

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

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

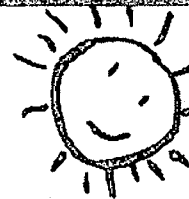
HOUSEHOLD SIZE	YEARLY	MONTHLY	WEEKLY
1	\$19,240	\$1,604	\$370
2	25,900	2,159	499
3	32,560	2,714	627
4	39,220	3,269	755
5	45,880	3,824	883
6	52,540	4,379	1,011
7	59,200	4,934	1,139
8	65,860	5,489	1,267

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



WIC Nutrition Program
Nutrition Division • MA Department of Public Health
TDD/TTY: 617-624-5992
This institution is an equal opportunity provider.

GOOD FOOD and A WHOLE LOT MORE!



¿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.

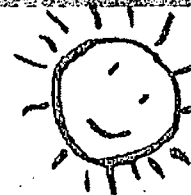
TAMARO DE FAMILIA	ANUAL	MESES	SEMANAL
1	\$19,240	\$1,604	\$370
2	25,900	2,159	499
3	32,560	2,714	627
4	39,220	3,269	755
5	45,880	3,824	883
6	52,540	4,379	1,011
7	59,200	4,934	1,139
8	65,860	5,489	1,267

SI USTED ESTÁ EMBARAZADA, DEBE CONTARSE POR 2.



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.

BUENOS ALIMENTOS y MUCHO MÁS!





**Do your children receive free or reduced school lunch?
Are you eligible for the Earned Income Tax Credit?
Do you receive Fuel Assistance?**

If you meet the criteria for these programs, you may also meet the income guidelines for the **Supplemental Nutrition Assistance Program** (SNAP, formerly known as Food Stamps). SNAP can help you provide your children with the nutritious food they need to do their best in school



For more information about SNAP and other food resources, or to find out if you are eligible, call Project Bread's FoodSource Hotline Monday - Friday from 8 a.m. to 7 p.m.; Saturday from 10 a.m. - 2 p.m.

Project Bread 
FoodSource Hotline
1-800-645-8333



¿Sus niños reciben almuerzo escolar gratuito o a precio reducido?

¿Califica usted para el reembolso de impuestos de ingresos ganados?

¿Recibe usted ayuda con el costo de calefacción?

Si usted reúne los requisitos para participar en estos programas, es probable que también pueda ser elegible para el programa federal SNAP (anteriormente conocido como Food Stamps o cupones de alimentos). SNAP puede ayudarle a proveer la comida nutritiva que sus niños necesitan para aprender mejor en la escuela.



Para más información sobre SNAP y otros recursos alimenticios, o para saber si usted es elegible, llame a la línea directa y gratuita FoodSource de Project Bread Lunes a viernes de 8:00 am.- 7:00 pm. y sábados de 10:00 am.- 2:00 pm.

Project Bread 
FoodSource Hotline
1-800-645-8333