Znajdź najbliższy ośrodek WIC

Odwiedź stronę: health.ny.gov/prevention/nutrition/wic/how_to_apply.htm

Zadzwoń: **1-800-522-5006**
Growing Up Healthy Hotline
(Infolinia ds. zdrowego dorastania)

Informacje o innych programach:

1-800-342-3009 w przypadku:

- Supplemental Nutrition Assistance Program (program dodatkowej pomocy żywnościowej, SNAP)
- Temporary Assistance to Needy Families (program doraźnej pomocy rodzinom w potrzebie, TANF)
- Home Energy Assistance Program (program pomocy w zakresie opłacania kosztów energii i ogrzewania, HEAP)

518-486-1086 w przypadku:
School Food Service Program (program dożywiania dzieci w szkołach)

518-473-8781 w przypadku:
Summer Food Service Program (program dożywiania dzieci w czasie letnich wakacji)

1-800-548-6479 w przypadku:

- National Hunger Hotline (krajowa infolinia ds. żywności dla osób ubogich)
- 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

Zgodnie z federalnym prawem w zakresie praw obywatelskich, a także przepisami i zasadami U.S. Department of Agriculture (amerykańskiego Departamentu Rolnictwa, USDA) w zakresie praw obywatelskich, USDA, jego agencjom, urzędom i pracownikom, a także instytucjom uczestniczącym w programach USDA lub zarządzającym takimi programami nie wolno stosować dyskryminacji ze względu na rasę, kolor skóry, narodowość, płeć, niepełnosprawność czy wiek, ani też stosować odwetu w związku z wcześniejszą działalnością na rzecz praw obywatelskich w ramach jakiegokolwiek programu lub działalności prowadzonej lub finansowanej przez USDA.

Osoby niepełnosprawne, które wymagają alternatywnych środków komunikacji w celu uzyskania informacji na temat programu (alfabet Braille'a, duży druk, kaseta audio, amerykański język migowy itp.), powinny skontaktować się z agencją (stanową lub lokalną), w której ubiegały się o świadczenia. Osoby niesłyszące, niedosłyszące lub z zaburzeniami mowy mogą skontaktować się z USDA za pośrednictwem Federalnej Usługi Przekazywania Informacji pod numerem 1-800-877-8339. Ponadto informacje na temat programu mogą zostać udostępnione w językach innych niż angielski.

Aby złożyć skargę z powodu dyskryminacji w ramach programu, należy wypełnić formularz skargi z powodu dyskryminacji w ramach programu USDA (AD-3027) dostępny na stronie: www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html, a także w każdym urzędzie USDA, lub wysłać pismo na adres USDA, podając w nim wszystkie informacje wymagane w formularzu. Aby uzyskać egzemplarz formularza skargi, należy zadzwonić na numer 1-866-632-9992. Prosimy przesłać wypełniony formularz lub pismo do USDA:

(1) Pocztą na adres: U.S. Department of Agriculture Office of the Assistant Secretary for Civil Rights 1400 Independence Avenue, SW Washington, D.C. 20250-9410;

(2) Faksem na numer: 1-202-690-7442; lub

(3) E-mailem na adres: program.intake@usda.gov.

Ta instytucja jest świadczeniodawcą zapewniającym równe uprawnienia.

Kontakt w przypadku innych skarg:

(1) Pocztą na adresn: WIC Program Director NYSDOH, Riverview Center Room 650, 150 Broadway, Albany, NY 12204; lub

(2) Telefonicznie: Na infolinię Growing Up Healthy Hotline pod numerem 1-800-522-5006; lub

(3) E-mailem na adres: NYSWIC@health.ny.gov

4087 (Polish) 3/16

Na miejsca, gotowi, dobry start...

z WIC

Specjalny dodatkowy program żywieniowy dla kobiet, niemowląt i dzieci

Sprawdź, czy Twoja rodzina kwalifikuje się do programu!

Kto kwalifikuje się do programu?

- Kobiety w ciąży
- Matki niemowląt do 6. miesiąca życia
- Matki karmiące piersią dzieci do 12. miesiąca życia
- Niemowlęta i dzieci do 5. roku życia
- Ojcowie i opiekunowie mogą ubiegać się o pomoc w imieniu swoich dzieci

Program WIC obejmuje

Porady żywieniowe

- Porady, jak wybierać zdrowszą żywność i zwiększyć swoją aktywność
- Pomoc dietetyków w zakresie planowania zdrowych posiłków
- Rozmowy z innymi rodzicami w celu uzyskania pomocy

Pomoc w zakresie karmienia piersią

- Wyszkoleni specjaliści ds. karmienia piersią
- Inne matki przeszkolone do udzielania pomocy w zakresie karmienia piersią
- Laktatory dla matek, które ich potrzebują
- Specjalna żywność dla matek karmiących piersią
- Odwiedź stronę: **breastfeedingpartners.org**

Pokarmy bogate w składniki odżywcze

- Mleko, ser, jogurt, świeże warzywa i owoce, sok 100%, pełnoziarnisty makaron, ryż, chleb produkty zbożowe, mieszanki mlekozastępcze dla niemowląt, jaja, pokarmy dla niemowląt i inne

Skierowania na inne usługi

- Specjaliści ds. karmienia piersią
- Opieka zdrowotna dla niemowląt i dzieci
- Medicaid
- Temporary Assistance for Needy Families (TANF)
- Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP)
- Planowanie rodziny
- Programy edukacyjne dla dzieci „Head Start”
- Przemoc domowa
- Zaprzestanie palenia
- Szczepienia
- Opieka perinatalna
- Uzależnienia
- Profilaktyka raka

Aby zakwalifikować się do programu WIC, należy:

- Mieszkać w New York State
- Spełniać zasady dotyczące progów dochodowych lub uzyskiwać świadczenia z Medicaid, SNAP bądź TANF
- Mieć potrzeby żywnościowe

Rodziny z pracującymi rodzicami kwalifikują się do programu

- W 2015 roku czteroosobowa rodzina z pracującymi rodzicami z rocznymi dochodami do kwoty 44 863 USD mogła kwalifikować się do programu WIC
- Co roku progi dochodowe mogą być podnoszone
- Odwiedź stronę: **www.health.ny.gov/prevention/nutrition/wic/income_guidelines.htm**, aby sprawdzić, czy Twoja rodzina kwalifikuje się do programu.

Możesz obywatelką/otrzymać pomoc w ramach programu WIC, nawet jeśli:

- Nie jesteś obywatelem USA
- Ty lub inni członkowie Twojego gospodarstwa domowego pracują

Program WIC dla dzieci

- Paczki żywnościowe WIC mają na celu promowanie zdrowej masy ciała
- Badania dowodzą, że dzieci objęte programem WIC lepiej radzą sobie w szkole
- Matki objęte programem WIC częściej rodzą dzieci ze zdrową wagą urodzeniową