

VIGENTE DESDE NOVIEMBRE DE 2012



FOLLETO DEL PROGRAMA

INFORMACIÓN PARA LOS CLIENTES



WIC PROPORCIONA BUENOS ALIMENTOS Y MUCHO MÁS

WIC es un programa de nutrición que proporciona educación sobre nutrición y salud, ayuda durante la lactancia materna, proporciona alimentos saludables y referencias a otros servicios gratuitos, para las familias de Indiana que cumplan los requisitos. WIC apoya: programa especial de nutrición complementaria para Mujeres, Bebés y Niños (Women, Infants y Children).

WIC OFRECE A LAS FAMILIAS:

- Fomenta y ayuda la lactancia materna
- Cheques para comprar alimentos saludables
- Refiere a servicios de salud y servicios sociales
- Exámenes y referencias para vacunación
- Sugerencias para comer bien con el fin de mejorar la salud

EL PERSONAL DE NUTRICIÓN DE WIC SE REÚNE CON CADA CLIENTE DE WIC PARA:

- Analizar la dieta y los comportamientos relacionados con la salud
- Proporcionar asesoría individual sobre nutrición
- Ayudar a las familias a realizar cambios para lograr una mejor salud
- Ofrecer una variedad de alimentos saludables

Para más información acerca del Programa WIC de Indiana y/o Educación sobre Nutrición y Lactancia Materna, vaya a: www.wic.in.gov



Qué se debe llevar o quiénes deben ir a su cita del WIC:

✓ **Cada persona que está solicitando el programa WIC.**

✓ **El padre y la madre, el tutor o el protector del bebé, niño o mujer menor de 18 años de edad que está solicitando al programa WIC.**

✓ **Comprobante de ingresos.** Los documentos de ingresos de todos los integrantes de su familia que trabajan o tienen una fuente de ingresos.

Por ejemplo:

- El recibo del pago de salario de los últimos 30 días. Si recibe pago quincenalmente, traiga los 2 recibos de pago; o, si recibe pago semanalmente, traiga los 4 recibos de pago.

- Carta de concesión de pensión alimenticia, manutención para menores de edad, seguridad social (incluyendo el Ingreso Suplementario de Seguridad = SSI).
- Subsidio por desempleo o indemnización para trabajadores.

Usted podría ser automáticamente elegible por ingresos si usted o algunos integrantes de la familia participan en Medicaid, Ayuda Temporal para Familias Necesitadas (TANF) o Cupones de alimento (SNAP). (Se requiere un comprobante de elegibilidad).

✓ **Comprobante de identidad** para usted mismo y cada persona que se solicita el programa WIC.

Por ejemplo:

- Licencia de conducir
- Historial de vacunas
- Historia clínica
- Licencia de matrimonio
- Documento de identificación con fotografía
- Certificado de nacimiento

✓ **Comprobante de dirección**

Por ejemplo:

- Recibo o carta comercial dirigida a usted
- Recibo de pago de arrendamiento
- Licencia de conducir vigente

✓ **Historial de vacunas** para todos los bebés y niños de hasta 2 años de edad que se solicitan el programa WIC.

ALIMENTOS PARA BEBÉS Y CEREAL/LECHE PARA BEBÉS, QUESO Y HUEVOS

FRUTAS Y VERDURAS

JUGO

CEREALES PARA EL DESAYUNO

GRANOS ENTEROS, FRIJOLES, MANTEQUILLA DE MANÍ Y PESCADO

Alimentos para bebés

Los cheques que requieren la compra de la marca BeechNut únicamente finalizan en diciembre 31 de 2012.

FRUTAS Y VERDURAS

Cualquier marca - envase de 4 oz.

Incluye un solo ingrediente o combinación de frutas y/o verduras (por ejemplo, manzana-plátano, batata-manzana).



No se incluyen:

- Mezclas con cereal, postres o combinaciones de alimentos (por ejemplo, carne y verduras, arroz, pasta, yogur o fideos)
- Palitos de carne, alimentos orgánicos, azúcar agregada, almidón, sal u Omega 3 (DHA)

CARNES

Cualquier marca - envase de 2.5 oz.

(Sólo carne, puede incluir caldo o sustancia de carne)

Productos disponibles:

- Pavo y Caldo • Pollo y Caldo • Carne de Res y Caldo • Jamón y Caldo



Leche

LECHE LÍQUIDA

Blanca únicamente, tipo y tamaño especificados en el cheque.

- Entera o con vitamina D
- Grasa reducida (2%), baja en grasa (½ ó 1%), o sin grasa (desnatada)

LECHE ESPECIAL Según se indica en el cheque.

- Evaporada: 12 oz.
- Sin lactosa: cuarto de galón o ½ galón*
- Dulce fermentada con Acidophilus: ½ galón
- UHT
- Polvo: 9.6 oz. ó 25.6 oz.
- 8th Continent Soymilk Original únicamente, ½ galón

*Dos envases de 1 cuarto de galón pueden sustituirse por ½ galón para obtener la máxima cantidad indicada en el cheque.

No se incluyen: Con sabor, imitación, orgánica, no-láctea, suero de la leche, Milnot o Vitamite.

Queso

HECHO EN EE.UU., PREEMPACADO

8 oz. a 16 oz.

Elija queso normal, suave, bajo en grasa, o sin grasa; en bloque, rebanado, rallado, en bolsa, en cubos, en cordón, en barra, o desmenuzado.

Cualquiera de los siguientes sabores o combinaciones de sabores:

- Americano - pasteurizado
- procesado
- Cheddar
- Colby
- Colby-Jack
- Monterey Jack
- Mozzarella
- Provolone
- Suizo

No se incluyen: del área de charcutería/cremería, de peso aleatorio (tamaños no-uniformes etiquetados normalmente en decimales, por ejemplo, 0.62 lb.), alimentos con queso, producto, sustituto o crema para untar, imitación, condimentado, saborizado, orgánico, importado, o cualquier tamaño inferior a 8 oz.

Cereal para bebés

CUALQUIER GRANO O MEZCLA DE GRANOS

Cualquier marca - caja de 8 oz.

No se incluyen: Alimentos enlatados, fórmula, fruta, alimento orgánico o paquetes surtidos, Omega 3 (DHA).



Huevos

CUALQUIER TAMAÑO, BLANCOS O MARRONES

1 docena

No se incluyen:

Bajos en colesterol, orgánicos, Eggland's Best u otros huevos especiales, de gallinas no acorraladas, o de libre movimiento.



ALIMENTOS PARA BEBÉS Y CEREAL/LECHE PARA BEBÉS, QUESO Y HUEVOS

FRUTAS Y VERDURAS

JUGO

CEREALES PARA EL DESAYUNO

GRANOS ENTEROS, FRIJOLES, MANTEQUILLA DE MANÍ Y PESCADO

Frutas y verduras

Cantidad en dólares especificada en el Cheque/Cupón de Valor en Efectivo.

CONGELADAS

Cualquier variedad de frutas congeladas sin azúcar agregada.

Cualquier variedad de verduras congeladas excepto las papas blancas.

No se incluyen: Paquetes con azúcar agregada, aceites o grasas, hierbas o especias, cremas, salsas o apanadas.

ENTERAS O CORTADAS FRESCAS

(Incluye frutas simples, en bolsa)

No se incluyen: Papas rojas, Yukon Gold, Rojizas y otras clases de papas blancas (los camotes y batatas se permiten); verduras encurtidas; aceitunas; hierbas o especias; nueces; elementos del mostrador de ensaladas; flores comestibles; calabazas ornamentales o decorativas, o bandejas para fiestas con salsa para untar, condimentos o cubos de pan tostado.



Sugerencias para ayudarle a recibir el máximo valor de su Cupón de Valor en Efectivo para Frutas y Verduras

- ✓ Considere comprar artículos de precio fijo (artículos pre-embolsados con un precio pre-determinado)
- ✓ Compre artículos que no han sido pre-cortados (el melón rebanado cuesta más que uno entero que usted pele y corte en rebanadas en casa)
- ✓ Utilice los cupones para disminuir el precio de los artículos y ofertas especiales de tienda
- ✓ Compre “en temporada” para obtener los precios de productos agrícolas más bajos
- ✓ Si usted excede la cantidad del cupón, solicite ayuda al cajero para seleccionar los artículos que deben retirarse de la transacción

Tabla para comprar frutas y verduras

Precio por libra	Libras					
	1½	2	2½	3	3½	4
\$0.69	\$1.04	\$1.38	\$1.73	\$2.07	\$2.42	\$2.76
\$0.99	\$1.49	\$1.98	\$2.48	\$2.97	\$3.47	\$3.96
\$1.49	\$2.24	\$2.98	\$3.73	\$4.47	\$5.22	\$5.96
\$1.69	\$2.54	\$3.38	\$4.23	\$5.07	\$5.92	
\$1.99	\$2.99	\$3.98	\$4.98	\$5.97		
\$2.49	\$3.74	\$4.98				

RECUERDE

Los Cupones de Valor en Efectivo para Frutas y Verduras son redimibles hasta la cantidad indicada en el cupón (\$6.00, \$10.00, ó \$15.00). Si el precio de compra excede el valor indicado, el participante puede pagar la cantidad adicional de otra forma o elija comprar una cantidad inferior. No se permite el dinero de devuelta ni las tarjetas de regalo.



FRUTAS Y VERDURAS

JUGO

CEREALES PARA EL DESAYUNO

GRANOS ENTEROS, FRIJOLES, MANTEQUILLA DE MANÍ Y PESCADO

Jugo

El tamaño se especifica en el cheque.

100% jugo (fruta o verdura) y vitamina C al 120% como mínimo

ALMACENABLE A TEMPERATURA AMBIENTE O REFRIGERADO

64 oz. únicamente. Cualquier envase. *Sólo para niños*



Juicy Juice

Cualquier sabor



Old Orchard

Cualquier 100% jugo - excepto el Premium



Welch's

Uva - púrpura, roja o blanca **únicamente**



V8

Sólo normal o jugo de verduras bajo en sodio



Campbell's

Sólo normal o jugo de tomate bajo en sodio



Jugo de toronja

Cualquier marca



Jugo de naranja

Cualquier marca



Jugo de manzana

Hy-Top, Indian Summer, Lucky Leaf, Musselman's o Seneca

No se incluyen: Refrescos, jugos combinados, refrescos con fruta, refrescos con jugo, o jugos orgánicos.

CONCENTRADO CONGELADO

11.5 oz. a 12 oz. *Sólo para mujeres*



Seneca

Jugo de manzana



Seneca

Jugo de uva



Kroger

Jugo de manzana



Dole

Cualquier sabor



Jugo de naranja

Cualquier marca



Jugo de toronja

Cualquier marca



Welch's

Cualquier sabor con etiqueta amarilla



Old Orchard

Cualquier sabor con etiqueta verde

CONCENTRADO NO CONGELADO

11.5 oz. a 12 oz. *Sólo para mujeres*



Welch's

Cualquier sabor



Juicy Juice

Cualquier sabor



JUGO

CEREALES PARA EL DESAYUNO

GRANOS ENTEROS, FRIJOLES, MANTEQUILLA DE MANÍ Y PESCADO

Cereal



= Cereal integral



= 100% del valor diario de ácido fólico

*Mujeres embarazadas y mujeres que estén deseando quedar embarazadas: Busque los cereales con 100% de valor diario (DV) de ácido fólico.

CEREAL FRÍO

10 oz. o más, cualquier combinación no superior a 36 oz.



Banana Nut Crunch



Cheerios
(Normal únicamente)



Multi Grain Cheerios



Corn Chex



Rice Chex



Wheat Chex



Corn Flakes
(Normal únicamente)



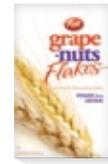
Crispix



Crispy Rice



Grape-Nuts



Grape-Nuts Flakes



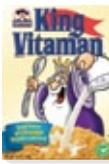
Honey Bunches of Oats - Almonds



Honey Bunches of Oats - Honey Roasted



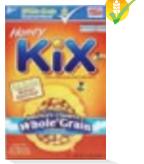
Honey Bunches of Oats - Cinnamon Bunches



King Vitamin



Kix



Honey Kix



Life



Frosted Mini Spooners



Frosted Mini Wheats Bite Size
(sin fruta, vainilla de arce ni orgánico)



Frosted Mini Wheats Big Size



Unfrosted Mini Wheats - Bite Size



Oatmeal Squares - Brown Sugar



Oatmeal Squares - Cinnamon



Rice Krispies



Special K
(Original, sin fruta)



Total
(Normal únicamente)



Wheaties
(Normal únicamente)

CEREAL CALIENTE



CoCo Wheats



Cream of Wheat Whole Grain 2-1/2 minute



Cream of Wheat - Original 1, 2-1/2, 10 minute



Quaker Oatmeal
(Instantáneo, sabor original únicamente)



Malt-O-Meal
(Original únicamente)

MANERAS DE COMPRAR 36 ONZAS DE CEREAL

$$12 \text{ oz} + 24 \text{ oz} = 36 \text{ oz}$$

$$18 \text{ oz} + 18 \text{ oz} = 36 \text{ oz}$$

$$12 \text{ oz} + 12 \text{ oz} + 12 \text{ oz} = 36 \text{ oz}$$

$$18 \text{ oz} + 17.5 \text{ oz} = 35.5 \text{ oz}$$

CEREALES PARA EL DESAYUNO

GRANOS ENTEROS, FRIJOLES, MANTEQUILLA DE MANÍ Y PESCADO

Granos integrales

PAN

16 oz. únicamente

Barra de pan de trigo integral o pan integral.



Aunt Millie's

- Espiral con Arándano-Manzana
- Espiral con uvas pasas
- Blanco integral



Bunny

100% de Trigo Integral



Healthy Life

- 100% de Trigo Integral
- 100% de Trigo Integral, sin azúcar



Pepperidge Farm

- 100% de Trigo Integral, Molido tradicionalmente
- 100% Trigo Integral, Muy Blando y Delgado



Roman Meal

100% de Trigo Integral



Sara Lee

100% de Trigo Integral, Clásico



Wonder

100% de Trigo Integral, Blando



Nature's Own

100% de Trigo Integral, sin Azúcar



Best Choice

100% de Trigo Integral



Schnuck's

100% de Trigo Integral

Not included: Buns, rolls, bagels, or bakery.

TORTILLAS

16 oz.



Chi-Chi's

Trigo o Maíz Integral



La Banderita

Trigo o Maíz Integral



Mission

Trigo o Maíz Integral



Best Choice

Trigo o Maíz Integral



Don Pancho

Trigo o Maíz Integral



La Burrita

Maíz



Ortega

Trigo Integral

ARROZ INTEGRAL

Hasta 16 oz.



Cualquier marca, sin condimento, en cajas o bolsas, instantáneo, rápido o normal

Frijoles, Arvejas y Lentejas

SECOS

Bolsa de 1 lb.

ENLATADOS

Cualquier combinación no superior a 64 oz.

- Sin grasa, Refrito
- Frijoles rojos (podrían tener una pequeña cantidad de azúcar)
- Garbanzo (granos de garbanzo)
- Blancos
- Great Northern
- Negros

No se incluyen: Frijoles en caja, horneados, amarillos, orgánicos, sopas, con azúcar, grasas, aceites o carnes agregadas.

Mantequilla de maní

NORMAL O TOSTADO

Fascos de 18 oz. únicamente

No se incluyen: Crema para untar, orgánica, mezclada con gelatina, malvavisco o miel.

Pescado

Para madres en lactancia materna total.

ENVASADO EN AGUA, ACEITE O CALDO DE VERDURAS

Hasta 30 oz., lata o bolsa de lámina, cualquier tamaño

- Atún Ligero
- Salmón rosado
- Sardinias (se permite condimentadas)

No se incluyen: Atún o salmón condimentado, fresco o congelado, atún de aleta amarilla o atún albacora, u orgánico.

La Lactancia Materna es Saludable para los Bebés

Cada madre con su propia leche materna puede ayudar a su bebé a crecer y desarrollarse. Además, de una solución saludable es económica.

Saludable para los **BEBÉS**

- La mejor nutrición posible
- Fácil de digerir
- Reduce los riesgos del Síndrome Infantil de Muerte Súbita (SIDS), infecciones del oído, Virus Respiratorio Sincitial (RSV) y diarrea
- Ayuda a prevenir enfermedades crónicas tales como la diabetes, asma, enfermedades del corazón y cáncer
- Estimula el crecimiento del cerebro

Saludable para las **MADRES**

- Favorece la pérdida de peso después del embarazo
- Previene enfermedades crónicas tales como la osteoporosis y el cáncer
- Siempre lista a la temperatura correcta

Excelente para las **FAMILIAS**

- Ayuda a las madres y bebés a permanecer saludables
- Las madres y bebés saludables son más activos y listos para jugar
- Ahorra tiempo, dinero y protege el medio ambiente

Indiana WIC tiene Especialistas en Lactancia y Consejeros entre los empleados para proporcionar asesoría sobre lactancia materna sin ningún costo. WIC puede ayudar con cualquier dificultad incluyendo la transición cuando se regresa al trabajo o la escuela.

Sólo las madres que amamantan y sus bebés reciben subsidios adicionales para alimentos.



Referencias

Pregunte al personal de WIC acerca de los servicios en su área. Una función específica del proceso de certificación WIC de Indiana es realizar referencias para Medicaid y otros programas de servicio social. Aunque el programa WIC de Indiana no proporciona atención médica, el WIC de Indiana remitirá todos los solicitantes a los proveedores de atención médica según lo apropiado. Algunas de las remisiones incluyen:

- Medicaid
- TANF (Ayuda Temporal para Familias Necesitadas)
- Cupones de Alimentos SNAP
- Programas de salud materno-infantil
- Programa Ampliado de Alimentos y Nutrición ofrecido por los Servicios de Extensión Cooperativos
- Hoosier Healthwise
- Familias Saludables
- Head Start
- Departamentos de Salud del Condado para Vacunas
- Aplicación de la manutención
- Centros locales de tratamiento contra narcóticos
- Consultorios médicos incluyendo consultorios privados y centros de salud comunitarios
- Despensas Alimenticias Locales y Albergues



BENEFICIOS DE LA LACTANCIA MATERNA Y REMISIONES

CÓMO UTILIZAR EL CHEQUE WIC

SUGERENCIAS Y RECORDATORIOS

PREGUNTAS FRECUENTES / SUS DERECHOS Y RESPONSABILIDADES

Indiana State Department of Health
WIC Program

10041819 JOHN C DOE 01/01 76948959
WIC ID NO NAME OF PARTICIPANT TAG/CL

Payable Through
United Community Bank
Marietta, GA
64-1968
611

WIC USE ONLY

PAY TO THE ORDER OF ANY AUTHORIZED INDIANA WIC VENDOR ONLY FOR THESE ITEMS, SIZES, QUANTITIES ONLY

FIRST DAY TO USE OCT 6, 2012

APPROVED PRICE CORRECTION WIC USE ONLY

DATE USED

CASHIER INITIALS

LAST DAY TO USE NOV 5, 2012

VENDOR MUST DEPOSIT WITHIN 30 DAYS OF LAST DAY TO USE

ACTUAL \$ AMOUNT

VENDOR PLACE INDIANA WIC STAMP HERE

QTY.	DESCRIPTION (NO SUBSTITUTIONS ALLOWED)
002	GALLON CONTAINER(S) WHOLE MILK
001	HALF GALLON CONTAINER(S) WHOLE MILK
001	16 OZ OR LESS OF WIC APPROVED CHEESE
001	64 OZ CONTAINER(S) JUICE
001	16 OZ WHOLE WHEAT OR WHOLE GRAIN BREAD OR UP TO 16 OZ BROWN RICE OR 16 OZ SOFT WHOLE WHEAT OR CORN TORTILLAS XXX END OF ORDER XXXX

PARTICIPANT/PROXY SIGN HERE ONLY AFTER PRICE IS ENTERED

⑈ 769489596⑈ ⑆ 061119684⑆ 02503027⑈

Cómo utilizar el cheque WIC

- 1 Verifique que el nombre del participante (Name of Participant) está mostrado. Comuníquese con su clínica WIC local si otra persona necesita utilizar el cheque WIC.
- 2 Verifique las fechas. La fecha debe ser igual o después de la fecha “Primer día para uso” (First Day to Use) y antes o igual a la fecha “Último día para uso” (Last Day to Use).
- 3 Elija los artículos que desea comprar de la lista de “Alimentos Autorizados” (Authorized Food) mostrada en el cheque WIC. Busque en este folleto los artículos aprobados por WIC.
- 4 Agrupe los alimentos WIC según lo que se indica en cada cheque. Mantenga separados los alimentos WIC de cualquier otro alimento que usted pudiera comprar.
- 5 Después de escanear sus artículos, el señor cajero escribirá el valor total de sus alimentos WIC.
- 6 El señor cajero le devolverá el cheque para que usted lo firme. Nunca firme un cheque WIC antes de haberse escrito el “Valor total en dólares” (Actual \$ Amount).
- 7 Muestre su Tarjeta de Identificación del Programa WIC al señor cajero.

Busque etiquetas de estante correspondientes establecidas por muchos artículos WIC aprobados.



CÓMO UTILIZAR EL CHEQUE WIC
SUGERENCIAS Y RECORDATORIOS

PREGUNTAS FRECUENTES / SUS DERECHOS Y RESPONSABILIDADES

Sugerencias y Recordatorios

- **No olvide recoger sus cheques a tiempo.**

Su clínica anotará la fecha de recogido en la parte trasera de esta carpeta. Si usted recoge sus cheques tardíamente, usted tendrá menos alimentos para el mes.

- **Cumpla las citas**

Llame a su clínica WIC si usted necesita cambiar la hora y fecha de su cita.

- **Utilice correctamente los cheques WIC.**

Compre donde se acepten los cheques WIC. Utilice sus cheques entre las fechas indicadas en cada cheque y sólo compre los alimentos indicados en el cheque y en la lista de alimentos. Firme sus cheques después de verificar que los precios son correctos.

- **Maneje cuidadosamente sus cheques WIC** – como si éstos fueran dinero en efectivo.

- **Comuníquese inmediatamente con su clínica WIC local si algo le sucede a sus cheques.**

- **Por favor recuerde no:**

- doblar, plegar, romper, cambiar o alterar los cheques WIC de ninguna manera.
- vender los cheques o los alimentos comprados con los cheques WIC.
- utilizar los cheques que usted reportó como perdidos o robados.
- recibir cheques de más de una (1) clínica.

- **Considere amamantar su bebé.**

Los bebés nacen para amamantarse. Las madres en período de lactancia reciben alimentos adicionales y permanecen en el programa WIC durante un año completo. Solicite ayuda e información acerca de la lactancia en su clínica WIC.

- **Recursos educativos**

Obtenga su educación sobre nutrición por Internet en www.wichealth.org.

- **Sea cortés con el cajero.**

- **Siempre lleve consigo su Folleto del Programa WIC para comprar alimentos WIC.**

- **¡Compre de manera inteligente!**

- Planee la manera de gastar sus cheques de modo que usted tenga alimentos para todo el mes.
- Compare los precios de los alimentos y compre alimentos de la marca menos costosa.
- Utilice los cupones y busque el aviso “compre uno, obtenga uno gratis” (buy one, get one free) y otras ofertas de la tienda.

- **Seleccione los tamaños de paquete correctos.** Cuente cuidadosamente las onzas que tendrá en o por debajo de la cantidad máxima impresa en su cheque.

- **Los alimentos WIC no pueden devolverse a la tienda a cambio de dinero en efectivo o crédito ni intercambiarse con otros artículos.**

Qué se debe llevar a la tienda de comestibles:

- ✓ Folleto del Programa WIC
- ✓ Cheques WIC
- ✓ Tarjeta de identificación del programa WIC



Preguntas Frecuentes

¿Qué sucede si me mudo a otro lugar?

Si usted planea pasarse a vivir a otro lugar en Indiana, usted puede consultar nuestro sitio web para obtener un listado de todas las oficinas WIC en el estado en www.wic.in.gov. Si usted planea mudarse fuera de Indiana, usted puede llamar a su oficina WIC local. Ellos pueden suministrarle información acerca de los programas WIC en otros estados y en el extranjero. Usted también puede llamar a la oficina WIC estatal al 1-800-522-0874.

¿Qué es un apoderado?

Un apoderado o representante es alguien en que usted confía. Usted concede permiso a esta persona para cobrar sus cheques WIC si usted no puede ir a la tienda. Si usted asigna a alguien como apoderado o representante, esa persona debe firmar su tarjeta de identificación WIC y debe llevar la tarjeta al cobrar los cheques WIC en la tienda. Usted debe asegurarse que su apoderado entiende qué alimentos debe comprar y cómo utilizar los cheques WIC.

Un apoderado o representante también puede tomar su lugar en la educación sobre nutrición o las citas de expedición de cheques. No se permite que el apoderado reemplace a los participantes en las

citas de certificación. Para la cita, el apoderado debe llevar la tarjeta de identificación del programa WIC y una forma de identificación válida.

¿Por qué los empleados del WIC no pueden hablar con mi amigo o mi madre acerca de mi hijo o acerca de mí?

El programa WIC protege su derecho a la confidencialidad. WIC no compartirá ninguna información sin su permiso. Esto incluye los horarios de citas y la información médica.

¿Qué sucede si se me pierden mis cheques WIC o si me los roban?

Si usted cree que sus cheques WIC fueron robados, reporte inmediatamente esta situación a su policía local. Los cheques WIC perdidos o robados también deben reportarse inmediatamente a su oficina WIC local. WIC podría reemplazar ciertos cheques en raras circunstancias y con la documentación requerida.

¿Qué sucede si daño mis cheques WIC?

Si usted derrama algo sobre sus cheques o los rasga, devuelva los cheques a su oficina WIC local. WIC podría reemplazarlos.

Sus Derechos y Responsabilidades

Para el Programa WIC de Indiana

DERECHOS DE LOS PARTICIPANTES

1. Ser tratados equitativamente sin importar la raza, color, nacionalidad, edad, sexo, discapacidad o religión. (Si se siente tratado injustamente, escriba o llame con su queja de derechos civiles a la USDA, Oficina de Adjudicación, dentro de un período de 180 días del presunto incidente. Las quejas de tipo religioso deben presentarse a la Comisión de Derechos Civiles de Indiana (Indiana Civil Rights Commission) dentro de un período de 180 días.
2. Solicitar una audiencia justa para apelar cualquier decisión tomada por la agencia local con respecto a su elegibilidad para el programa.
3. Recibir educación sobre nutrición, ayuda para la lactancia y referencias a otros servicios de salud o servicios sociales.

RESPONSABILIDADES DEL PARTICIPANTE

1. Utilizar correctamente los cheques WIC.
2. Tratar de manera respetuosa a los empleados de la clínica y de la tienda.
3. Suministrar información veraz.
4. Enseñar a sus apoderados o representantes su función en el programa WIC.
5. Participar en las actividades de educación sobre nutrición.
6. No vender ni intercambiar los alimentos o cheques WIC, incluyendo no vender ni comercializar los alimentos o la leche de fórmula en los sitios sociales de Internet (Ej.: Facebook, craigslist, Ebay, ventas de garaje comunitarias, etc.)

DERECHO A UNA AUDIENCIA JUSTA

Cualquier decisión que afecte su participación en el programa WIC y que usted crea es injusta puede revisarse. Usted debe solicitar, verbalmente o por escrito, una audiencia dentro de un período de 60 días de la decisión. Usted será informado por escrito con al menos 10 días de anticipación a la fecha de la audiencia.

De acuerdo con las leyes federales y la política del Ministerio de Agricultura de EE.UU., esta institución tiene prohibido discriminar en base a la raza, color, nacionalidad, sexo, edad o discapacidad. Para presentar una queja de discriminación, escriba al Ministerio de Agricultura de EE.UU. (USDA), Director, Office of Adjudication and Compliance, 1400 Independence Avenue, SW, Washington DC 20250-9410 ó llame al 800-795-3272 (voz) ó 202-720-6382 (Teleimpresora). El Ministerio de Agricultura de EE.UU. es un empleador y proveedor de oportunidades equitativas.

Fecha	Hora	Propósito de la visita		
		Recogida del cheque	Certificaciones/MDU	Nutrición / lactancia materna
Ene				
Feb				
Mar				
Abr				
Mayo				
Jun				
Jul				
Ago				
Sep				
Oct				
Nov				
Dic				

NOTIFIQUE A LA OFICINA WIC SI USTED:

- no puede cumplir una cita programada.
- dar a luz.
- dejar de amamantar.
- no puede comprar los alimentos WIC.
- tiene cualquier problema o inquietud acerca de la tienda.
- tiene preguntas acerca de los servicios WIC.
- mudarse fuera de Indiana.



¿PREGUNTAS?

Simplemente llame al **800-522-0874** ó
comuníquese con su agencia WIC local en:

www.wic.in.gov

 *Follow us on Twitter:* www.twitter.com/indianaWIC

La información en este folleto está sujeta a cambio sin previo aviso.

Esta institución es un proveedor de oportunidades equitativas.

Para finalizar su educación sobre nutrición, por favor vaya a wichealth.org.



Indiana State
Department of Health