社區孕產資源指南

正在孕期？

以下為您所在社區可享受的各類資源清單。



全市性計劃



紐約健康家庭計劃(HFNY)：HFNY是一項上門探訪計劃，旨在提升嬰幼兒的健康水準與福祉。服務涵蓋促進良性親子互動、保障兒童健康發育、建構健康家庭關係、提升家庭自立能力，以及協助對接醫療服務提供者和社區資源。計劃可從孕期、新生兒出生時啟動，並持續至孩子五歲。所有服務免費向公眾開放。**請瀏覽** healthyfamiliesnewyork.org 尋找就近的HFNY計劃服務點。

新生兒上門探訪計劃：新生兒上門探訪計劃為產後數週內的產婦及其新生兒提供支持服務。公共衛生專業人員將上門展開服務，提供母乳餵養指導、安全睡眠等健康與安全建議，並協助對接各類社區資源。上門探訪還可涵蓋其他服務內容，包括嬰幼兒發育指導、親子聯結建立技巧、情緒低落時的心理支持、戒煙等健康目標的達成協助，以及居家環境安全排查（如煙霧報警器缺失、窗戶防護欄、可能含鉛的剝落牆漆等隱患）。本計劃免費向在合作醫院分娩的產婦開放。計劃工作人員將聯絡符合條件的產婦，預約上門探訪時間。**請瀏覽** nyc.gov/site/doh/health/health-topics/pregnancy-newborn-visiting.page。

Baby Café：Baby Cafés是免費的社區型開放式母乳餵養互助小組，無需預約即可參與。這類同伴互助小組可為參與者提供持續、專業的高品質泌乳護理和干預指導。**請瀏覽** www.babycafeusa.org/ 尋找就近的服務點。

Bronx 計劃



Bronx健康聯結計劃：

該計劃聚焦女性孕前、孕期及產後健康，同時為新生兒健康提供支持。Bronx健康聯結計劃聯合多家社區機構合作，展開服務推廣和資源轉介、個案管理服務、社會服務對接，以及英語、西班牙語雙語健康教育研討會。**如需瞭解更多資訊，請瀏覽** bronxhealthlink.org/health-resources。

天主教守護服務 | 育兒資源中心：

產婦可免費參與育兒課程，課程內容涵蓋孕期自我護理、新生兒餵養和照料方法、建立合理的兒童發育預期、應對育兒壓力、鞏固家庭關係。同時提供產前和產後護理、危機妊娠女性心理諮詢、經濟援助，以及嬰兒床、新生兒全套衣物等育兒物資。**如需瞭解更多資訊，請瀏覽** https://www.catholicguardian.org/child-welfare-family-support-services **或致電718.828.0300諮詢。**

Brooklyn 計劃

Brooklyn 圍產期網絡：

如需瞭解如何報名參加研討會的更多資訊，請瀏覽 www.bpnetwork.org/nyc/ ，或致電718.643.8258諮詢。

加勒比婦女健康協會(CWHA)

母乳餵養研討會與安全睡眠科普：CWHA開設的母乳餵養與安全睡眠研討會為3小時互動式線上課程，幫助孕產婦瞭解母乳餵養的益處、技巧和挑戰，以及如何為嬰兒營造安全的睡眠環境。

育兒計劃 - 促進兒童發育：CWHA開設育兒技能研討會，推廣經過實證研究驗證的積極高效率育兒方法和策略，助力幼兒在社交、情感、體能和學業方面的全面發展。

Brooklyn生育正義宣導者：
CWHA是Brooklyn生育正義宣導者(BJD)的樞紐機構，該團體由社區居民組成，致力於改善黑人群體和有色人種群體的生育體驗。BJD面向社區展開科普，普及孕期、分娩及產後階段應享有的公平、尊重且有尊嚴的醫療服務，賦能每一位個體爭取自身應得的醫療照護。

導樂支持服務：加勒比婦女健康協會是目前紐約市規模最大的公益社區導樂服務提供者。

如需瞭解更多資訊，請瀏覽 www.cwha.org/ ，或致電718.826.2942諮詢。



Manhattan 計劃



Henry 安置會育兒中心

六週制育兒小組：面向兒童及青少年家長開設，以六週為週期展開小組活動，主題涵蓋兒童健康發展、責任感、紀律、自尊等多個維度。

週度/月度單次主題研討會：涵蓋各類育兒議題：單次研討會在育兒中心及Henry Street安置會的其他服務計劃點位舉辦，圍繞各類育兒議題展開科普講解和交流討論。主題包括網路安全、高效率引導技巧、自我關懷與壓力管理、高效率共同育兒等諸多內容。

育兒成長之旅：為期12週的體系化育兒小組課程，透過提升自我認知和自我關懷能力，幫助家庭建立滋養型的親子關係
*該課程獲家庭法院/兒童服務管理局認證

星期二幼兒活動課： 面向16個月至三歲幼兒及其家長開設，以六週為週期，透過結構化遊戲、音樂律動、故事閱讀、手工創作等形式展開互動學習。

如需瞭解更多資訊，請瀏覽 www.henrystreet.org/programs/primary-behaviorial-health/parent-center/ ，或致電212.471.2400聯絡育兒中心，也可傳送郵件至ParentCenter@henrystreet.org諮詢。

Queens 計劃



Public Health Solutions

Queens Diaper Bank：Public Health Solutions透過Queens Diaper Bank，向Queens居民免費提供尿布。Queens Diaper Bank每月開放兩天，僅接受預約；每位兒童每兩個月可領取一次尿布，預約名額先到先得。

嬰兒床發放服務：Public Health Solutions是Queens郡兒童嬰兒床計劃的分發機構。符合條件的家長或照料者可參與安全睡眠科普教育，並領Pack 'n Play（或便攜嬰兒床）、嬰兒床笠、嬰兒安全睡袋及床體防護網。

紐約市母乳餵養熱線：
提供免費線上母乳餵養支持，解答嬰兒餵養相關問題。**請致電646.965.7212，**預約認證泌乳顧問提供視訊或電話諮詢。本計劃為全市性服務。

如需瞭解更多資訊，請瀏覽
https://www.healthsolutions.org/community-work/family-support/community-offerings/。

Staten Island 計劃

Cross Road 基金會：「邊學邊賺」計劃面向孕期女性和新手媽媽開設。參與者參與產前課程和/或育兒課程，即可累積「媽媽幣」。「媽媽幣」可在Cross Road基金會旗下的媽媽商店兌換各類嬰兒用品。孕期女性及嬰兒月齡在3個月以內的新手媽媽均可加入本計劃。參與者可持續參與課程直至嬰兒年滿18個月。本計劃免費，僅向Staten Island居民開放。如需瞭解更多資訊，**請致電718.556.3474。**



福利須知

關於早期和定期篩查、診斷和治療(EPSDT)福利：

早期和定期篩查、診斷和治療(EPSDT)福利為參保Medicaid的21歲以下孩子提供綜合性和預防性保健服務。EPSDT是確保兒童和青少年獲得適當的預防、牙科、心理健康、發展和專業服務的關鍵。如需瞭解更多資訊，請瀏覽 **metroplus.org/member/health-information/womens-health**。



MetroPlus Health 城市保健

會員服務部：**800.303.9626**（聽力障礙電傳：**711**），
週一至週五，上午8點至下午6點；
週六，上午9點至下午5點

注意：我們可為您提供免費的語言協助服務以及其他輔助工具。請致電：1-800-303-9626 (聽力障礙電傳：711)。ATTENTION: Language assistance services and other aids, free of charge, are available to you. Call 1-800-303-9626 (TTY: 711). ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-800-303-9626 (TTY: 711).

MBR 25.359zh-TW