

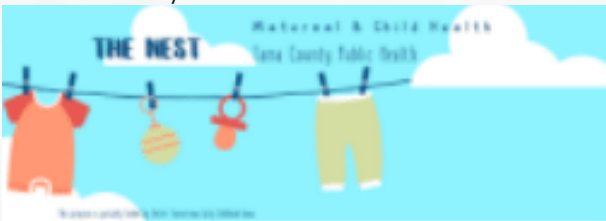


Penny Tynnismaa, Enfermera de cuidado materno, tiene más de 30 años de experiencia.

Durante los últimos ocho años, Penny ha trabajado para el Departamento de Salud Pública y Atención Domiciliaria del Condado de Tama brindando enfermería especializada para bebés, niños y adultos en el hogar. En el 2020, Penny se convirtió en consultora certificada en lactancia y técnica en asientos para automóviles.

¡Síguenos en Facebook!

Tama County Maternal & Child Health



Si está interesada en participar en nuestro programa Nest, comuníquese con Penny al 641-484-4788



Ninguna persona será excluida de la participación, se le negarán beneficios o será objeto de discriminación por motivos de raza, credo, color, religión, afiliación política, origen nacional, sexo, edad, discapacidad física o mental, prueba positiva de inmunodeficiencia humana, virus, u orientación sexual. Si tiene algún motivo para creer que ha sido discriminado por alguno de los motivos anteriores, puede escribir

a:  
*Sherry Parks P.A., Chairman  
 Tama County Board of Health  
 129 West High Street  
 Toledo, IA 52342*

Penny es una técnica nacional certificada en asientos de seguridad para niños. Puede verificar si el asiento de seguridad de su hijo está instalado correctamente, con cita.

*¿Estás esperando un bebé?*



**¡Déjanos ayudarte!**

- Exámenes de embarazo gratuitos
- Ayuda a buscar un doctor
- ayudar con la solicitud de gastos de embarazo
- Educación prenatal
- Educación en nutrición
- Ayuda con solicitud para WIC
- Programa Cigüeña de Tama County
- Revisión en asientos para niños

Comuníquese con:  
**PENNY TYNNISMAA, RN TAMA COUNTY PUBLIC HEALTH & HOME CARE**  
**129 W. HIGH STREET**  
**TOLEDO, IA 52342**  
**641-484-4788**

ptynnismaa@tamacounty.org

# ¿Embarazada?

¿Es tu primer embarazo?

¿El segundo o tercero?

*Tener un bebé puede ser muy emocionante, pero también muy confuso. Nuestro Programa de bienestar materno-infantil la ayudará a prepararse para este importante momento de su vida con educación, apoyo y recursos durante todo el embarazo.*

*El Programa de Bienestar Materno Infantil proporciona una capa adicional de apoyo a sus visitas prenatales regulares. Ayudamos a abordar los problemas que pueden surgir durante su embarazo y ayudamos a garantizar un embarazo seguro y saludable.*

*Las visitas se programan una vez durante cada trimestre del embarazo, así como una visita al hogar para usted y su bebé después del nacimiento.*

*Se pueden programar visitas domiciliarias adicionales si es necesario.*



## Algunos servicios ofrecidos durante el embarazo:

- Ayudar a localizar proveedores de atención médica
- Proporcionar vitaminas prenatales
- Asistencia con las solicitudes de Medicaid/seguro
- Asistencia con la organización de la atención prenatal
- Referencias a recursos comunitarios para:
  - Comida
  - Ropa
  - Vivienda
  - Salud Mental
  - Asistencia con la calefacción
- Discusiones sobre los cambios físicos y emocionales durante el embarazo y después
- Referencias dentales, según sea necesario.
- Educación dietética
- Acceso al programa Cigüeña del condado de Tama
- Educación sobre lactancia materna

# ¡GRATIS!

¡Para residentes del condado de Tama!

## Servicios ofrecidos después del nacimiento del bebé:

- Visita domiciliaria para mamá y bebé con evaluación y educación
- Apoyo con Lactancia Materna
- Enfermera disponible por teléfono para responder preguntas
- Referencias a recursos comunitarios
- Acceso al programa Cigüeña del condado de Tama
- Asistencia con la instalación de asientos para automóviles

