

Adiós cheques de papel,

# ¡Hola tarjeta de WIC!



Las familias ahora pueden obtener la nueva tarjeta de WIC de California en sus oficinas locales de Mujeres, Bebés y Niños (WIC). ¡Compras flexibles y fáciles en la tienda con la tarjeta WIC!

¡Sí!

¡Se les anima aplicar a las mujeres recién embarazadas, las familias trabajadoras, incluyendo las familias militares y migrantes! Los papás, abuelos, padres de acogidas o tutores que cuidan a niños elegibles son bienvenidos a WIC.



**WIC es un programa de educación nutricional para mujeres, bebés y niños.**

## Los beneficios de WIC incluyen:

- Alimentos saludables
- Información sobre nutrición y salud
- Apoyo para amamantar
- Referencias a servicios médicos y servicios comunitarios

## Usted puede calificar si:

- Está embarazada, dando pecho, o acaba de tener un bebé;
- Tuvo una pérdida de embarazo reciente;
- Tiene o cuida a un niño menor de 5 años;
- Tiene un ingreso bajo a mediano;
- Recibe beneficios de Medi-Cal, CalWORKS (TANF), o CalFresh (SNAP); y
- Vive en California

## Sacramento County WIC Program

(916) 876-5000

[www.saccountywic.net](http://www.saccountywic.net)



Visite a [MyFamily.WIC.ca.gov](http://MyFamily.WIC.ca.gov)

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.