



التثقيف الغذائي

نحن هنا لمساعدتك في كل خطوة من خلال تقديم نصائح حول التغذية السليمة، ووصفات متنوعة ثقافيًا، ودعم من أخصائيي التغذية في برنامج WIC. لنجعل من كل لقمة خطوة نحو مستقبل أكثر صحة، معًا!



الأغذية الصحية

يتيح برنامج WIC لأسرتك الحصول على مزايا شهرية لشراء أطعمة مغذية، تشمل منتجات الألبان أو بدائلها، ومصادر البروتين مثل الأسماك والبقوليات، والحبوب الكاملة، بالإضافة إلى الفواكه والخضروات!

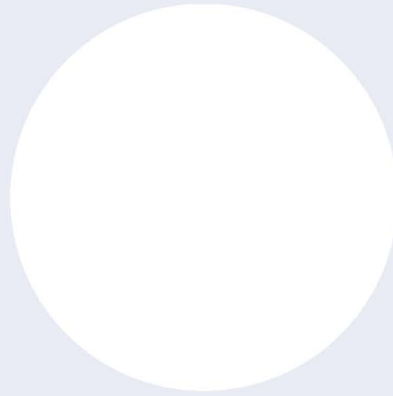
اكتشفي برنامج WIC
www.signupwic.com



برنامج التغذية في أسواق المزارعين

اكتشفي برنامج WIC
www.signupwic.com

يمكنك الاستفادة من برنامج التغذية في أسواق المزارعين
(FMNP) للحصول على مزايا إضافية خلال موسم أسواق المزارعين،
مما يتيح لك شراء الفواكه والخضروات والأعشاب الطازجة من الأسواق المشاركة!



دعم الرضاعة الطبيعية

يهدف برنامج WIC إلى دعم أهدافك واحتياجاتك الشخصية المتعلقة بالرضاعة الطبيعية من خلال توفير موارد متنوعة، مثل الاستشارات من الأمهات المرضعات، واستشاريي الرضاعة المتخصصين، ومستلزمات الرضاعة

اكتشفي برنامج WIC
www.signupwic.com



الإحالات والدعم

يقدم برنامج WIC الدعم من خلال عيادتك المحلية، كما يمكنه ربط أسرتك
بموارد إضافية في مجتمعك، مثل الإحالة إلى مقدمي
الرعاية الصحية أو خدمات الاستشارات.

اكتشفي برنامج WIC
www.signupwic.com



اكتشفي مزايا برنامج WIC

بغض النظر عن شكل أسرتك أو ظروفها، إذا كنتِ حاملاً، أو ترضعين طبيعياً، أو تعتنين بطفل دون سن الخامسة، فقد تكونين مؤهلة للحصول على الدعم من برنامج WIC!

العثور على عيادة
www.signupwic.com