

¿Cómo me ayuda WIC?

- Consejos y ayuda de Lactancia
- Educación sobre Nutrición
- Referidos de cuidado de salud
- Comida saludable



¿Cumpló con los requisitos?

Para cumplir con los requisitos, usted y su niño(a) tienen que:

- vivir en el condado de Buncombe
- tener factores de riesgos basados en:
 - peso y tamaño
 - pruebas de bajo hierro
 - historia médica
 - historia alimenticia
- cumplir con los requisitos de ingresos de WIC

Si usted tiene Medicaid, Work First, o recibe servicios de comida (Estampillas de Comidas), ya cumple con los requisitos de ingresos para WIC.

¿Cómo hago para solicitar WIC?

Llame al 250-5000 para hacer una cita.

Traiga 1 documento de estas 3 categorías cuando venga:

✓ Prueba de Identificación:

(Traiga 1 de esta lista)

- Licencia válida de conducir
- Tarjeta de Seguro Social
- Identificación vigente de trabajo/escuela o militar
- Tarjeta de Medicaid
- Acta de Nacimiento
- Cartilla de Vacunación
- Folder de WIC

✓ Prueba de donde vive: (Traiga 1)

- Factura reciente (electricidad, gas, cable o teléfono),
- Contrato de renta o hipoteca vigente,
- Licencia válida de conducir.

✓ Prueba de ingresos : (de las personas que viven en su casa y trabajan, incluya la cantidad total, antes de impuestos) *Traiga 1

- Tarjeta de Medicaid
- Carta de certificación de los servicios de Alimento & Nutrición
- Último talonario de su cheque
- traiga su más reciente declaración de impuesto.

¿Qué pasará el día de mi cita?

- Revisarán la información requerida
- Examinarán su sangre, peso y altura (puede traer esta información de la oficina de su doctor).
- Le harán preguntas sobre su salud y hábitos alimenticios.
- Una nutricionista revisará la información de su salud para determinar si usted o su niño(a) cumple con los requisitos para recibir WIC.
- Usted hablará con la nutricionista de cualquier pregunta o problema de nutrición.

Si usted cumple con los requisitos, se le darán unos “cheques” de WIC o cupones que puede llevar al supermercado para obtener comida ese mismo día.



Usted puede obtener WIC en uno de los siguientes lugares:

Departamento de Salud del Condado de Buncombe

40 Coxe Avenue
Asheville, NC 28801

Horas: lunes a viernes: 8:00 am - 5:00 pm
Teléfono: 250-5000

MAHEC OB/GYN Specialists

119 Hendersonville Road
Asheville, NC 28803

Para pacientes de MAHEC OB/GYN Specialists y sus niños.

Horas: lunes a jueves 8:00 am - 5:00 pm
viernes 1:00 pm - 5:00 pm

Teléfono: 771-5436

Iglesia Metodista Unida Black Mountain

101 Church Street
Black Mountain, NC 28711

Para las personas que viven en el valle de Swannanoa

Horas: 1er lunes de cada mes
Teléfono: 250-5000 * (Solamente por cita)

Western North Carolina Community Health Services (WNCCHS)

257 Biltmore Avenue
Asheville, NC 28801

Para pacientes de WNCCHS y sus niños.

Horas: lunes a viernes: 8:00 am - 5:00 pm
Teléfono: 285-0622, Ext. 2174

Departamento de Servicios Humanos Oeste del Condado de Buncombe (BCHS-West)

339 Leicester Highway, Suite 120
Asheville, NC 28806

Para quienes viven en el condado de Buncombe en las áreas con código postal 28806, 28748 ó 28715.

Horas: lunes a viernes 8:00 am-5:00 pm
Teléfono: 250-5000

Pasos para ser más saludable

				
Granos	Vegetales	Frutas	Lácteos	Proteínas
Haga que la mitad de sus granos sea integral	Varié sus vegetales	Concéntrese en las frutas	Coma alimentos ricos en calcio	Adelgace con proteína

WIC es financiado por el Departamento de Agricultura de los E.E.U.U.

De acuerdo a lo establecido por las leyes Federales y el Departamento de Agricultura de los EE.UU. (USDA, por sus siglas en inglés), se prohíbe a esta institución la discriminación por raza, color, origen nacional, sexo, edad o discapacidad.

Para presentar una queja, de discriminación, escriba a USDA, Director, Office of Civil Rights, Room 326-W Whitten Building, 1400 Independence Avenue, SW Washington, DC 20250-9410.

O llame al teléfono (202) 720-5964 (voz y TDD). USDA es un proveedor y empleador que ofrece oportunidad igual a todos.

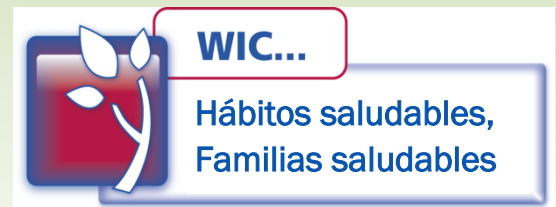


buncombecounty.org

WIC

...ayuda con alimentos saludables para mujeres, bebés y niños

- Mujeres embarazadas
- Mujeres que han tenido bebé(s) en los últimos 6 meses
- Bebés (infantes)
- Niños menores de 5 años



Departamento de Salud del Condado de Buncombe
Asheville, NC 28801
828-250-5000

SERVICIO DE INTÉRPRETES GRATIS
DISPONIBLE