

## Usted tiene preguntas... WIC tiene respuestas!

- ¿Qué debería comer durante el embarazo?
- Quiero dar el pecho al bebé.  
¿Qué debo hacer primero?
- Mi niño no quiere comer bien.  
¿Qué puedo hacer?
- ¿Cómo puedo hacer para que mis niños  
coman más frutas y vegetales?
- ¿Cómo puedo ayudar a mis hijos a  
mantener un peso saludable?

**¡Permita que WIC le  
ayude a lograr un  
comienzo saludable  
para su embarazo y la  
nutrición de su niño!**

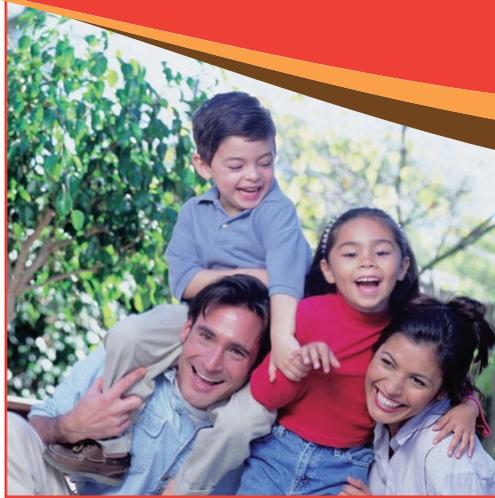


Foto cortesía de WIC Washington D.C.

Recuerde que el programa **WIC** forma parte de una red de servicios para las familias de Pennsylvania, incluyendo las familias que trabajan. ¡Usted puede que cualifique y no lo sepa! El personal de **WIC** puede ayudarle a que encuentre todos los servicios que necesita para construir una familia sana.

**Llame 1-800-WIC-WINS  
(1-800-942-9467)  
o escanea el código QR  
para obtener más  
información sobre WIC!**



**www.pawic.com**



WIC es financiado por un contrato con el Departamento de Salud de Pennsylvania usando los fondos proporcionados por el Departamento de Agricultura de EEUU. El USDA es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades.

## WIC Y USTED: TOMANDO DECISIONES SALUDABLES JUNTOS

**El Programa Especial de Nutrición  
Suplementaria para Mujeres,  
Bebés y Niños de Pennsylvania**



**"Anímo a mis amigos a recibir WIC. En WIC, hablamos de la salud, la nutrición y me encanta recibir información acerca de cómo mi hijo está creciendo."**

**~Madre de WIC~**

El programa **WIC de Pennsylvania** ha ayudado a familias como la de esta madre de **WIC** sobre 40 años!

¡Y no solamente ayudamos a las mamás! El programa **WIC** también ayuda a los papás, a los padres de crianza, a los abuelos y personas que tienen custodia legal de un niño menor de 5 años de edad.



## ¿Quién puede recibir WIC?

- Mujeres embarazadas, que estén lactando o hayan dado a luz recientemente
- Bebés
- Niños menores de 5 años de edad

Usted debe ser residente de Pennsylvania y no exceder la pautas de ingreso familiar:

<b># PERSONAS EN FAMILIA</b>	<b>*MENSUAL (Aprox.)</b>	<b>*ANUAL</b>
<b>1</b>	<b>\$1,799</b>	<b>\$21,590</b>
<b>2</b>	<b>\$2,425</b>	<b>\$29,101</b>
<b>3</b>	<b>\$3,050</b>	<b>\$36,612</b>
<b>4</b>	<b>\$3,676</b>	<b>\$44,123</b>
<b>5</b>	<b>\$4,302</b>	<b>\$51,634</b>

Por cada miembro adicional añada:

**\$626**                      **\$7,511**

\*Ingreso bruto vigente el 1 de julio de 2014.

Las mujeres embarazadas cuentan por dos personas. Los hijos de crianza son elegibles. También los clientes que reciben MA, TANF y SNAP (cupones para alimentos) son elegibles pero deben presentar talonarios de pago como evidencia. WIC no requiere información sobre su estatus de ciudadanía.



## Los alimentos de WIC son buenos...



**...para su salud.  
...para su familia.  
...y para su presupuesto.**

Foto © Texas Dept. of State Health Services

*"¡No puedo creer toda la comida extra que recibo de **WIC** porque estoy lactando a mi bebé. El personal de **WIC** me da apoyo y no sé qué haría sin **WIC**!"*

**~Madre de WIC~**

