



Alameda Alliance for Health

1240 South Loop Road
Alameda, CA 94502

Programas de Salud de Alliance

Número de teléfono: **1.510.747.4577**

Línea gratuita: **1.877.932.2738**

Personas con problemas auditivos o del habla

(CRS/TTY): **711/1.800.735.2929**

livehealthy@alamedaalliance.org

www.alamedaalliance.org

Estimada miembro:

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

Le agradecemos su reciente interés por tomar clases sobre **embarazo, parto, cuidado del bebé y amamantamiento**. A continuación, detallamos las clases para que pueda elegir. Se ofrecen **sin costo** para usted por ser miembro de Alliance. Llame al programa para obtener más información o inscribirse. Hágales saber que es miembro de Alliance y tenga a la mano el número de su tarjeta de identificación de miembro de Alliance.

Alta Bates Summit Medical Center: Departamento de Educación para Padres

2450 Ashby Ave., Berkeley

Número de teléfono: **1.510.204.4461**

Anna Griffin, RCP

Berkeley:

Clases de resucitación cardiopulmonar (RCP) para niños y jóvenes, dirigidas a familiares y cuidadores. Un domingo al mes, de 1 p.m. a 3:30 p.m. Las clases se ofrecen en inglés y español. Para programar una clase, llame a Programas de Salud de Alliance al **1.510.747.4577**.

Salud Infantil para Niños de Raza Negra

San Leandro

Puede unirse al Programa Salud Infantil para Niños de Raza Negra si tiene hasta 30 semanas de embarazo y es afroamericana mayor de 18 años. Conozca a otras mujeres y capacítese para cuidarse y cuidar a su bebé en sesiones grupales semanales (10 sesiones antes de dar a luz y 10 después).

Número de teléfono: **1.510.618.1967**

Boot Camp for New Dads, Departamento de Salud Pública del Condado de Alameda

San Leandro, Oakland

Taller de 3 horas de duración para nuevos padres que se lleva a cabo una vez cada tres meses, impartido por padres expertos.

Número de teléfono: **1.510.667.4343**

Eden Medical Center: Departamento de Educación Clínica

20101 Lake Chabot Rd., Castro Valley

Número de teléfono: **1.510.727.8496**

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

Highland Hospital (sólo para pacientes de Highland)

1411 E. 31st St., Oakland

Las clases se dan los lunes de 10 a.m. a 12 p.m.

Serie de 3 semanas sobre la preparación para el parto, el amamantamiento, la atención del recién nacido y el asiento del automóvil y la seguridad de los niños. Inscríbase en persona en la Clínica para Mujeres de Highland, en el 6.º piso.

Número de teléfono: **1.510.437.4778**

St. Rose Hospital: Departamento de Educación sobre la Salud

27200 Calaroga Ave., Hayward

Número de teléfono: **1.510.264.4044**

Stanford Health Care: Clases de maternidad de ValleyCare

5555 W Las Positas Blvd., Pleasanton

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

Washington Hospital: Departamento de Educación Materno Infantil

2500 Mowry Ave., Fremont

Número de teléfono: **1.510.818.5040**

Mujeres, Bebés y Niños (WIC)

El Programa Mujeres, Bebés y Niños (Women, Infants, and Children; WIC) proporciona clases excelentes sobre nutrición y ayuda para el amamantamiento.

Número de teléfono: **1.510.595.6400**

Para saber si tiene servicios de interpretación disponibles en sus clases o para hacer una solicitud, llame al Departamento de Servicios al Miembro de Alliance al **1.510.747.4567**.

Esperamos que estas clases puedan satisfacer sus necesidades de salud.

Le deseamos lo mejor para su salud,

Programas de Salud de Alliance