

Tìm Phòng Khám WIC Ở Gần Quý Vị

Truy cập:

health.ny.gov/prevention/nutrition/wic/how_to_apply.htm

Gọi số điện thoại:

1-800-522-5006

Đường Dây Nóng Growing Up Healthy (Growing Up Healthy Hotline)

Để có thông tin về những chương trình khác:

1-800-342-3009 cho:

- Chương Trình Hỗ Trợ Dinh Dưỡng Bổ Sung (SNAP)
- Chương Trình Hỗ Trợ Tạm Thời Cho Các Gia Đình Nghèo Khó (TANF)
- Chương Trình Hỗ Trợ Năng Lượng Cho Hộ Gia Đình (HEAP)

518-486-1086 cho:

Chương Trình Dịch Vụ Thực Phẩm Tại Trường Học (School Food Service Program)

518-473-8781 cho:

Chương Trình Dịch Vụ Thực Phẩm Mùa Hè (Summer Food Service Program)

1-800-548-6479 cho:

- Đường Dây Nóng National Hunger (National Hunger Hotline)
- [Whyhunger.org/find food](http://Whyhunger.org/find-food)

health.ny.gov/wic
mybenefits.ny.gov/mybenefits/begin
facebook.com/NYSDOH
twitter.com/HealthNYGov
youtube.com/nysdoh
nystateofhealth.ny.gov
text4baby.org
wicstrong.com

Theo luật về quyền công dân của Liên bang và các quy định và chính sách về quyền công dân của U.S. Department of Agriculture (Bộ Nông nghiệp Hoa Kỳ, USDA), USDA, các Cơ quan, văn phòng và nhân viên, các tổ chức của Bộ tham gia vào hoặc điều hành các chương trình của USDA bị cấm phân biệt đối xử dựa trên sắc tộc, màu da, quốc tịch, giới tính, tình trạng khuyết tật, độ tuổi và cấm trả thù hay trả đũa vì hoạt động quyền công dân trước đây trong bất kỳ chương trình hay hoạt động nào được thực hiện hoặc gây quỹ bởi USDA.

Người bị khuyết tật cần các phương tiện giao tiếp thay thế để có thông tin về chương trình (ví dụ: chữ nổi Braille, bản in lớn, băng ghi âm, Ngôn ngữ Ký hiệu Hoa Kỳ v.v.) nên liên lạc với Cơ quan (Tiểu bang hoặc địa phương) nơi họ nộp đơn nhận các phúc lợi. Các cá nhân bị khiếm thính, khó nghe hoặc có khuyết tật lời nói có thể liên lạc với USDA thông qua Dịch vụ Tiếp âm Liên bang (Federal Relay Service) theo số (800) 877-8339. Ngoài ra, thông tin về chương trình có thể có sẵn bằng các ngôn ngữ khác ngoài Tiếng Anh.

Để nộp đơn khiếu nại chương trình về việc phân biệt đối xử, vui lòng hoàn tất [USDA Program Discrimination Complaint Form](#), (AD-3027) có thể tìm thấy trực tuyến tại: <https://www.usda.gov/oascr/how-to-file-a-program-discrimination-complaint>, và tại bất kỳ văn phòng USDA nào, hoặc viết thư gửi tới USDA và cung cấp trong thư tất cả các thông tin theo yêu cầu trong mẫu đơn. Để yêu cầu một bản sao của biểu mẫu khiếu nại, hãy gọi (866) 632-9992. Hãy gửi biểu mẫu hoặc lá thư được điền đầy đủ thông tin tới USDA:

(1) qua đường bưu điện:

U.S. Department of Agriculture
Office of the Assistant Secretary for Civil Rights
1400 Independence Avenue, SW
Washington, D.C. 20250-9410;

(2) qua fax: (202) 690-7442; hoặc

(3) qua email:

program.intake@usda.gov.

Tổ chức này là một nhà cung cấp cơ hội bình đẳng.

Đối với các khiếu nại khác hoặc để yêu cầu một Phiên Điều trần Công bằng, vui lòng liên lạc:

(1) qua thư: WIC Program Director
NYSDOH, Riverview Center
150 Broadway, 6th Floor
Albany, NY 12204; hoặc

(2) qua điện thoại:

(518) 402-7093; qua fax (518) 402-7348; hoặc

(3) qua email:

NYSWIC@HEALTH.NY.GOV



Sẵn Sàng, Bắt Đầu, Phát Triển... với WIC



Chương Trình Dinh Dưỡng Bổ Sung Đặc Biệt cho Phụ Nữ, Trẻ Sơ Sinh và Trẻ Em

Tìm hiểu xem gia đình quý vị có hội đủ điều kiện hay không!

Ai Hội Đủ Điều Kiện?

- Phụ nữ mang thai
- Người mẹ của em bé đến 6 tháng tuổi
- Người mẹ đang cho con bú đến 12 tháng tuổi
- Trẻ sơ sinh và trẻ em đến 5 tuổi
- Người cha và người chăm sóc có thể đăng ký cho con em mình

WIC Cung Cấp

Tư Vấn Dinh Dưỡng

- Tìm hiểu cách lựa chọn thực phẩm lành mạnh hơn và chủ động hơn
- Các chuyên gia dinh dưỡng giúp quý vị lên kế hoạch cho những bữa ăn lành mạnh
- Trao đổi với những phụ huynh khác để được hỗ trợ

Hỗ Trợ nuôi con bằng sữa mẹ

- Chuyên gia được đào tạo về nuôi con bằng sữa mẹ
- Những người mẹ khác được đào tạo để hỗ trợ về nuôi con bằng sữa mẹ
- Máy hút sữa dành cho những người mẹ cần hút sữa
- Thực phẩm đặc biệt dành cho những người mẹ nuôi con bằng sữa mẹ
- Truy cập: breastfeedingpartners.org

Những Thực Phẩm Bổ Dưỡng

- Sữa, pho mát, sữa chua, rau củ và trái cây tươi, nước ép trái cây 100%, mì ống nguyên hạt, bánh mì, gạo, ngũ cốc, sữa công thức, trứng, thực phẩm cho em bé và các thực phẩm bổ dưỡng khác

Giới thiệu đến các dịch vụ khác

- Các chuyên gia về nuôi con bằng sữa mẹ
- Chăm sóc tốt cho trẻ em và trẻ sơ sinh
- Medicaid
- Chương Trình Hỗ Trợ Tạm Thời Cho Các Gia Đình Nghèo Khó (TANF)
- Chương Trình Hỗ Trợ Dinh Dưỡng Bổ Sung (SNAP)
- Kế hoạch hóa gia đình
- Head Start
- Bạo lực gia đình
- Bỏ hút thuốc
- Tiêm chủng
- Chăm sóc tiền sản
- Lạm dụng chất gây nghiện
- Phòng ngừa ung bướu

Để Hội Đủ Điều Kiện Tham Gia WIC, Quý Vị Phải:

- Sống tại New York State
- Đáp ứng các quy định về giới hạn thu nhập hoặc nhận được phúc lợi từ Medicaid, SNAP hoặc TANF
- Có nhu cầu về dinh dưỡng



Gia Đình Có Việc Làm Hội Đủ Điều Kiện

- Các gia đình và cá nhân đi làm có thể đủ tiêu chuẩn được nhận WIC nếu họ đáp ứng các yêu cầu về thu nhập hoặc nếu họ hiện đang tham gia Medicaid, SNAP hoặc TANF.
- Giới hạn thu nhập có thể tăng lên mỗi năm
- Truy cập: www.health.ny.gov/prevention/nutrition/wic/income_guidelines.htm để xem gia đình quý vị có thể hội đủ điều kiện hay không

Quý Vị Có Thể Tham Gia WIC Cho Dù:

- Quý vị không phải là công dân Hoa Kỳ
- Quý vị hoặc các thành viên khác trong gia đình đang có việc làm

WIC và Trẻ Em

- Các gói thực phẩm WIC được thiết kế để thúc đẩy cân nặng khỏe mạnh
- Các nghiên cứu cho thấy rằng trẻ em tham gia WIC học tập tốt hơn ở trường
- Khả năng sinh em bé có cân nặng khỏe mạnh là cao hơn đối với những người mẹ tham gia WIC