

Clases de educación sobre la salud para el condado de San Joaquin							
Programa /agencia	Nombre de la clase	Tema	Idiomas ofrecidos	Lugar	Fechas/horarios	Contacto	Sitio web
Dignity Health	Yoga para todos	Yoga en persona	En inglés	St. Joseph's Medical Center - Cleveland Classroom 1800 N. California St. Stockton CA, 95204	Domingo, de 9:00 a 10:30 a. m.	Llame para inscribirse: 855-755-2774 o SJCancerInfo@DignityHealth.org	https://www.dignityhealth.org/central-california/locations/stjosephs-stockton/classes-and-events/health-and-wellness
Dignity Health	Yoga con Chinu Mehdi para todos	Yoga vía Zoom	En inglés	En línea con ID de Zoom: 927 6529 3488	Lunes, miércoles y viernes, 10:00-11:30 a. m.	Jenaffer.giannosa@dignityhealth.org 209-461-5069	https://www.dignityhealth.org/central-california/locations/stjosephs-stockton/classes-and-events/health-and-wellness
Dignity Health	Serie de meditaciones semanales	Meditación	En inglés	Cleveland Classroom, 1800 N. California St. Stockton, CA, 95204	Llame para obtener información	SJCancerInfo@DignityHealth.org	https://www.dignityhealth.org/central-california/locations/stjosephs-stockton/classes-and-events/health-and-wellness
CSU Stanislaus	Bienestar en el trabajo	Bienestar mental	En inglés	510 East Magnolia Street Stockton 95202	Vea el sitio web	Consultorio: (209) 513-9455	https://www.csustan.edu/wellness-works/curriculum

Dignity Health	Taichí comunitario	Taichí	En inglés	Cleveland Classroom, 1800 N. California St. Stockton, CA, 95204	Llame para obtener información	SJCancerInfo@DignityHealth.org 209-368-1701	https://www.dignityhealth.org/central-california/locations/stjosephs-stockton/classes-and-events/health-and-wellness
Dignity Health	Programa de Ejercicios para el Cáncer o la Diabetes	Serie de ejercicios de 10 semanas	En inglés	Lower Level, 1800 N. California, St. Stockton, CA 95204	Llame para obtener información	209-467-6365	https://www.dignityhealth.org/central-california/locations/stjosephs-stockton/classes-and-events/health-and-wellness
Dignity Health	Clase de ejercicios para la diabetes	Ejercicios en general para tonificar y mejorar la resistencia y la flexibilidad	En inglés	1800 N. California St. Stockton, CA, 95204	Dos veces por semana. Llame para saber las fechas	paul.vosti@dignityhealth.org or 209.461.5157	https://www.dignityhealth.org/central-california/locations/stjosephs-stockton/classes-and-events/diabetes-education
Dignity Health	Programa de Educación sobre la Diabetes para el Empoderamiento (DEEP)	Diabetes: cambios en el estilo de vida	En inglés	Cleveland Classroom, 1800 N. California St. Stockton, CA, 95204	Llame para inscribirse	Llame para inscribirse: 209-944-8355	https://www.dignityhealth.org/central-california/locations/stjosephs-stockton/classes-and-events/diabetes-education

Dignity Health	Especialista certificado en educación sobre diabetes	Consulta personalizada con un especialista en educación	En inglés		Con cita previa. Llame para programar una visita	209-944-8355	Diabetes Education and Resources Handout.10.22 (002).pdf
Dignity Health	Power Hour	Certificación de especialista en educación y cuidado de la diabetes	En inglés	1800 N. California St. Stockton, CA, 95204	Primer miércoles de cada mes, 12:00-1:00 p. m.	Llame para inscribirse: 209-944-8355	https://www.dignityhealth.org/central-california/locations/stjosephs-stockton/classes-and-events/diabetes-education
Community Medical Centers	En asociación con Dignity Health: clase sobre la diabetes	Sesiones personalizadas para miembros de CMC	En inglés y en español		Con remisión del médico. Llame para programar una cita.	209-751-1900	Diabetes Education and Resources Handout.10.22 (002).pdf
Dignity Health	Grupo de apoyo para la diabetes (por la noche)	Grupo de apoyo para miembros con diabetes	En inglés		Cada tercer jueves, 6:00-7:00 p. m.	Llame para inscribirse: 209-662-9487	https://www.dignityhealth.org/central-california/locations/stjosephs-stockton/classes-and-events/diabetes-education
Dignity Health	Grupo de apoyo para el control del azúcar	Serie sobre el nivel de azúcar en sangre	En inglés	Classroom 1, 1800 N. California St. Stockton, CA 95204	Los terceros miércoles, 3:30-4:30 p. m.	Llame para inscribirse: 209-944-8355	https://www.dignityhealth.org/central-california/locations/stjosephs-stockton/classes-and-events/diabetes-education

							events/diabetes-education
San Joaquin General Hospital	Autocontrol de la diabetes	Cuidado de la diabetes, nutrición e información general	En inglés y en español		Semanal, los viernes. Vea el sitio web para más detalles.	Llame al 209-468-6820	https://www.sanjoaquingeneral.org/community-outreach
San Joaquin General Hospital	Educación sobre maternidad	Clases y asesoramiento	En inglés	Algunas están disponibles de manera virtual	Variables	ctsanders@sjoaneral.org	https://www.sanjoaquingeneral.org/media/2020-Maternity%20EdFlyer_6-20.pdf
Sutter Health	Apoyo y suministros para la lactancia	Consulta y recursos gratuitos para padres	En inglés	Sutter Tracy Community Hospital Community Room: 1420 N. Tracy Blvd Tracy, CA 95376	Con cita previa. Llame para programar una visita	209-833-2419	https://www.sutterhealth.org/sgmf/classes-events/breastfeeding-support-supplies-28258-138152
Sutter Health	Cuidado posparto: línea de ayuda para la lactancia	Línea directa para la lactancia: haga preguntas y obtenga información relacionada	En inglés	Por teléfono celular	Llame para hablar con un asesor de lactancia	415-600-6243	https://www.sutterhealth.org/sgmf/classes-events/-a-cpmc-postpartum-offering-lactation-warm-line-phone-26068-236928
San Joaquin General Hospital	Cómo detener el sangrado	Control básico del sangrado	En inglés	500 W. Hospital Road, French Camp, CA 95231	Variables	209-468-6844	https://www.sanjoaquingeneral.org/downloads/StopTheBleed-Mthly_Flyer.pdf
Community Medical Centers	Serie de clases de educación	Serie de clases gratuitas	En inglés y en español	En línea vía Zoom	Variables	209-299-6025	https://www.communitymedicalcenters.org/Services/

	sobre salud reproductiva	sobre salud sexual					Health-Education-Community-Outreach
Community Medical Centers	Educación sobre la salud en clínicas	Pautas, información y apoyo para controlar y prevenir	En inglés y en español	Vía Zoom o con cita	Variables	209-299-6025	https://www.communitymedicalcenters.org/Services/Health-Education-Community-Outreach
San Joaquin County - Public Health Services	Trabajadores de salud comunitarios	Asistencia para las necesidades cotidianas, como capacitación profesional, cuidado de niños, cuidado prenatal, ropa para niños, vivienda, consumo de sustancias y cuidado de salud mental.	En inglés y en español			209-468-2243	http://www.sjcphs.org/health/health_education_community_resources.aspx