



캘리포니아



**가족의 건강한 성장은
WIC과 함께**



WIC은 어떤 프로그램입니까?

여성, 유아 및 아동 프로그램(Women, Infants, and Children Program (WIC))은 임신부, 또는 아기를 갓 출산한 산모, 그리고 5세 이하의 아동이 음식 섭취를 잘하고 활동적으로 생활하며 건강을 지킬 수 있도록 도와주는 영양 프로그램입니다. WIC은 아동을 양육하고 있는 아버지, 조부모, 위탁부모, 또는 보호자들을 환영합니다. WIC 서비스는 무료로 제공됩니다.



자격 요건은 다음과 같습니다,

- 임신, 혹은 모유 수유 중이거나 최근에 출산 (또는 유산)을 하신 분, 또는
- 5세 미만의 자녀가 있거나 양육하시는 분, **그리고**
- 중저소득자이거나 Medi-Cal, CalWORKs(TANF) 또는 CalFresh(SNAP) 혜택을 받고 있는분, **그리고**
- 캘리포니아주에 거주하는 분.



WIC 서비스는 다음과 같습니다.

영양 및 건강에 관한 정보

- 출산 전의 영양 관리
- 모유 수유 지원
- 가족의 건강을 위한 식습관 조언
- 영양 만점의 요리법과 기타 등등



영양가 있는 음식 섭취를 위해 매달 주어지는 식품 혜택

- 과일과 채소
- 통곡물 빵, 토르티야, 파스타 또는 현미 등
- 콩, 완두콩 또는 렌틸콩
- 땅콩 버터
- 우유와 주스
- 두부와 두유
- 요거트
- 달걀
- 치즈
- 시리얼
- 생선 통조림
- 이유식 및 분유



모유 수유에 대한 정보 및 지원

여기에는 다음이 포함됩니다.

- 그룹 또는 개인 강좌
- 다른 모유 수유 경험자 또는 모유 수유 전문가로부터의 일대일 지원
- 해당 자격이 있는 참가자에게 유축기 대여



다른 연관 서비스와의 연계

의료 진료 및 기타 유용한 지역사회 서비스를 찾을 수 있도록 도움

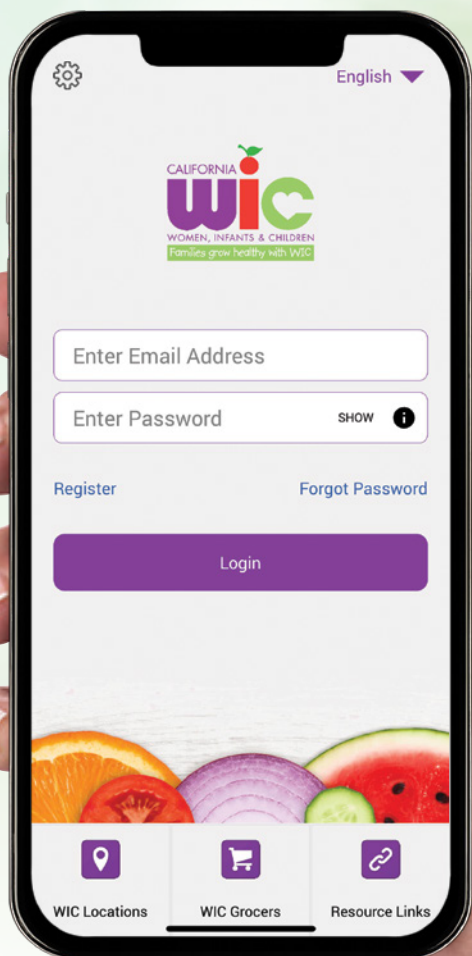


최근에 임신하신 분이나 직장인 가족
(군인 및 이민자 가족 포함)의
신청을 독려합니다!



당사 웹 사이트를 검색하십시오 MyFamily.WIC.ca.gov 또는 무료 다운로드 California WIC App:

- 자격이 되는지 알아보기
- WIC 사무소 위치 찾기
- 가까운 WIC 식료품점 위치 찾기



WIC 사무소는 어디에 있나요?

WIC 사무소는 캘리포니아주 전역에 있습니다. 가까운 WIC 사무소에 전화하여 예약 및 위치를 확인하십시오. WIC 사무소의 대다수는 방문 접수를 받고, 전화나 화상 예약을 할 수 있으며 저녁시간이나 토요일에도 운영합니다!

가장 가까운 곳의 WIC 사무소를 찾으려면 **MyFamily.WIC.ca.gov**를 검색하거나, **1-800-852-5770** 또는 아래의 지역 WIC 사무소로 전화하십시오.

귀하의 WIC 사무소:



California Department of Public Health, California WIC program

본 기관은 기회 균등 서비스 기관입니다.

1-800-852-5770 | MyFamily.WIC.ca.gov

(Korean) Rev 09/23