

# WIC Breastfeeding Peer Counseling Program

## Clackamas County WIC's breastfeeding team is here to support you!

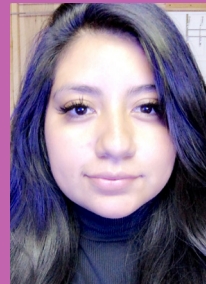
The Clackamas County WIC Breastfeeding Peer Counseling Program has helped thousands of WIC families reach their breastfeeding goals since 2010. Whether a parent is learning about breastfeeding, starting to breastfeed, overcoming challenges, or thriving, WIC has the information, resources, and support they need.

### Your trained and experienced WIC Breastfeeding Counselor will:

- Provide information to help you make informed feeding decisions
- Listen and encourage you
- Respect your wishes and help you reach your breastfeeding goals
- Answer your questions and concerns
- Help you understand your baby's cues
- Arrange for you to meet with a WIC breastfeeding or nutrition expert if needed
- Help you build breastfeeding confidence

### How is WIC breastfeeding support different?

- We provide same day services Monday through Friday by phone, text, video, and in person.
- Remote breastfeeding support isn't new to us. We want to keep moms and babies in the comfort of their own homes if possible!
- We customize our breastfeeding services to meet your needs. We understand that each breastfeeding experience is different and special.
- We check in weekly or more often in the first month as you get to know your new baby.
- We support breastfeeding babies of all ages. Returning to work? Teething questions or starting solids? Nursing an older baby? We've got you covered from prenatal breastfeeding education through weaning and everything in between!



*Hi, my name is Juanita and I'm a WIC breastfeeding peer counselor for Clackamas County. I have a 4-year-old son. Our favorite activities are trying new foods, exploring Oregon's nature, traveling,*

*and spending time together. I would love to support you to accomplish your breastfeeding goals. We will be waiting for your call to welcome you into the WIC family.*



*My name is Aria and I have worked at Clackamas County WIC since 2010. I am an International Board Certified Lactation Consultant (IBCLC). Before my work at WIC I was an assistant midwife, breastfeeding*

*counselor, and childbirth educator. My husband and I met while attending Oregon State University and we have two teenage daughters. I love to experiment with new recipes, take spin classes, and explore Oregon. It brings me great joy to help WIC moms and families reach their breastfeeding goals and I hope to talk with you soon!*

# El Programa de Consejería de Lactancia Materna de WIC

## ¡El equipo de lactancia materna de WIC del condado de Clackamas está aquí para apoyarla!

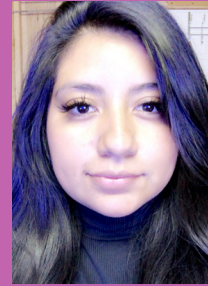
El Programa de Consejería de Lactancia Materna de WIC del Condado de Clackamas ha ayudado a miles de familias de WIC a alcanzar sus metas de lactancia materna desde el 2010. Sea que un padre esté aprendiendo sobre la lactancia materna, comenzando a amamantar, superando desafíos o prosperando, WIC tiene la información, los recursos y el apoyo que necesitan.

### Su consejera de lactancia esta capacitada para:

- Brindar información para ayudar a tomar decisiones informadas sobre alimentación
- Escucharla y animarla
- Respetar sus deseos y ayudarla a alcanzar sus metas de lactancia
- Contestar a sus preguntas y preocupaciones
- Ayudarla comprender las señales de su bebe
- Hacer arreglos para que se pueda reunir con un experto en la lactancia o nutrición de WIC si es necesario
- Ayudarle a desarrollar la confianza en la lactancia materna

### ¿En qué se diferencia el apoyo a la lactancia materna de WIC?

- Brindamos servicios el mismo día, de lunes a viernes por teléfono, mensaje de texto, video y en persona.
- El apoyo remoto para la lactancia materna no es nuevo para nosotros. ¡Queremos mantener a las mamás y los bebés en la comodidad de sus propios hogares, si es posible!
- Personalizamos nuestros servicios de lactancia materna para satisfacer sus necesidades. Entendemos que cada experiencia de lactancia es diferente y especial.
- Nos comunicamos semanalmente o con más frecuencia durante el primer mes a medida que va conociendo a su nuevo bebé.
- Apoyamos a todas las mamás que están dando pecho sin importar la edad de su bebe. ¿De regreso al trabajo? ¿Preguntas sobre la dentición o comenzando a dar sólidos? ¡Ofrecemos educacion prenatal sobre lactancia materna hasta el destete!



*Hola, mi nombre es Juanita y soy una consejera de lactancia para la oficina de WIC en el Condado de Clackamas. Tengo un hijo de 4 años. Nuestras actividades favoritas, son probar diferentes comidas, explorar la naturaleza en Oregon, viajar, y sobre todo pasar tiempo juntos. Trabajando para el departamento de WIC, me encantaría poderle ayudar a cumplir sus metas de lactancia. Esperamos su llamada para recibirla a la familia de WIC.*



*Mi nombre es Aria, y he trabajado en WIC en el Condado de Clackamas desde el 2010. Soy consultora de lactancia certificada por la Junta Internacional (IBCLC). Antes de trabajar en WIC, fui asistente de partera, consejera de lactancia y educadora de partos. Mi esposo y yo nos conocimos mientras asistíamos a la Universidad Estatal de Oregon y tenemos dos hijas adolescentes. Me encanta experimentar con nuevas recetas, tomar clases de ciclismo en bicicleta estacionaria y explorar Oregon. Me da mucha alegría ayudar a las mamás y familias de WIC a alcanzar sus metas de lactancia y espero hablar con ustedes pronto.*