



## **Alameda Alliance for Health**

1240 South Loop Road  
Alameda, CA 94502

Programas de Salud de Alliance

Número de teléfono: **1.510.747.4577**

Personas con impedimentos auditivos y del habla  
(CRS/TTY): **711/1.800.735.2929**

**livehealthy@alamedaalliance.org**

**www.alamedaalliance.org**

Estimado(a) miembro:

En Alameda Alliance for Health (Alliance), estamos aquí para ser su aliado en el cuidado de la salud.

Le agradecemos su interés en las clases y los programas sobre **el embarazo y el parto**. A continuación, encontrará opciones sin costo para que pueda elegir. Llame al programa para obtener más información o inscribirse.

### **Clases**

#### **Alta Bates Summit Medical Center**

Ofrece clases sobre el parto, el cuidado de la madre, el bebé y la lactancia. Visite el sitio web para ver el horario. Llame para inscribirse y proporcione su número de identificación de miembro de Alliance.

2450 Ashby Ave., Berkeley (en línea)

Número de teléfono: **1.510.204.4461**

**www.sutterhealth.org/absmc/classes-events/pregnancy**

#### **Stanford Health Care - Centro de lactancia de Tri-Valley**

Ofrece clases sobre parto, cuidado infantil y lactancia.

1119 E. Stanley Blvd., Livermore (en persona y en línea)

Número de teléfono: **1.925.416.3598**

**stanfordhealthcare.org/tri-valley/events.html#maternity**

Para programar una clase, llame a Programas de Salud de Alliance al **1.510.747.4577**.

#### **Washington Hospital - Departamento de Educación Materno Infantil**

Ofrece clases sobre parto (2 días), convertirse en nuevos padres, comprender la paternidad y la lactancia. Consulte el sitio web para ver el video de Prenatal Smart Start (Inicio prenatal inteligente) y aprender sobre el embarazo. Llame para inscribirse y proporcione su número de identificación de miembro de Alliance.

2500 Mowry Ave., Fremont (en línea)

Número de teléfono: **1.510.818.5040**

**www.whhs.com/prenatal-parenting-classes**

## **Ayuda por teléfono**

### **Starting Out Strong**

#### **Departamento de Salud Pública del Condado de Alameda**

Si está embarazada, es madre de un niño menor de 36 meses, o sufrió un aborto y desea volver a quedar embarazada, ¡este programa es para usted! Starting Out Strong ofrece una gama de servicios de apoyo para la familia y educación para la salud individual o grupal. (Se ofrecen servicios de interpretación).

Número de teléfono: **1.510.667.4333**

**[www.facebook.com/ACPHDStartingOutStrong](https://www.facebook.com/ACPHDStartingOutStrong)**

## **Grupo de apoyo**

### **Salud Infantil para Niños de Raza Negra**

#### **Departamento de Salud Pública del Condado de Alameda**

Servicios y apoyos para personas afroamericanas embarazadas y con hijos de 18 años y más. Los grupos están diseñados para ayudar a las participantes a acceder a sus propias fortalezas, establecer metas que promuevan la salud para ellas mismas y para sus bebés.

10 sesiones grupales semanales antes del parto y 10 sesiones después de dar a luz (en línea).

Número de teléfono (Shamelle Bremond, administradora de casos de apoyo familiar):

**1.510.618.2019**

**[acphd.org/programs-and-services/black-infant-health](https://acphd.org/programs-and-services/black-infant-health)**

Para saber si su clase ofrece servicios de interpretación o para hacer una solicitud, llame a la siguiente instancia:

Departamento de Servicios al Miembro de Alliance

Número de teléfono: **1.510.747.4567**

Línea gratuita: **1.877.932.2738**

Personas con impedimentos auditivos y del habla (CRS/TTY): **711/1.800.735.2929**

Esperamos que estas clases puedan satisfacer sus necesidades de salud.

Le deseamos lo mejor para su salud,  
Programas de Salud de Alliance