

Centering Pregnancy and Parenting



Centering Pregnancy is prenatal care that includes an individual check-up with additional time and attention in a group setting. You'll meet with your healthcare provider and other women who are due near the same time as you.

Centering Pregnancy is also a way for you to share your knowledge and experiences with other pregnant women and to be involved in your own care.

Centering offers:

- Your medical visit, nurse visit, and health education all in one appointment.
- More time with your provider
- No more waiting in the waiting room - appointments start and end on time.
- Snacks at every appointment
- Scheduling your appointments in advance, which can make planning for work and childcare easier.
- The possibility of pregnancy groups to continue on through your babies first birthday



Ask your provider
about Centering
or contact the
Centering program at
872.588.3365
centering@lawndale.org



LAWNDALE CHRISTIAN
HEALTH CENTER
Loving God. Loving People.

www.lawndale.org



Centering Pregnancy y Parenting



Centering Pregnancy es cuidado prenatal que incluye una revisión individual junto con tiempo y atención adicional en un entorno en grupo. Usted se reunirá con su proveedor de cuidado médico y con otras mujeres que tienen fecha de parto alrededor de la misma fecha que usted.

Centering Pregnancy también es una manera de compartir su conocimiento y experiencias con otras mujeres embarazadas y estar involucrada en su propio cuidado médico.

Centering le ofrece:

- Su revisión médica, visita con la enfermera y educación acerca de su salud, todo en la misma cita.
- Más tiempo con su doctor.
- No tener que esperar en la sala de espera, sus citas comienzan y terminan a tiempo.
- Botanas en cada cita.
- Programar sus citas con anticipación, lo cual puede facilitar sus planes de trabajo o cuidado de niños.
- La posibilidad de continuar su grupo hasta que su bebé cumpla un año de edad.



Pregúntele a su proveedor acerca de Centering o comuníquese al programa de Centering al

872.588.3365
centering@lawndale.org



LAWNDALE CHRISTIAN
HEALTH CENTER
Loving God. Loving People.

www.lawndale.org

