

**Denver Health**

# Calendario de recorridos y clases prenatales

*Preparándose para recibir a su bebé*

**Desde febrero del 2017 hasta enero del 2018**

Para Denver Health, es un honor y un privilegio ser parte de este evento tan especial de su vida. ¡No se pierda estas oportunidades de aprender sobre el trabajo de parto, el alumbramiento y el cuidado de su bebé!

A menos que se indique algo diferente, los recorridos y las clases serán en inglés y se llevarán a cabo en:

**Denver Health, Pabellón C**

790 Delaware Street | Denver, CO 80204

**303-602-5526** | [info4moms2be@dhha.org](mailto:info4moms2be@dhha.org) | [DenverHealth.org](http://DenverHealth.org)

# Información sobre los recorridos

## **Recorrido por el hospital – No se necesita cita para los recorridos programados regularmente**

¡Conozca las hermosas suites privadas de Denver Health para trabajo de parto y alumbramiento con bañeras de hidromasaje! No es necesario que haga una cita para los recorridos programados regularmente. Simplemente reúnase con su guía en la recepción principal de seguridad en el Pabellón C, 790 Delaware Street, cinco minutos antes del recorrido.

**RECORRIDOS AL MEDIODÍA: Todos los lunes, martes, miércoles, jueves y sábados**

### **Recorridos en español los siguientes sábados a la 1 p.m.**

25 de febrero  
25 de marzo  
22 de abril  
20 de mayo  
24 de junio  
29 de julio  
26 de agosto  
23 de septiembre  
28 de octubre  
18 de noviembre  
16 de diciembre  
27 de enero

### **NO HAY RECORRIDOS los viernes, domingos ni los siguientes días festivos y fines de semana de vacación:**

27 y 29 de mayo  
1 y 4 de julio  
2 y 4 de septiembre  
23 y 25 de noviembre  
23 y 25 de diciembre  
1 y 15 de enero

*Si no puede asistir a un recorrido programado en español y desea programar un recorrido para otro momento, por favor escríbanos a [info4moms2be@dhha.org](mailto:info4moms2be@dhha.org) o llame al 303-602-5526 y deje un mensaje.*

***No deje de revisar regularmente [DenverHealth.org/Pregnancy](http://DenverHealth.org/Pregnancy) para obtener información actualizada sobre recorridos, clases y eventos, y no se olvide de inscribirse previamente para todas las clases.***

Para obtener más información sobre recorridos, clases y eventos y para inscribirse, visite **[DenverHealth.org/Pregnancy](http://DenverHealth.org/Pregnancy)**. Si tiene preguntas o necesita asistencia, escríbanos a **[info4moms2be@dhha.org](mailto:info4moms2be@dhha.org)** o llame al **303-602-5526** y deje un mensaje.

# Descripción de las clases

Se recomienda que participe en las clases durante el tercer trimestre. Su persona de apoyo, el papá o su pareja, es bienvenido(a) a participar en la clase con usted. Por favor no traiga niños.

Las clases son gratuitas y están disponibles para las pacientes que reciben atención prenatal en Denver Health. Debe inscribirse previamente para las clases. Para inscribirse y para obtener información actualizada, visite [DenverHealth.org/pregnancy](https://denverhealth.org/pregnancy).

## Clase de parto *(una sesión)*

El prepararse para tener un bebé puede ser algo emocionante y abrumador a la vez. Esta clase de tres horas le ayudará a planear su gran día. Aprenderá a reconocer cuando está en el trabajo de parto, qué esperar durante el trabajo de parto y en el hospital, y cómo manejar el trabajo de parto. La persona que le vaya a apoyar en el trabajo de parto puede asistir a clase con usted.

## Clase de cuidado del recién nacido *(una sesión)*

Esta clase es ideal para padres primerizos, les ayudará a usted y su pareja a convertirse en padres más tranquilos y seguros con consejos, actividades e información útiles. Aprenderá acerca de que esperar en las primeras horas de vida de su bebe y de la apariencia del mismo, así como también sobre comportamiento del recién nacido, la nutrición, el cuidado diario, cuándo llamar para pedir ayuda y sobre la seguridad del bebé. Se motiva a las parejas y a los papas a asistir a esta clase con la mamá.

## Becoming a Mom/Comenzando Bien at Montbello Family Health Center

*(diez sesiones)* En colaboración con March of Dimes, se ofrece cuidado prenatal en grupo de Becoming a Mom/Comenzando Bien en:

Montbello Family Health Center | 12600 E. Albrook Drive | Denver, CO 80239

Para obtener información y para inscribirse, llame al **303-602-3962**.

# Clases sin cita previa para residentes de Denver

*No se requiere inscripción para estas clases.*

## Clases prenatales de lactancia materna de Mujeres, Bebés y Niños (WIC) en inglés y en español

Las clases de WIC son gratuitas y están abiertas para todos los residentes de ciudad y el condado de Denver. Se ofrecen en los siguientes lugares:

- Westside Family Health Center
- Eastside Family Health Center
- Montbello Family Health Center
- Lowry Family Health Center
- Federico F. Peña Southwest Family Health Center

Vaya a [DenverHealth.org/Lactation](https://denverhealth.org/Lactation) o llame al **303-602-6550** si desea información sobre días y horarios.

## Grupos de apoyo para la lactancia materna de la Liga de la Leche de la comunidad de Denver en inglés y en español

Las clases se dictan en las instalaciones de Denver Health y en otros lugares de Denver.

[www.llofdenvercommunity.org](https://www.llofdenvercommunity.org)  
**720-841-4302**

# Horario de clases prenatales de Denver Health

## FEBRERO DEL 2017

<u>Fecha</u>	<u>Hora</u>	<u>Clase</u>
25	10 am – 1 pm	Clase de parto en español (recorrido del hospital en español a la 1 pm)

## MARZO DEL 2017

<u>Fecha</u>	<u>Hora</u>	<u>Clase</u>
21	5:30 – 8:30 pm	Clase de cuidado del recién nacido en español

## ABRIL DEL 2017

<u>Fecha</u>	<u>Hora</u>	<u>Clase</u>
22	10 am – 1 pm	Clase de parto en español (recorrido del hospital en español a la 1 pm)

## JUNIO DEL 2017

<u>Fecha</u>	<u>Hora</u>	<u>Clase</u>
24	10 am – 1 pm	Clase de parto en español (recorrido del hospital en español a la 1 pm)

## JULIO DEL 2017

<u>Fecha</u>	<u>Hora</u>	<u>Clase</u>
29	10 am – 1 pm	Clase de cuidado del recién nacido en español (recorrido del hospital en español a la 1 pm)

## AGOSTO DEL 2017

<u>Fecha</u>	<u>Hora</u>	<u>Clase</u>
26	10 am – 1 pm	Clase de parto en español (recorrido del hospital en español a la 1 pm)

## OCTUBRE DEL 2017

<u>Fecha</u>	<u>Hora</u>	<u>Clase</u>
28	10 am – 1 pm	Clase de parto en español (recorrido del hospital en español a la 1 pm)

## NOVIEMBRE DEL 2017

<u>Fecha</u>	<u>Hora</u>	<u>Clase</u>
28	5:30 – 8:30 pm	Clase de cuidado del recién nacido en español

## DICIEMBRE DEL 2017

<u>Fecha</u>	<u>Hora</u>	<u>Clase</u>
16	10 am – 1 pm	Clase de parto en español (recorrido del hospital en español a la 1 pm)



