



Alimentos Aprobados de **WIC**

PROGRAMA DE NUTRICIÓN DE WISCONSIN
PARA MUJERES, BEBÉS Y NIÑOS (WIC)



Vigente desde el 1 de noviembre de 2016 hasta el 31 de octubre de 2019



QUÉ PUEDE COMPRAR

Este Folleto de Alimentos Aprobados especifica los alimentos que aprueba el Programa WIC. Su Lista de Compras WIC o los recibos de la tienda de alimentos le indican qué alimentos aprobados puede comprar con su Tarjeta eWIC.

Para acceder a este folleto en línea, vaya a:

www.dhs.wisconsin.gov/wic/approved-foods.htm



SU TARJETA eWIC

Para acceder a su saldo e historia de compras, así como para establecer o cambiar su PIN:

Visite el sitio web de Atención al Cliente de eWIC:

www.ebtedge.com

o llame a la línea telefónica automatizada eWIC al:

1-877-231-3452

ANTES DE IR DE COMPRAS

- Examine su Lista de Compras WIC o un recibo reciente para verificar la disponibilidad de los beneficios. Los beneficios futuros no se cargarán automáticamente en su tarjeta.
- Verifique la fecha del “período del beneficio” o el “vencimiento del beneficio”.
- Cuando vaya a la tienda, lleve la Tarjeta eWIC Card, el Folleto de Alimentos Aprobados y la Lista de Compras WIC o un recibo reciente de la tienda de alimentos.
- Ir de compras temprano en el período válido para prevenir que sus beneficios sean vencidos.

DURANTE LA SELECCIÓN DE PRODUCTOS

- Seleccione la cantidad y los tamaños correctos de los paquetes de los alimentos especificados en su Lista de Compras WIC o en el saldo del recibo más reciente.
- Solo tiene permitido comprar los alimentos que figuran en la Lista de Compras WIC y en este folleto.

EN LA CAJA

- Dígame al cajero que usará su tarjeta eWIC y pregúntele si es necesario que separe sus productos.
- Utilice cupones de ahorro para los artículos que no son aprobados por WIC en sus compras sin la tarjeta eWIC para ahorros precisos.
- No se permiten vales ni pagarés.
- Use su tarjeta eWIC primero antes de SNAP/QUEST Card/FoodShare u otras formas de pago.
- Conserve su recibo después de cada compra WIC. El recibo muestra su saldo y la fecha de vencimiento de sus beneficios de alimentos.



SI UN ALIMENTO NO ES PERMITIDO EN UNA COMPRA eWIC

- Usted podría no tener saldo suficiente.
- El alimento podría no estar en su prescripción de alimentos.
- Podría no ser un Alimento Aprobado de WIC.
- Podría no estar en el sistema EBT de WIC.

Si se produce alguno de los casos mencionados, RECUERDE que el cajero no puede cambiar la situación o dejarlo comprar ese producto con su tarjeta eWIC.

Conserve su recibo, tome una fotografía del producto y el código de barras y comuníquese con su oficina local de WIC lo antes posible.

RESPONSABILIDADES

- Mantenga la seguridad de su PIN. Si alguien toma su tarjeta y conoce su PIN, podría usar todos sus beneficios de alimentos; y esos beneficios no pueden reemplazarse.
- Los alimentos de WIC no pueden devolverse o cambiarse por efectivo, crédito u otros artículos.
- Los alimentos y las fórmulas de WIC no pueden venderse, comercializarse ni regalarse.

SI TIENE UN PROBLEMA EN LA TIENDA DE ALIMENTOS

- Si tiene un problema en la tienda, pida hablar con el gerente de la tienda.
- Si el problema no se puede resolver en la tienda, llame a su proyecto WIC local para consultar sus dudas.

CUÁNDO LLAMAR A LA OFICINA DE WIC

- Si tiene preguntas sobre los alimentos o montos de WIC.
- Si no pudo comprar alimentos que piensa que están aprobados por WIC.
- Si perdió o le robaron la tarjeta o si está dañada.
- Si necesita desbloquear su PIN.
- Si piensa que su recibo no corresponde a la compra que hizo.





FRUTAS Y VERDURAS

- Se pueden comprar todas las marcas, tamaños y productos orgánicos.
- Su Lista de compras de WIC muestra sus beneficios de las frutas y verduras en dólares (\$\$\$).
- Usted tiene todo el período del beneficio para usar todos sus dólares para frutas y verduras.
- Puede pagar las frutas y las verduras que cuestan más que su beneficio con efectivo, tarjeta de crédito o FoodShare.

PRODUCTOS FRESCOS

SE PERMITEN:

- Todas las variedades de frutas o verduras frescas (se permite ajo y raíz de jengibre frescos)
- Pueden ser enteros, cortados, embolsados o empaquetados



NO SE PERMITEN:

Con agregado de nueces, hierbas, bolsas de ensalada con aderezos/ agregado de ingredientes; artículos de la barra de ensaladas; bandejas para fiestas; canastas de frutas; frutas secas; frutas y verduras decorativas

Compras por peso:

1. Seleccione la fruta o la verdura que se vende por peso (libras, lb).
2. Coloque el producto en la balanza.
3. Redondee el peso hasta la media libra más próxima.
4. Use la calculadora de su teléfono para multiplicar el precio por libra por el peso.

EJEMPLO



Bananas Precio \$0.59/lb
Peso 1 3/4 lbs

- Redondee el peso (1 3/4 lb) hasta las 2 lb
- Multiplique el precio (0.59) por el peso (2)

$$0.59 \times 2 = 1.18$$

Las bananas le costarán alrededor de \$1.18

PRODUCTOS ENLATADOS

SE PERMITEN:

Todos los tipos y tamaños de contenedores

Frutas:

- Todas las variedades de frutas
- Puré de manzanas sin azúcar (se permite con canela)

Verduras:

- Todas las variedades de verduras (no papas), inclusive arvejas (dulces) verdes, frijoles verdes/frijolillos/frijoles amarillos y coles
- Tomates enteros, cortados, pisados o guisados; salsa, pasta o puré de tomates (se permite con hierbas o condimentados)
- Ajo picado en agua



NO SE PERMITEN:

Frutas: En almíbar, con agregado de azúcar o endulzante artificial

Verduras: Con cualquier tipo de aceite o salmuera; papas, batatas, camotes anaranjados; encurtidos y verduras encurtidas (por ejemplo, sauerkraut); verduras cremosas (por ejemplo, maíz cremoso); frijoles, guisantes, lentejas (por ejemplo, frijoles castilla, lima, pinto, rojos y blancos); frijoles cocidos, cerdo y frijoles, frijoles refritos; ketchup, condimentos, aceitunas; salsa para pizza, lasagna o espaguetis

CONGELADOS

SE PERMITEN:

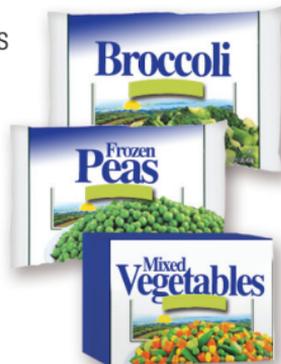
Todos los tipos y tamaños de contenedores

Frutas:

- Todas las variedades de frutas

Verduras:

- Todas las variedades de verduras sin papas (se permiten batatas y camotes anaranjados)
- Todos los frijoles o mezclas con frijoles o guisantes (por ejemplo, mezcla de verduras con frijoles lima)



NO SE PERMITEN:

Frutas: Con almíbar, azúcar agregada o endulzante artificial; barras de frutas, paletas heladas o batidos de frutas

Verduras: Con pastas, fideos, nueces, arroz, queso o carne; con manteca, aceite, salsas o caramelizadas; empanadas; papas (excepto batatas y camotes anaranjados); batatas fritas en cortes gruesos o finos; papas picadas fritas o papas cortadas con formas



100% JUGO PERMITIDOS:

- Solo el tamaño especificado en su Lista de Compras WIC
- Toda las marcas 100% jugo de naranja, pomelo (blanco, rosado o rojo) o jugo de piña
- Solo las marcas y los sabores de otros 100% jugo incluidos en la lista

NO SE PERMITIDOS: Cócteles, bebidas, tragos, jugos endulzados, sidra; jugos orgánicos; no pasteurizados; bajos en ácido; jugos con ingredientes agregados (por ejemplo, DHA, cafeína, ginseng); jugos para bebés; en botellas de vidrio, en cajas refrigeradas (a menos que se especifiquen en la Lista de Compras WIC)

JUGOS CONGELADOS Y DE 48 OZ

para mujeres solamente

Botella de plástico de 48 oz, no refrigeradas;
solo contenedores de jugo congelado de 11.5 - 12 oz



Juicy Juice:
todos los sabores



Apple and Eve:
todos los sabores



Northland:
100% arándano



Jugo de manzana
de marca de la tienda
Solamente:
Essential Everyday, Shurfine



Jugo de manzana de marca de
la tienda Solamente:
Essential Everyday, Food Club,
Great Value, Hytop, Hy-Vee, IGA,
Kroger, Market Pantry, Meijer,
Our Family, Roundy's, Shurfine



Seneca: manzana



Welch's: todos los
sabores con tira para
quitar amarilla



Old Orchard:
todos los sabores
con tapas verdes



Dole: todos los
sabores

JUGO DE 64 OZ

para niños solamente

Botella de plástico de 64 oz, no refrigerada



Juicy Juice:
todos los sabores



Langers:
todos los sabores (excepto combinaciones de granada)



Northland:
(excepto frambuesa, granada y bayas goji)



Welch's de uva: blanca, roja y morada (excepto no filtrado, con agregado de fibra o calcio)



Apple and Eve:
(excepto cerezas y bayas)



Old Orchard:
todos los sabores (excepto "Very Cherre" y Granada natural)



Tree Top:
todos los sabores (excepto "Fresh Pressed")



Indian Summer:
manzana



Motts:
Manzana Original



Musselman's de manzana:
"Premium" o "Fresh Pressed" (excepto con calcio)



Campbell's: jugo de tomate de cualquier variedad (excepto orgánico)



V8: 100% jugo de verduras, todos los sabores



Jugo de manzana de marca de la tienda Solamente:

Essential Everyday, Food Club, Great Value, Hytop, Hy-Vee, IGA, Kroger, Market Pantry, Meijer, Our Family, Roundy's, Schnucks, Shurfine



Cuando se especifica en la Lista de Compras WIC.
Jugo de naranja refrigerada con calcio agregado.

Las marcas de ejemplo incluyen, entre otras, las siguientes: Cass Clay, Essential Everyday, Florida's Gold, Food Club, Great Value, Hy-Vee, Land O'Lakes, Market Pantry, Schnucks, Shurfresh

100% JUGO



Los siguientes son los tipos de frijoles, guisantes y lentejas que se pueden comprar con el beneficio que especifica enlatados o frijoles secos. El beneficio de dólares para frutas y verduras no puede usarse para comprar estos productos.

FRIJOLE • GUI SANTES • LENTEJAS

SE PERMITEN:

- Enlatados: Latas de 15-16 oz solamente
- Secos: Bolsas de 16 oz solamente
- Naturales o bajos en sodio
- Cualquier marca

Estos son algunos ejemplos:

- Negros
- Frijoles castilla
- Manteca
- Garbanzos (Chickpeas)
- Grandes del Norte
- Kidney (rojos o blancos)
- Lima
- Blancos pequeños
- Rosados
- Pintos
- Rojos
- Frijoles refritos sin grasa solamente
- Surtidos



NO SE PERMITEN:

Variedades inmaduras como los frijoles verdes, frijolillos, frijoles amarillos, arvejas dulces enlatadas (*compra permitida con el beneficio de dólares para frutas y verduras*); frijoles y guisantes frescos o congelados (*compra permitida con el beneficio de dólares para frutas y verduras*); con agregado de azúcar (por ejemplo, frijoles horneados); con agregado de grasas, aceites o carne (por ejemplo, cerdo y frijoles, frijoles refritos con agregado de grasas); con agregado de salsas o sabores (por ejemplo, chiles, jalapeños, lima, ajo); orgánicos, sopas, variedades secas a granel o envasadas en la tienda

RECUERDE

Los frijoles y los guisantes verdes enlatados no pueden comprarse con este beneficio. Use su beneficio de dólares para frutas y verduras para estas opciones.

MANTEQUILLA DE CACAHUATE (MANÍ)

SE PERMITEN:

- Contenedores de 16 a 18 oz
- Todas las marcas de mantequilla de cacahuate cremosa, crujiente, extracrujiente, natural o tradicional
- De bajo contenido de sodio/sal, azúcar reducida/sin azúcar, Omega-3



NO SE PERMITEN: Para untar (por ejemplo, Jif Natural, Skippy Natural, Peter Pan Natural); saborizadas; reducida en grasas; porciones individuales, especialidades (por ejemplo, batida, orgánica, con semillas de lino o agregado de vitaminas; de la sección de refrigerados o alimentos saludables, de dieta (por ejemplo, Fifty 50)

CONSEJOS PARA LAS COMPRAS

Si su Lista de Compras WIC muestra 1.00 CTR. de frijoles o de mantequilla de cacahuates, usted puede comprar:



Paquete de 16 oz de frijoles, lentejas o guisantes secos

— ○ —



Frasco de 16-18 oz de mantequilla de cacahuates

— ○ —



4 latas de 15-16 oz de frijoles o guisantes

4 latas de frijoles = 1 contenedor (CTR)
Por lo tanto, 1 lata = 0.25 contenedores (CTR.)

Los frijoles y los guisantes son una buena fuente de proteínas y hierro.





CEREALES PERMITIDOS:

- Combinaciones de cereales fríos y calientes
- Solo las marcas y los sabores especificados en la lista

NO SE PERMITEN: En contenedores, orgánicos

CEREALES FRÍOS

- Paquetes de 12 oz o más grandes
- Cajas o bolsas

CLAVE:

✦ Con el 51% o más de grano entero

* Proporciona el 100% del valor diario de ácido fólico

GF Sin gluten



Multigrano ✦ GF *

Simple ✦ GF



GF

✦ *

GF



Original ✦

Little-Bites ✦

Sin glaseado ✦



Simple ✦

Miel ✦



✦ Crocante con miel

Crocante con almendras ✦



Canela

Almendras

Vainilla ✦

Tostado con miel



Azúcar negra ✦

Canela ✦



Simple ✦



Simple



Simple *



Simple



Simple



Simple 🌿



🌿 *



Simple 🌿



Banana Nut 🌿



🌿 *



Simple 🌿 *

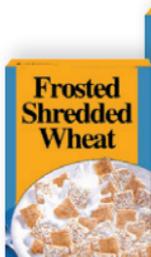


Granola simple 🌿

Marcas de las tiendas:

Solo las siguientes:

Best Choice, Centrella, Clear Value, Essential Everyday, Food Club, Great Value, Hytop, Hy-Vee, IGA, Kiggins, Kroger, Market Pantry, Meijer, Our Family, Roundy's, Schnucks, Shurfine, ValuTime



Glaseado simple solamente 🌿



Simple



Simple 🌿



Simple

CEREALES CALIENTES

- Todos los tamaños, excepto tazas individuales



Simples en paquetes solamente 🌿



Originales y todos los sabores en paquetes solamente



Simple *



Chocolate *



1 minuto



2.5 minutos



10 minutos



Instantáneo



Grano entero 🌿



GF



*



*



Simples en paquetes solamente 🌿

Marcas de las tiendas:

Solo las siguientes:

Essential Everyday, Food Club, Great Value, Hytop, Hy-Vee, IGA, Kroger, Meijer, Our Family, Roundy's, Schnucks, Shurfine

ARROZ INTEGRAL

SE PERMITEN:

Cajas o bolsas de 14-16 oz (1lb) solamente

- Todas las marcas, seco
- Arroz integral común sin agregado de hierbas, condimentos o frijoles
- Común, instantáneo y en bolsitas para cocinar



NO SE PERMITEN: Arroz blanco, saborizado, salvaje, surtido de arroces; arroz integral congelado; envasado, en bolsitas para microondas; orgánico, envasado en la tienda

TORTILLAS/ARROLLADOS

SE PERMITEN:

Paquetes de 16 oz (1lb) solamente

- Blandos de maíz amarillo o blanco
- 100% integrales

Solo se permiten las siguientes marcas:

100% Integrales:

Best Choice, Don Pancho, Essential Everyday, Food Club, Frescados, Great Value, Herdez, IGA, Kroger, La Banderita, Meijer, Mission, Ortega, Our Family, Roundy's, Schnucks, Shurfine, Ti Santi



Maíz:

Best Choice, Bucky Badger, Chi-Chi's, Don Pancho, El Rey, Essential Everyday, Food Club, Hy-Vee, La Banderita, La Burrita, Mission, Shurfine



NO SE PERMITEN: Tortillas crujientes de maíz duras/ tortillas para tacos; bajas en carbohidratos; orgánicas

PASTAS DE HARINA DE TRIGO INTEGRAL

SE PERMITEN:

Paquetes de 16 oz (1lb) solamente

- 100% integrales
- Todas las formas

Solo se permiten las siguientes marcas:

Barilla, Essential Everyday, Gia Russa, Great Value, Hodgson Mill, Hy-Vee, Kroger, Racconto, Ronzoni 100% Whole Grain, Shurfine

NO SE PERMITEN: Orgánicas; con azúcar, grasa, aceite o sal agregados; pastas hechas con arroz, quínoa, lino, maíz o verduras





LECHE

SE PERMITEN:

- Leche blanca en contenedor de un galón
- En recipiente plástico, caja de cartón, bolsas de un galón, de medio galón o galones unidos por el fabricante
- Leche libre de rBGH y con rBGH, libre de rBST y con rBST



Debe estar especificado en su Lista de Compras WIC:

- Leche entera o reducida en grasa al 2%
- Contenedor de medio galón
- Sin lactosa, inclusive fortificada con calcio: tres cuartos (96 oz), medio y un cuarto de galón
- Leche en polvo sin grasas: Cajas o bolsas de 25.6 oz (8 qt) solamente
- Leche evaporada: Envase de 12 oz
- Leche kosher

NO SE PERMITEN: Leche con sabor; leche de cabra; acidófilos; Suero de leche; especialidades (por ejemplo, orgánica o humana certificada); leche de nuez o grano (por ejemplo, almendras, arroz); baja en colesterol; UHT; leche con ingredientes agregados (por ejemplo, Omega-3, EPA/DHA); fortificada con proteínas; leche evaporada compensada; Fairlife

LECHE DE SOJA

SE PERMITEN:

Medio galón, cartón refrigerado *solo si está en la Lista de Compras WIC:*



Original y de vainilla solamente



Silk Original solamente



Great Value

YOGUR

Solo para niños de 2 a 4 años

SE PERMITEN:

- Contenedor de 32 oz solamente
- Sin grasas o bajo en grasas
- Natural o saborizado



Solo se permiten las siguientes marcas:

Brown Cow *excepto Cream Top*

Coburn Farms

Dannon *excepto light y fit*

Essential Everyday

Food Club *excepto light*

Great Value *excepto light*

Hy-Vee *excepto light*

Kroger *solo vainilla y natural*

La Yogurt *excepto mango*

Lala Yogurt *solo natural*

Market Pantry *excepto light*

Meijer *excepto light*

Mountain High

Old Home

Our Family

Roundy's *solo natural sin grasas*

Schnucks

Shurfine

Yoplait

NO SE PERMITEN: Orgánico; griego; con endulzante artificial; de leche entera; con ingredientes incorporados como granola, dulces o frutas secas; contenedores de una porción; yogures bebibles

¿Lo sabía?

Las leches sin grasas, descremadas, 1% y 2% tienen la misma cantidad de vitamina D, calcio y proteína que la leche entera.





HUEVOS

SE PERMITEN:

- Blancos, de todas las calidades y tamaños
- Cartón de una docena



NO SE PERMITEN: Huevos marrones, vegetarianos, orgánicos, naturales, de gallinas libre de jaulas o de corral, sin hormonas; de bajo colesterol, grasas reducidas; con más vitamina E (por ejemplo, Eggland's Best) u otros huevos modificados o de especialidad; pasteurizados con cáscara, huevos hervidos duros

QUESO

Solo para mujeres durante la lactancia cuyos niños no están recibiendo fórmula de WIC y niños entre 2 y 4 años

SE PERMITEN:

- Paquetes de 16 oz únicamente
- Presentados en el área de productos lácteos



En bloques:

- Americano
- Brick
- Cheddar (suave o mediano)
- Colby
- Monterey Jack
- Mozzarella (no del tipo fresco)
- Muenster
- Provolone
- Mezclas de quesos incluidos en la lista (como cojack)

Otros:

- Americano (Bloque en rodajas, pero no envuelto individualmente)
- Queso cuajado (cheese curds)
- Queso en hebras (string cheese) (no envuelto individualmente)
- Kosher (debe estar especificado en la lista de compras)

NO SE PERMITEN: Rallado, en rodajas (excepto americano), desmoronado, en cubos, en barritas y en otras formas; cheddar picante o extra picante, suizo, mozzarella fresco; comidas con queso, quesos untables, productos especiales; quesos de la sección de comestibles finos (deli); queso de cabra, ahumado, con hierbas, saborizado, importado u orgánico; reducido en sodio, reducido en colesterol, sin lactosa; kosher (a menos que esté especificado en la Lista de Compras WIC)

PESCADO EN LATA

Solo para mujeres en período de lactancia cuyos niños no están recibiendo fórmula de WIC

SE PERMITEN: En aceite o en agua

Atún ligero:

- Latas de 5 oz (3 oz si está impreso en la Lista de Compras WIC)

Salmón rosado:

- Latas de 14.75 oz
- Puede incluir espinas o piel



NO SE PERMITEN: Atún albacora o blanco, salmón rojo; atún sólido, en filete, selecto; en bolsas; reducido o con bajo contenido de sodio, orgánico

Exclusivamente, las madres en lactancia y sus bebés reciben beneficios de alimentos extras

La leche materna es el alimento perfecto para su bebé

- La nutrición ideal para el crecimiento y la salud
 - Fácil de digerir para el bebé
 - Cambia a medida que pasa el tiempo para satisfacer las necesidades de crecimiento del bebé
 - Protege al bebé de enfermedades
 - Siempre está a la temperatura perfecta





CEREALES PARA BEBÉS

SE PERMITEN:

- Contenedores de 8 o 16 oz
- De cualquier grano, granos mixtos (excepto quínoa)
- Con agregado de vitaminas (por ejemplo, Vitablocks)

Solo se permiten las siguientes marcas:



Baby Basics



Gerber



Parent's Choice



Beech-Nut



Tippy Toes

NO SE PERMITEN: Orgánicos; de quínoa; con agregado de DHA, prebióticos, probióticos; con agregado de frutas, yogur o fórmula; frascos, paquetes de una sola porción; Lil'Bits

COMPRA DE ALIMENTOS PARA BEBÉS

Su Lista de Compras WIC y el recibo de la tienda especificarán el número total de onzas de alimentos para bebés para el mes. Divida su monto total de onzas especificadas en la lista por el tamaño del contenedor (4 oz frutas y verduras, o 2.5 oz carnes) para saber cuántos contenedores le quedan.

EJEMPLO: 64 onzas totales ÷ contenedor de 4 oz = 16 contenedores

Alimentos	Cantidad que aparece	Es igual a
Frutas y verduras para bebés	128 oz =	32 contenedores de 4-oz
	256 oz =	64 contenedores de 4-oz
Carnes para bebés	78 oz =	31 contenedores de 2.5-oz

FRUTAS Y VERDURAS PARA BEBÉS

SE PERMITEN:

- Contenedores de 4 oz (excepto bolsas para exprimir)
- 2 paquetes de 4 oz cada uno (igual a 8 oz)
- Toda variedad natural de frutas y verduras
- Toda mezcla de frutas y/o verduras

Solo se permiten las siguientes marcas:



Gerber
(2 paquetes de 4 oz cada uno)



Beech-Nut
No naturales



Baby Basics



Meijer



Tippy Toes

NO SE PERMITEN: Orgánicas; de bolsas de exprimir (squeeze pouch); con agregado de cereal, granola, yogur, mezcla de fruta y jugo, pudín o pastel de frutas; carne o pollo, arroz o pasta (por ejemplo, cena, sopa o guiso); cazuela, crema de verduras

CARNES PARA BEBÉS

Solo para lactantes que no reciben fórmula de WIC

SE PERMITEN:

- Contenedores de 2.5 oz
- Todo tipo de carne o pollo natural para bebés con caldo o salsa

Solo se permiten las siguientes marcas:



Gerber



Beech-Nut



Baby Basics



Meijer



Tippy Toes

NO SE PERMITEN: Orgánicas, con agregado de frutas, verduras, arroz o pasta (por ejemplo, cena, cazuela, sopa o guiso); palitos de carne o aves

DIVULGACIÓN DE INFORMACIÓN PERSONAL:

Su información personal puede ser compartida con quienes están conectados con el Programa WIC, cuando lo requiera la ley y con otros Programas WIC si usted se transfiere. Su información también puede ser compartida con otros programas públicos que pueden ayudarlo a usted y a Wisconsin a mejorar los servicios de salud. Usted puede solicitar ver la lista de estos programas. Puede elegir hasta dos suplentes para que asistan a las citas de WIC en su lugar. La información personal de su familia puede ser compartida con los suplentes durante las citas.

USTED TIENE DERECHO A:

- Solicitar una audiencia justa si no está de acuerdo con una decisión de WIC sobre su elegibilidad o la de su hijo.
- Recibir un trato igualitario, independientemente de su raza, color, nacionalidad, sexo, discapacidad o edad.
- Recibir educación sobre nutrición y apoyo para la lactancia. Se ruega que asista a sus citas.
- Recibir información sobre vacunación, encontrar un doctor y otros servicios de salud que su familia necesita.
- Recibir alimentos de WIC, que son algunos de los alimentos necesarios diariamente para estar saludable. Los alimentos son para los participantes de WIC solamente y se entregan a los participantes en caso de custodia conjunta, cuidado de crianza, etc.

USTED ES RESPONSABLE DE:

• Usar la tarjeta eWIC correctamente.

Los beneficios de alimentos no serán reemplazados si una persona a quien usted le entrega su tarjeta y/o PIN utiliza su tarjeta eWIC de modo inapropiado. Nunca comparta su PIN con el cajero en una tienda.

• Let WIC staff know:

- Si los ingresos de su familia se modifican, incluso la elegibilidad para Medicaid, BadgerCare Plus o FoodShare.
- Si se muda, cambia su número de teléfono o si cambia la cantidad de personas que viven en su casa.
- Si un niño pasa al cuidado de otra persona (cuidado de crianza, cambio de tutela, etc.)
- Cuando nace su bebé.
- Cuando deja de amamantar.
- Si usted o su hijo reciben demasiado alimento o fórmula infantil.
- Si pierde o le roban su tarjeta eWIC o la bomba de extracción de leche de WIC.
- Si sufre la pérdida de un lactante o niño, incluso un aborto espontáneo, un aborto o un parto de un bebé muerto.

- **Sea honesto y no abuse del Programa WIC.**

El abuso del Programa WIC es supervisado por la oficina de WIC de estado. Puede ser retirado del Programa WIC, tener que devolver dinero a WIC o enfrentar cargos en su contra según las leyes federales o estatales si abusa del programa en alguna de las siguientes formas:

- Recibe o trata de recibir beneficios en más de una oficina de WIC al mismo tiempo.
- Brinda información falsa al Programa WIC.
- Vende/comercializa/regala u ofrece vender/comercializar/regalar en forma verbal, por escrito o en línea la tarjeta eWIC, alimentos comprados con la tarjeta o una bomba de extracción de leche de WIC. Nota: Debe suministrar prueba de compra si lo encuentran vendiendo/comercializando/regalando u ofreciendo vender/comercializar/regalar:
 - Alimentos aprobados por WIC que no fueron comprados con una tarjeta eWIC
 - Bomba de extracción de leche que no fue proporcionada por el Programa WIC.
- Si trata de devolver o cambiar o devuelve o cambia alimentos de WIC comprados con la tarjeta eWIC en tienda.
- Si trata de comprar o compra alimentos u otros elementos que no están permitidos.
- Acepta tarjetas de crédito o efectivo por alimentos de WIC.
- Roba una tarjeta eWIC de la oficina o de un participante de WIC.
- Declara falsamente que perdió o le robaron una tarjeta eWIC, alimento de WIC o una bomba de extracción de leche.
- Usa lenguaje ofensivo, amenaza o usa violencia física contra personas en la oficina de WIC o mientras compra alimentos de WIC.



Los alimentos son aprobados, incluso si cambia el
diseño del empaque.

*Para informar posibles problemas de fraudes o abuso
del Programa WIC, llame a Wisconsin WIC Fraud Hotline
1-866-260-1727*



Department of Health Services
Division of Public Health
P-44578 (Rev. 11/2016)
Federal Regulations 246

Visite nuestro sitio web:
<http://dhs.wisconsin.gov/wic/benefits.htm>

De acuerdo con la ley federal de derechos civiles y la normativa y las políticas de derechos civiles de U.S. Department of Agriculture (USDA), se prohíbe a USDA, sus agencias, oficinas y empleados, así como a instituciones participantes o administradoras de los programas de USDA discriminar en base a raza, color, nacionalidad, sexo, discapacidad, edad o tomar represalias por actividades previas en derechos civiles en cualquier programa o actividad dirigida o financiada por USDA.

Las personas con discapacidades que requieren medios alternativos de comunicación para la información de los programas (por ejemplo: Braille, impresión agrandada, audio, lenguaje de señas, etc.) deberán contactarse con la agencia (estatal o local) donde solicitaron los beneficios. Las personas sordas, con dificultades auditivas o que tienen discapacidad del habla pueden ponerse en contacto con USDA a través del Federal Relay Service al (800) 877-8339. Además, la información del programa puede proporcionarse en otros idiomas aparte del inglés.

Para presentar una queja por discriminación, complete el formulario USDA Program Discrimination Complaint Form, (AD-3027), que puede encontrar en línea en: http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html y en cualquier oficina de USDA, o escriba una carta dirigida a USDA e informe todo lo que se solicita en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de queja, llame al (866) 632-9992. Envíe su formulario completo o carta a USDA mediante:

- (1) correo: U.S. Department of Agriculture
Office of the Assistant Secretary for Civil Rights
1400 Independence Avenue, SW
Washington, D.C. 20250-9410;
- (2) fax: (202) 690-7442; o
- (3) correo electrónico: program.intake@usda.gov

This institution is an equal opportunity provider.