

Información sobre

New Jersey **wic**

Comuníquese con la oficina local del WIC:

Para más información, ingrese en: <http://nj.gov/health/fhs/wic> o llame al: 1-800-328-3838

¿Quiénes son elegibles para el WIC?

- ◆ Las mujeres embarazadas
- ◆ Las madres de lactantes de hasta 12 meses de edad
- ◆ Las madres de bebés de hasta 6 meses de edad
- ◆ Bebés y niños de hasta 5 años de edad
(*Deben residir en New Jersey y reunir los requisitos de ingresos*)

¿Cuáles son los beneficios del WIC?

- ◆ Acceso a alimentos saludables
- ◆ Educación alimentaria
- ◆ Orientación para la lactancia
- ◆ Remisiones a organizaciones de apoyo en la comunidad

¿Qué contiene el paquete mensual de alimentos?

En el WIC cada participante recibe alimentos saludables por un valor de alrededor de \$60.00 al mes. Entre las opciones disponibles están:



❖ Granos integrales

Pan de harina de trigo integral
Arroz integral
Pasta de harina de trigo integral
Tortillas de harina de trigo integral/maíz
Cereales para el desayuno

❖ Proteínas

Huevos
Crema de cacahuate
Frijoles secos y enlatados
Tofu

❖ Vegetales/Frutas

Frescos
Congelados
Enlatados
En jugos

❖ Productos lácteos

Leche
Leche de soya
Queso
Yogur

❖ Para bebés

Cereales para bebés
Comidas para bebés de vegetales
Comidas para bebés de frutas
Fórmula infantil

De conformidad con la Ley Federal de Derechos Civiles y los reglamentos y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA, por sus siglas en inglés), se prohíbe que el USDA, sus agencias, oficinas, empleados e instituciones que participan o administran programas del USDA discriminen sobre la base de raza, color, nacionalidad, sexo, credo religioso, discapacidad, edad, creencias políticas, o en represalia o venganza por actividades previas de derechos civiles en algún programa o actividad realizados o financiados por el USDA.

Las personas con discapacidades que necesitan métodos alternos de comunicación de información sobre los programas (por ej., Braille, letra grande, cinta de audio, Lenguaje de señas norteamericano, etc.) deben comunicarse con la Agencia (estatal o local) en la que solicitaron los beneficios. Las personas sordas, con dificultades de audición o con discapacidades del habla pueden comunicarse con el USDA por medio del Federal Relay Service [Servicio Federal de Retransmisión] llamando al (800) 877-8339. Además, la información del programa se puede proporcionar en otros idiomas.

Para presentar una denuncia de discriminación, complete el [Formulario de Denuncia de Discriminación del Programa del USDA](#), (AD-3027), que está disponible en línea en: [How to File a Complaint](#), y en cualquier oficina del USDA, o bien escriba una carta dirigida al USDA e incluya en la carta toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de denuncia, llame al (866) 632-9992. Envíe el formulario completado o la carta al USDA a través de los siguientes medios:

- (1) correo: U.S. Department of Agriculture
Office of the Assistant Secretary for Civil Rights
1400 Independence Avenue, S.W.
Washington, D.C. 20250-9410;
- (2) fax: (202) 690-7442; o
- (3) correo electrónico: program.intake@usda.gov.

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.

