

# Cursos de preparación para el parto en el año 2020

Prepárese para la alegría de dar a luz inscribiéndose en uno de nuestros cursos de preparación para el parto donde usted aprenderá sobre:

- El proceso del parto y el alumbramiento
- Técnicas de relajamiento y de respiración
- Medicamentos y anestesia
- Cesárea
- Amamantamiento, contacto piel a piel
- Y mucho más...

Por favor venga con un acompañante y traiga dos (2) almohadas y una cobija o tapete para el piso.

Se proporcionará una merienda durante la mañana. Habrá un descanso de 30 minutos y le sugerimos que traiga comida para almorzar o dinero para comprar comida en el comedor.

## Fechas: Sábados

18 de enero de 2020	18 de julio de 2020
15 de febrero de 2020	15 de agosto de 2020
14 de marzo de 2020	12 de septiembre de 2020
11 de abril de 2020	10 de octubre de 2020
9 de mayo de 2020	7 de noviembre de 2020
20 de junio de 2020	5 de diciembre de 2020

## Horario:

De 10:00 AM a 4:00 PM  
Los cursos se ofrecen en inglés con servicios de interpretación de idiomas disponibles en español y en el lenguaje de señas utilizado en Estados Unidos.

## Lugar:

Salas de conferencias C y D  
Riverside University Health System - Medical Center  
26520 Cactus Avenue  
Moreno Valley, CA 92555



**Conozca nuestra Unidad de Parto y Alumbramiento, reconocida por la iniciativa Amigo del Niño**



*El modelo de excelencia de la atención.*

La experiencia de dar a luz en el Riverside University Health System – Medical Center comienza con el ambiente cálido y acogedor de nuestra Unidad de Parto y Alumbramiento. El Centro de Alumbramiento cuenta con 12 habitaciones tipo suite para el parto, alumbramiento y su recuperación; así como con 2 habitaciones tipo suite para cesáreas, ubicadas justo al lado de la Unidad de Terapia Intensiva Neonatal (NICU, por sus siglas en inglés).



[www.RUHealth.org](http://www.RUHealth.org)

***Para recibir información sobre cómo inscribirse, llame al tel. (951) 486-4742***

# Sesiones de orientación en el año 2020 con recorridos del Servicio de Maternidad

## ¡Las invitamos!

Prepárese para la alegría de dar a luz inscribiéndose en una de nuestras sesiones de orientación con un recorrido por el Servicio de Maternidad del Riverside University Health System. Por favor, planifique asistir durante el 7.º u 8.º mes de su embarazo.

## Entérese sobre:

- El recorrido por las unidades de Parto y Alumbramiento y de Posparto
- Qué esperar durante su hospitalización
- El contacto piel a piel y la hora sagrada
- El amamantamiento
- La nutrición
- La seguridad del bebé
- Las cosas que debe traer al hospital
- Visitas y fotografías
- La seguridad de los asientos infantiles para vehículos

## Fechas: Sábados

11 de enero de 2020	11 de julio de 2020
8 de febrero de 2020	8 de agosto de 2020
21 de marzo de 2020	19 de septiembre de 2020
18 de abril de 2020	17 de octubre de 2020
16 de mayo de 2020	14 de noviembre de 2020
13 de junio de 2020	12 de diciembre de 2020

## Horario:

De 5:00 a 7:30 p.m.

Los cursos se ofrecen en inglés con servicios de interpretación de idiomas disponibles en español y en el lenguaje de señas utilizado en Estados Unidos.

## Lugar:

CSalas de conferencias C y D  
Riverside University Health System - Medical Center  
26520 Cactus Avenue  
Moreno Valley, CA 92555



**Conozca nuestra Unidad de Parto y Alumbramiento, reconocida por la iniciativa Amigo del Niño**



*El modelo de excelencia de la atención.*

La experiencia de dar a luz en el Riverside University Health System – Medical Center comienza con el ambiente cálido y acogedor de nuestra Unidad de Parto y Alumbramiento. El Centro de Alumbramiento cuenta con 12 habitaciones tipo suite para el parto, alumbramiento y su recuperación; así como con 2 habitaciones tipo suite para cesáreas, ubicadas justo al lado de la Unidad de Terapia Intensiva Neonatal (NICU, por sus siglas en inglés).



[www.RUHealth.org](http://www.RUHealth.org)

