



## **CHILDBIRTH EDUCATION CLASS**

This is a wonderful way for pregnant women and their partner to learn how to cope with labor, give support in labor, make informed choices and cultivate trust in birth.

**Reserve your spot!**

**Call or Email**

**Nancy Lainez**

**At (323) 373-2400 Ext. 3117**

**[NancyL@wellnestla.org](mailto:NancyL@wellnestla.org)**

**FREE CLASSES  
WILL BE OFFERED  
MONTHLY**

**Will be taught in  
an online format on  
ZOOM**

**Link will be  
provided upon  
registration**

**Class offered in  
English or  
Spanish**

**Incentive/GIFT  
will be mailed  
once class is  
completed**

**SPONSORED BY:**

**WELLNEST**



## **CLASE DE EDUCACIÓN SOBRE EL NACIMIENTO**

Esta es una forma maravillosa para que las mujeres embarazadas y sus parejas aprendan a sobrellevar el parto, a dar apoyo en el parto, a tomar decisiones informadas y a cultivar la confianza en el nacimiento.

**¡Reserve su lugar!**

**Llame o Envíe un Correo Electrónico**

**Nancy Lainez**

**Al (323) 373-2400 Ext. 3117**

**NancyL@wellnestla.org**

**SE OFRECERÁN  
CLASES  
GRATUITAS  
MENSUALMENTE**

**Se enseñará en un  
formato en línea a  
través de  
ZOOM**

**El enlace se  
proveerá en cuanto  
se logre registrar**

**La clase se ofrece  
en inglés o en  
español**

**Se le enviará un  
Incentivo/REGALO  
en cuanto complete  
el programa**

**PATROCINADO  
POR:**

**WELLNEST**