

Tudo sobre



Contate a sua agência local WIC:

Saiba mais: <http://nj.gov/health/fhs/wic> ou através do número: 1-800-328-3838

Quem pode candidatar-se ao WIC?

- ◆ Mulheres grávidas
- ◆ Mães a amamentar crianças até os 12 meses de idade
- ◆ Mães de crianças até os 6 meses de idade
- ◆ Bebês e crianças até os 5 anos de idade (Têm de morar em New Jersey e ter um rendimento que esteja de acordo com as diretrizes)

Quais são os benefícios da WIC?

- ◆ Acesso a alimentação saudável
- ◆ Educação alimentar
- ◆ Orientações para amamentar
- ◆ Encaminhamento para apoio comunitário

O que traz a embalagem de alimentos mensal?

Cada participante recebe alimentos saudáveis WIC, mensalmente, no valor de cerca de \$60.00.

As opções incluem:



◆ Grãos integrais

Pão de Trigo Integral
Arroz Integral
Massa de Trigo Integral
Tortilhas de Milho/Trigo Integral
Cereais de Café da Manhã

◆ Proteína

Ovos
Manteiga de Amendoim
Feijão Seco e Enlatado
Tofu

◆ Vegetais/Frutas

Fresco
Congelado
Enlatado
Suco

◆ Leite

Leite
Leite de Soja
Queijo
Iogurte

◆ Bebê

Cereais para bebê
Vegetais para bebês
Fruta para bebês
Leite para Lactentes

De acordo com a lei federal de direitos civis e com os regulamentos e políticas do Departamento de Agricultura dos EUA (USDA, em inglês) relativos aos direitos civis, o USDA, suas entidades, escritórios, funcionários e as instituições que participam ou que administram programas do USDA estão proibidos de discriminar com base em raça, cor, nacionalidade, sexo, deficiência, idade, ou represália ou retaliação por envolvimento prévio em atividades de direitos civis em qualquer programa ou atividade realizada ou financiada pelo USDA.

As pessoas com deficiências que necessitam de meios alternativos de comunicação para obter informações sobre o programa (por exemplo, Braille, caracteres grandes, fita de áudio, Linguagem gestual americana, e outros), devem entrar em contato com a entidade (estadual ou local) onde foi feito o pedido de benefícios. Os indivíduos que são surdos, portadores de deficiência auditiva ou da fala podem entrar em contato com o USDA através do Serviço federal de retransmissão telefônica (800) 877-8339. Além disso, informações sobre o programa podem ser disponibilizadas em outros idiomas.

Para registrar uma denúncia de discriminação contra o programa, preencha o [USDA Program Discrimination Complaint Form](#) (Formulário para denúncia de discriminação contra um programa do USDA), (AD-3027) disponível on-line no site: [How to File a Complaint](#), e em qualquer escritório do USDA, ou envie uma carta endereçada ao USDA, e inclua na carta todas as informações solicitadas no formulário. Para solicitar uma cópia do formulário de denúncia, ligue para (866) 632-9992. Envie seu formulário ou sua carta para o USDA por:

- (1) Correio: 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; ou
- (3) E-mail: program.intake@usda.gov.

Esta instituição promove a igualdade de oportunidades.

