

¿QUÉ ES WIC?

Desea mantener a su familia sana y fuerte. ¡El Programa de Nutrición para Mujeres, Bebés y Niños lo ayuda a hacer exactamente eso! Estamos aquí para usted, con:



EDUCACIÓN NUTRICIONAL



APOYO A LA LACTANCIA



CUIDADO MÁS ALLÁ DE WIC



ALIMENTOS SALUDABLES, COMO:

- Frutas y verduras
- Pan, tortillas, arroz y pasta integral
- Cereales
- Leche
- Queso, yogur y tofu
- Huevos, frijoles y guisantes
- Mantequilla de maní
- 100% jugo de fruta
- Alimentos para bebés
- Alguna fórmula infantil, si es necesario

¿ES USTED ELEGIBLE PARA WIC?

Puede calificar para WIC si:

- Vive en Wisconsin
- Está embarazada, amamantando o ha tenido un bebé en los últimos 6 meses
- Tiene un bebé o niños menores de 5 años
- Puede calificar automáticamente si un miembro de su familia recibe beneficios de BadgerCare Plus, FoodShare o W-2
- Cumple con las pautas de ingresos, que se encuentran en dhs.wisconsin.gov/wic/income-guidelines.htm

Papás, tutores o padres de crianza temporal pueden solicitar WIC para sus hijos.

¡VAMOS!

Todos ganan con WIC. Las mamás comen más saludables y tienen bebés más saludables. Los bebés que nacen de las madres que reciben WIC crecen y se desarrollan mejor. Los niños en WIC comen alimentos más nutritivos y están mejor preparados para la escuela. ¡Además, la tarjeta de beneficios para los alimentos de WIC y la aplicación para comprar en línea hacen que WIC sea más fácil de usar que nunca!

Es fácil de aplicar. Simplemente haga una cita en su oficina local de WIC. Para encontrar la oficina de WIC más cercana a usted, visite signupwic.com o dhs.wisconsin.gov/wic. Para obtener más información sobre WIC, conéctese con su clínica más cercana y los servicios de salud adicionales, llame a la línea directa de Well Badger al **800-642-7837**, envíe un mensaje de texto al **608-360-9238**, o envíe un correo electrónico a help@wellbadger.org.

DECLARACIÓN DE NO DISCRIMINACIÓN DEL USDA

De conformidad con la Ley Federal de Derechos Civiles y los reglamentos y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA, por sus siglas en inglés), se prohíbe que el USDA, sus agencias, oficinas, empleados e instituciones que participan o administran programas del USDA discriminen sobre la base de raza, color, nacionalidad, sexo, discapacidad, edad, o en represalia o venganza por actividades previas de derechos civiles en algún programa o actividad realizados o financiados por el USDA.

Las personas con discapacidades que necesiten medios alternativos para la comunicación de la información del programa (por ejemplo, sistema Braille, letras grandes, cintas de audio, lenguaje de señas americano, etc.), deben ponerse en contacto con la agencia (estatal o local) en la que solicitaron los beneficios. Las personas sordas, con dificultades de audición o discapacidades del habla pueden comunicarse con el USDA por medio del Federal Relay Service [Servicio Federal de Retransmisión] al (800) 877-8339. Además, la información del programa se puede proporcionar en otros idiomas.

Para presentar una denuncia de discriminación, complete el Formulario de Denuncia de Discriminación del Programa del USDA, (AD-3027) que está disponible en línea en: [How to File a Complaint](#), y en cualquier oficina del USDA, o bien escriba una carta dirigida al USDA e incluya en la carta toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de denuncia, llame al (866) 632-9992. Haga llegar su formulario lleno o carta al USDA por:

- (1) correo: U.S. Department of Agriculture
Office of the Assistant Secretary for Civil Rights
1400 Independence Avenue, SW
Washington, D.C. 20250-9410;
- (2) fax: (202) 690-7442; o
- (3) correo electrónico: program.intake@usda.gov.

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.



State of Wisconsin
Department of Health Services
Division of Public Health
P-44784S (09/2019)



WIC

¡PUEDE CONTAR CON NOSOTROS!





PAPÁS

¡Puedes hacerlo, papá! WIC está aquí para ayudarte a tomar decisiones saludables para su familia. Aprenda a comprar y preparar comidas nutritivas, y mucho más. Tendrá la orientación y los recursos que necesita para ser el papá que quieres ser.

- La participación de WIC mejora significativamente la dieta de los niños.
- WIC conlleva a bebés más saludables, dietas más nutritivas y una mejor atención médica para los niños.



MUJERES EMBARAZADAS + MAMÁS

¿Tiene niños menores de cinco años o un bebé en camino? ¡Cuenta con WIC para obtener alimentos nutritivos, educación y apoyo sobre lactancia materna y acceso a profesionales de la salud y otros servicios comunitarios que pueden ayudarla a ser una mamá fuerte!

- WIC ayuda a las mamás a amamantar por más tiempo.
- Las madres de WIC dan a luz a bebés más saludables.



ABUELOS

Ya has hecho esto antes, pero probablemente haya pasado un tiempo. Los nutricionistas y consejeros de WIC pueden proporcionar soluciones para crianza, nutrición y estilo de vida para que pueda volver a la rutina y que los nietos tengan un gran comienzo.

- Los niños inscritos en WIC tienen más probabilidades de recibir atención médica regular e inmunizaciones actualizadas.
- WIC puede ayudarlo a conectarse con recursos adicionales, desde médicos y dentistas hasta servicios como FoodShare, Head Start y BadgerCare Plus.

PADRES DE CRIANZA TEMPORAL

Todos los niños de crianza menores de 5 años son automáticamente elegibles para WIC. Presente a su hijo de crianza una vida de hábitos alimenticios saludables y tenga acceso a médicos, dentistas, cuidado infantil y programas como Head Start. Estamos aquí para ayudarlo a cuidar a los niños bajo su cuidado.

- Los niños que reciben beneficios de WIC demuestran un mejor desarrollo intelectual.
- WIC ayuda a preparar a los niños para comenzar la escuela.

