Tìm một 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 (Phát Triển Khỏe Mạnh)

……..

Để có thông tin về những chương trình khác:

1-800-342-3009 cho:

- Supplemental Nutrition Assistance Program (Chương Trình Hỗ Trợ Dinh Dưỡng Bổ Sung, SNAP)
- Temporary Assistance to Needy Families (Hỗ Trợ Tạm Thời cho Những Gia Đình Nghèo, TANF)
- Home Energy Assistance Program (Chương Trình Hỗ Trợ Năng Lượng Cho Hộ Gia Đình, HEAP)

518-486-1086 cho:
School Food Service Program (Chương Trình Dịch Vụ Thực Phẩm Tại Trường Học)

518-473-8781 cho:
Summer Food Service Program (Chương Trình Dịch Vụ Thực Phẩm Mùa Hè)

1-800-548-6479 cho:

- Đường Dây Nóng National Hunger (Nạn Đói Quốc Gia)
- 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 dân quyền liên bang cùng với các quy định và chính sách của U.S. Department of Agriculture (Bộ Nông Nghiệp Hoa Kỳ, USDA), USDA, các cơ quan, văn phòng, nhân viên và tổ chức của bộ tham gia hoặc quản lý các chương trình USDA đều bị cấm phân biệt đối xử dựa trên chủng tộc, màu da, nguồn gốc quốc gia, giới tính, khuyết tật, tuổi tác hoặc sự trả thù hay trả đũa cho hoạt động dân quyền trước đó trong bất kỳ chương trình hoặc hoạt động nào do USDA tiến hành hoặc tài trợ.

Những người khuyết tật yêu cầu phương tiện truyền đạt khác đối với thông tin về chương trình (chữ nổi Braille, chữ in cỡ lớn, băng ghi âm, Ngôn Ngữ Ký Hiệu Hoa Kỳ, v.v), nên liên hệ với cơ quan (tiểu bang hoặc địa phương) mà họ đã đăng ký phúc lợi. Những người bị điếc, khiếm thính hoặc khuyết tật về âm ngữ có thể liên hệ với USDA thông qua Dịch Vụ Tiếp Âm Liên Bang theo số 1-800-877-8339. Ngoài ra, thông tin về chương trình có thể được cung cấp bằng những ngôn ngữ khác ngoài Tiếng Anh.

Để nộp khiếu nại về việc phân biệt đối xử theo chương trình, vui lòng hoàn tất Mẫu Đơn Khiếu Nại về Phân Biệt Đối Xử của Chương Trình USDA (AD-3027), có thể tìm thấy trên mạng tại địa chỉ: www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html và tại bất kỳ văn phòng USDA nào hoặc viết thư gửi cho USDA, trong thư cung cấp tất cả thông tin được yêu cầu trong mẫu đơn đó. Để yêu cầu bản sao của mẫu đơn khiếu nại, hãy gọi số 1-866-632-9992. Gửi mẫu đơn đã điền hoặc thư cho USDA qua:

(1) Thư 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) Fax: 1-202-690-7442; hoặc

(3) Email: program.intake@usda.gov.

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

Đối với những khiếu nại khác, hãy liên hệ:

(1) Thư bưu điện: WIC Program Director
NYSDOH, Riverview Center Room 650,
150 Broadway, Albany, NY 12204; hoặc

(2) Điện thoại: Đường Dây Nóng Growing Up Healthy theo số 1-800-522-5006; hoặc

(3) Email: NYSWIC@health.ny.gov

4255 (Vietnamese) 3/16

NEW YORK STATE | WIC Program

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 bố và người chăm sóc có thể đăng ký cho con của họ

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 Cho Con Bú

- Chuyên gia được đào tạo về cho con bú
- Những người mẹ khác được đào tạo để hỗ trợ về việc cho con bú
- 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 cho con bú
- Chăm sóc tốt sức khỏe cho em bé và trẻ em
- Medicaid
- Temporary Assistance for Needy Families (TANF)
- Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP)
- Kế hoạch hóa gia đình
- Chương trình Head Start (Khởi Đầu Vượt Trội)
- Bạo lực gia đình
- Bỏ hút thuốc
- Tiêm chủng
- Chăm sóc tiền sản
- Lạm dụng chất gây nghiện
- Phòng ngừa ung thư

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

- Sống tại Tiểu Bang New York
- 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

- Vào năm 2015, một gia đình có việc làm gồm bốn người với thu nhập hàng năm là $44,863 có thể hội đủ điều kiện tham gia WIC
- 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