

WIC DE DELAWARE
TE PUEDE AHORRAR
dinero



¡MIRA CUÁNTO DINERO TE PUEDE AHORRAR WIC CADA MES
EN EL PRESUPUESTO DE COMIDA PARA TU FAMILIA!



DELAWARE HEALTH AND SOCIAL SERVICES
Division of Public Health
WIC Program



DEPENDIENDO DE TU CATEGORÍA, WIC PODRÍA AHORRARLE A TU FAMILIA MÁS DE \$3000 AL AÑO.

Las mujeres que no amamantan reciben:

\$36 AL MES
DE VALOR PROMEDIO

Ejemplo de asignación mensual:

- 3 galones de leche
- 1 docena de huevos
- 36 oz de cereal
- (2) 11.5-12 oz de jugo a base de concentrado
- 18 oz de mantequilla de cacahuete
- 16 oz de queso
- 32 oz de yogur
- \$11 en frutas y vegetales frescos

**Servicios de educación y asesoría nutricional: valor de \$60

Las mujeres embarazadas reciben:

\$48 AL MES
DE VALOR PROMEDIO

Ejemplo de asignación mensual:

- 4 ½ galones de leche
- 1 docena de huevos
- 36 oz de cereal
- 18 oz de mantequilla de cacahuete
- 16 oz de queso
- 32 oz de yogur
- (3) 11.5-12 oz de jugo a base de concentrado
- 1 lb de frijoles, chícharos o lentejas secos
- 16 oz de pan o tortillas de trigo integral
- \$11 en frutas y vegetales frescos

**Servicios de educación y asesoría nutricional: valor de \$100

Las mujeres que amamantan exclusivamente reciben:

\$68 AL MES
DE VALOR PROMEDIO

Ejemplo de asignación mensual:

- 6 galones de leche
- 2 docenas de huevos
- 36 oz de cereal
- (3) 11.5-12 oz de jugo a base de concentrado
- 18 oz de mantequilla de cacahuete
- 32 oz de queso
- 32 oz de yogur
- 30 oz de pescado enlatado
- \$11 en frutas y vegetales frescos
- 1 lb de frijoles, chícharos o lentejas secos
- 16 oz de pan o tortillas de trigo integral

Para las mujeres que amamantan parcialmente, el tipo y la cantidad de comida, así como los ahorros mensuales, podrían variar.

Hay auxiliares de enfermería disponibles mediante consulta. Valor promedio: \$120-\$254

**Servicios de educación y asesoría nutricional: valor de \$100

Los bebés amamantados reciben:

\$87 AL MES
DE VALOR PROMEDIO

Leche materna: nutritiva y natural; un alimento perfecto para tu bebé.

- *(3) cajas de cereal para bebé de 8 oz
- *(64) frascos de alimentos para bebé a base de frutas y vegetales de 4 oz
- *(31) frascos de alimentos para bebé a base de carnes de 2.5 oz

ACCESO GRATUITO A ASESORES DE LACTANCIA MATERNA

ES POSIBLE QUE HAYA EXTRACTORES DE LECHE DISPONIBLES MEDIANTE CONSULTA.

Para los bebés que son amamantados parcialmente, el tipo y la cantidad de comida podrían variar.

Los cálculos se basan en bebés y madres en lactancia materna promedio de WIC que reciben unas tres horas de apoyo para la lactancia materna.

**Servicios de educación y asesoría nutricional: valor de \$100

Los bebés no amamantados reciben:

\$31 AL MES
DE VALOR PROMEDIO

Ejemplo de asignación mensual:

- Fórmula suplementaria (el costo es variable)
- *(3) cajas de cereal para bebé de 8 oz
- *(32) frascos de alimentos para bebé a base de frutas y vegetales de 4 oz
- **Servicios de educación y asesoría nutricional: valor de \$100

Los niños reciben:

\$44 AL MES
DE VALOR PROMEDIO

Ejemplo de asignación mensual:

- 3 galones de leche
- 1 docena de huevos
- 36 oz de cereal
- 18 oz de mantequilla de cacahuete
- 16 oz de queso
- 32 oz de yogur
- (2) envases de jugo de 64 oz
- \$9 en frutas y vegetales frescos
- 32 oz de pan o tortillas de trigo integral
- **Servicios de educación y asesoría nutricional: valor de \$100



Acceso a dietistas registrados, nutricionistas de WIC y madres asesoras para la lactancia materna en clínicas.

*Los beneficios de alimentos para bebé comienzan a los 6 meses de edad.

**Esto representa el costo promedio que pagaría una persona que busca servicios similares en el sector privado.



Si tienes preguntas sobre el programa WIC, llama hoy mismo: **1-800-222-2189** | de.gov/wic

¿QUÉ ES WIC?

WIC (Women, Infant and Children; Mujeres, bebés y niños]) es un programa de nutrición especial para mujeres embarazadas, posparto y en lactancia materna, bebés y niños de menos de 5 años.

WIC te proporciona alimentos nutritivos gratuitos para complementar tu dieta. WIC también proporciona apoyo para la lactancia materna y educación nutricional para ayudar a que tú y tus hijos estén sanos y coman bien.

PARA CALIFICAR PARA RECIBIR BENEFICIOS DE WIC, DEBES:

- ✓ vivir en el estado de Delaware
- ✓ cumplir el requisito relacionado con los ingresos
- ✓ tener la necesidad de recibir los alimentos complementarios especiales que WIC ofrece

Su hijo puede permanecer en WIC hasta que tenga 5 años.

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.

CLÍNICAS DEL CONDADO DE NEW CASTLE

Claymont Community Center 3301 Green St., Claymont, DE 19703	283-7540
Hudson State Service Center 501 Ogletown Rd., Newark, DE 19711	283-7540
Northeast State Service Center 1624 Jessup St., Wilmington, DE 19802	283-7540
West End Neighborhood House 710 N. Lincoln St., Wilmington, DE 19805	283-7540

CLÍNICAS DEL CONDADO DE KENT

Milford Riverwalk 253 NE Front St., Milford, DE 19963	424-7220
Smyrna State Service Center 200 S. DuPont Blvd., Ste. 101, Smyrna, DE 19977	424-7220
Williams State Service Center 805 River Rd., Dover, DE 19901	424-7220

CLÍNICAS DEL CONDADO DE SUSSEX

Pyle State Service Center 34314 Pyle Center Rd., Frankford, DE 19945	424-7220
Shipley State Service Center 350 Virginia Ave., Seaford, DE 19973	424-7220
Georgetown; ubicado en La Red 21444 Carmean Way, Georgetown, DE 19947	424-7220
Community Resource Center (CRC) 37510 Oyster House Rd., Rehoboth Beach, DE 19971	424-7220

