



## Online Prenatal Classes in English

Learn at your own pace in the comfort of your own home, library, coffee shop, or on the go. With 60 days of access to Prenatal Classes with instructive video clips, animation, and interactive games you can learn and review wherever is most convenient for you.

Register for classes at: [www.sutterhealth.org/newborn-connections/enroll](http://www.sutterhealth.org/newborn-connections/enroll)

### Understanding Pregnancy eClass \$60

A unique online learning experience that provides comprehensive prenatal information you can trust. In this class **you'll** learn all about pregnancy through instructive video clips, animations, and interactive games. **You'll** see how your baby develops through amazing 3D animation, learn what kind of medical care **you'll** need, and how to minimize any discomfort you may experience.

### Childbirth Preparation eClass \$90

This class covers all of the information provided in our in-person Childbirth Preparation Classes and is structured in eight chapters: Pregnancy, Labor, Birth Stories, Comfort Techniques, Medical Procedures, Cesarean, Newborn and the Postpartum Period.

### Breastfeeding Class eClass \$60

An online learning experience that provides comprehensive information you can trust about breastfeeding. In this **class you'll** learn all about how breastfeeding works, how to breastfeed, when to breastfeed, how to tell if your baby is getting enough milk, breast care, and breastfeeding lifestyle. **You'll** also get a sense of what **it's** really like to breastfeed as you hear from moms who have been there.

### Newborn Parenting eClass \$90

In this class you'll learn all about how to care for your newborn through the same exciting and dynamic format as the other classes. You'll also learn why bonding is so important for brain development and how reading your baby's cues will help you understand what they need. Topics include: Newborn Traits, Newborn Behaviors, Crying & Comforting, Feeding, Diapering, Bathing/Nail Care/Dressing, Newborn Health, and Newborn Safety!

### Complete eClass Offering \$250

Enroll in this class and gain access to all four of the eClass at once!

### Childbirth Preparation: **Understanding Cesarean Birth** eClass \$60

**This interactive online course is loaded with helpful videos and explains medically-necessary cesarean birth in a way that's interactive, easy to understand, and relatable! Allow 2-3 hours to complete.**



# Clases Prenatales en Línea en Español

Aprenda a su propio ritmo en la comodidad de su hogar, biblioteca, cafetería o en cualquier lugar. Con 60 días de acceso a las clases prenatales con videos instructivos, animación y juegos interactivos, puedes aprender y revisar los materiales como desees.

Regístrese para las clases en: [www.sutterhealth.org/newborn-connections/enroll](http://www.sutterhealth.org/newborn-connections/enroll)

## **Una clase en línea de Condensado Comprender el Embarazo \$ 40**

Una experiencia de aprendizaje en línea única que ofrece información prenatal integral en la que puede confiar. En esta clase, aprenderá todo sobre el embarazo a través de videos instructivos, animaciones y juegos interactivos. Verá cómo se desarrolla su bebé a través de una maravillosa animación 3D, aprenderá qué tipo de atención médica necesitará y cómo minimizar cualquier incomodidad que pueda experimentar.

## **Una clase en línea de Condensado Preparación para el Parto \$ 45**

Esta clase cubre toda la información provista en nuestras clases de preparación para el parto en persona y está estructurada en ocho capítulos: Embarazo, parto, historias de nacimiento, técnicas de comodidad, procedimientos médicos, cesárea, recién nacido y posparto.

## **Una clase en línea de Condensado de Lactancia \$ 40**

Una experiencia de aprendizaje en línea que ofrece información completa en la que puede confiar en la lactancia materna. En esta clase, aprenderá todo sobre cómo funciona la lactancia materna, cómo amamantar, cuándo amamantar, cómo obtener suficiente leche, cuidado de los senos y el estilo de vida de la lactancia. También sabrá cómo es amamantar mientras escucha a las madres que han estado allí.

## **Una clase en línea de Cuidado de los Recién Nacidos \$ 40**

Es en esta clase que aprenderá todo sobre cómo cuidar a su recién nacido a través del mismo formato emocionante y dinámico que las otras clases. También aprenderá por qué la vinculación es tan importante para el desarrollo del cerebro y cómo leer las señales de su bebé lo ayuda a comprender lo que necesitan. Los temas incluyen: rasgos del recién nacido, comportamientos del recién nacido, llanto y reconfortante, alimentación, cambio de pañales, cuidado del baño / uñas / vestirse, salud del recién nacido y seguridad del recién nacido.

## **Oferta Completa de eClass \$ 150**

¡Inscríbese en esta clase y obtenga acceso a las cuatro clases de eClass a la vez!