

## ПРОГРАММА WIC ПРЕДОСТАВЛЯЕТ ПОМОЩЬ МИЛЛИОНАМ ВЗРОСЛЫХ, МЛАДЕНЦЕВ И ДЕТЕЙ. ИМЕЕТЕ ЛИ ВЫ ПРАВО НА ТАКИЕ ЛЬГОТЫ?



WIC — это программа по предоставлению дополнительного питания, призванная улучшить состояние здоровья беременных и недавно родивших женщин, а также младенцев и детей до 5 лет.

### WIC ПРЕДЛАГАЕТ:

- питательные продукты;
- медицинские обследования;
- программы обучения правильному питанию;
- поддержку в вопросах грудного вскармливания;
- направление в службы социальной поддержки, а также к медицинским специалистам.

### ИМЕЕТЕ ЛИ ВЫ ПРАВО НА ТАКИЕ ЛЬГОТЫ?

Вы соответствуете критериям, если:

- Вы живете в штате Вашингтон.
- Вы беременная или кормящая грудью женщина, либо родили ребенка в последние 6 месяцев.
- Вы ухаживаете за младенцем или ребенком младше 5 лет.
- Ваше участие может быть предварительно одобрено, если член вашей семьи уже получает помощь по таким программам, как Medicaid, Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP, Программа льготной покупки продуктов), Temporary Assistance for Needy Families (TANF, Программа оказания временной помощи нуждающимся семьям) или Food Distribution Program on Indian Reservations (FDPIR, Программа продовольственной помощи индейским резервациям).
- Уровень вашего дохода соответствует критериям WIC для участия. Подробнее на сайте: [doh.wa.gov/WICeligibility](http://doh.wa.gov/WICeligibility)

**Чтобы стать участником программы WIC, необязательно быть гражданином США.**

### ЛЬГОТАМИ WIC ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ЛЕГКО

Совершайте покупки с помощью карты WIC в продуктовых и фермерских магазинах, а также на фермерских рынках. Воспользуйтесь приложением WICShopper, чтобы найти продукты питания, одобренные программой WIC. С нашим персоналом легко и удобно проводить телефонные, личные и дистанционные встречи.



### МЫ ПРИВЕТСТВУЕМ ВСЕХ ЛЮДЕЙ, УХАЖИВАЮЩИХ ЗА ДЕТЬМИ

Мы предлагаем поддержку всем людям, ухаживающим за детьми до 5 лет: отцам, матерям, бабушкам и дедушкам, приемным родителям и опекунам. У вас все получится, и мы вам поможем.

### ЗАПИШИТЕСЬ НА ПРИЕМ, ЧТОБЫ ПОДАТЬ ЗАЯВКУ

Как найти местный офис WIC:

- Сайт: [doh.wa.gov/FindWIC](http://doh.wa.gov/FindWIC)
- Телефон: 800-841-1410
- Для направления: [doh.wa.gov/WICRefer](http://doh.wa.gov/WICRefer)



Участие в программе WIC не ставит вас на государственное содержание и не влияет на ваш иммиграционный статус.

Наша организация предоставляет равные возможности всем участникам. Программа WIC в штате Вашингтон не проводит политику дискриминации. Запросить этот документ в другом формате можно по номеру телефона 1-800-841-1410. Если вы страдаете нарушением слуха, обращайтесь по телефону 711 (Washington Relay) или по электронной почте [WIC@doh.wa.gov](mailto:WIC@doh.wa.gov).

DOH 965-030 (CS) January 2025 Russian

# ЗДОРОВЬЕ НАЧИНАЕТСЯ С ЭТОГО



# НАША МИССИЯ – ПОМОЧЬ ВАМ



## КАК WIC МОЖЕТ ВАМ ПОМОЧЬ

### ПИТАТЕЛЬНЫЕ ПРОДУКТЫ И СОВЕТЫ

С нами вы и ваши дети будете питаться полезной едой. Мы предлагаем:

- ежемесячные пособия на покупку питательных продуктов;
- советы по покупке продуктов и готовке здоровой пищи;
- советы по выбору продуктов питания;
- дополнительные пособия для беременных и кормящих грудью женщин для поддержания здоровья матери и ребенка;
- программы обучения правильному питанию;
- поддержку в вопросах грудного вскармливания.

### ПОДДЕРЖКА СООБЩЕСТВА

Вы можете получить помощь и поддержку от наших специалистов и других участников:

- нутрициологи помогут вам и вашим детям питаться правильно;
- специалисты по вопросам грудного вскармливания помогут вам все делать правильно;
- другие родители поделятся опытом и окажут моральную поддержку.

### НАПРАВЛЕНИЯ

По нашему направлению вы можете получить помощь от других организаций и учреждений, в том числе:

- педиатров, врачи-акушеров, гинекологов, медсестер-акушеров, стоматологов и других специалистов;
- услуги по вакцинации;
- SNAP, продовольственных банков, детских дошкольных учреждений, услуги по лечению поведенческих расстройств и другую социальную помощь.

### ПИТАТЕЛЬНЫЕ ПРОДУКТЫ ДЛЯ ВСЕЙ СЕМЬИ

Ежемесячные пособия WIC охватывают большой ассортимент продуктов питания. Вы можете ознакомиться с ассортиментом одобренных программой WIC продуктов питания в приложении WICShopper.



Вот некоторые из предоставляемых продуктов питания:

