我們可以用WIC獲得哪些食物?

WIC讓您輕鬆地為家人提供營養豐富,而且健康美味的食物。WIC提供免費、健康的食物,包括:

- 嬰兒食品
- 糙米
- 魚罐頭
- 穀類製品
- 乳酪
- 乾燥或罐頭豆類／豌豆
- 蛋
- 果汁
- 蔬菜水果
- 嬰兒配方
- 牛奶
- 花生醬
- 玉米粉薄烙餅
- 全麥麵包
- 豆腐

WIC现已拥有电子福利卡和“WIC购物者”应用程序,让购物变得比以前更加方便快捷!

@MassWIC

WIC 地点

想瞭解WIC的相關資訊,請撥打 1-800-942-1007 或鄰近的WIC計畫服務處。

波士頓區

Cambridge/Somerville	(617) 575-5330
Chelsea/Revere	(617) 887-4340
Dorchester North/Mattapan	(617) 825-8994
Dorchester South/South Boston	(617) 825-0805
East Boston	(617) 568-6440
Jamaica Plain/Brighton	(617) 983-6086
Roxbury/South End	(617) 989-3055
South Cove	(617) 521-6777

角區

Cape Cod	(508) 771-7896
Outer Cape	(508) 240-0853

中區

Framingham/Waltham	(508) 620-1445
North Central	(978) 345-6272
South Central	(508) 765-0139
Worcester	(508) 796-7000

東北區

Lawrence	(978) 681-4960
Lowell	(978) 454-6397
North Shore	(781) 599-7290
North Suburban	(781) 338-7578
Northern Essex	(978) 374-2191

東南區

Brockton	(508) 588-8241
Fall River	(508) 679-9349
New Bedford	(508) 997-1500
Plymouth	(508) 747-4933
Quincy	(617) 376-8701
Taunton/Attleboro	(508) 823-6346

西區

Berkshire North	(413) 447-3495
Berkshire South	(413) 528-0457
Franklin/Hampshire/No. Quabbin	(413) 376-1160
Holyoke/Chicopee	(413) 534-2460
Springfield North	(413) 737-8868
Springfield South	(413) 739-1100

COMMONWEALTH OF MASSACHUSETTS DEPARTMENT OF PUBLIC HEALTH

Form #147

本机构提供平等机会。

Chinese

WIC

為家人提供優良飲食以及更多完整服務

www.mass.gov/wic

2025

何謂WIC?

WIC是一項為麻州當地符合資格之家庭，提供營養與健康教育、健康食品諮詢以及其他免費服務的營養計畫，WIC的主要服務對象為婦女、嬰兒以及孩童。

WIC提供哪些服務?

WIC的宗旨為協助孕婦、哺乳婦女以及五歲以下的孩童。為了達成目標，WIC積極提供下列服務：

- 量身打造的營養諮詢規畫
- 免費、健康的食物
- 分享健康飲食的要訣
- 推薦有助於全家人的醫療與牙醫服務、健康 保險、幼兒看護、居家與家用燃料建議，以及其他服務。

上述服務並未涵蓋全部範圍！WIC也提供哺乳教學、一對一哺乳諮詢、免疫力篩檢以及資源推薦，此外，WIC還可安排成員經驗分享，讓家長們相互交流有助於家庭成員的營養須知以及健康要訣。

WIC的服務對象是誰?

WIC的服務對象包含各式各樣的家庭：無論是已婚家庭、單親家庭、在職家庭或非在職家庭，均屬 於我們的服務範圍。只要您是五歲以下孩童的父親、母親、祖父母、養父母或合法監護人，都可以為家中的孩童申請WIC 服務。

WIC的申請條件分述如下：

- 現居於美國麻薩諸塞州
- 想要獲得營養方面的諮詢（WIC員工可協助 您判斷何謂營養食品）
- 擁有五歲以下的孩童、孕婦或正在哺餵母乳
- 家庭收入低於WIC的規定標準

若您目前擁有TAFDC資格、正在領取糧食券，或已加入美國麻州的MassHealth醫療補助計畫，即符合WIC的收入要求（已享有家庭資助或CommonHealth公共衛生服務的MassHealth成員，則不符合WIC的收入要求），此外，領養五歲以下孩童的家庭也符合WIC的收入要求。

2025年收入指引

家庭人數	每年	每月	每兩周	每周
1	$28,953	$2,413	$1,114	$557
2	$39,128	$3,261	$1,505	$753
3	$49,303	$4,109	$1,897	$949
4	$59,478	$4,957	$2,288	$1,144
5	$69,653	$5,805	$2,679	$1,340
6	$79,828	$6,653	$3,071	$1,536
7	$90,003	$7,501	$3,462	$1,731
8	$100,178	$8,349	$3,853	$1,927

男士也可以加入WIC計畫嗎?

WIC當然也歡迎男士的加入！WIC肯定父親、祖父、繼父以及其他男性監護人在照顧孩童方面的重要角色。只要是五歲以下孩童的父親或照料者，均可以加入本計畫的行列，帶著孩子們一同參加聚會、營養課程以及健康研習營，並在雜貨店使用WIC。

如何申请WIC?

您可以访问**www.mass.gov/wic**或者Mass WIC的Facebook页面（@MassWIC）在线提交申请。感兴趣的家庭可以点击“申请WIC”并提交一些基本信息用于申请。或者您可以联系您所在社区的WIC计划制定预约或致电1-800-942-1007。许多WIC办公室在晚上和周六都上班，因此您不必错过上课或工作。随时欢迎您的来访！