

Do you have a child under 5? Are you pregnant or breastfeeding?

WIC OFFERS FAMILIES

- Personalized nutrition consultations
- Checks for free, healthy food
- Tips for eating well to improve health
- Referrals for medical and dental care, health insurance, child care, housing and fuel assistance, and other services that can benefit the whole family

Call **1-800-WIC-1007**

or visit www.mass.gov/wic



GOOD FOOD and A WHOLE LOT MORE!
WIC Nutrition Program
Nutrition Division • MA Department of Public Health
TDD/TTY: 617-624-5992

This institution is an equal opportunity provider.



Check these guidelines to see if WIC
might be right for your family.

HOUSEHOLD SIZE	YEARLY	MONTHLY	WEEKLY
1	\$19,240	\$1,604	\$370
2	25,900	2,159	499
3	32,560	2,714	627
4	39,220	3,269	755
5	45,880	3,824	883
6	52,540	4,379	1,011
7	59,200	4,934	1,139
8	65,860	5,489	1,267

IF YOU ARE PREGNANT, YOU SHOULD COUNT YOURSELF AS TWO.

¿Tiene un hijo menor de 5 años?

¿Está embarazada o amamantando/lactando?

WIC OFRECE A LAS FAMILIAS

- Cupones para adquirir alimentos saludables GRATIS
- Ideas para planificar las comidas
- Ayuda para amamantar/lactar
- Referidos para recibir atención médica y dental, guardería, vivienda y otros servicios para su familia

Llame al **1-800-942-1007**

o visite www.mass.gov/wic

Verifique estas pautas para decidir si WIC es el
programa adecuado para su familia.

TAMAÑO DE FAMILIA	ANUAL	MENSUAL	SEMANTAL
1	\$19,240	\$1,604	\$370
2	25,900	2,159	499
3	32,560	2,714	627
4	39,220	3,269	755
5	45,880	3,824	883
6	52,540	4,379	1,011
7	59,200	4,934	1,139
8	65,860	5,489	1,267

SI USTED ESTÁ EMBARAZADA, DEBE CONTARSE POR 2.



BUENOS ALIMENTOS y MUCHO MÁS!
Programa de Nutrición WIC
División de Nutrición • Departamento de Salud Pública de MA
TDD/TTY: 617-624-5992

Esta institución ofrece igualdad de oportunidad en los servicios.

