

## Trova la struttura WIC più vicina.

**Visita il sito:** [health.ny.gov/prevention/nutrition/wic/how\\_to\\_apply.htm](http://health.ny.gov/prevention/nutrition/wic/how_to_apply.htm).

**Chiama:** **1-800-522-5006**  
Linea diretta (Growing Up Healthy Hotline).

### Per informazioni sugli altri programmi:

**1-800-342-3009** per:

- Programma di assistenza nutrizionale complementare (SNAP)
- Servizi di assistenza temporanea a famiglie bisognose (TANF)
- Programma di assistenza energetica domiciliare (HEAP)

**518-486-1086** per:

Programma di servizi per l'alimentazione scolastica (School Food Service Program)

**518-473-8781** per:

Programma di servizi per l'alimentazione estiva (Summer Food Service Program)

**1-800-548-6479** per:

- Linea diretta nazionale sulla nutrizione (National Hunger Hotline)
- [Whyhunger.org/find food](http://Whyhunger.org/find-food)

[health.ny.gov/wic](http://health.ny.gov/wic)  
[mybenefits.ny.gov/mybenefits/begin](http://mybenefits.ny.gov/mybenefits/begin)  
[facebook.com/NYSDOH](https://www.facebook.com/NYSDOH)  
[twitter.com/HealthNYGov](https://twitter.com/HealthNYGov)  
[youtube.com/nysdoh](https://www.youtube.com/nysdoh)  
[nystateofhealth.ny.gov](http://nystateofhealth.ny.gov)  
[text4baby.org](http://text4baby.org)  
[wicstrong.com](http://wicstrong.com)

In conformità con la legge federale sui diritti civili e con i regolamenti e la politica del Dipartimento dell'Agricoltura degli Stati Uniti (U.S. Department of Agriculture, USDA) in materia di diritti civili, a questa istituzione è vietato discriminare sulla base di razza, colore della pelle, origine, sesso (compresa l'identità di genere e l'orientamento sessuale), disabilità, età o rappresaglie o ritorsioni per precedenti attività in materia di diritti civili.

Le informazioni sul programma potranno essere rese disponibili in lingue diverse dall'inglese. Le persone con disabilità che necessitano di mezzi di comunicazione alternativi per ottenere informazioni sul programma (ad esempio, Braille, caratteri grandi, audiocassette, linguaggio dei segni americano), devono contattare l'agenzia statale o locale responsabile della gestione del programma o il centro TARGET dell'USDA al numero (202) 720-2600 (voce e TTY) o contattare l'USDA tramite il Servizio federale di ricetrasmisione (Federal Relay Service) al numero (800) 877-8339.

Per presentare un reclamo in materia di discriminazione, il denunciante deve compilare il modulo AD-3027, USDA Program Discrimination Complaint Form (Modulo di reclamo per discriminazione del programma USDA) disponibile online all'indirizzo: <https://www.usda.gov/sites/default/files/documents/USDA-OASCR%20P-Complaint-Form-0508-0002-508-11-28-17Fax2Mail.pdf>, presso qualsiasi ufficio dell'USDA, chiamando il numero (866) 632-9992 o scrivendo una lettera indirizzata all'USDA. La lettera deve contenere il nome, l'indirizzo, il numero di telefono del denunciante e una descrizione scritta della presunta azione discriminatoria sufficientemente dettagliata per informare l'assistente segretario per i diritti civili (Assistant Secretary for Civil Rights, ASCR) sulla natura e la data della presunta violazione dei diritti civili. Il modulo o la lettera AD-3027 compilati devono essere inviati all'USDA tramite:

- (1) Posta: U.S. Department of Agriculture  
Office of the Assistant Secretary for Civil Rights  
1400 Independence Avenue, SW  
Washington, D.C. 20250-9410;
- (2) Fax: (833) 256-1665 o (202) 690-7442; oppure
- (3) E-mail: [program.intake@usda.gov](mailto:program.intake@usda.gov).

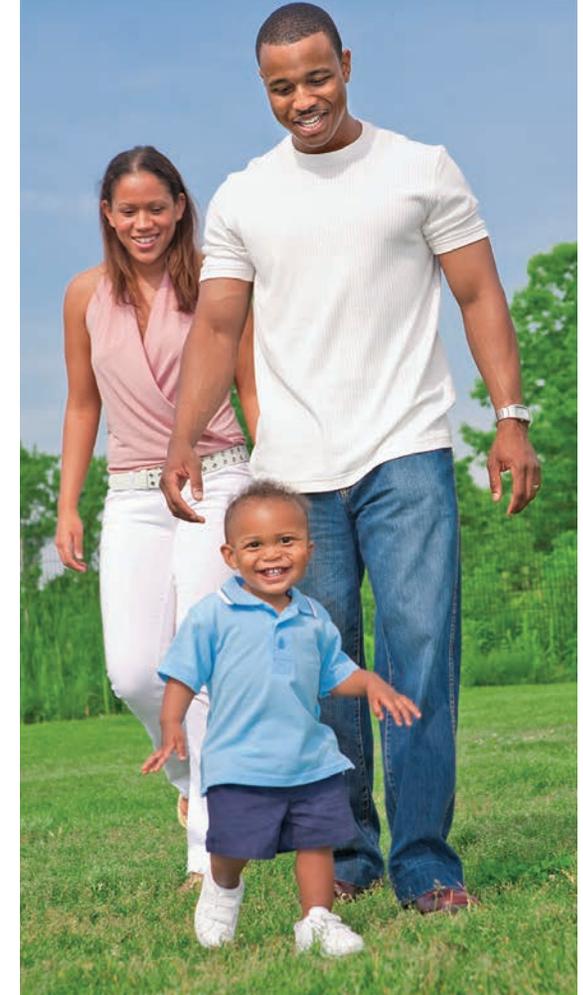
Questo ente garantisce a tutti pari opportunità.

Per altri reclami o per richiedere un'udienza imparziale contattare:

- (1) Posta: WIC Program Director  
NYSDOH, Riverview Center  
150 Broadway, 6th Floor  
Albany, NY 12204; oppure
- (2) Telefono: (518) 402-7093; Fax: (518) 402-7348; oppure
- (3) E-mail: [NYSWIC@HEALTH.NY.GOV](mailto:NYSWIC@HEALTH.NY.GOV)



# Pronti a crescere... con WIC



Special Supplemental Nutrition Program for Women, Infants and Children (Programma nutrizionale complementare speciale per donne, neonati e bambini)

## Scopri se la tua famiglia può partecipare!

### Chi può partecipare?

- Donne in gravidanza
- Mamme di neonati fino a 6 mesi di età
- Mamme di neonati fino a 12 mesi di età allattati al seno
- Neonati e bambini fino al 5° anno di età
- Possono presentare richiesta per i propri figli i papà e i tutori

### Il programma WIC fornisce

#### Consulenza nutrizionale

- Come fare scelte alimentari più salutari e avere un ruolo più attivo
- Nutrizionisti pronti ad aiutarti a preparare pasti sani
- Colloqui di sostegno con altri genitori

#### Sostegno nell'allattamento al seno

- Esperti qualificati nell'allattamento al seno
- Altre mamme qualificate a fornire assistenza nell'allattamento al seno
- Tiralatte per mamme che ne hanno bisogno
- Alimenti speciali per mamme che allattano al seno
- Visita il sito: [breastfeedingpartners.org](http://breastfeedingpartners.org).

#### Alimenti nutrienti

- Latte, formaggio, yogurt, frutta e verdura fresca, succhi al 100% di frutta, pasta integrale, riso, pane, cereali, latte in polvere, uova, alimenti per l'infanzia e molto altro ancora

#### Consulenze per altri servizi

- Esperti di allattamento al seno
- Cura e benessere di neonati e bambini
- Medicaid
- Servizi di assistenza temporanea a famiglie bisognose (TANF)
- Programma di assistenza nutrizionale complementare (SNAP)
- Pianificazione familiare
- Head Start
- Violenza domestica
- Lotta al fumo
- Vaccinazioni
- Cure prenatali
- Uso di sostanze
- Prevenzione dei tumori

### Per essere ammessi al WIC occorre:

- Essere residenti nello Stato di New York
- Soddisfare i requisiti sui limiti di reddito o ricevere sussidi dal programma Medicaid, SNAP o TANF
- Avere esigenze nutrizionali specifiche



### Requisiti per le famiglie lavoratrici

- Le persone singole e le famiglie che lavorano possono essere idonei a ricevere assistenza WIC se soddisfano i requisiti di reddito o se partecipano attivamente al programma Medicaid, SNAP o TANF
- I limiti di reddito possono aumentare ogni anno
- Visita il sito [www.health.ny.gov/prevention/nutrition/wic/income\\_guidelines.htm](http://www.health.ny.gov/prevention/nutrition/wic/income_guidelines.htm) per scoprire se la tua famiglia può partecipare

### Puoi partecipare al WIC anche se:

- Non sei cittadino/a statunitense
- Tu o altri tuoi familiari lavorano

### Il programma WIC e i bambini

- I pacchi alimentari WIC sono concepiti per favorire il peso forma
- Alcuni studi mostrano che i bambini inseriti nel programma WIC ottengono risultati migliori a scuola
- Le mamme nel programma WIC hanno con maggiore probabilità bambini con un peso alla nascita nella norma