

# Buckeye बेबी प्रोग्राम

OSU हेल्थ प्लान र योर प्लान फर हेल्थ (YP4H) को Buckeye Baby कार्यक्रमले गर्भावस्थाको प्रारम्भिक चरणदेखि प्रसवपछिसम्म अपेक्षित अभिभावकहरूलाई सहयोग प्रदान गर्दछ। Faculty and Staff Medical Plan मा नामांकित व्यक्तिहरूका लागि सबै सेवाहरू निःशुल्क र गोपनीय छन्।



## प्रत्यक्ष र रेकर्ड गरिएका प्रसूति-पूर्व वेबिनारहरू

यी वेबिनारहरूले गर्भावस्था र अभिभावकत्वसम्बन्धी महत्वपूर्ण विषयहरू समेट्छन्:

- गर्भावस्थाका बेला आफ्नो OSU हेल्थ प्लान का लाभहरू बुझ्नुहोस्
- पेटमा शिशुदेखि शिशुसम्म: यात्राको क्रममा के अपेक्षा गर्ने
- शिशुलाई खुवाउने, तपाईंलाई सहयोग गर्ने: स्तनपानसम्बन्धी लाभहरू बुझ्नुहोस्
- चौथो त्रैमासिक यात्रा: निको हुनु, सम्बन्ध निर्माण र सहयोग
- प्रत्येक ग्राससँग वृद्धि: गर्भावस्थामा पोषण
- साना स्वाद-इन्द्रियहरू: ठोस आहार सुरु गर्ने मार्गदर्शिका
- प्रत्येक त्रैमासका लागि शारीरिक गतिविधि

**टिप्पणी:** वेबिनारहरू English मा हुनेछन् र 1:1 टेलिफोन सत्रका लागि दोभासे तय गर्न सकिन्छ



## सुत्केरीपछिको टेलिफोन सहायता

Buckeye Baby टोलीका सदस्यले व्यक्तिगत प्रसूति-पूर्व र प्रसवपछिको सहयोग प्रदान गर्नेछन्:

- प्रसवपछि दुई हप्ता, तीन महिना र छ महिना मा अनुगमन फोन कलहरू
- गर्भावस्था र प्रसवपछिको अवधिभर स्रोतहरू र निरन्तर सहयोग
- अभिभावकहरूका लागि स्वास्थ्य कोचको वेलनेस कल



## स्तनपान सहयोग र स्रोतहरू

OSU हेल्थ प्लान का स्तनपान लाभहरू कसरी प्राप्त गर्ने भनेर जान्नुहोस्, जसमा समावेश छन्:

- स्तनपान/दुग्धपान सुझावहरू
- स्तनपान स्रोतहरू र सहयोग
- स्तनपान पम्प अर्डर गर्ने प्रक्रिया



## थप जान्नुहोस् वा कार्यक्रममा सहभागी हुनुहोस्

☎ (614) 292-4700  
(विकल्प 1, त्यसपछि विकल्प 1)

✉ OSUHPBuckeyeBaby@osumc.edu

📄 भ्रमण गर्नुहोस्  
Buckeye Baby पृष्ठ



THE OHIO STATE UNIVERSITY  
HEALTH PLAN

osuhealthplan.com