



## WHAT IS WIC?

The Women, Infants and Children (WIC) Program is a nutrition program that helps families stay healthy!

WIC provides:

- Benefits to buy healthy foods.
- Nutrition advice
- Breastfeeding support
- Referrals for resources outside of WIC.



## WHO IS WIC FOR?

You can participate in WIC if you:

- Are pregnant, have recently had a baby, are breastfeeding, or have a child under age five
- Live in North Carolina; citizenship not required
- Have a family income less than WIC income guidelines or receive Medicaid, TANF or Food Stamps
- Have a nutritional need determined by the WIC nutritionist

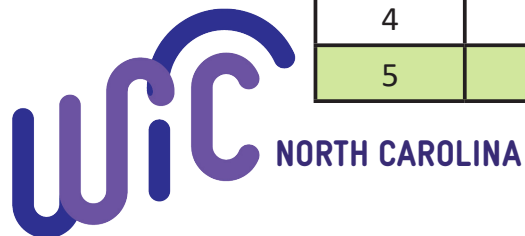


## HOW DO I APPLY?

Find a WIC office near you:

- **CALL** 1-844-601-0365
- **TEXT** keyword localwic + your zip code to 67076
- **VISIT** [signupwic.com/local](http://signupwic.com/local) or
- [www.nutritionnc.com/mywic](http://www.nutritionnc.com/mywic)

NC WIC Program Income Guidelines (effective June 14, 2021)		
Family Size	Annual Income	Monthly Income
1	\$23,828	\$1,986
2	\$32,227	\$2,686
3	\$40,626	\$3,386
4	\$49,025	\$4,086
5	\$57,424	\$4,786





## ¿QUÉ ES WIC?

El Programa Mujeres, Infantes y Niños (WIC) es un programa de nutrición que ayuda a las familias a estar saludables.

WIC ofrece:

- Beneficios para adquirir alimentos saludables
- Consejos sobre nutrición
- Ayuda para la lactancia
- Referencias a recursos fuera de WIC



## ¿A QUIÉN ESTÁ DESTINADO WIC?

Puede participar en WIC si:

- Está embarazada, tuvo un hijo recientemente o tiene un hijo menor de cinco años
- Vive en Carolina del Norte
- Tiene ingresos familiares inferiores a los de las pautas sobre ingresos de WIC o si recibe Medicaid, TANF o Beneficios del Programa de Servicios de Alimentos y Nutrición
- Tiene una necesidad de nutrición determinada por el nutricionista de WIC

Pautas de ingresos del programa WIC de Carolina del Norte (efectivo al 14 de junio de 2021)		
Tamaño de la familia	Ingresos anuales	Ingresos mensuales
1	\$23,828	\$1,986
2	\$32,227	\$2,686
3	\$40,626	\$3,386
4	\$49,025	\$4,086
5	\$57,424	\$4,786



## ¿CÓMO ME INSCRIBO?

Para encontrar una oficina de WIC cercana:

- Llame al 1-844-601-0365
- Envíe un mensaje de texto al 67076 con la palabra clave "LocalWIC" y su código postal
- Visite la página web [signupwic.com/local](http://signupwic.com/local)
- [www.nutritionnc.com/mywic](http://www.nutritionnc.com/mywic)

