



# HORARIO DE CLASES



	Tema	Facilitadora
5 de febrero	Comienzos saludables: antes, durante y entre embarazos	<b>Sandi Pontius</b> , Coordinadora de Educación sobre el Tabaco, Smoke Free St. Joe, es el nombre del proyecto
12 de febrero*	Preparación para el parto y el nacimiento	<b>Kelli Brien</b> , Doula de Nacimiento y Postparto, Especialista Certificada en Lactancia, Educadora Certificada en Parto Lamaze
19 de febrero	Citas y vacunas para mamás y bebés	<b>Karen D. Davis, MD</b>
26 de febrero*	Comer bien y mantenerse activo: Del embarazo al posparto	<b>Equipo de Salud Materno/Infantil de SJCDoh</b>
5 de marzo	Cómo navegar la recuperación posparto	<b>Quisha Jordan, RN</b> , Coordinadora de Salud Materno-Infantil, SJCDoh
12 de marzo*	Salud mental materna y cuidado personal	<b>Becki Fulmer, MA</b> , Directora de Programas, Centro William J. Shaw para Niños y Familias <b>Lisa B. Kelly, LCSW, MPH</b> , Directora Ejecutiva, Concientización sobre Salud Mental de Michiana
19 de marzo	Cambios corporales y salud bucal temprana	<b>Mark Shafer, DDS, MPH</b> , Odontólogo Familiar, Bittersweet Road Family Dentists
26 de marzo*	Creando un hogar seguro para el bebé	<b>Dr. Cindy Stanton</b> , Médico de Medicina Familiar, Southwestern Medical Clinic <b>Sandi Pontius</b> , Coordinadora de Educación sobre el Tabaco, Smoke Free St. Joe <b>Jessica Dilling</b> , Especialista en Salud Ambiental, Unidad Ambiental del Departamento de Salud del Condado de St. Joseph <b>Becki Fulmer, MA</b> , Directora de Programas, Centro William J. Shaw para Niños y Familias
2 de abril	Seguridad de los asientos de seguridad para bebés y niños pequeños	<b>Dr. Cindy Stanton</b> , Médico de Medicina Familiar, Southwestern Medical Clinic <b>Equipo de Salud Materno/Infantil de SJCDoh</b>
9 de abril*	Conceptos básicos sobre la lactancia materna y el cuidado del bebé	<b>Kelli Brien</b> , Doula de Nacimiento y Postparto, Especialista Certificada en Lactancia, Educadora Certificada en Parto Lamaze <b>Equipo de Salud Materno/Infantil de SJCDoh</b>
16 de abril	Diabetes y presión arterial alta durante el embarazo	<b>Lauren Dietz Gorski</b>
23 de abril*	Cómo detectar complicaciones y señales de advertencia durante el embarazo	<b>Quisha Jordan, RN</b> , Coordinadora de Salud Materno-Infantil, SJCDoh
30 de abril	Dándole al bebé espacio para respirar	<b>Equipo de Salud Materno/Infantil de SJCDoh</b>

**Todas las clases son de 5 a 6:15pm**

\*Se ofrece grupo de apoyo entre iguales 2 veces al mes de 6:30 a 7:30 p.m.

**Para más información:**

(574)-235-9750 Opt. 8

<https://redcap.link/sjcember>

**Los participantes deben inscribirse con anticipación.**

¡Escanea el código QR o visita el enlace para registrarte! →

