



¿QUÉ PUEDO COMPRAR CON LOS CHEQUES DE WIC?

Es fácil usar los cheques de WIC. Sólo debe llevarlos con usted cuando haga las compras de supermercado y usarlos para obtener alimentos saludables y gratuitos, que incluyen:

LECHE
HUEVOS
CEREALES
JUGO
QUESO
FÓRMULA PARA BEBÉS
ZANAHORIAS
MANTEQUILLA DE CACAHUATE
FRIJOLES/GUISANTES SECOS
ATÚN

¿Tiene alguna pregunta? Comuníquese con WIC hoy para saber más. Llame a la oficina de WIC más cercana o al 1-800-688-7777, o visite al sitio de internet del WIC de Colorado:

www.cdphe.state.co.us/ps/wic/
Entre a "los Sitios de WIC" para una lista de las clínicas WIC por condado.



Para más información sobre WIC llame:

1-800-688-7777

Teléfono de Denver 303-692-2400

o

Visite al sitio de internet del WIC de Colorado:

www.cdphe.state.co.us/ps/wic/

Entre a "Los Sitios de WIC" para una lista de las clínicas WIC por condado

Jefferson County Public Health
<http://health.jeffco.us>

WIC Clinics

Lakewood	303 239-7143
Arvada	303 275-7510
Edgewater	303 239-9580

De acuerdo a lo establecido por las leyes Federales y el Departamento de Agricultura de los EE UU, a el Programa de WIC se le prohíbe el discriminar en bases a raza, color, origen nacional, sexo, edad, o impedimentos de las personas. Para presentar una queja sobre de discriminacion, escribe a USDA, Director, Office of Civil Rights, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, DC, 20250-9410, o llame al (800) 795-3272 (voz) or (202) 720-6382 (TTY).
USDA es un empleador y proveedor con oportunidades iguales para todos.



¿QUÉ ES WIC?

WIC es un programa de nutrición que proporciona información sobre nutrición y salud, alimentos saludables y otros servicios gratuitos a familias de Colorado calificadas. La sigla WIC corresponde a Mujeres, Infantes y Niños (Women, Infants and Children) en inglés.



¿QUÉ OFRECE WIC?

La meta de WIC es ayudar a las mujeres embarazadas o que están amamantando y a los niños menores de 5 años a mantenerse saludables. Con este fin, el programa WIC ofrece:

- Consultas de nutrición personalizadas
- Cheques para alimentos saludables y gratuitos
- Sugerencias para comer bien y mejorar la salud
- Referencias para consultas médicas y dentales, seguro de salud, cuidado de niños, asistencia para vivienda y combustible, y otros servicios que pueden beneficiar a toda la familia



Pero eso no es todo. WIC también ofrece control y referencias para inmunizaciones, apoyo en la lactancia y cursos de nutrición y salud

sobre diversos temas tales como: planificación de comidas, cómo mantener un peso saludable, niños melindrosos para comer, cómo cuidar a un bebé recién nacido y cómo hacer las compras con un presupuesto limitado.

¿PARA QUIÉN ES EL PROGRAMA WIC?

El programa WIC está destinado a todo tipo de familias: padres casados y solteros, que trabajan o no trabajan. Si usted es padre, madre, abuelo, padre o madre tutelar (foster parent) o otro tipo de tutor legal de un niño menor de 5 años, puede solicitar WIC para su hijo.

Usted puede participar en WIC si:

- Vive en Colorado
- Tiene necesidades nutricionales específicas (el personal de WIC puede ayudarle a determinar esta situación)
- Es una mujer embarazada o está amamantando, o un niño menor de 5 años
- Sus ingresos familiares son menores que las pautas de WIC (como se muestra a continuación)

TABLA DE PAUTAS DE INGRESOS DE WIC 1 de Julio, 2009 - 30 de Junio, 2010

CANTIDAD DE PERSONAS EN EL HOGAR	ANUALES	MENSUALES	SEMANALES
1	\$20,036	\$1,670	\$386
2	26,955	2,247	519
3	33,874	2,823	652
4	40,793	3,400	785
5	47,712	3,976	918
6	54,631	4,553	1,051
7	61,550	5,130	1,184
8	68,469	5,706	1,317

SI USTED ESTÁ EMBARAZADA, DEBE CONTARSE COMO DOS PERSONAS.

Si usted recibe actualmente TANF, Food Stamps o Medicaid, es elegible automáticamente por sus ingresos. Los niños en familias adoptivas temporales, menores de 5 años son elegibles para WIC automáticamente (foster children).

¿PUEDEN PARTICIPAR LOS HOMBRES EN WIC?

¡En WIC, los hombres son bienvenidos!

WIC reconoce el importante papel que los padres, abuelos, padrastros y otros tutores desempeñan en el cuidado de los niños. Se incentiva a

los padres y otras personas a cargo del cuidado de niños menores de 5 años a inscribirse y traer a los niños a las citas, participar de cursos sobre nutrición y salud y usar cheques de WIC en las tiendas de alimentos.



¿CÓMO SOLICITO EL PROGRAMA WIC?

Llame a la oficina del programa WIC de su comunidad para coordinar una cita o llame al 1-800-688-7777. Algunas oficinas de WIC están abiertas por la noche para que usted no tenga que faltar a su trabajo. Las personas que no tienen cita son bienvenidas a visitar las oficinas para pedir una cita.

