



Ottawa Public Health Prenatal and Parenting Videos

Vidéos prénatales et parentales de Santé publique Ottawa

Are you expecting a baby or navigating parenthood?

Our video series is here to support you every step of the way!

- **Prenatal tips:** Essential advice for a healthy pregnancy.
- **Parenting Guidance:** Expert insights on topics like:
 - ✓ safe sleep
 - ✓ managing your baby’s gas
 - ✓ soothing your crying baby
 - ✓ and more!
- **Convenient Access:** Watch anytime, anywhere from your own device and easily share them with others.



Scan the QR Code and watch the free videos today!

Attendez-vous un bébé ou naviguez-vous dans la parentalité ?

Notre série de vidéos est là pour vous soutenir à chaque étape !

- **Conseils prénataux:** Conseils essentiels pour une grossesse en bonne santé.
- **Conseils parentaux:** Conseils d’experts sur des sujets tels que:
 - ✓ le sommeil sécuritaire
 - ✓ la gestion des gaz de votre bébé
 - ✓ comment apaiser votre bébé qui pleure
 - ✓ et plus encore !
- **Accès pratique:** Regardez à tout moment, n'importe où à partir votre propre appareil et partagez-les facilement avec d'autres.



Balayez le code QR et regardez les vidéos gratuites dès aujourd’hui!