

Your Breastfeeding Peer Helper offers breastfeeding support from start to finish!

SUPPORT BEFORE BIRTH:

- Breastfeeding support through pregnancy.
- Help deciding between infant feeding choices.
- Help navigate getting a pump from insurance.
- Free breastfeeding class.
- Creating infant feeding goals.
- Support for planning returning to work and or school after baby.
- Free HUG Your Baby classes.

SUPPORT AFTER BIRTH:

- Access to breastfeeding support items depending on availability such as pumps, nursing pads, or nursing bras.
- Access to breastfeeding help such as latch difficulty, milk supply support, and more.
- Support through transition while returning to work, including understanding federal laws pertaining to lactation in the workplace.
- Access to ongoing breastfeeding check-ins for continued support to reach your breastfeeding goals.
- Help with weaning.
- Access to free weight checks (by appointment only with peer helper).
- Free access to rent hospital-grade pumps (dependent on availability and situation).
- Access to after-birth breast care, including how to manage engorgement.
- Access to pumping support such as breast shield sizing and more.



For more info contact:

Sara Bayless
Breastfeeding Peer Helper
220-212-7565, sbayless@delawarehealth.org



¡Su compañera ayudante en lactancia materna ofrece apoyo a la lactancia materna de principio a fin!

APOYO ANTES DEL NACIMIENTO:

- Apoyo a la lactancia materna durante el embarazo.
- Ayuda para decidir entre opciones de alimentación infantil.
- Ayude a obtener una bomba del seguro.
- Clase gratuita de lactancia materna.
- Crear objetivos de alimentación infantil.
- Apoyo para planificar el regreso al trabajo o a la escuela después del nacimiento del bebé.
- Clases gratuitas de abraza a tu bebé.

APOYO DESPUÉS DEL NACIMIENTO:

- Acceso a artículos de apoyo a la lactancia materna según disponibilidad, como sacaleches, protectores de lactancia o sujetadores de lactancia.
- Acceso a ayuda para la lactancia, como dificultad para prenderse, apoyo para el suministro de leche y más.
- Apoyo durante la transición mientras regresa al trabajo, incluida la comprensión de las leyes federales relacionadas con la lactancia en el lugar de trabajo.
- Acceso a controles continuos de lactancia para obtener apoyo continuo para alcanzar sus objetivos de lactancia.
- Ayuda con el destete.
- Acceso a controles de peso gratuitos (solo con cita previa con un compañero ayudante).
- Acceso gratuito al alquiler de bombas de uso hospitalario (según disponibilidad y situación).
- Acceso a cuidados mamarios posparto, incluido cómo controlar la ingurgitación.
- Acceso a apoyo para el bombeo, como el tamaño del protector mamario y más.

Para más información contacte:

Sara Bayless
Breastfeeding Peer Helper
220-212-7565, sbayless@delawarehealth.org

