

LOGRAMOS CAMBIOS EN NUESTRAS COMUNIDADES

COMIENZOS BRILLANTES

Porque cada familia es importante y cada niño se merece un futuro sano y feliz

UN FUTURO SANO COMIENZA CON USTED

Comienzos Brillantes adapta sus servicios a cada individuo. No existe un sólo método que sirva para todos. Les respetamos a usted y a su familia por el papel singular e importante que juegan en la vida de su hijo.

Apoyo confidencial a domicilio y enfocado en usted y su familia

Nuestros Family Advocates y consejeros se reúnen con usted en el horario y lugar que usted prefiera (su casa, un parque, la escuela, etc.)

La salud familiar es importante

Ya sea que esté embarazada o que busque apoyo sobre la crianza de sus hijos pequeños, nuestros Centros de Apoyo Familiar (Family Support Centers) le pueden ayudar a desarrollar la confianza y las habilidades que usted necesita.

Comienzos Brillantes le puede ayudar a

- Encontrar un médico y un hospital
- Obtener cuidado prenatal
- Prepararse para el parto
- Solicitar MediCal y otros seguros médicos
- Aprender hábitos de comer saludables
- Aprender cómo cuidarse a sí misma y a su bebé
- Aprender sobre cómo su bebé se desarrollará, crecerá y aprenderá

LAS FAMILIAS SANAS TIENEN NIÑOS FELICES Y SANOS

En nuestros Centros de Apoyo Familiar brindamos clases sobre el embarazo y el desarrollo infantil, consejería familiar, y orientación sobre nutrición, hábitos de comer saludables y otros temas. También le ayudaremos a solicitar seguro médico para usted y su familia.

Nuestros grupos de apoyo son pequeños y muy participativos. Se comentan temas como la crianza de niños y el papel que puede jugar el padre, la sexualidad incluyendo el VIH/SIDA, el uso de tabaco, alcohol y otras drogas y la prevención del embarazo.

Comienzos Brillantes le puede ayudar a

- Conectarse con otros padres de familia en un grupo de apoyo
- Recibir consejos sobre cómo dejar los cigarrillos, las drogas o el alcohol
- Obtener servicios de salud y sociales gratis
- Aprender sobre la planificación familiar
- Inscribirse para estudiar
- Prepararse para trabajar



COMIENZOS



BRILLANTES

Cada Familia Es Importa

Comienzos Brillantes responde a las necesidades de las familias, brindándoles servicios (a domicilio y en nuestros centros) que promueven el nacimiento de niños sanos, el desarrollo infantil sano y la buena salud familiar. Cada año atendemos sin fines de lucro a más de 2,600 familias en los condados de Alameda y Contra Costa. Nuestro personal profesional tiene décadas de experiencia y ofrece servicios en tres centros ubicados en Oakland, Richmond y Antioch.

(877) 427-7134 (sin costo)

www.brighter-beginnings.org

OAKLAND/CENTRO ADMINISTRATIVO
2648 International Boulevard
Oakland, CA 94601

CENTRO DE RICHMOND
2727 Macdonald Avenue
Richmond, CA 94804

CENTRO DE ANTIOCH
512 West Fifth Street
Antioch, CA 94509

© 2008 Brighter Beginnings

UN BEBÉ SANO EMPIEZA CON USTED

Salud infantil negra

Estos servicios y visitas a domicilio asegurarán que su bebé nazca lo más sano posible, y son para mujeres afroamericanas embarazadas, de 18 años de edad o más que viven en el condado de Contra Costa.

Haga lo correcto

- Acuda al médico lo antes posible
- Lleve una dieta saludable
- Evite el alcohol, las drogas y el tabaco
- Asista siempre a todas las citas médicas

¡LOS HOMBRES TAMBIÉN TIENEN UN PAPEL!

Programas para padres

Animamos a los hombres a apoyar a sus parejas durante el embarazo, a involucrarse en la crianza de sus hijos y a entender su papel en su desarrollo sano. Los participantes asisten a varias reuniones informativas durante nueve semanas. Se comentan temas como el ser padre, la crianza de niños, el desarrollo infantil y la manutención de niños.

También se organizan actividades padre-hijo como grupos de juego, excursiones a parques y meriendas familiares. Para padres que viven en los condados de Alameda o Contra Costa.

APOYO FAMILIAR PARA MADRES ADOLESCENTES

Teen Family Support le ayudará a tener un bebé lo más sano posible al mismo tiempo que toma en cuenta su propio desarrollo personal (los estudios, etc.). Le ayudaremos a planear una vida exitosa.

Cuando nazca su bebé, le orientaremos sobre la crianza de niños, sobre cómo evitar otros embarazos durante la adolescencia y sobre la importancia de crear una relación cariñosa y cercana con su bebé.

Para adolescentes embarazadas (o madres) de 18 años de edad o menos y para hombres jóvenes de 21 años de edad o menos que esperan un bebé o ya tienen hijos.

Gracias por cuidar de mí

- Revisiones de bebés sanos
- Vacunas
- Leche materna
- Mucho amor



EN COMIENZOS BRILLANTES LA SALUD FAMILIAR IMPORTA

Los Centros de Apoyo Familiar proveen clases y servicios para orientarle sobre la crianza de niños y sobre otras habilidades necesarias para cuidar bien a su familia a largo plazo en la vida diaria.

El desarrollo infantil

Nuestras clases de desarrollo infantil buscan ayudar a que sus hijos alcancen su mayor potencial. En el curso Family Nurturing los padres de familia se informan sobre cómo se desarrollan los bebés y los niños pequeños, reciben consejos sobre métodos positivos de crianza de niños y, junto con sus hijos, participan en grupos de juego, música, arte, gimnasia, etc.

Para familias que viven en: Oakland/norte del condado de Alameda, Richmond/oeste del condado de Contra Costa y el centro de la ciudad de Antioch.

Consejería familiar y sobre la infancia

Profesionales bilingües (español-inglés) ayudan en la formación de relaciones sanas entre padres e hijos, creando así beneficios duraderos para toda la familia. Ellos brindan consejos sobre, entre otros temas: la resolución de problemas, el manejo de la ira, la depresión, los desafíos en la crianza de niños, y la promoción del cariño y del apego entre los padres y sus bebés y niños pequeños.

Para adultos y niños (nacimiento a hasta los 21 años de edad) con MediCal y adultos que reciben CalWORKS que viven (ellos o sus hijos) en el condado de Alameda. Llame al 510-903-7522 ó 510-903-7516.

Educación en salud

El programa Brothers and Sisters ofrece grupos pequeños que se reúnen regularmente para aprender sobre conductas saludables, tales como: decisiones responsables sobre las relaciones y el contacto íntimo, la sexualidad, el VIH/SIDA, y cómo evitar el alcohol, las drogas y el embarazo.

Para jóvenes de 14 años de edad o más que viven en East Oakland. Para más información llame al 510-903-7510 o visite nuestro calendario en Internet: www.brighter-beginnings.org.

REMISIÓN DE CLIENTES

Los formularios de remisión de clientes se pueden obtener por teléfono en el 877-427-7134 o en Internet: www.brighter-beginnings.org

Envíe el formulario de remisión al centro que corresponda.

OAKLAND/ADMIN.

Teléfono: 510-903-7516 ■ Fax: 510-437-8955

RICHMOND

Teléfono: 510-236-6990 ■ Fax: 510-236-7346

ANTIOCH

Teléfono: 925-757-5303 ■ Fax: 925-978-1775