

2022

# 免費 虛擬線上 孕婦與嬰兒 健康教育課程



課程是以英語和西班牙語提供給  
Santa Clara Valley Medical Center 患者。  
對其他的語言，  
我們可以提供線上口譯。

請儘早於您的孕程中參加註冊  
(在懷孕 20 週時) 以確保您的位置!

泌乳課

您會學習  
如何親餵母乳。

母親和新生兒護理課程

您將學習如何在產後照顧自己和寶寶。

生產準備班

您將瞭解分娩階段、分娩過程等。

所有課程均是 免費 與 線上虛擬

欲參加課程,請聯繫您當地的 Valley 衛生中心 (VHC) 或致電門診健康教育部門

**408-885-5436**

請造訪我們的網站以獲取更多資訊:

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