



# Grupo de Alimentación Infantil

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



**Inicia Semanal Lunes Octubre 17**  
**Termina Diciembre 9**  
**Horario: 10:00am-11:00am**

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

*Para Preguntas y registro de la clase por favor de llamar a Cristy al 415-234-0103 y Alicia 415-625-3014*

10/17/22	<b>Fundamentos de la Lactancia</b>
10/24/22	<b>Empezando: Como Nuestro Cuerpo Produce Leche</b>
10/31/22	<b>Agarre Exitoso y Transferencia de Leche</b>
11/7/22	<b>Alimentación Dirigida por Bebés y Haciendo Suficiente Leche</b>
11/14/22	<b>Todo Sobre la Leche que Hacemos Y Minimizando los Retos durante La Lactancia</b>
11/22/22	<b>NO HAY GRUPO</b>
11/28/22	<b>Compartir Cama, Biberón y Chupones</b>
12/5/22	<b>Introducción de Alimentos Sólidos y Lactancia Materna 6 meses y adelante</b>