

Dignity Health – Northridge Hospital Family Birth Center

Free Childbirth Education Classes

2020 Schedule

January						
Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

February						
Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

March						
Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

April						
Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

May						
Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

June						
Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

July						
Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

August						
Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

September						
Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

October						
Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

November						
Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

December						
Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Maternity Tour (Choose One)

First and Third Wednesdays 6:30 – 8:30 p.m. (except January)

Informational orientation followed by a walking tour of our state-of-the-art Family Birth Center

Childbirth Weekend Express

2 Consecutive Saturdays 10 a.m. – 2 p.m.

Condensed version of the Childbirth Education Series

- Class 1 Stages of Labor & Pain Management
- Class 2 Breastfeeding Workshop & Postpartum Parenting

Child Safety 101 (Choose One)

Wednesdays 6 – 9 p.m. or Saturdays 10 a.m. – 1 p.m.

Tips for coping as new parents, baby safety, reducing hazards, car seat safety and Infant CPR (non-certified). Grandparents welcome!

Breastfeeding Support Group

Every Thursday 10 – 11:30 a.m.

Offered every Thursday for mothers looking to exchange breastfeeding information and experiences. Led by a Lactation Educator.

Childbirth Education Series

Tuesdays 6 – 9 p.m.

Prepare for your child's birth by learning about what to expect and how to enjoy the experience. This is a four class series that can be joined at any time. Registration is recommended by the 6th month of pregnancy.

- Week 1 Stages of Labor: Signs, Symptoms & Emergencies (Except for November/December 2020 when Week 1 is on November 10)
- Week 2 Pain Management/Cesarean Birth
- Week 3 Breastfeeding Workshop (*Grandmothers Encouraged to Attend!*)
- Week 4 Postpartum/Parenting

All classes are free. To register for classes, please call our 24-hour call center at 866.792.BABY (2229). To reach the Department of Childbirth Education, please call 818.885.5434.

Class dates may be subject to change or cancellation.

Centro de Maternidad para la Familia Dignity Health – Northridge Hospital

Clases educativas gratuitas

Programación para el 2020

Enero						
Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

Febrero						
Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

Marzo						
Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Abril						
Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

Mayo						
Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Junio						
Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

Julio						
Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Agosto						
Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Septiembre						
Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Octubre						
Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Noviembre						
Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

Diciembre						
Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Recorrido de maternidad

Los miércoles, cada tres semanas, de 6:30 a 8:30 p.m.

Una orientación informativa, seguida de un recorrido a pie por todo nuestro Centro Familiar de Maternidad de la más alta tecnología

Grupo de apoyo para la lactancia

Todos los jueves, de 10 a 11:30 a.m.

Se ofrece todos los jueves para las mamás que buscan intercambiar información y experiencias sobre la lactancia. Una educadora de lactancia dirige esta clase.

Información básica sobre la seguridad infantil

Por favor, llame para programar una clase privada de 3 horas.

Consejos para quienes acaban de convertirse en madres y padres, para afrontar situaciones nuevas con sus bebés, consejos sobre la seguridad infantil y la seguridad con los asientos para el automóvil, cómo reducir los peligros y cómo realizar la Reanimación Cardiopulmonar para bebés (esta clase no está certificada). ¡Los abuelos y las abuelas que deseen participar pueden hacerlo!

Clases de educación exprés sobre el parto

Por favor llame para programar una clase privada de 4 horas.

Un día exprés: las etapas del parto, cómo manejar los dolores de parto, cómo amamantar, cuáles son los síntomas de posparto y el cuidado de la mamá y el bebé.

¡Se incluyen actividades para los niños y almuerzo para todos!

**Todas las clases son gratuitas. Para inscribirse a nuestras clases,
por favor comuníquese con el centro de llamadas al 866.792.BABY (2229), disponible las 24 horas.
Para comunicarse con el departamento de educación sobre el parto, llame al 818.885.5434.**

Las fechas de las clases pueden estar sujetas a cambios o cancelaciones.