

Inscripción para el Programa de Atención Prenatal

¡Le felicitamos por su embarazo! El Programa de Molina Healthcare para Mejorar su Salud le invita a inscribirse en nuestro programa prenatal. La Primera Sesión es la clase llamada *Antojitos del Embarazo* que enseña cómo cuidarse durante el tiempo prenatal. ¡La Segunda Sesión es una clase que presenta una valiosa información sobre la Seguridad de los Asientos para los Niños en los Carros!

Para inscribirse, llene y envíenos la planilla que aparece más abajo. Usted debe asistir a la Primera Sesión antes de asistir a la Segunda Sesión. ¡El tamaño de la clase es limitado, así que inscríbese pronto!

Primera Sesión <i>Antojitos del Embarazo</i> Clase de Cuidados Prenatales	Segunda Sesión Clase sobre la Seguridad de los Asientos para los Niños en los Carros	Clase Opcional de Media Hora sobre el Cuidado Propio y sobre el Manual "Healthwise"®
<ul style="list-style-type: none"> ♥ Cómo se desarrolla su bebé cada mes del embarazo ♥ Cambios en su cuerpo y sus emociones ♥ Cómo comer saludablemente para los dos y consejos para hacer ejercicios ♥ Preocupaciones comunes durante el embarazo ♥ Cómo estar conscientes de las indicaciones del parto ♥ Cómo los hombres pueden participar más activamente en el embarazo ♥ Cómo cuidar a su bebé recién nacido ♥ Cómo se desarrolla su bebé durante el primer año de su vida ♥ Las vacunas que su hijo(a) necesitará para protegerle contra las enfermedades 	<ul style="list-style-type: none"> ♥ Por qué es importante abrocharle el cinturón de seguridad a su bebé cada vez que vaya en el carro ♥ Por qué es tan importante que los bebés se sienten en asientos volteados hacía el asiento del carro ♥ Cómo seleccionar un asiento de seguridad en los carros adecuado a la edad y al peso de su hijo ♥ Uso apropiado de los cinturones de seguridad ♥ Cuándo se debe cambiar a un asiento de seguridad en los carros para niños mayores ♥ Cuándo debe reemplazar el asiento de seguridad en los carros ♥ Cómo saber si un asiento de seguridad en los carros es de buena calidad 	<ul style="list-style-type: none"> ♥ Lo que debe hacer si usted o un familiar se enferman o se lesionan. ♥ Cómo prepararse para sus consultas médicas. ♥ Cómo tomar buenas decisiones respecto a las pruebas médicas, las medicinas y los procedimientos. ♥ Cómo tomar decisiones saludables sobre su estilo de vida que mejoren su salud y la de su familia. <p>¡Usted recibirá su propio Manual "Healthwise"®, que contiene información sobre más de 200 enfermedades comunes!</p>
<p>Al final de la clase usted recibirá un asiento de seguridad de marca para que lo usen en los carros los bebés y los niños que ya están caminando que pesen menos de 40 libras (dicho asiento vale \$50).</p>		

¡SE REQUIERE QUE USTED SE INSCRIBA ANTES DE ASISTIR A LA CLASE! Si usted no se inscribe con anticipación, utilizando esta planilla, no se le permitirá asistir a la clase.

Molina Healthcare: Programa de Atención Prenatal

Para inscribirse, llene y devuelva esta planilla después de que usted seleccione la(s) fecha(s) en que prefiere asistir a las clases. El tamaño de cada clase se limita a 15 participantes.

- Soy miembro de Molina Healthcare; por eso, es gratis
- Soy miembro de la comunidad: llámenos para averiguar el costo de la clase

La fecha en que prefiero asistir a la Primera Sesión es _____ * La fecha en que prefiero asistir a la Segunda Sesión es _____ *

(* El tamaño de la clase es limitado. Si está llena la clase, le llamaremos para pedirle que seleccione otra fecha para la clase.)

- Vivo fuera de Albuquerque. Por favor, inscríbame en el Programa de Atención Prenatal por Mi Propia Cuenta, que se completa por correspondencia.
- Sí, envíe por favor mis materiales de la clase en español.

Nombre del Miembro del Plan _____ Dirección Postal, Ciudad, Estado y Código Postal _____

Nº de Identificación de Molina Healthcare o Nº de Seguro Social _____ Número(s) de Teléfono _____ Fecha en que espera dar a luz _____

¿Ha tenido usted alguna vez un embarazo difícil o de **ALTO RIESGO** (ya sea ahora o en el pasado) debido a un parto prematuro, a la diabetes, al hábito de fumar o a la depresión?

- No Sí Si respondió en la afirmativa, enumere dichos partos a continuación: _____

Devuelva la Planilla de Inscripción a: Molina Healthcare/Health Improvement Program [Programa de Molina Healthcare para Mejorar su Salud], 8801 Horizon Boulevard NE, Albuquerque, NM 87113

Línea Directa del Mejoramiento de la Salud: 1-800-377-9594 extensión 182618; en Albuquerque llame a 342-4660, extensión 182618
Visite nuestro sitio de la red Internet en la dirección: www.molinahealthcare.com

Los fondos para los servicios que proporciona Molina Healthcare provienen, en parte, de un contrato con el estado de Nuevo México



****** Las fechas para las clase son SÓLO para los miembros del plan que viven en Albuquerque ****
 Todos los participantes deben estar INSCRITOS antes de la clase**

**Primera Sesión:
 Educación Prenatal**

Women's Hospital
 4701 Montgomery Road NE
 Albuquerque, NM

Sitio de la clase: Auditorio A

**La clase del sábado se reúne de las 9 AM hasta las 12:30 PM
 La clase del jueves se reúne de las 6 PM hasta las
 9:30 PM**

sábado, 19 de noviembre de 2005
jueves, 15 de diciembre de 2005
sábado, 7 de enero de 2006
jueves, 9 de febrero de 2006
sábado, 4 de marzo de 2006
jueves, 6 de abril de 2006
sábado, 6 de mayo de 2006
jueves, 15 de junio de 2006
sábado, 8 de julio de 2006
jueves, 10 de agosto de 2006
sábado, 9 de septiembre de 2006
jueves, 12 de octubre de 2006
sábado, 4 de noviembre de 2006
jueves, 7 de diciembre de 2006

**Segunda Sesión
 Seguridad de los Asientos para los Niños en los Carros**

Women's Hospital
 4701 Montgomery Road NE
 Albuquerque, NM

Sitio de la clase: Auditorio A
 (salvo especificación de lo contrario)

Se reúne la clase de las 6 PM hasta las 7:30 PM

martes, 22 de noviembre de 2005
martes, 20 de diciembre de 2005
jueves, 12 de enero de 2006
jueves, 16 de febrero de 2006 (Auditorio B)
jueves, 9 de marzo de 2006
jueves, 13 de abril de 2006
jueves, 11 de mayo de 2006
jueves, 22 de junio de 2006 (Auditorio B)
jueves, 13 de julio de 2006
jueves, 17 de agosto de 2006 (Auditorio B)
jueves, 14 de septiembre de 2006
jueves, 19 de octubre de 2006 (Auditorio B)
jueves, 9 de noviembre de 2006
jueves, 14 de diciembre de 2006