



## Your stories matter

Sharing your birth experiences helps  
parents and babies thrive.

Every month, we reach out to people in  
Washington who recently had a birth and ask  
them to complete a survey.

Selection to participate in this survey is by chance,  
like a lottery. The PRAMS survey asks about your  
experiences before, during, and after pregnancy.



By sharing your story, you help us  
create practices and policies that  
**benefit everyone.**

All survey participants receive a  
**\$20 gift card**  
as a thank you for your time.



### Questions?

Please contact us at  
[WAPRAMS@doh.wa.gov](mailto:WAPRAMS@doh.wa.gov) or call  
(877) 867-7267 or (360) 236-3576.



DOH 141-169 CS August 2024

To request this document in another format, call 1-800-525-0127. Deaf or hard of hearing  
customers, please call 711 (Washington Relay) or email [doh.information@doh.wa.gov](mailto:doh.information@doh.wa.gov).





## Sus historias importan

Compartir sus experiencias de parto ayuda a los padres y a los bebés a prosperar.

Cada mes, nos comunicamos con personas en Washington que recientemente tuvieron un parto y les pedimos que completen una encuesta.

La selección para participar en esta encuesta es por casualidad, como una lotería. La encuesta PRAMS pregunta sobre sus experiencias antes, durante y después del embarazo.



Al compartir su historia, nos ayuda a crear prácticas y normas que **benefician a todos.**

Todos los participantes de la encuesta reciben una

**tarjeta de regalo de \$20**

como agradecimiento por su tiempo.



### ¿Preguntas?

Póngase en contacto con nosotros en [WAPRAMS@doh.wa.gov](mailto:WAPRAMS@doh.wa.gov) o llame al (877) 867-7267 o al (360) 236-3576.



DOH 141-169 CS Agosto 2024

Para solicitar este documento en otro formato, llame al 1-800-525-0127. Clientes sordos o con problemas de audición deben llamar al 711 (Washington Relay) o enviar un correo electrónico a [doh.information@doh.wa.gov](mailto:doh.information@doh.wa.gov).