



# Help Me Grow



SKAGIT



## Helping the children you love grow up healthy, from pregnancy to early childhood



If you're **PREGNANT**:

- Connect with a nurse
- Learn about classes and other resources
- Receive support

Call or text the  
**Pregnancy  
Connections Nurse**

**(360) 770-7743**

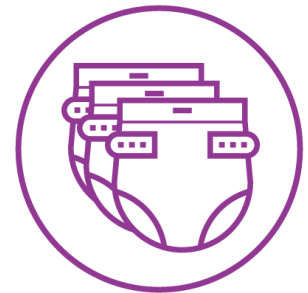


For **SERVICES** like:

- Parenting Groups
- Health Care
- Food Assistance

Call or text the  
**Family Resource  
Navigator**

**(360) 630-8352**



For **ITEMS** like:

- Diapers
- Wipes
- Cleaning Supplies

Call or text the  
**Family Resource  
Center**

**(360) 230-9129**

For more information, visit:

[www.HelpMeGrowSkagit.com](http://www.HelpMeGrowSkagit.com)



# Ayúdame a Crecer

SKAGIT



**Ayudar a los niños que quieres a crecer sanos desde el embarazo hasta la primera infancia**



Si usted está **EMBARAZADA:**

- Preguntas
- Conozca las clases y otros apoyos
- Recibir orientación

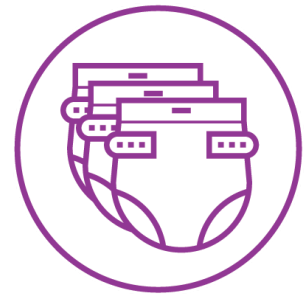
Llame o envíe un mensaje de texto al **Enfermera de Conexiones de Embarazo**  
**(360) 770-7743**



Para **SERVICIOS** como

- Grupos de padres
- Atención Médica
- Asistencia alimentaria

Llame o envíe un mensaje de texto al **Navegador de Recursos Familiares**  
**(360) 630-8352**



Para **ARTÍCULOS** como

- Pañales
- Toallitas
- Artículos de limpieza

Llame o envíe un mensaje de texto al **Centro de Recursos Familiares**  
**(360) 230-9129**

Para más información visite:

[www.HelpMeGrowSkagit.com/es/](http://www.HelpMeGrowSkagit.com/es/)