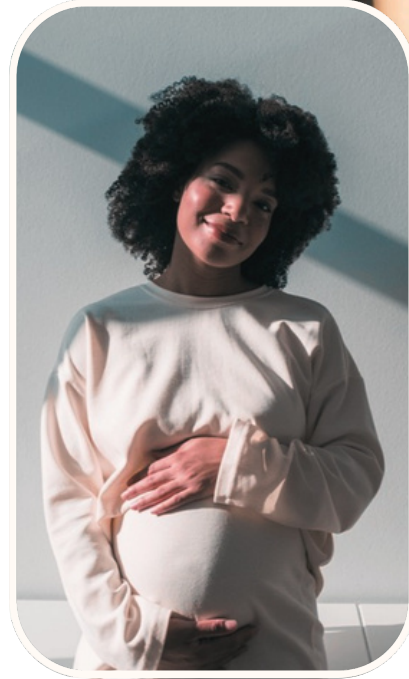


PRENATAL EDUCATION CLASSES

*If you attend TWO out of the THREE classes,
you will get a FREE baby bag!*



**Learn about all things pregnancy,
how to keep you and your baby
healthy and resources in our county!**

TOPICS COVERED:

- How to keep mom and baby healthy throughout pregnancy
- Warning signs & how to respond
- The importance of prenatal care
- What to expect in labor, delivery and the postpartum period
- Comfort measures, birth and postpartum plans
- How to advocate for yourself throughout pregnancy
- Basic newborn care
- Low-cost and FREE resources available in Harnett County!

CLASS SCHEDULE:

Session 1:
Intro to Pregnancy
& Prenatal Care

**Monday, July 13
5:30pm-7:30pm**

Harnett County Health Dept
307 W Cornelius Harnett Blvd,
Lillington, NC 27546

Session 2: Labor, Delivery and the
Postpartum Period - Date/Time **TBD**

Session 3: Nutrition, Breastfeeding and
Harnett County Resources - Date/Time **TBD**



REGISTER TODAY!



CLASES DE EDUCACIÓN PRENATAL

¡Asista a DOS de las TRES clases y reciba una bolsa para bebé GRATIS!

GRATIS

¡Aprenda todo sobre el embarazo, cómo cuidar su salud y la de su bebé, y descubra los recursos disponibles en nuestro condado!

TEMAS QUE APRENDERÁ:

- Cómo mantenerse saludable durante el embarazo y cuidar la salud de su bebé
- Señales de advertencia y cómo responder
- La importancia de la atención prenatal
- Qué esperar durante el trabajo de parto, el nacimiento de su bebé y el posparto
- Medidas de alivio para el dolor y planes para el parto y el posparto
- Cómo abogar por usted misma durante el embarazo
- Cuidados básicos del recién nacido
- ¡Recursos GRATUITOS y de bajo costo disponibles en el Condado de Harnett y en el Departamento de Salud, además de muchos otros temas!



PRÓXIMO CALENDARIO DE CLASES:

Clase 1: Introducción al embarazo y la atención prenatal

Lunes, 13 de julio
5:30 pm – 7:30 pm



Harnett County Health Dept
307 W Cornelius Harnett Blvd,
Lillington, NC 27546

Clase 2: Fecha por confirmar Trabajo de parto, parto y período posparto **TBD**

Clase 3: Fecha por confirmar Nutrición, lactancia materna y recursos del Condado de Harnett **TBD**

¡Inscríbese hoy!