Public Health
Prevent. Promote. Protect.
Winnebago County, WI

Zuia. Hamasisha. Linda.

Je, unahitaji msaada wa kununua chakula bora chenye afya kwa ajili yako pamoja na ya watoto wako?

WIC IPO KWA AJILI YAKO!

WIC ni mpango wa virutubisho mbadala vya lishe unaolenga watoto walio na umri wa chini ya miaka mitano pamoja na akina mama wajawazito, wanaonyonyesha, au waliojifungua, wenye kipato cha chini hadi cha wastani.

WIC WINNEBAGO COUNTY

Taasisi hii hutoa fursa sawa kwa wote.

WIC NI NINI?

WIC ni programu maalum ya lishe mbadala kwa wanawake, watoto wachanga, na watoto wadogo, inayolenga kuzisaidia familia kuweza kunufaika na huduma mbalimbali kama vile kununua aina tofauti tofauti za vyakula vilivyothibitishwa kila mwezi, kupata elimu ya lishe, kuweza kufikia rasilimali za afya zilizopo, pamoja na msaada wa kunyonyesha.

HUDUMA ZA MSAADA TUNAZOTOA NI PAMOJA NA

- Msaada wakati wa ujauzito na kipindi cha kunyonyesha.
- Vidokezo vya lishe kutoka kwa wataalamu wa lishe waliothibitishwa na kusajiliwa.
- Kadi ya kieltroniki ya e-WIC kwa ajili ya kununua lishe bora ya WIC iliyoidhinishwa, kama vile:
    - Matunda na mboga mboga, nafaka za watoto wachanga, vyakula vya watoto, nafaka zenye madini ya chuma, juisi iliyotengenezwa kwa matunda au mboga mboga pekee, mayai, maziwa, jibini, mtindi, vinywaji vya soya, tofu, siagi ya karanga, mkate wa ngano kamili na nyingine nyingi zaidi! (Changanua msimbo wa QR ili kufahamu zaidi kuhusu manufaa yanayotolewa na WIC)
    - Pia, watoto wachanga wanaoshindwa kupata maziwa ya mama, WIC inakupatia maziwa ya formula ya mtoto yenye madini ya chuma ya kutosha.
- Uchunguzi wa Afya (ikiwemo upimaji wa urefu, uzito, na viwango vya madini ya chuma mwilini).
- Programu ya Fit Families: inayolenga kusaidia watoto kuongeza viwango vya ufanyaji wa mazoezi, ulaji wa matunda au mboga mboga, pamoja na kufanya machaguo ya vinywaji vyenye afya.
- Programu ya Farmer’s Market: kando na manufaa ya kawaida yanayotolewa na WIC, inatoa kuponi zinazowezesha kununua matunda na mboga mboga zilizothibitishwa, kutoka kwenye masoko ya wakulima au vibanda vinavyouza mazao kipindi cha miezi ya kiangazi.
- Rasilimali na ushauri kuhusu kujiunga kwenye programu zingine za kijamii.

NANI ANAWEZA KUIFIKIA HUDUMA HII?

Akina mama wajawazito wenye kipato kinachokidhi vigezo vyetu, akina mama waliojifungua hivi karibuni, na watoto wenye umri wa chini ya miaka 5. Tembelea vituo vyetu ili kuwasilisha maombi yako au wasiliana nasi kwa kutupigia simu ili kuweza kufahamu kama unakidhi vigezo vya kujiunga nasi!

- Unaweza kuwa na kazi au kutokuwa na kipato kabisa
- Ikiwa unashiriki katika programu zingine za msaada (kama vile Badgercare, Foodshare, nk), unaweza kukidhi vigezo vya kujiunga na programu ya WIC.
- Changanua msimbo wa QR ili kupata maelezo zaidi na kuangalia kama unakidhi vigezo.

MANUFAA YA WIC

WIC inasaidia wanawake:

- Kupata msaada na rasilimali za huduma za awali za kipindi cha ujauzito.
- Kupata elimu kuhusu mlo kamili.
- Kupata chakula chenye afya.
- Kujifunza namna sahihi ya kumtunza mtoto na kuelewa tabia zake.
- Kujifunza jinsi ya kumlisha mtoto.

WIC inasaidia watoto wachanga:

- Kukua vizuri kwa kuhakikisha wanapata virutubisho sahihi (kwa kunywa maziwa ya mama na/au maziwa ya fomula).
- Kujifunza kuanza kula vyakula vilivyopondwa pamoja na vyakula vingine kwa usalama.
- Kuwa na ustawi mzuri.

WIC inasaidia watoto:

- Kushinda changamoto za kula.
- Kuwa na viwango vinavyojitosheleza vya madini ya chuma mwilini.
- Kupata lishe bora yenye virutubisho muhimu kwa ukuaji na ustawi mzuri.
- Kuongeza mazoezi ya mwili na kupunguza muda wa kutumia vifaa vya kielektroniki.
- Kuweza kufikia huduma za afya na rasilimali zinazohusiana na ustawi na ukuaji wao.

WASILIANA NASI

Barua pepe:
WIC@winnebagocountywi.gov

OSHKOSH

112 Otter Ave, Ghorofa ya 2
Oshkosh, WI
Piga Simu: (920) 232-3350
Tuma Ujumbe: (920) 267-7610

NEENAH

211 N Commercial St, Ghorofa ya 2
Neenah, WI
Piga Simu: (920) 729-2945
Tuma Ujumbe: (920) 383-1102