



POSTPARTUM DOULA SERVICES

Are you in your 3rd Trimester of pregnancy or have a newborn?

If so, Postpartum Doula Services might be for you!

Doula Services include:

- Childbirth & Lactation Education
- Breastfeeding Support
- Labor coping skills and comfort measures
- Encouragement & Emotional Support
- Advocacy for respectful, evidence-based care
- Education on newborn care
- Community referrals and resources

Reserve your spot! Call or Email

Nancy Lainez

At (323) 373-2400 Ext. 3117

NancyL@wellnestla.org

FREE Services

Services are offered in both English or Spanish and are delivered through ZOOM

Link will be provided upon registered

Incentive/GIFT will be mailed upon program completion

SPONSORED BY:

WELLNEST



SERVICIOS DE DOULA POSPARTO

¿Está en su tercer trimestre de embarazo o tiene un recién nacido? ¡Si es así, los Servicios de Doula Posparto podrían ser para usted!

Los Servicios de Doula incluyen:

- Educación sobre el Parto y la Lactancia
- Apoyo con la Lactancia Materna
- Habilidades de afrontamiento para el parto y medidas para la comodidad
- Ánimo y Apoyo Emocional
- Abogacía para la atención respetuosa y basada en la evidencia
- Educación sobre el cuidado de recién nacidos
- Referencias y recursos comunitarios

¡Reserve su lugar! Llame o mande un Correo Electrónico a

Nancy Lainez
Al (323) 373-2400 Ext. 3117
NancyL@wellnestla.org

Servicios GRATUITOS

**Los servicios son
ofrecidos en
ambos inglés o
español y se
presentan a
través de ZOOM**

**El enlace se
proveerá en
cuanto se logre
registrar**

**Se le enviará un
incentivo/REGALO
en cuanto
complete el
programa**

**PATROCINADO
POR:**

WELLNEST