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 cortesia 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

pennsylvania
DEPARTMENT OF HEALTH

WIC

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.

H511.961P Rev. 7/15

WIC Y USTED:

TOMANDO DECISIONES SALUDABLES JUNTOS

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

1-800-WIC-WINS

"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:

# PERSONAS EN FAMILIA	*MENSUAL (Aprox.)	*ANUAL
1	$1,814	$21,775
2	$2,455	$29,471
3	$3,097	$37,167
4	$3,738	$44,863
5	$4,379	$52,559
Por cada miembro adicional añada:	$642	$7,696

*Ingreso bruto vigente el 1 de julio de 2015.

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 ciudadania.

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~