

Quý vị có biết?

- Nếu quý vị nhận được SNAP, MA hoặc TANF, quý vị cũng có thể đăng ký tham gia WIC.
- Trong hầu hết các trường hợp, WIC có khung thu nhập cao hơn SNAP, MA or TANF. Vì thế, nếu quý vị không đủ điều kiện tham gia các chương trình này, quý vị vẫn có thể đủ điều kiện tham gia WIC.
- Hầu hết các gia đình trong Chương trình Head Start và Early Head Start đủ điều kiện tham gia WIC.
- Con nuôi dưới 5 tuổi đủ điều kiện tham gia WIC. Không cần xét thu nhập của bố mẹ nuôi.
- WIC không yêu cầu giấy tờ chứng minh tư cách công dân.

Hướng dẫn khung thu nhập WIC

Quy mô hộ gia đình	*Hàng tháng (Xấp xỉ)
1	2,096 USD
2	2,823 USD
3	3,551 USD
4	4,279 USD

Với mỗi nhân khẩu bổ sung, cộng thêm:

\$728

*Thu nhập (trước thuế) có hiệu lực từ ngày 1/7/2022.

Với mỗi trẻ sơ sinh chưa sinh ra, cộng thêm một khẩu vào hộ.

Tôi đăng ký như thế nào?

Hãy bắt đầu trực tuyến tại pawic.com hoặc gọi tới

**1-800-WIC-WINS
(1-800-942-9467).**



www.health.pa.gov

www.pawic.com



**Lựa chọn sức khỏe.
Lựa chọn WIC!**



PA WIC được tài trợ bởi USDA. Tổ chức này luôn mang tới cơ hội bình đẳng cho tất cả mọi người.

Vietnamese - Outreach Brochure

WIC LÀ GÌ?

WIC là Chương trình Dinh dưỡng bổ sung đặc biệt, giúp cải thiện và tăng cường sức khỏe của phụ nữ, trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ. Dịch vụ của WIC được cung cấp miễn phí cho quý vị và gia đình.

“WIC đã giúp tôi lựa chọn thực phẩm lành mạnh hơn cho con tôi và có thể tiết kiệm hóa đơn mua hàng của mình.”

-- Chia sẻ của một bà mẹ trong chương trình WIC

AI ĐỦ ĐIỀU KIỆN THAM GIA?

- **Phụ nữ** có thai, đang cho con bú, hoặc mới sinh con (dưới 6 tháng tuổi)
- **Trẻ sơ sinh**
- **Trẻ nhỏ** dưới 5 tuổi

Quý vị phải sinh sống tại Pennsylvania, có nhu cầu dinh dưỡng và không vượt quá khung thu nhập.

WIC là chương trình dành cho phụ huynh sau kết hôn, cha/mẹ đơn thân, các gia đình lao động trung lưu và người thất nghiệp. Nếu quý vị làm cha, mẹ, cha/mẹ nuôi hoặc người bảo hộ hợp pháp của trẻ dưới 5 tuổi, quý vị có thể đăng ký tham gia WIC cho con mình.



WIC CÓ THỂ GIÚP ĐỠ GIA ĐÌNH TÔI NHƯ THẾ NÀO?

Cung cấp dịch vụ sàng lọc và thư giới thiệu đến các dịch vụ y tế và các dịch vụ khác

- Xét nghiệm sắt xem có thiếu máu hay không
- Tiêm chủng, sàng lọc y tế và chì
- Thư giới thiệu đến các chương trình SNAP, MA, TANF, CHIP, Healthy Beginnings Plus, chương trình Head Start, ngân hàng thực phẩm v.v.

Tư vấn ăn uống lành mạnh

- Giáo dục dinh dưỡng một đối một
- Tài liệu về dinh dưỡng
- Thông tin trực tuyến

Hỗ trợ nuôi con bằng sữa mẹ

Nuôi con bằng sữa mẹ mang lại rất nhiều lợi ích về sức khỏe, dinh dưỡng, kinh tế và tình cảm cho mẹ và bé. WIC giúp các bà mẹ tiếp tục nuôi con bằng sữa mẹ ngay cả khi họ đã trở lại làm việc.

Cung cấp thực phẩm lành mạnh

- ✓ Sữa
- ✓ Phô mai
- ✓ Sữa chua
- ✓ Đồ uống từ đậu nành
- ✓ Đậu phụ
- ✓ Trái cây và rau củ (tươi, đông lạnh hoặc đóng hộp)
- ✓ Đậu/Đậu xanh phơi khô hoặc đóng hộp
- ✓ Trứng
- ✓ Bơ đậu phộng
- ✓ Cá đóng hộp
- ✓ Nước ép
- ✓ Ngũ cốc
- ✓ Các loại ngũ cốc nguyên hạt (bánh mì, bánh tortilla, yến mạch, gạo lứt và mì ống)
- ✓ Thức ăn cho trẻ sơ sinh
- ✓ Sữa công thức và các chất bổ sung cần thiết về mặt y khoa

