NYC Health

Citywide Doula Initiative

באקומט פראפעסיאנאלע שטיצע פאר אייער געבורט אומזיסט!

וואס איז א דאולע?

א דאולע איז א טרעניירטע פראפעסיאנאל וואס קען אויסלערנען און צוגרייטן איך און אייער פאמיליע פאר א געבורט, אייך ארויסהעלפן דורכאויס די לעיבאר און דעליווערי, און אייך העלפן מיט ערהוילונג און מיט פיטערן אייער קינד נאך וואס איר האט אייער בעיבי.

די בענעפיטן פון דאולע קעיר קענען אריינרעכענען:

- זיין מער צופרידן פון די געבורט ערפארונג
- קורצערע לעיבאר
- קלענערע אויסזיכטן פון זיך נויטיגן אין א קייזער שניט
- ווייניגער אויסזיכטן פון זיך נויטיגן אין מעדיצינישע אינטערווענץ
- שטערקערע געבינדענקייט צווישן מאמע און קינד
- העכערע ראטעס פון זייגן
- ווייניגער אויסזיכטן פון געבוירן איידער די צייט אדער פון נידריגע וואג ביים געבוירן

"מיין דאולע האט מיר געהאלפן האבן מער זעלבסט-זיכערקייט אין די געבורט צימער און פארשטיין וואס עס גייט פאר אינערווייניג אין מיין קערפער. עס האט מיר געמאכט ווייניגער מורא האבן."
— CDI קליענט

וויאזוי שרייב איך זיך איין?

זיך איינצושרייבן אדער צו זען אויב איר זענט בארעכטיגט:

- רופט 844-653-6852, מאנטאג ביז פרייטאג, 9:00 אינדערפרי ביז 5:00 נאכמיטאג.
- באזוכט **nyc.gov/health/cdi** און פארבינדט זיך מיט א דאולע פראגראם וואס באדינט אייער געגנט.
- שיקט אן אימעיל צו **cdi@health.nyc.gov**.

"דאס איז אן אויסנאמע פראגראם! אלע נייע מאמעס זאלן זיך קענען באנוצן דערמיט. ... האבן א דאולע דורכאויס מיין צווייטע שוואנגערשאפט האט געמאכט א געוואלדיגע אונטערשייד."
— CDI קליענט

פאר מער אינפארמאציע, סקענ'ט די QR קאוד אדער באזוכט **nyc.gov/health/cdi**. צו בעטן פאר דאולע עדיוקעישענאל מאטריאלן, רופט **311**.

3.25 Yiddish

וואס איז די Citywide Doula Initiative?

די סיטיווייד דאולע אינציאטיוו (Citywide Doula Initiative, CDI)

CDI דאולעס:

- געבן אומזיסטע דאולע שטיצע אין געגנטער וועלכע האבן נישט קיין צוטריט צו אזא סערוויס
- העלפט אייך מאכן אינפארמירטע באשלוסן
- זענען אפטמאל מיטגלידער פון די קאמיוניטי וועלכע זיי באדינען, מיט די זעלבע ראסע אדער עטנישע אפשטאם, קולטור אדער שפראך ווי זייערע קליענטן

"מיין דאולע איז באמת געווען צום זאך. זי איז געווען ווייך, מיר געהאלפן עמאציאנעל און געארבעט שווער מיר צו באקומען הילפסמיטלען." *— CDI קליענט*

- זענען טרענירט צו געבן רעספעקטפולע קעיר וואס איז צוגעפאסט לויט אייערע ערפארונגען, ווערטן און וואונטשן
- שטעלט צו הילף אין מערערע שפראכן, אריינגערעכנט שפאניש, העישען קריאול, פראנצויזיש און אמעריקאנער צייכן שפראך

בארעכטיגונג

זיך איינצושרייבן, מוזט איר נאכקומען ביידע פאדערונגען:

- וואוינען אין אונזער סערוויס געגנט אדער אין א שעלטער אדער פאסטער היים ערגעץ אין ניו יארק סיטי
- האבן אן איינקונפט וואס איז אין די ציפערן וועלכע זענען בארעכטיגט פאר Medicaid

מען קען באקומען סערוויסעס אפגעזען פון יארגאנג, ראסע אדער אפשטאם, מין אידענטיטעט, אימיגראציע סטאטוס אדער אינשורענס סטאטוס.

וואס צו ערווארטן

ווען איר שרייבט זיך איין, וועט אייך CDI קאארדינעיטער אייך רופן צו אדורכרעדן אלעס וואס איר דארפט. דערנאך וועלן מיר אייך צופאסן צו א דאולע אייך צו געבן שטיצע אין אייער היים און וואו ער וועט געבוירן אייער בעיבי.

דורכאויס שוואנגערשאפט (פרינעיטעל):

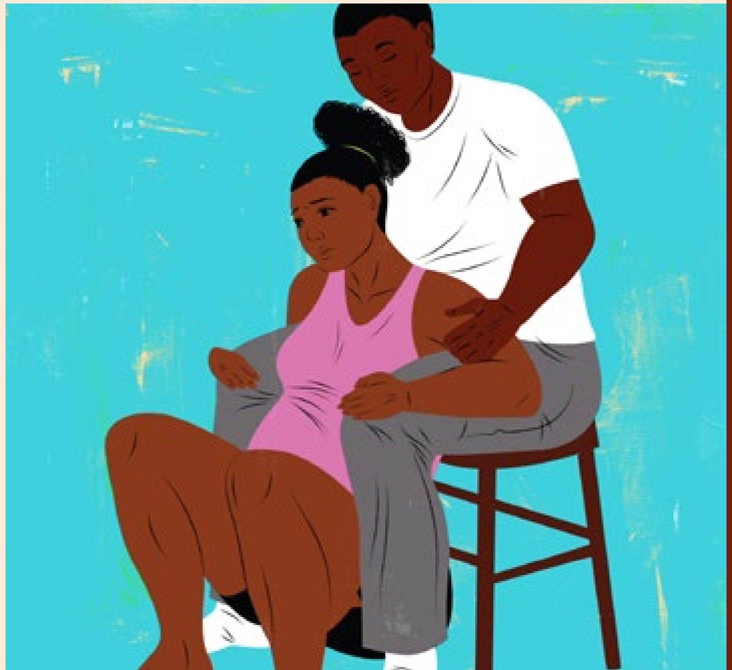
- עדיוקעישאן אויף לעיבאר און געבורט, אייך צו העלפן געבוירן אייער בעיבי מיט זעלבסט-זיכערקייט
- אייך העלפן אנטוויקלען און אויספירן אייער פלאן פאר'ן געבורט
- אייך פארבינדן מיט הילפסמיטלען, אזויווי WIC (די Special Supplemental Nutrition Program for Women, Infants, and Children), עדיוקעישאן קלאסן אויף געבורט און העלט אינשורענס

דורכאויס לעיבאר און דעליווערי:

- נאכאנאנדע, פראקטישע פיזישע און עמאושענעל שטיצע (אזויווי אנרירן צו באראויגן, ווערטער צו מוטיגן, עראומאטעראפיע און ווייזן פאר אייער פארטנער וויאזוי אייך צו העלפן)
- רעקאמענדאציעס אויף צו מאכן די לעיבאר מער באקוועם, אזויווי אטעמען און בארואיגונגס מיטלען
- העלפן רעדן מיט שפיטאל איינגעשטעלטע צו אדרעסירן פראגעס אדער זארגן וואס איר קענט האבן

נאכ'ן געבורט (פאסטפארטאם):

- העלפן מיט פיטערן און קעיר נעמען פון אייער ניי-געבוירן קינד
- זיך אומקוקן אויף אייך אינדערהיים און העלפן מיט קעיר נעמען פון זיך
- העלפן טרעפן נאך הילף, אזויווי זייגן קאונסעלארס און גייסטישע געזונטהייט פראפעסיאנאלן, אויב עס פעלט אויס



"איך דערמאן אלעמאל [פאר מיינע קליענטן] אז זיי טוען עפעס גאר, גאר אויסטערליש און קונצליך מיט זייער קערפער, און זיך צוצוהערן דערצו, צו זיצן דערמיט און זיך אריינלייגן דערין." *— CDI דאולע*

"איינע פון די וויכטיגסטע טיילן פון אונזער ארבעט אלץ דאולעס איז צו שטיצן די וואונטשן, געברויכן און קערפערשטריכן פון עלטערן דורכאויס שוואנגערשאפט און געבורט." *— CDI דאולע*