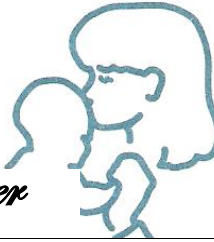


Women's Care Center

Michigan City Center



Clases en Español – Abril 2012

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
1	2	3	4 “Embarazo sano parte 7: “El cuidado de su recién nacido” 1:30pm	5	6	7
8	9	10	11 “Limpieza de primavera” 1:30pm	12	13	14
15	16	17	18 “Actividades de primavera económicas y divertidas” 1:30pm	19	20	21
22	23	24	25 “Comidas sanas, fáciles y rápidas” 1:30pm	26	27	28
29	30					

Guía de las clases – Building Blocks:

Por atender una clase usted puede ganar hasta 3 puntos: 1= por llegar a tiempo, 1= por poner atención y respetar a la persona que esta hablando y 1= por llenar la forma adecuadamente. Cuando usted atiende una clase esto le permite usar sus puntos en cosas nuevas por 3 meses. Los niños son bienvenidos, pero no tenemos quien los cuide es por eso que es su responsabilidad cuidarlos durante la clase. Para recibir crédito por la clase, la clase tiene que relacionarse con la situación en que usted se encuentra ahora, por ejemplo embarazo sano le contara solamente si usted esta embarazada las clases no substituyen cuidado medico. Por favor hable con su doctor antes de hacer cualquier cambio.

Michigan City Center

St. Anthony Hospital Medical Arts Center
1501 Wabash St., Ste 304 Michigan City
(219) 874-4646

www.womenscarecenter.org
laportecountywcc@yahoo.com

Horario:

Lunes, Martes, y Miércoles de 9am-5pm
Jueves de 11am-7pm

Clases para este mes...

“El cuidado de su recién nacido” (04/04)
Hablaemos lo importante que es conectarse con su recién nacido y poder identificar la causa de el llanto de su bebe. Aprenderá también la importancia de tener un grupo de apoyo familiar.

“Limpieza de primavera” (04/11) Por fin llego la primavera! En esta clase le daremos ideas en como y donde comenzar la limpieza que por algunos meses no pudimos hacer. También le daremos alternativas para substituir algunos de sus productos de limpieza.

“Actividades de primavera económicas y divertidas” (04/18) Comienzan los dias calidos y necesita ideas para mantener a sus hijos ocupados? En esta clase hablaremos de las diferentes actividades que puede hacer con sus hijos sin tener que gastar demasiado, le ayudaremos a encontrar algo divertido para usted y sus hijos.

“Comidas sanas, fáciles y rápidas” (04/25)
Compartiremos recetas fáciles de preparar pero sanas al mismo tiempo. Hablaemos también de el porque es importante que usted lea las etiquetas de los envases de las comidas que usted consume.