



# Grupo de Alimentación Infantil

HOMELESS PRENATAL PROGRAM • 2500 18<sup>TH</sup> ST SAN FRANCISCO • 415-546-6756 • WWW.HOMELESSPRENATAL.ORG



**Lunes a las 1:30-2:30 pm**

Través de la plataforma Zoom

## Alimentación saludable para su bebé

Únase a nosotras para aprender y compartir juntas:

- Cómo reconocer cuando su bebé tiene hambre
- Cómo saber que su bebé está comiendo lo suficiente
- Cómo preparar y mantener un buen suministro de leche
- Cómo resolver los desafíos de la lactancia materna/del pecho
- Cómo y cuándo despegarse y si es necesario extraerse leche

**Contacte a Cristy & Elizabeth para registrarse:**

[Cristyortega@homelessprenatal.org](mailto:Cristyortega@homelessprenatal.org)

415-234-0103

[elizabethrivera@homelessprenatal.org](mailto:elizabethrivera@homelessprenatal.org)

**TEXTO SOLAMENTE: 1844-295-3722**

Abril 18, 2022	Fundamentos de la Lactancia
Abril 25, 2022	Empezando: Como Nuestro Cuerpo Produce Leche
Mayo 2, 2022	Agarre Exitoso y Transferencia de Leche
Mayo 9, 2022	Alimentación Dirigida por Bebés y Haciendo Suficiente Leche
Mayo 16, 2022	Todo Sobre la Leche que Hacemos Minimizando los Retos durante La Lactancia
Mayo 23, 2022	Compartir Cama, Biberón y Chupones
Mayo 30, 2022	<b>HPP CERRADO</b>
Junio 6, 2022	Introducción de Alimentos Sólidos y Lactancia Materna 6 meses y adelante