

Consejos de la Clínica WIC

Consejos de la Clínica WIC

- Pregunte al personal de la clínica sobre el walk-in o Horas extendidas
- Asegúrese de traer los juguetes o libros favoritos de sus hijos para entretenerlos mientras espera.
- Registre a un miembro de la familia para que sirva como apoderado. Los apoderados con identificación pueden recoger y comprar con cheques de WIC.
- No olvide que el padre / tutor debe estar presente para las citas de recertificación.
- ¿Sabía que puede completar su educación nutricional en línea? Use una computadora o teléfono inteligente para acceder a WICHealth.org.

Evite citas perdidas:

- Establezca una alarma en su teléfono celular para recordarle al menos una semana antes y el día de su cita.



En conformidad con la Ley Federal de Derechos Civiles y los reglamentos y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA, por sus siglas en inglés), se prohíbe que el USDA, sus agencias, oficinas, empleados e instituciones que participan o administran programas del USDA discriminen basados en la raza, color, nacionalidad, sexo, discapacidad, edad, o en represalia o venganza por actividades previas de derechos civiles en algún programa o actividad realizados o financiados por el USDA. Las personas con discapacidades que necesiten medios alternativos para la comunicación para información del programa (por ejemplo, sistema Braille, letras grandes, grabaciones, lenguaje de señas americano, etc.), deben comunicarse con la agencia (estatal o local) en donde solicitaron los beneficios. Las personas sordas, con dificultades de audición o discapacidades del habla pueden comunicarse con el USDA por medio del Federal Relay Service [Servicio Federal de Retransmisión] al (800) 877-8339. Además, la información del programa se puede proporcionar en otros idiomas. Para presentar una queja de discriminación, complete el Formulario de Quejas por Discriminación de USDA, (AD-3027) que está disponible por internet en: http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html y en cualquier oficina del USDA, o puede escribir una carta dirigida al USDA incluyendo toda la información que se pide en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de quejas, llame al (866) 632-9992. Envíe su formulario completado o carta al USDA por: (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.



DHS 4331S (N-10-17) Tips for WIC
Printed by the Authority of the State of Illinois.
30,000 copies PO#18-0364



State of Illinois
Department of Human Services

Consejos para WIC

Después de que su hijo cumpla 1
año de edad



Consejos de compras de WIC

Aproveche al máximo su Cheques de WIC:

- Verifique el "Primer día para usar" y el "Último día para usar" tan pronto como llegue sus cheques de WIC.
- Configure una alarma en su teléfono celular para recordarle una semana antes del "Último día para usar" sus cheques de WIC



Evite cheques WIC perdidos o extraviados:

- Mantenga sus cheques de WIC y la identificación de WIC en el mismo lugar cada mes (como una canasta cerca de la puerta, una bolsa de compras reutilizable o una bolsa de pañales).

Haga que la selección de alimentos WIC sea más fácil:

- Tome una foto de sus marcas y tamaños favoritos aprobados por WIC con su teléfono para recordarle en futuras visitas.
- Use la calculadora de su teléfono para realizar un seguimiento de los costos de frutas y verduras, si gasta menos del valor en efectivo, no recibirá el reembolso, pero si usted se pasa, puede optar por pagar más.
- Pregunte cuándo sus tiendas favoritas reabastecen los artículos para obtener la mejor selección.
- Mantenga un registro de los artículos de WIC que no usa y recuerde contarle a un miembro del personal de WIC en su próxima cita. Es posible que pueda recibir más o menos de ciertos artículos.
- Explicar a sus proxies cómo usar los cheques de WIC. Lleve su proxy cuando compre para que pueda aprender el proceso.



Reduzca las molestias en el registradora:

- Asegúrese de traer su identificación de WIC a la tienda cuando compre
- Asegúrese de que sus proxies firmen la identificación de WIC antes de que lleguen a la tienda.
- Separe sus alimentos de WIC del resto de los artículos de su supermercado en su carrito para que sea más fácil para el cajero identificar los alimentos de WIC.
- Agrupar los alimentos de WIC con cada cheque.
- Si el cajero tiene una actitud negativa, primero mantén la calma y haz preguntas para obtener más información sobre las inquietudes del cajero.
- Si el cajero no puede / no abordará el problema, solicite hablar con el gerente de la tienda, vaya a la mesa de servicio y llame a la línea directa de **WIC al 1-800-843-6154**.