

2022

# CHƯƠNG TRÌNH HƯỚNG DẪN SỨC KHỎE SẢN PHỤ VÀ EM BÉ

## MIỄN PHÍ TRÊN MÀN HÌNH

MATERNAL HEALTH AND BABY EDUCATION PROGRAM - Vietnamese

Các lớp học được hướng dẫn bằng Anh Ngữ và Tây Ban Nha cho các bệnh nhân của Santa Clara Valley Medical Center. Chúng tôi có thông dịch viên cho các ngôn ngữ khác.

**Vui lòng ghi danh sớm (lúc 20 tuần) trong thời gian mang thai để giữ chỗ!**

### LỚP TIẾT SỮA

*Quý vị sẽ học tất cả những gì cần biết về cho con bú sữa mẹ*

### LỚP CHĂM SÓC MẸ & EM BÉ SƠ SINH

*Quý vị sẽ học cách chăm sóc bản thân và em bé sau khi sinh.*

### LỚP CHUẨN BỊ SANH CON

*Quý vị sẽ học về các giai đoạn chuyển bụng, tiến trình sinh con, và nhiều nữa.*

**Tất cả lớp học đều MIỄN PHÍ và TRÊN MÀN HÌNH**

Muốn tham dự lớp học, vui lòng liên lạc y viện Valley Health Center (VHC) tại địa phương, hoặc gọi Ban Hướng Dẫn Sức Khỏe Ngoại Chấn, số

**408-885-5436**

Vui lòng vào trang mạng của chúng tôi để biết thêm chi tiết:

**[www.scvmc.org/ahed](http://www.scvmc.org/ahed)**