

## Yakınızda Bir WIC Kliniği Bulun

### Şu Adresi Ziyaret Edin:

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

### Şu Numarayı Arayın:

1-800-522-5006

Sağlıklı Büyüme Yardım Hattı  
(Growing Up Healthy Hotline)

### Diğer programlar ile ilgili bilgiler için:

1-800-342-3009 numaralı telefondan:

- Ek Beslenme Yardımı Programı (SNAP)
- İhtiyacı Olan Aileler İçin Geçici Yardım (TANF)
- Ev Enerjisi Yardımı Programı (HEAP)

518-486-1086 numaralı telefondan:

Okul Gıda Hizmeti Programı (School Food Service Program)

518-473-8781 numaralı telefondan:

Yaz Gıda Hizmeti Programı (Summer Food Service Program)

1-800-548-6479 numaralı telefondan:

- Ulusal Açlık Yardım Hattı (National Hunger Hotline)
- 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://facebook.com/NYSDOH)  
[twitter.com/HealthNYGov](https://twitter.com/HealthNYGov)  
[youtube.com/nysdoh](https://youtube.com/nysdoh)  
[nystateofhealth.ny.gov](http://nystateofhealth.ny.gov)  
[text4baby.org](http://text4baby.org)  
[wicstrong.com](http://wicstrong.com)

Federal sivil haklar kanunu ve ABD Tarım Bakanlığı (USDA) medeni haklar yönetmelikleri ve ilkeleri uyarınca, USDA, Temsilcilikleri, daireleri ve çalışanları ve USDA programlarına katılan veya bu programları idare eden kuruluşların, USDA tarafından yürütülen veya ödenek sağlanan herhangi bir program veya faaliyet kapsamında geçmişteki medeni haklar etkinlikleri nedeniyle ırk, renk, ulusal köken, cinsiyet, engellilik, yaş veya kısaca dayalı ayrımcılık veya misilleme yapması yasaktır.

Program bilgileri için alternatif iletişim araçlarına (ör. Braille alfabesi, iri harfler kullanılan çıktılar, ses kayıtları, Amerikan İşaret Dili vs.) ihtiyaç duyan engelli kişiler, yardım başvurusu yaptıkları Kurum (Eyalet veya yerel) ile iletişime geçmelidir. İşitme engelli, ağır işiten veya konuşma engelleri olan kişiler (800) 877-8339 numaralı telefonu arayarak Federal Aktarma Hizmeti (Federal Relay Service) üzerinden USDA ile iletişim kurabilirler. Buna ek olarak program bilgileri İngilizce dışındaki dillerde de sunulabilir.

Program ile ilgili bir ayrımcılık şikayetinde bulunmak için internet üzerinde <https://www.usda.gov/oascr/how-to-file-a-program-discrimination-complaint> adresinde ve bütün USDA dairelerinde bulabileceğiniz [USDA Program Discrimination Complaint Form'u](#), (AD-3027) doldurun veya USDA'ya formda sizden istenen tüm ilgili bilgilerin yer aldığı bir mektup gönderin. Şikayet formunun bir kopyasını talep etmek için (866) 632-9992 numaralı telefonu arayın. Doldurduğunuz formu veya mektubunuzu aşağıda belirtilen yollardan birini kullanarak USDA'ya gönderin:

(1) posta: ABD Tarım Bakanlığı  
İnsan Hakları Sekreter Yardımcısının Dairesi  
1400 Independence Avenue, SW  
Washington, D.C. 20250-9410;

(2) faks: (202) 690-7442 ya da

(3) e-posta: [program.intake@usda.gov](mailto:program.intake@usda.gov).

*Bu kurumda eşit fırsatlar sunulmaktadır.*

*Diğer şikayetler veya Adil Duruşma talebinde bulunmak için iletişim:*

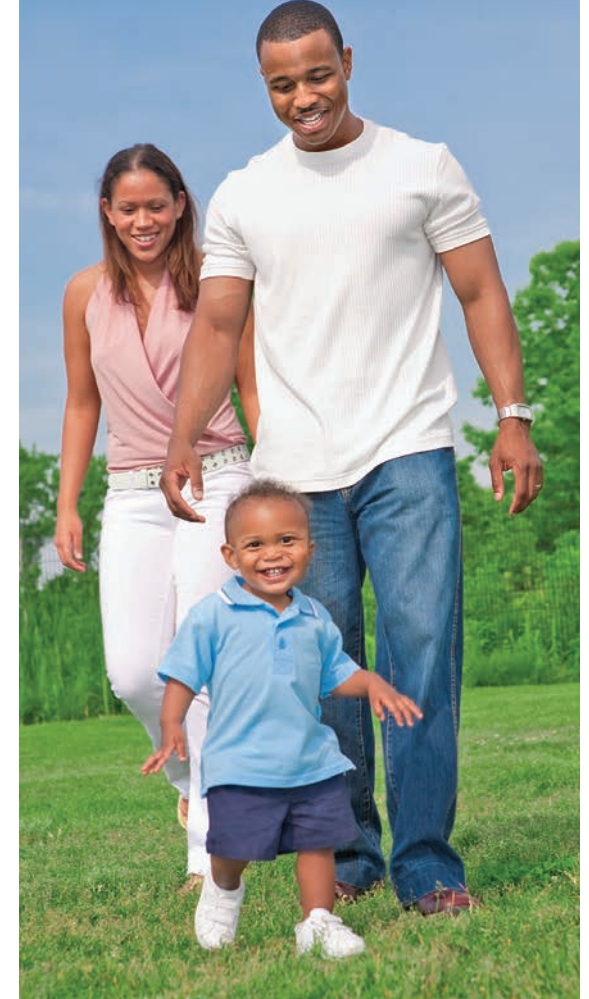
(1) posta: WIC Program Yöneticisi  
NYSDOH, Riverview Center  
150 Broadway, 6th Floor  
Albany, NY 12204;

(2) telefon: (518) 402-7093; faks (518) 402-7348 ya da

(3) e-posta: [NYSWIC@HEALTH.NY.GOV](mailto:NYSWIC@HEALTH.NY.GOV)



# WIC ile Büyümeye Hazır Ol...



Anne, Bebek ve Çocuklar için Özel  
Ek Beslenme Programı

Ailenizin programa katılıp katılamayacağını öğrenin!

## Kimler Katılabilir?

- Gebe kadınlar
- En fazla 6 aylık bebeği olan anneler
- En fazla 12 aylık bebeği olan emziren anneler
- En fazla 5 yaşındaki bebek ve çocuklar
- Babalar ve bakım verenler çocukları için başvurabilirler

## WIC Neler Sağlıyor?

### Beslenme Tavsiyeleri

- Nasıl daha sağlıklı gıda seçimleri yapabileceğinizi ve daha aktif olabileceğinizi öğrenin
- Beslenme uzmanları, sağlıklı öğünler planlamanıza yardımcı olur
- Destek için diğer ebeveynlerle görüşün

### Bebek Emzirme Desteği

- Eğitimli bebek emzirme uzmanları
- Bebek emzirme desteği verme konusunda eğitim almış diğer anneler
- İhtiyacı olan anneler için meme pompaları
- Bebek emziren anneler için özel gıdalar
- Şu Adresi Ziyaret edin:  
[breastfeedingpartners.org](http://breastfeedingpartners.org)

### Besleyici Gıdalar

- Süt, peynir, yoğurt, taze sebze-meyve, %100 meyve suyu, tam tahıllı makarna, pirinç ekmeği, yumurta, bebek gıdaları ve daha fazlası

### Diğer hizmetlere aktarma

- Bebek emzirme uzmanları
- Sağlıklı bebek ve çocuk bakımı
- Medicaid
- İhtiyacı Olan Aileler İçin Geçici Yardım (TANF)
- Ek Beslenme Yardımı Programı (SNAP)
- Aile planlaması
- Head Start
- Aile içi şiddet
- Sigarayı bırak
- Aşılama
- Doğum öncesi bakım
- Madde istismarı
- Kanserin önlenmesi

## WIC Kapsamında Katılım Koşulları:

- New York Eyaleti'nde yaşıyor olma
- Gelir limitleri kurallarını karşılama veya Medicaid, SNAP veya TANF'tan yardım alıyor olma
- Beslenmeyle ilgili bir ihtiyacınız olması



## Çalışan Aileler de Yararlanabiliyor

- Çalışan aileler ve bireyler, gelir şartlarını karşılıyorsa veya Medicaid'e, SNAP'a veya TANF'a aktif olarak katılıyorsa WIC'den yararlanma hakkına sahip olabilirler
- Gelir limitleri her yıl artabilmektedir
- Hak sahibi olup olmadığını öğrenmek için: [www.health.ny.gov/prevention/nutrition/wic/income\\_guidelines.htm](http://www.health.ny.gov/prevention/nutrition/wic/income_guidelines.htm) adresini ziyaret edin

## Aşağıdaki Durumlarda Bile WIC Programından Yararlanabilirsiniz:

- ABD vatandaşı değilseniz
- Siz veya diğer aile bireyleri çalışıyorsanız

## WIC ve Çocuklar

- WIC gıda paketleri, sağlıklı bir kiloyu teşvik edecek şekilde tasarlanmıştır
- Araştırmalara göre, WIC kapsamındaki çocuklar okulda daha başarılı olmaktadır
- WIC kapsamındaki annelerin sağlıklı bir doğum ağırlığında olan bebekler doğurma olasılığı daha yüksektir