

# PRENATAL EDUCACIÓN para la SALUD



¡Felicidades en su embarazo! Su salud y seguridad durante el embarazo es importante para nosotros. Tome el control de su salud con nuestras clases y programas. También puede visitar [kp.org/pregnancy](http://kp.org/pregnancy) para obtener más información.

Llame al Centro para una Vida Sana cuando tenga 30 semanas de embarazo para registrarse: 619-641-4194

<p><b>Preparación de Parto</b></p>	<p><b>Talleres Virtuales:</b> Revise los conceptos básicos del trabajo de parto y el parto. Programa de 4-semanas, 1.5-horas, \$96.00 por pareja. Haga el pago a la hora de registración.</p>
<p><b>Una Lactancia Exitosa</b></p>	<p><b>En persona:</b> Aprenda habilidades saludables de lactancia materna. Programa de 1-sesión, 1.5-horas. Su esposo/a o pareja es bienvenido, mencione en el momento de registración si va a traer a un acompañante.</p> <p><b>Taller Virtual:</b> Aprenda habilidades saludables de lactancia materna. Program de 1-sesión, 1.5-horas.</p>
<p><b>Recorrido de maternidad del Centro Médico</b></p>	<p><b>Recorrido Virtual:</b> Familiarícese con dónde dará a luz a su bebé y sepa qué esperar cuando llegue el momento. <b>El recorrido está disponible únicamente en línea.</b> Programa de 1-sesión, 1-hora.</p>
<p><b>Información Básica Sobre el Cuidado del Bebe</b></p>	<p><b>Taller Virtual:</b> Aprenda la atención básica y las necesidades de un recién nacido. Programa de 1-sesión, 1.5-horas.</p>
<p><b>Resucitación Cardiopulmonar Infantil RCI</b></p>	<p><b>En persona:</b> Familiarícese con las técnicas de Resucitación Cardiopulmonar Infantil RCI. Programa de 1-sesión, 2-horas.</p>
<p><b>Sesión de preguntas y respuestas</b></p>	<p>Acompáñanos a un foro abierto de 1-hora virtual para todas sus preguntas de parto. Este foro es semanalmente, los lunes y los jueves al mediodía. <b>Atención, esta sesión solo está disponible en inglés.</b> El enlace para unirse se puede encontrar en: <a href="http://positivechoice.org/chl/healthy-moms-and-new-baby/">positivechoice.org/chl/healthy-moms-and-new-baby/</a></p>