقيمة 50 دولارًا لزيارة مقدم الرعاية في أول 12 أسبوعًا من الحمل.
- ★ بطاقة هدايا أخرى بقيمة 50 دولارًا لزيارة مقدم الرعاية بعد مرور ما يتراوح بين أسبوع واحد و12 أسبوعًا على ولادة طفلك.

احصلي على بطاقات الهدايا في بضع خطوات:

أعدي الاستمارة إلى HPSM
بالبريد في الظرف المدفوعة
رسومه أو عن طريق الفاكس
650-829-2073

اذهبي بالاستمارة إلى مُقدِّم
الرعاية الخاصة بالحمل
واطلي منه أن يملأها.

بعد أن تتواصلي مع فريق
Baby+Me، سنُرسل إليك
بالبريد استمارة ورسالة.

تستخدم مؤسسة HPSM الاستمارة لتأكيد توقيت زيارتك أثناء الحمل وبعده. إذا كنتِ مستوفية للشروط، فسوف تُرسل إليك بطاقة هدايا بقيمة 50 دولاراً لكل زيارة.

لمعرفة المزيد عن البرنامج

تفضلي بزيارة www.hpsm.org/baby-and-me أو استخدمي رمز الاستجابة السريعة (QR) لمعرفة المزيد عن البرامج والخدمات والموارد التي يمكن أن تساعدك أنتِ وطفلك!



إذا كنتِ من أعضاء HPSM الحوامل أو اللاتي ولدن لملتن، فاشتركي اليوم!