

HEALTHY BEGINNINGS OBGYN

# Maternity Education

CLASSES & COUNSELING

Face-to-Face Education Classes will resume in July 2021.  
We will continue to offer remote education through Microsoft Team  
for those not comfortable attending face-to-face classes.

## PRENATAL EDUCATION PRIOR TO CHILDBIRTH

- **Maternity Orientation:** 1<sup>ST</sup> & 3<sup>RD</sup> Thursdays (2:30 - 4 pm)  
*Starting July 7<sup>th</sup>. Mother may come alone or bring one support person along.*
- **Breastfeeding Basics:** 2<sup>ND</sup> & 4<sup>TH</sup> Thursdays (2:30 - 4 pm)  
*Free Double-Electric Breast Pump available for all patients planning to breastfeed.*
- **Infant CPR | Car Seat Safety | Safe Sleep:** 2<sup>ND</sup> Mondays (3 - 5 pm)  
*This class can be taken before or after delivery.  
Mother may bring a support person who will also be caring for the newborn.*

**Class Registration Required** for both Face-to-Face or Microsoft Team Classes,  
contact Carolyn Sanders: [ctsanders@sjgeneral.org](mailto:ctsanders@sjgeneral.org), (209) 468-7078 or (209) 468-7035.

**Face-to-Face Class Space is limited** due to continued social distancing, mask  
requirements remain in place for health care settings regardless if COVID vaccinated.

---

**COVID Vaccine** available to all age 12 or older, includes expectant or breastfeeding mothers.

**Ask About** our Patient Portal.



For Physician or OB/GYN Appointments Call: (209) 468-6820  
1414 N. California St. • Stockton, CA 95202 | 500 W. Hospital Rd. • French Camp, CA 95213 | [www.sjgeneral.org](http://www.sjgeneral.org)

O B G Y N C O M I E N Z O S S A L U D A B L E S

# Educación de Maternidad

C L A S E S D E E S P A Ñ O L

Las clases de educación cara-a-cara se reanudarán en julio de 2021. Continuaremos ofreciendo educación remota a través del Equipo de Microsoft para aquellos que no se sienten cómodos asistiendo a clases cara-a-cara.

## EDUCACIÓN PRENATAL ANTES DEL PARTO

- **Orientación de Maternidad:** 1<sup>ER</sup> y 3<sup>ER</sup> Jueves (1 - 2:30 pm)

*A partir del 7 de julio. La madre puede venir sola o traer a una persona de apoyo.*

- **Lactancia Materna:** 2<sup>DO</sup> y 4<sup>O</sup> Jueves (1- 2:30 pm)

*Extractor de leche eléctrico doble **gratuito** disponible para todas las pacientes que planean amamantar.*

- **RCP para bebés | Seguridad en el asiento del automóvil | Sueño seguro:** 2<sup>DO</sup> Lunes (1 - 3 pm)

*Puede tomarse antes o después del parto. La madre puede llevar consigo a una persona de apoyo que también se encargará del cuidado del recién nacido.*

**Se Requiere Registro** de clase para las clases cara-a-cara o de Microsoft Team, comuníquese con Carolyn Sanders: [ctsanders@sjgeneral.org](mailto:ctsanders@sjgeneral.org), (209) 468-7078 or (209) 468-7035.

**Cara-a-cara espacio de la clase se limita** debido al continuo distanciamiento social, requisitos de máscaras permanecen en su lugar para entornos de atención médica independientemente de si se vacunó contra COVID.

**La Vacuna COVID** está disponible para todas las personas mayores de 12 años, incluidas las mujeres embarazadas o en período de lactancia.

**Pregunte por** nuestro Portal para Pacientes.



Para citas con Médicos o OB/GYN, llame al: (209) 468-6820

1414 N. California St. • Stockton, CA 95202 | 500 W. Hospital Rd. • French Camp, CA 95213 | [www.sjgeneral.org](http://www.sjgeneral.org)