



Public Health
Prevent. Promote. Protect.

Tama County Maternal & Child Wellness



CLASS SCHEDULE

⊕ STORE 3:30 - 4:30 PM ⊕ CLASS 4:30-5:00 PM

JAN 13

Family Routines

FEB 10

Postpartum Mental Health and Self-care

MAR 10

Nutritious Meals for Moms & Toddlers

APR 14

Breastfeeding

MAY 12

Mental Health in Children

JUN 09

Summer Safety

JULY 14

Pregnancy: Common Testing & Conditions

AUG 11

Labor & Delivery

SEPT 8

Respiratory Illness & Vaccines

OCT 13

Safe Sleep

NOV 10

Reading to Your Children

DEC 8

Winter Activities for Toddlers



TAMA COUNTY PUBLIC HEALTH
AND HOME CARE



641-484-4788



101 S MAIN ST
TOLEDO, IA 52342





Public Health
Prevent. Promote. Protect.

Bienestar materno-infantil del condado de Tama

2026



HORARIO DE CLASES

➡ TIENDA 3:30 - 4:30 PM ➡ CLASE 4:30-5:00 PM

ENERO 13

Rutinas familiares

FEBRERO 10

Salud mental y autocuidado posparto

MARZO 10

Comidas nutritivas para mamás y niños pequeños

ABRIL 14

Amamantamiento

MAYO 12

Salud mental en los niños

JUNIO 09

Seguridad en el verano

JULIO 14

Embarazo: Pruebas y afecciones comunes

AGOSTO 11

Trabajo de parto y parto

SEPTIEMBRE 08

Enfermedades respiratorias y vacunas

OCTUBRE 13

Sueño seguro

NOVIEMBRE 10

Leyendo a sus hijos

DICIEMBRE 08

Actividades de invierno para niños pequeños



SALUD PÚBLICA Y ATENCIÓN
DOMICILIARIA DEL CONDADO DE TAMA



641-484-4788



101 S MAIN ST
TOLEDO, IA 52342

