

## Formulario de Pre-Inscripción

Nombre de la futura mama:

\_\_\_\_\_

¿Prefiere comunicarse  
en inglés? \_\_\_\_ ¿o en español? \_\_\_\_

Nombre de su ayudante en el parto:

\_\_\_\_\_

Relación: \_\_\_\_\_

Dirección Postal: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Teléfono de contacto: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Fecha de parto del bebé:

\_\_\_\_\_

Médico: \_\_\_\_\_

Correo electrónico:

\_\_\_\_\_

¿Le gustaría que se le notificara por correo electrónico sobre los eventos y servicios disponibles para las familias en el Mono County? Si su respuesta es afirmativa, marque aquí:

Devuelva este formulario en persona a:

**Sierra Park Women's Health**

**Mammoth Hospital**

**760-924-4044**

**\$25 por todo el curso (\$15 para clientes de WIC)**

**Se aceptan efectivo, y cheques solamente.**

**Rellene el cheque a nombre de First 5 Mono County.**

## Programa de cinco semanas:

- ◆ Visión general del embarazo y el parto
- ◆ respiración y relajación
- ◆ Nutrición y ejercicio durante el embarazo
- ◆ Evolución normal del parto
- ◆ Papel del ayudante en el parto
- ◆ Rutinas y procedimientos del hospital
- ◆ Intervenciones en trabajo de parto y parto
- ◆ Anestesia, medicamentos para el dolor
- ◆ Visita a la unidad de trabajo de parto y parto
- ◆ Apego y lactancia
- ◆ Cuidado postparto
- ◆ Cuidado del niño sano

*En cada clase habrán disponibles materiales e información adicionales.*

- Traiga dos almohadas, y una manta o cobija.
- Use ropa apropiada para moverse con libertad y hacer ejercicio.
- Por favor, pregunte a su médico si hay alguna recomendación o precaución a considerar.
- Se entregarán bocadillos livianos a los participantes.

Estas clases ofrecen un programa de preparación para el nacimiento, dirigido a aquellos padres interesados en aprender y compartir su experiencia en un ambiente solidario.

El énfasis del curso será puesto en la aplicación de un enfoque personalizado y realista para enfrentar el trabajo de parto y el nacimiento. A partir de éste, usted obtendrá las herramientas necesarias para experimentar un trabajo de parto y nacimiento seguros y estables.

**Todos los miércoles, desde el 26 de septiembre al 24 de octubre, 2012**  
**Entre las 6:00 PM y las 8:00 PM**

**En las Salas de Conferencia A & B**  
**Mammoth Hospital**  
**85 Sierra Park Road**  
**760/924-4044**

Costo:

\$25 por todo el programa de clases  
\$15 para clientes de WIC – Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Bebés y Niños

*Para más información, póngase en contacto con:*

- *Women's Health, 760-924-4044*
- *Lara Walker, First 5 Mono County*  
*760-914-2556*

## Instructores y Coordinadores:

**Obstetra**

Martha Kim, MD

### Personal del Programa Welcome Baby! de First 5

#### Consejeros Certificados en la Educación sobre Lactancia

Deanna Clark, CLEC

Debbie Riffel, CLEC

Lara Walker, CLEC

#### Oradores Invitados:

Anestesiólogo

Pediatra

Educadores sobre Lactancia



**Usted cuenta con este curso  
gracias a....**



[www.mammothhospital.com](http://www.mammothhospital.com)



Provided by First 5 Mono County



[www.monokids.com](http://www.monokids.com)



## Curso de Preparación para el Alumbramiento y Cuidado del Recién Nacido

Usted cuenta con éste curso  
gracias a la contribución del  
Programa Welcome Baby de  
First 5! y Mammoth Hospital

760-924-4044