



Primeros Pasos es un programa gratuito para futuros padres y padres de recién nacidos. Nuestro dedicado y amable personal les proporciona

**asistencia,  
educación  
y apoyo,**

todo ello en la comodidad de sus hogares.



*Mente, Mano, Corazón*

**LLAMA A FIRST 5 SAN DIEGO  
PARA UN BUEN COMIENZO**

First 5 San Diego es la organización principal de la región que promueve la salud y bienestar de los niños durante los años más críticos de su desarrollo - los primeros cinco años de vida. Nuestra visión es que todos los niños de 0 a 5 años estén saludables, sean amados y cuidados, e ingresen a la escuela como estudiantes activos.



1-888-5FIRST5  
1-888-534-7785

**FIRST5SANDIEGO.ORG**

*Síguenos en nuestras redes sociales!*



© 2023 First 5 San Diego

**First 5**  
*Primeros  
Pasos*



## PRIMEROS PASOS AYUDA A LOS PADRES A CRIAR NIÑOS SANOS Y FELICES

Los padres trabajan en colaboración con un visitador a domicilio informado y amable. En cada visita a domicilio, las familias hablan con su visitador sobre qué esperar en cada etapa del crecimiento de su bebé y establecer objetivos para el futuro de su familia. Los padres obtienen consejos y herramientas para la crianza de los niños y aprenden formas divertidas e interactivas de ayudar a sus bebés a crecer y aprender.



## LO QUE OFRECEMOS:

- Apoyo durante el embarazo y con el nuevo bebé
- Información sobre el crecimiento y desarrollo del bebé
- Metodos para hacer su hogar mas seguro para su bebe
- Habilidades para fortalecer la familia relaciones
- Conexiones con recursos útiles tales como proveedores médicos
- Ayuda para afrontar los retos de la paternidad
- Herramientas para gestionar mejor el estrés

Llame a 1-888-5 FIRST 5  
(1-888-534-7785) o visite  
[First5SanDiego.org](http://First5SanDiego.org) para  
acceder Primeros Pasos

## ¿QUIÉN PUEDE INSCRIBIRSE?

Primeros Pasos ofrece visitas a domicilio desde la fase prenatal. Atendemos familias que deseen apoyo y que se encuentre bajo alguna de las siguientes categorías:

- Está embarazada
- Cumpla con los requisitos de ingresos
- Viva en el condado de San Diego

También tenemos visitadores a domicilio que se especializan en ayudar a adolescentes, familias de militares y familias de inmigrantes y refugiados.

