

МІЛЬЙОНИ ДОРΟΣЛИХ, НЕМОВЛЯТ І ДІТЕЙ ОТРИМУЮТЬ ПІЛЬГИ WIC. ВИ МАЄТЕ ПРАВО НА ПІЛЬГИ?

ЩО ТАКЕ



WIC – це програма харчування, покликана покращити здоров'я вагітних людей, тих, хто нещодавно народив, немовлят і дітей молодше п'яти років.

WIC ПРОПОНУЄ:

- доступ до багатих на поживні речовини продуктів;
- медичні огляди;
- знання щодо правильного харчування;
- підтримку з питань грудного вигодовування;
- направлення до медичних і соціальних служб.

ВИ МАЄТЕ ПРАВО НА ПІЛЬГИ?

Ви відповідаєте вимогам, якщо:

- проживаєте в штаті Вашингтон;
- вагітні, годуєте грудьми або народили дитину протягом останніх шести місяців;
- у вас немовля або дитина молодше п'яти років;
- можете автоматично отримати пільги, якщо член вашої родини є учасником програм пільг Medicaid, Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP, Програма забезпечення додатковим харчуванням), Temporary Assistance for Needy Families (TANF, Програма надання тимчасової допомоги нужденним сім'ям) або Food Distribution Program on Indian Reservations (FDPIR, Програма продовольчої допомоги індіанським резерваціям);
- рівень вашого доходу відповідає вимогам WIC. Див. за посиланням: doh.wa.gov/WICeligibility

Необов'язково бути громадянином США, щоби стати учасником програми WIC.

ПОСЛУГАМИ WIC ЛЕГКО КОРИСТУВАТИСЯ

Робіть покупки з карткою WIC у продуктових магазинах, на фермерських ринках і у фермерських крамницях. Скористайтеся додатком WICShopper, щоби знайти схвалені програмою WIC продукти. Зручно домовляйтеся про зустріч із працівниками програми WIC по телефону, особисто або дистанційно.



ЗАПРОШУЮТЬСЯ ВСІ, ХТО ДОГЛЯДАЄ ЗА ДІТЬМИ

Ми надаємо підтримку всім, хто доглядає за дітьми молодше п'яти років: матерям, батькам, бабусям і дідусям, прийомним батькам і опікунам. У вас усе вийде, і ми вам допоможемо.

ЗАПИШІТЬСЯ НА КОНСУЛЬТАЦІЮ ВЖЕ СЬОГОДНІ, ЩОБ ПОДАТИ ЗАЯВКУ!

Знайдіть найближчий до вас офіс WIC:

- **Перейдіть за посиланням:** doh.wa.gov/FindWIC
- **Телефонуйте за номером:** 800-841-1410
- **Для направлення:** doh.wa.gov/WICRefer



Членство в програмі WIC не вважається державним утриманням і не впливає на імміграційний статус. Ця організація надає рівні можливості. Програма WIC штату Вашингтон забороняє дискримінацію. Щоб отримати цей документ в іншому форматі, зателефонуйте за номером 1-800-841-1410. Клієнтів із глухотою або з ослабленим слухом просимо телефонувати за номером 711 (Washington Relay) або писати на адресу електронної пошти wic@doh.wa.gov.

DOH 965-030 (CS) January 2025 Ukrainian

ЗДОРОВ'Я ПОЧИНАЄТЬСЯ

3



МИ ТУТ ДЛЯ ВАС



ЯК WIC ДОПОМОЖЕ МЕНІ?

ПОЖИВНА ЇЖА Й ПОРАДИ

З нами ваші діти й ви їстимете корисну їжу. Ми надаємо:

- щомісячні пільги для купівлі корисних продуктів;
- поради щодо купівлі й приготування здорової їжі;
- поради щодо того, які продукти вибирати;
- додаткові продукти для вагітних і тих, хто годує винятково грудьми, щоб ви і ваш малюк були здоровими;
- знання щодо правильного харчування;
- підтримку з питань грудного вигодовування.

СПІЛЬНОТА ПІДТРИМКИ

Ми маємо цілу мережу експертів та інших учасників для підвищення обізнаності й підтримки:

- нутриціологи, які допоможуть вам і вашій дитині харчуватися правильно;
- спеціалісти з грудного вигодовування, які допоможуть вам правильно годувати грудьми;
- інші батьки, які поділяться власним досвідом і морально підтримають.

НАПРАВЛЕННЯ

Отримайте допомогу за межами програми WIC, зокрема доступ до:

- медичних працівників, як-от педіатри, гінекологи, акушери й стоматологи;
- щеплень;
- інших соціальних послуг, як-от програма SNAP, продовольчі банки, служби охорони психічного здоров'я, догляд за дітьми тощо.

ПОЖИВНА ЇЖА ДЛЯ ВАШОЇ РОДИНИ

Програма WIC щомісяця надає великий асортимент продуктів. Щоб дізнатися більше про продукти, схвалені WIC, завантажте безкоштовний додаток WICShopper.



Ось кілька прикладів того, що ви можете отримати:

