

DES MILLIONS D'ADULTES, DE NOURRISSONS ET D'ENFANTS BÉNÉFICIENT DES PRESTATIONS DU WIC. POUVEZ-VOUS EN BÉNÉFICIER ?

QU'EST-CE QUE LE



Le WIC est un programme de nutrition dont l'objectif est d'améliorer la santé des femmes enceintes ou qui l'ont été récemment, ainsi que des nourrissons et des enfants âgés de moins de 5 ans.

LE WIC VOUS OFFRE :

- Accès à des aliments riches en nutriments
- Examens de santé
- Une éducation sur la nutrition
- Un accompagnement dans l'allaitement au sein et à la poitrine
- Orientations vers les services sociaux et de santé

POUVEZ-VOUS EN BÉNÉFICIER ?

Vous pouvez en bénéficier si :

- Vous habitez dans l'État de Washington.
- Vous êtes enceinte, vous allaitez au sein ou à la poitrine, ou vous avez eu un enfant au cours des six derniers mois.
- Vous avez un nourrisson ou un enfant de moins de 5 ans.
- Vous pouvez automatiquement en bénéficier si un membre de votre famille bénéficie de prestations auprès de Medicaid, du Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP, programme d'aide supplémentaire à la nutrition), de Temporary Assistance for Needy Families (TANF, assistance temporaire pour les familles nécessiteuses) ou Food Distribution Program on Indian Reservations (FDPIR, programme de distribution alimentaire sur les réserves indiennes).
- Vous remplissez les critères de revenus du WIC. Vérifiez sur le site : doh.wa.gov/WICeligibility

Il n'est pas nécessaire d'avoir la citoyenneté américaine pour bénéficier du WIC.

LE WIC EST FACILE À UTILISER

Faites vos achats avec la carte WIC au supermarché, sur les marchés de producteurs et dans les magasins de produits agricoles. Utilisez l'application WICShopper pour trouver des aliments autorisés par le WIC. Vous pouvez prendre rendez-vous avec le personnel du WIC par téléphone, en personne ou en téléconsultation.



TOUS LES AIDANTS SONT LES BIENVENUS

Nous apportons notre soutien à toute personne qui s'occupe d'un enfant de moins de 5 ans : les mamans, les papas, les grands-parents, les parents d'accueil et les tuteurs. Vous avez la situation bien en main et nous sommes là pour vous aider.

PRENEZ RENDEZ-VOUS DÈS AUJOURD'HUI POUR DÉPOSER VOTRE DEMANDE !

Trouvez votre bureau WIC

le plus proche :

- **Consultez :** doh.wa.gov/FindWIC
- **Par téléphone :** 800-841-1410
- **Consulter :** doh.wa.gov/WICRefer



Être bénéficiaire du WIC ne fait pas de vous une charge publique et n'affecte pas votre statut vis-à-vis de l'immigration.

Cette institution applique le principe de l'égalité des chances. Le WIC de Washington ne fait pas de discrimination. Pour demander ce document dans un autre format, appelez le 1-800-841-1410. Nos clients sourds ou malentendants peuvent composer le 711 (WashingtonRelay) ou nous écrire à l'adresse wic@doh.wa.gov.
DOH 965-030 (CS) January 2025 French

LA SANTÉ COMMENCE AVEC LE



NOUS SOMMES LÀ POUR VOUS



QUELLE AIDE VOUS APPORTE LE WIC ?



DES ALIMENTS NUTRITIFS ET DES CONSEILS EN NUTRITION

Nous vous aidons, vous et vos enfants, à prendre des repas nutritifs. Nous proposons :

- Des prestations mensuelles pour l'achat d'aliments riches en nutriments
- Des conseils pour acheter et cuisiner des aliments qui vous aident à grandir
- Des conseils pour les enfants difficiles
- Davantage d'aliments si vous êtes enceinte ou si vous allaitez au sein ou la poitrine exclusivement, pour vous aider, vous et votre bébé, à rester en bonne santé.
- Une éducation sur la nutrition
- Un accompagnement dans l'allaitement au sein et à la poitrine



UNE COMMUNAUTÉ DE SOUTIEN

Nous mettons à disposition un réseau d'experts et de membres de la communauté à des fins de formation et d'accompagnement :

- Des nutritionnistes pour vous aider, vous et vos enfants, à bien manger
- Des spécialistes de l'allaitement au sein et à la poitrine pour réussir votre allaitement au sein et à la poitrine
- D'autres parents pour échanger sur vos expériences et pour recevoir un soutien moral



ORIENTATIONS

Nous proposons une prise en charge au-delà du WIC, notamment :

- Des professionnels de santé comme des pédiatres, des gynécologues-obstétriciens, des sage-femmes et des dentistes.
- Des services de vaccination
- D'autres services sociaux, comme le programme SNAP, des banques alimentaires, des services de santé comportementale, des services de garde d'enfants, etc.



DES ALIMENTS NUTRITIFS POUR VOTRE FAMILLE

Chaque mois, le WIC propose des aliments divers et variés. Pour en savoir plus sur les aliments autorisés par le WIC, téléchargez l'application gratuite WICShopper.



Voici quelques exemples des prestations dont vous pourriez bénéficier :

