粵語產前教育課程

Prenatal Education Programs In Cantonese
Douglas College & S.U.C.C.E.S.S.

我們的產前教育課程，能為你提供有關健康懷孕，
生產及為人父母要知道的資料。

粵語產前教育懷孕課程，全期三堂：

Location: Richmond Hospital
上課地址：列治文醫院
7000 Westminster Highway, Richmond
Time 時間: Mondays, 7:00pm -10:00pm

Fee (費用): $100 歡迎夫婦二人一同參加

2018 Jan – 2018 Dec Schedule
星期一晚上，全期三堂

Jan 15, 22 & 29	(1 月 15 日、22 日及 29 日)
Feb 5, 19 & 26	(2 月 5 日、19 日及 26 日)
March 12, 19 & 26	(3 月 12 日、19 日及 26 日)
April 16, 23 & 30	(4 月 16 日、23 日及 30 日)
May 7, 14 & 28	(5 月 7 日、14 日及 28 日)
June 4, 11 & 18	(6 月 4 日、11 日及 18 日)
June 25, July 9 and 16	(6 月 25 日、7 月 9 日及 16 日)
July 23, 30 & Aug 13	(7 月 23 日、30 日及 8 月 13 日)
September 10, 17 & 24	(9 月 10 日、17 日及 24 日)
Oct 15, 22 & 29	(10 月 15 日、22 日及 29 日)
Nov 5, 19 & 26	(11 月 5, 19 日及 26 日)
Dec 3, 10 & 17	(12 月 3, 10 日及 17 日)

* 建議媽媽於懷孕 5 個月后與我們聯繫報名，提前做好課程安排，在較接近預產前上課 (最好預產期前一個月完成)

* 上課請自備瑜珈墊

上課時，討論內容包括：

- ✓ 懷孕後期的生理及心理變化
- ✓ 懷孕後期胎兒的舉止及動態
- ✓ 陣痛及分娩
- ✓ 陣痛的處理
- ✓ 在陣痛及分娩時嬰兒所扮演的角色
- ✓ 各種處理陣痛的醫學方法
- ✓ 意想不到的事情
- ✓ 嬰兒的第一小時
- ✓ 嬰兒出生後的生理及心理變化
- ✓ 餵母乳 – 有什麼好處、如何開始及繼續
- ✓ 嬰兒的第一個星期
- ✓ 作爲父母的適應方式

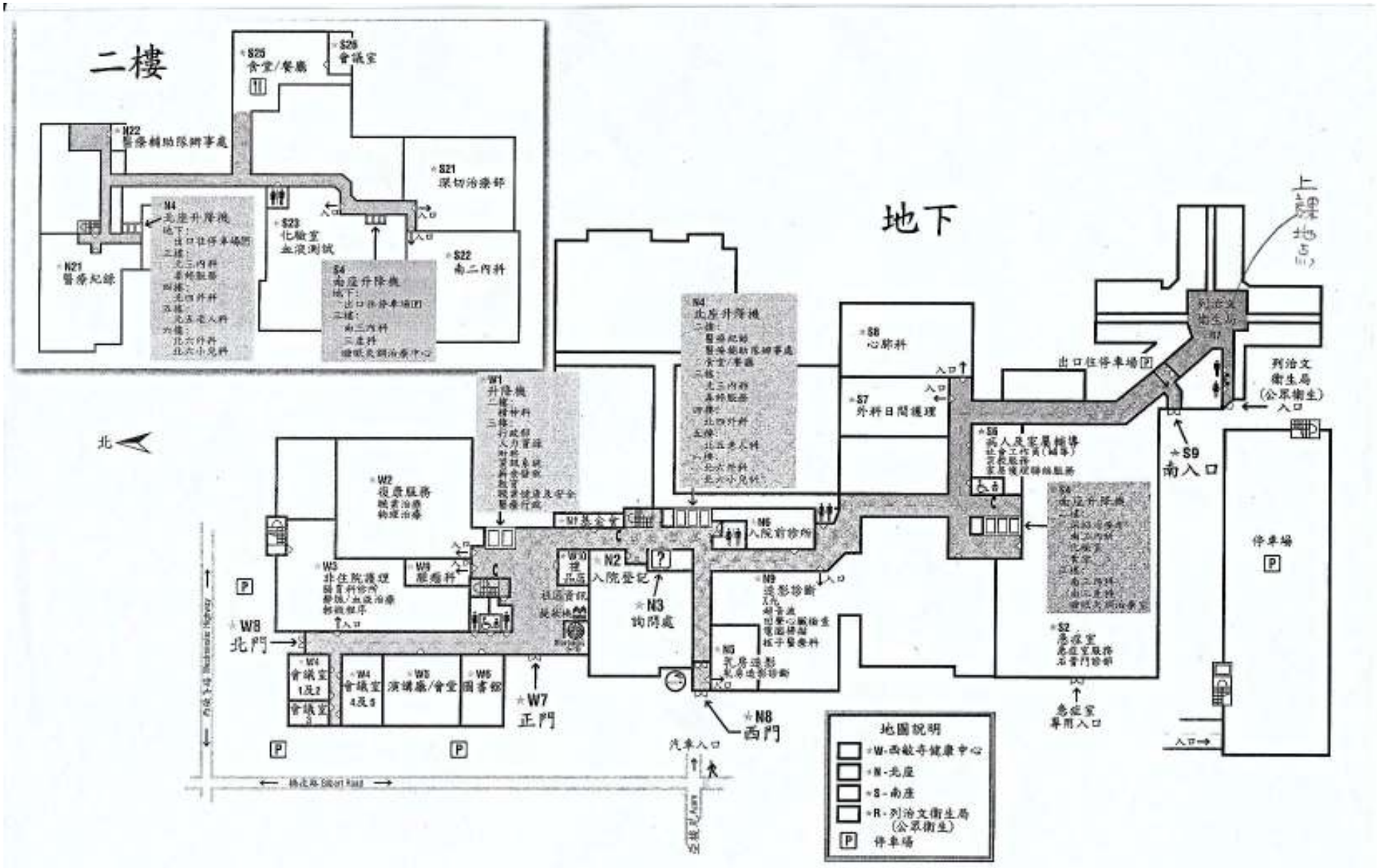
由有豐富助產士經驗、現職溫哥華產前與產後
社區護士及 BC 省註冊護士主講。

付款方法:

- 現金，或
- 支票（抬頭請寫 S.U.C.C.E.S.S.）

款項請交往: **中僑互助會列治文辦事處**
#220 - 7000 Minoru Blvd.Richmond,
或 中僑互助會片打西街 38 號辦事處

電話查詢: **604-279-7180 (列治文)**
604-408-7274 內線 1088 (片打西街)


二樓
S25 食堂/餐廳
S26 會議室
N22 醫療輔助隊辦事處
S21 深切治療部
N4 北座升降機
S23 化驗室 血液測試
S22 南二內科
N21 醫療紀錄
S4 南座升降機
地下
北
W1 升降機
W2 復康服務
W3 非住院護理
W9 腫瘤科
W8 北門
W7 正門
W6 會議室 1及2
W4 會議室 4及5
W5 演講廳/會堂
W10 禮品店
N2 入院登記
N3 詢問處
N6 入院前診所
N9 造影診斷
N8 西門
N7 乳房造影
S8 心臟科
S7 外科日間護理
S6 病人及家屬輔導
S2 急症室
急症室 專用入口
出口往停車場
列治文 衛生局 (公眾衛生)
S9 南入口
停車場
上課地點
汽車入口
地圖說明
W-西敏寺健康中心
N-北座
S-南座
R-列治文衛生局 (公眾衛生)
停車場