



## **Clases virtuales de parto de Nash Women's Center**

### **¿Esperando una nueva incorporación a su familia?**

Esta serie de clases gratuitas está diseñada para educar a las mujeres sobre el embarazo, el parto, el parto y los nuevos y emocionantes recursos que el Centro de Mujeres de Nash tiene para ofrecer.

Los temas discutidos incluyen: nutrición, salud y bienestar durante el embarazo, trabajo de parto y manejo del dolor, cuidado del recién nacido y métodos de alimentación.

*Abierto a mujeres embarazadas, nuevas madres y bebés, y sus seres queridos de apoyo.*

### **2020 clase de martes por la noche de 7:00 p.m. a 9:00 p.m.**

7, 14, 21 y 28 de julio  
4, 11, 18 y 25 de agosto  
8, 15, 22 y 29 de septiembre  
6, 13, 20 y 27 de octubre  
3, 10, 17 y 24 de noviembre  
1, 8, 15 y 22 de diciembre

### **Liderado por Boots Vandemark, BSN, RNC-OB**

Las clases se llevarán a cabo virtualmente a través de la aplicación WebEx.  
Al registrarse, recibirá un enlace para unirse a la clase.

**Para registrarse, envíe un correo electrónico a  
[nashwomenscenter@unchealth.unc.edu](mailto:nashwomenscenter@unchealth.unc.edu)  
o llame al 252-962-BABY (2229)**