

Вы можете участвовать в программе WIC, если доход вашей семьи соответствует требованиям программы, а также если:

- ♦ вы беременны
- ♦ вы кормите грудью ребенка в возрасте до одного года
- ♦ вы родили ребенка в течение последних 6-ти месяцев
- ♦ у вас есть дети в возрасте до 5-ти лет
- ◇ дети, за которыми осуществляет уход отец, бабушка или дедушка, приемный родитель или опекун, а также отчим или мачеха, могут иметь право на участие в программе.



Где я могу получить дополнительную информацию о программе питания WIC в штате Мэн, осуществляемую при поддержке Центра по контролю и профилактике заболеваний?

Зайдите на наш вебсайт

www.maine.gov/WIC

или звоните **1-800-437-9300**

телетайп Maine relay 711



Департамент здравоохранения и социального обеспечения (DHHS) не допускает дискриминации на основании инвалидности, расовой принадлежности, цвета кожи, пола, гендерной идентичности, сексуальной ориентации, возраста, национального происхождения, религиозных и политических взглядов, родства, семейного положения, генетической информации, социальных связей, предшествующих заявлений требования или права либо деятельности, связанной со служебными разоблачениями при подаче заявления или получении доступа к, а также при осуществлении работы, программ, услуг или деятельности, а также при приеме на работу. Данное уведомление осуществляется согласно требованиям и в соответствии с Разделом II Закона об американцах с инвалидностью 1990 года (ADA); Разделом VI Закона о гражданских правах 1964 года, с изменениями; Разделом 504 Закона о реабилитации 1973 года, с изменениями; Закону о недопущении возрастной дискриминации 1975 года; Разделом IX Поправок к закону об образовании 1972 года; Разделом 1557 Закона о доступном медицинском обслуживании; Законом о правах человека штата Мэн; Указом о договорах об оказании услуг штата Мэн; а также с другими законодательными актами и нормативными документами, запрещающими подобную дискриминацию. Все вопросы, сообщения, жалобы и запросы на дополнительную информацию относительно ADA и практики приема на работу можно направлять координаторам DHHS ADA/EEO по адресу: 11 State House Station, Augusta, Maine 04333-0011; 207-287-4289 (V); 207-287-1871(V); или Maine Relay 711 (телетайп). Все вопросы, сообщения, жалобы и запросы на дополнительную информацию относительно ADA, а также программ, услуг и деятельности можно направлять координаторам DHHS ADA/Права граждан по адресу: 11 State House Station, Augusta, Maine 04333-0011; 207-287-3707 (V); Maine Relay 711 (телетайп); или ADA-CivilRights.DHHS@maine.gov. Жалобы относительно нарушения прав граждан можно также подавать в Департамент здравоохранения и социального обеспечения, Отдел защиты прав граждан по телефону 800-368-1019 или 800-537-7697 (для людей с полной или частичной потерей слуха); по почте на адрес: 200 Independence Avenue, SW, Room 509, HHS Building, Washington, D.C. 20201; или в электронном виде на <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>. Лицам, которые нуждаются в дополнительной помощи для эффективного общения по программам и услугам, предоставляемым DHHS, рекомендуется сообщить о своих потребностях и предпочтениях координатору ADA/Права граждан. Это уведомление также доступно в альтернативном формате при поступлении соответствующего запроса.

**Программа питания WIC в штате Мэн, осуществляемая при поддержке Центра по контролю и профилактике заболеваний
1-800-437-9300 или 207-287-3991**

Данная организация предоставляет равные возможности трудоустройства и обслуживания.

Семьи штата Мэн растут здоровыми с программой WIC



Программа питания WIC в штате Мэн, осуществляемая при поддержке Центра по контролю и профилактике заболеваний, предлагает:

- льготы для покупки продуктов здорового питания
- информацию о здоровье и питании
- полезные советы во время беременности
- поддержку при грудном вскармливании



Что такое WIC?

WIC — программа питания и здоровья для семей с детьми, которая предлагает:

- ♦ обучение по рациональному питанию
- ♦ поддержку грудного вскармливания
- ♦ медицинское обследование
- ♦ льготы при покупке полезных для здоровья продуктов питания, таких как:

- ♦ молоко, яйца, сыр и йогурт
- ♦ овощи и фрукты
- ♦ арахисовое масло
- ♦ соки
- ♦ хлопья и каши
- ♦ сухая или консервированная фасоль
- ♦ тофу или соевое молоко
- ♦ рыбные консервы
- ♦ цельнозерновые хлеб и тортильи, овсяная каша, макароны или нешлифованный рис
- ♦ детское питание
- ♦ молочные смеси



Какие льготы предоставляются новорожденным по программе WIC?

Новорожденным может быть предоставлен молокоотсос (при необходимости) или молочные смеси, обогащенные железом.

В возрасте от 6-ти месяцев они также могут получать:

- каши, овощи и фрукты для новорожденных
- мясное пюре для новорожденных (только для детей на полном грудном вскармливании)

Если у вас есть вопросы, у программы WIC есть на них ответы.

- ♦ Как следует питаться во время беременности?
- ♦ Я хочу кормить своего малыша грудью: с чего начинать?
- ♦ Мой малыш такой привередливый в питании! Что мне делать?
- ♦ Как убедить своих детей есть больше фруктов и овощей?
- ♦ Как поддерживать здоровый вес детей?
- ♦ Можно ли получить через программу WIC молокоотсос во временное пользование?

Грудное молоко является наилучшим питанием для вашего ребенка.



Сотрудники программы WIC рекомендуют молодым мамам кормить грудью.

Зайдите на наш сайт www.maine.gov/wic чтобы больше узнать о грудном вскармливании.

Местные офисы программы WIC в штате Мэн

Aroostook County Action Program

Обслуживание в округе Aroostook
Presque Isle 1-800-432-7881 или 768-3026

Bangor Public Health & Community Services

Обслуживание в округах Piscataquis и Penobscot
Bangor.....1-800-470-3769 или 992-4570

MidCoast Maine Community Action

Обслуживание в округах Knox, Lincoln, Sagadahoc и Waldo
Bath.....1-800-221-2221
Belfast.....338-1267
Rockland ...594-4329

Maine Family Planning

Обслуживание в округах Hancock и Washington
Ellsworth.....1-800-492-5550 или 667-5304
Calais.....454-3634
Machias.....255-8280

Maine General Medical Center

Обслуживание в округах Kennebec и Somerset
Augusta.....626-6350
Waterville ...861-3580
Skowhegan..861-3593 или 1-888-942-6333

The Opportunity Alliance

Обслуживание в округе Cumberland
Portland.....1-800-698-4959 или 553-5800
Windham.....553-5800

Western Maine Community Action

Обслуживание в округах Franklin, Oxford и Androscoggin
East Wilton...1-800-645-9636 или 645-3764
Auburn.....1-877-512-8856 или 795-4016

York County Community Action Corp.

Обслуживание в округе York
Sanford.....1-800-965-5762
Biddeford.....1-800-644-4202