

# 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](http://www.mass.gov/wic)

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

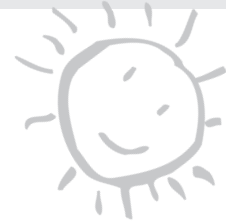
HOUSEHOLD SIZE	YEARLY	MONTHLY	WEEKLY
1	\$17,705	\$1,476	\$341
2	23,736	1,978	457
3	29,767	2,481	573
4	35,798	2,984	689
5	41,829	3,486	805
6	47,860	3,989	921
7	53,891	4,491	1,037
8	59,922	4,994	1,153

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



**GOOD FOOD and A WHOLE LOT MORE!**

**WIC Nutrition Program**  
Nutrition Division • MA Department of Public Health  
TDD/TTY: 617-624-5992  
"The USDA is an equal opportunity provider and employer."



# ¿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](http://www.mass.gov/wic)

Verifique estas pautas para decidir si WIC es el programa adecuado para su familia.

TAMAÑO DE FAMILIA	ANUAL	MENSUAL	SEMANAL
1	\$17,705	\$1,476	\$341
2	23,736	1,978	457
3	29,767	2,481	573
4	35,798	2,984	689
5	41,829	3,486	805
6	47,860	3,989	921
7	53,891	4,491	1,037
8	59,922	4,994	1,153

SI USTED ESTÁ EMBARAZADA, DEBE CONTARSE POR 2.



**BUENOS ALIMENTOS y MUCHO MÁS!**

**Programa de Nutrición WIC**  
División de Nutrición • Departamento de Salud Pública de MA  
TDD/TTY: 617-624-5992  
"La USDA es un empleador y proveedor que ofrece igualdad de oportunidades."



