

Pregnancy and Family Planning/El Embarazo y Planificación Familiar



☺ = Se habla español

☺ **West County Health Centers**

Sebastopol 824-9999, Occidental 874-2444, Russian River 869-2849

Todas las ubicaciones de West County Health Centers proveen la atención obstétrica completa, con médicos que hablan español. Por favor, pregunta a su médico sobre las clases de embarazo que pueden ser disponibles.

☺ **CA Department of Social Services Adoption Services: www.childsworld.ca.gov, 1-800-KIDS-4-US**

Ayuda con adopciones, el bienestar de niños, niños acogidos. Información en como adoptar un niño.

☺ **Family PACT: www.familypact.org**

Llame 1-800-427-8982 para encontrar lugares que participan

Programa del estado que ofrece planificación familiar gratuita para personas cuyos ingresos sean elegibles. No hay requisitos de ciudadanía, solamente necesita vivir en California.

☺ **Forestville Teen Clinic, CASA: 887-0427 Abierto Lunes-Jueves 2:30-5:30**

Ofrece servicios confidenciales y gratuitos de la planificación familiar para los jóvenes entre 12-24 años incluyendo control de la natalidad, educación, pruebas de ETS, pruebas del embarazo, y consejería de opciones. No necesita cita.

☺ **Kaiser Permanente Health Education: 393-4167**

Educación, preparación, y equipo para el parto y para dar de mama. Clases para la crianza de hijos también.

☺ **La Leche League: <http://llnocal.org> 523-8697**

Ofrece información sobre como dando de pecho y apoyo para padres.

☺ **Memorial Hospital Women & Children's Services:**

www.stjosephhealth.org/services/pregnancy/default.aspx, 522-1544

Centro de parto; servicios del embarazo completos; incluye educación, preparación, consejería de dieta, y enfermeras de visita de casa, servicios de lactancia (525-5212).

Nurse Family Partnership (NFP): <http://www.sonoma-county.org/health/ph/homevisiting/nfp.htm> 565-4552

Visitas en casa para madres de bajos ingresos con su primer bebe. Una enfermera de salud pública les visita semanalmente a mensualmente empezando en el embarazo hasta que el bebe cumpla dos años.

☺ **Pregnancy Counseling Center of Sonoma County: www.pccsonomacounty.org, 575-9000**

Servicios gratuitos y confidenciales para el embarazo no planificado incluyendo consejería de crisis de embarazo, y consejería después del aborto. 750 Mendocino Ave, Suite 1 Santa Rosa; 1331 Medical Center Drive, Rohnert Park

☺ **Santa Rosa Junior College Family Planning Clinic: 527-4445**

Pruebas de embarazo, servicios de anti-conceptivo, y referencias son disponibles a estudiantes del colegio; escala de descuentos, ayuda en como inscribirse para Medi-Cal.

☺ **Sonoma County Maternal, Child & Adolescent Health Dept:** www.sonoma-county.org/health/ph/mcah
Manejo de cuidado maternal para familias; apoyo después del parto, información y referencias a mas recursos en la comunidad, apoyo de dar de pecho, y del salud de niños. Llame **565-4552**.

☺ **Sonoma County WIC:** www.sonoma-county.org/health/wic **565-6590**
Educación de nutrición y grupos de apoyo gratuito para mujeres embarazadas y mujeres dando de pecho. No se necesita cita. Grupos en ingles y español. Ubicado en 2400 County Center Dr, Santa Rosa.

☺ **Sutter Women’s Health Resource Center: 576-4800**
Servicios y apoyo con el amamantamiento y la lactancia incluyendo: clases cada semana, talleres, consultas por teléfono, visitas por cita o referencia del médico, sacaleches alquiladas y vendidas, libros y recursos del amamantamiento.

☺ **“Sweet Success” en Memorial Hospital: 525-5212**
Ofrece servicios multidisciplinarios durante la preconcepción, el embarazo, y después del parto para las mujeres con diabetes o las que desarrollan la diabetes durante el embarazo.

☺ **Think Pregnancy:** www.thinkpregnancy.org **565-4552**
Sitio de web (en Inglés y Español) que ofrece amplia información sobre los efectos del alcohol, tabaco y otras drogas en el embarazo. Enlaces a recursos locales relacionados con el abuso de sustancias y atención de planificación familiar.

☺ **Women’s Health and Birth Center:** www.womenshealthandbirthcenter.com, **539-1544**
Parteras certificadas y doulas ofrecen servicios de parto en un ambiente hogareño con apoyo personal antes, durante y después del embarazo incluyendo visitas a casa de enfermera y consultas de lactancia.

☺ **Women’s Health Specialists:** www.womenshealthspecialists.org, **537-1171; para Español 1-800-714-8151**
Cuidado general de la salud para mujeres incluyendo control de natalidad, anticoncepción de emergencia, pruebas de embarazo, prevención de reproducción/fertilidad, servicios de aborto, referencias de adopción. Acepta Medi-Cal/seguro medico privado.

☺ **Vista Family Health Center:** www.swhealthcenter.org/home.html **303-3600**
Servicios de la prevención del embarazo confidenciales son disponibles a bajo costo. Control de natalidad, servicios de la planificación familiar, pruebas del embarazo, servicios de consejo, cuidado maternal. 3569 Round Barn Circle.