Вы можете стать участником программы WIC штата Калифорния, если:

- Вы являетесь беременной женщиной, кормящей матерью или родили ребенка в течение последних 6 месяцев; или
- У вас есть дети младше 5 лет, включая детей на попечении отца-одиночки, бабушки и дедушки, приемного родителя, отчима и мачехи или опекуна; и
- Доход вашей семьи не выше среднего; и/или
- Вы получаете льготы по программам Medi-Cal, CalWorks (TANF) или CalFresh (программа продовольственных талонов); и
- Вы проживаете в Калифорнии.

Посетите наш сайт

www.wicworks.ca.gov

Чтобы узнать о текущих требованиях к семейному доходу и найти отделение WIC в вашем регионе.

Где расположены офисы WIC ?

Отделения WIC расположены по всей Калифорнии. Позвоните в местный WIC офис, чтобы назначить встречу и узнать о расположении ближайших к вам отделений. Многие местные отделения WIC работают по вечерам и субботам для оказания помощи работающим семьям!

Ваш местный офис WIC

Чтобы найти ближайшее отделение WIC, вы также можете позвонить по бесплатному номеру **1-888-WIC-WORKS (1-888-942-9675)** или посетить сайт **www.wicworks.ca.gov**.

CDPH

CALIFORNIA WIC WOMEN, INFANTS & CHILDREN Families grow healthy with WIC

Департамент здравоохранения штата Калифорния, Калифорнийская программа WIC

Это учреждение работает по принципу предоставления равных возможностей.

1-800-852-5770 #910200 Russian Rev 03/16

Калифорнийские семьи становятся здоровее с WIC

Что такое программа WIC?

WIC — программа питания для женщин, младенцев и детей — представляет собой программу просвещения в сфере здравоохранения, которая помогает беременным женщинам, женщинам, находящимся в послеродовом периоде, кормящим матерям, младенцам и детям младшего возраста правильно питаться, заниматься спортом и оставаться здоровыми. Все услуги по программе WIC предоставляются бесплатно.

Вы заботитесь о своей семье.
Позвольте WIC позаботиться о вас.

Программа WIC предлагает следующие услуги:

» **Рекомендации по питанию и здоровому образу жизни**
Предоставляемая информация включает в себя: пренатальное питание, грудное вскармливание, советы по кормлению ребенка, советы по воспитанию, рецепты здорового питания и многое другое.

» **Обучение и помощь при грудном вскармливании**
Такая поддержка включает в себя групповые занятия, персональную помощь консультанта или специалиста по грудному вскармливанию и помощь с арендой молокоотсоса.

» **Ежемесячные чеки** на покупку еды, такой как:

- ✔ Молоко
- ✔ Йогурт
- ✔ Фрукты и овощи
- ✔ Сок
- ✔ Яйца
- ✔ Сыр
- ✔ Хлопья
- ✔ Сушеная фасоль или горох
- ✔ Арахисовое масло
- ✔ Консервированный тунец или лосось
- ✔ Цельнозерновой хлеб, тортильи, паста или коричневый рис
- ✔ Детское питание
- ✔ Смеси
- ✔ Тофу и соевое молоко

» **Предоставление информации**
Содействие в получении медицинского обслуживания и других общественных услуг.

Рабочие семьи и мигранты приветствуются!