

# Alimentos Saludables.

## Niño Sano. Mamá Feliz.



### ¿Qué es WIC?

- Un programa gratuito de nutrición y lactancia
- Con expertos en nutrición durante el embarazo, lactancia, bebés, niños pequeños y de preescolar
- Consejos individuales de nutrición y apoyo para padres y encargados del cuidado de niños
- Información, apoyo y recursos para la lactancia
- Recomendaciones para otros recursos comunitarios
- Alimentos saludables

### ¿Para quién es WIC?

- Bebés
- Niños hasta los cinco años de edad
- Mujeres embarazadas
- Mujeres que están lactando, hasta el primer año de su niño
- Mujeres cuyo embarazo terminó hace menos de 6 meses

### ¡WIC Arizona está aquí para usted!

Visite [www.azwic.gov](http://www.azwic.gov) o llame al 1 (800) 2525-WIC para encontrar la clínica más cercana.

Para descargar la aplicación gratuita, vaya a: App Store o Google Play y busque EzWIC.



### En vigencia: 1 de Abril de 2021

La elegibilidad para WIC se basa sólo en su ingreso bruto, esta tabla le puede ayudar a determinar su elegibilidad

Número de miembros de la familia	Ingreso cada Dos Semanas	Ingreso Mensual
*2	\$1,240	\$2,686
3	\$1,563	\$3,386
4	\$1,886	\$4,086
5	\$2,209	\$4,786
6	\$2,532	\$5,486
7	\$2,855	\$6,186
8	\$3,178	\$6,886
Cada miembro adicional	\$324	\$700

\*Una mujer embarazada se considera una familia de 2

### WIC de Arizona está aquí para usted!



Flagstaff, Williams, Grand Canyon, Page, Fredonia,  
Colorado City y áreas alrededor

**Para hacer una cita por Teléfono o Virtualmente  
Llame al 928.679.7250 o 1.877.679.7272 (gratis)**

De conformidad con la Ley Federal de Derechos Civiles y los reglamentos y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA, por sus siglas en inglés), se prohíbe que el USDA, sus agencias, oficinas, empleados e instituciones que participan o administran programas del USDA discriminen sobre la base de raza, color, nacionalidad, sexo, discapacidad, edad, o en represalia o venganza por actividades previas de derechos civiles en algún programa o actividad realizados o financiados por el USDA.

Las personas con discapacidades que necesiten medios alternativos para la comunicación de la información del programa (por ejemplo, sistema Braille, letras grandes, cintas de audio, lenguaje de señas americano, etc.), deben ponerse en contacto con la agencia (estatal o local) en la que solicitaron los beneficios. Las personas sordas, con dificultades de audición o discapacidades del habla pueden comunicarse con el USDA por medio del Federal Relay Service [Servicio Federal de Retransmisión] al (800) 877-8339. Además, la información del programa se puede proporcionar en otros idiomas.

Para presentar una denuncia de discriminación, complete el [Formulario de Denuncia de Discriminación del Programa del USDA](https://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html), (AD-3027) que está disponible en línea en: [http://www.ascr.usda.gov/complaint\\_filing\\_cust.html](http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html) y en cualquier oficina del USDA, o bien escriba una carta dirigida al USDA e incluya en la carta toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de denuncia, llame al (866) 632-9992. Haga llegar su formulario lleno o carta al USDA por:

(1) correo: U.S. Department of Agriculture, Office of the Assistant Secretary for Civil Rights, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410;

(2) fax: (202) 690-7442; o (3) correo electrónico: [program\\_intake@usda.gov](mailto:program_intake@usda.gov).

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.

