



التمتع ببداية صحية مع برنامج WIC (برنامج التغذية التكميلية الخاص بالنساء والرضع والأطفال)

يمكن أن يساعد برنامج WIC عائلتك على تناول الطعام بشكل جيد والبقاء بصحة جيدة.

يوفر برنامج WIC:

مأكولات مغذية مثل الفواكه والخضروات والحليب والبيض وغير ذلك الكثير
تثقيف في مجال التغذية يركّز على احتياجات عائلتك
المعلومات والدعم حول الرضاعة الطبيعية
الإحالات إلى خدمات أخرى مفيدة

يستقبل برنامج WIC:

النساء الحوامل حديثاً
الأسر العاملة
الوالدين، والأجداد، والوالدين بالتبني، ومقدمي الرعاية الرئيسيين الآخرين

قد تكونين مؤهلة إذا:

كنت حاملاً، أو أنجبت طفلاً مؤخراً، أو ترضعين رضاعة طبيعية، أو كان لديك طفل دون سن الخامسة
كان دخلك أقل من مبلغ معين أو تحصلين على مزايا برنامج المساعدة الغذائية التكميلية (SNAP)، أو Medicaid،
أو برنامج المساعدة المؤقتة للأسر المحتاجة (TANF)
كنت تعيشين في ولاية نيويورك (لا يسأل برنامج WIC عن حالة الهجرة أو المواطنة)

إنه وقت رائع للاستفادة من برنامج WIC! يمكن أن يساعدك برنامج WIC على شراء الطعام المغذي الذي يحتاجه
طفلك لينمو بصحة جيدة وقوية. يمكن للعائلات اختيار المواعيد الشخصية في مكتب WIC أو المواعيد عبر الهاتف من
المنزل. الخدمات مجانية ويسهل تقديم طلب الحصول عليها.

لمعرفة المزيد والعثور على مكتب WIC، يُرجى الاتصال بالخط الساخن Growing Up Healthy
على الرقم 1-800-522-5006 وطلب المساعدة بلغتك المفضلة في الانضمام إلى برنامج WIC أو زيارة
WICHelpNY.org والدرشة مع واندنا، المساعد الافتراضي لبرنامج WIC. يمكنك الدردشة مع واندنا
باللغتين الإنجليزية والإسبانية.