

我可以购买哪些食物?

您可以在马萨诸塞州超过 850 家商店使用 WIC 卡购买:



水果和蔬菜

新鲜、冷冻和罐装



蛋白质

鸡蛋、花生酱、豆腐、鱼罐头和豆类



乳制品

牛奶、奶酪和酸奶



全谷物

糙米、全麦面包、意大利面、玉米饼等!



婴儿用品

婴儿配方奶粉、婴儿谷物以及婴儿果蔬

当地 WIC 服务点

波士顿地区

Chelsea/Revere (617) 887-4340
Dorchester Bay (617) 825-0805
Dorchester North (617) 825-8994
East Boston (617) 568-6440
Jamaica Plain/Brighton (617) 983-6086
Metro North (617) 575-5330
Roxbury/South End (617) 989-3055

马萨诸塞州中部

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

科德角及周边岛屿

Cape Cod (508) 771-7896

马萨诸塞州东北部

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

马萨诸塞州东南部

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

马萨诸塞州西部

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

轻松购物

WIC Shopper 应用程序

在店内扫描商品,即可查询购买资格、查看余额并查找食谱。

在线订购

马萨诸塞州各家庭现在可以通过沃尔玛在线订购符合 WIC 条件的食品,并选择自提或配送服务。

访问 Walmart.com/wic 即可开始!



本机构致力于提供公平的机会
表格 #147

@MassWIC



CHINESE



WIC

美好的食物以及 全面的支持!

加入马萨诸塞州数千个通过
WIC 计划健康成长的家庭行列

1-800-942-1007 • mass.gov/wic

什么是 WIC?

WIC (妇女、婴儿和儿童营养补充计划) 是一项免费的营养计划, 为马萨诸塞州各家庭提供健康食品、营养教育、母乳喂养支持和医疗保健转介服务。我们致力于帮助您和您的孩子茁壮成长!

WIC 提供哪些服务?

我们的目标是为您的家庭提供健康的起点, 具体包括:

- ✔ **免费健康食品**
每月提供营养食杂补贴。
- ✔ **个性化支持**
一对一营养咨询和母乳喂养支持。
- ✔ **健康小贴士**
为您家人提供健康饮食的实用建议。
- ✔ **转介服务**
提供医疗/牙科保健、健康保险、儿童保育、住房或燃料援助等服务的转介。



WIC 适合哪些人群?

WIC 为所有类型的家庭提供支持: 已婚或单亲家庭, 有工作或无工作的家庭。如果您是 5 岁以下儿童的母亲、父亲、(外) 祖父母、寄养父母或法定监护人, 即可申请。

符合以下条件即可申请:

- 居住在马萨诸塞州。
- 处于怀孕期、哺乳期, 或育有 5 岁以下儿童。
- 符合以下收入指南。

自动符合资格: 如果您领取 SNAP、TAFDC 或某些 MassHealth 计划的福利, 则自动符合资格。5 岁以下寄养儿童也自动符合资格。

收入指南

收入基于家庭总收入 (税前)。

家庭规模	年收入	双周收入	周收入
1	\$29,526	\$1,136	\$568
2	\$40,034	\$1,540	\$770
3	\$50,542	\$1,944	\$972
4	\$61,050	\$2,349	\$1,175
5	\$71,558	\$2,753	\$1,377
6	\$82,066	\$3,157	\$1,579
7	\$92,574	\$3,561	\$1,781
8	\$103,082	\$3,965	\$1,983



男性可以参加吗?

当然可以! WIC 欢迎爸爸、(外) 祖父和男性监护人参与。我们鼓励所有照护者按时赴约, 并在商店使用 WIC 卡。

如何申请?

- 1 在线申请:** 扫描二维码访问 WIC 申请门户网站开始申请, 或访问 mass.gov/WIC。
- 2 电话申请:** 请致电离您最近的当地项目服务办事处 (请参阅本手册背面!)。
- 3 现场申请:** 欢迎您随时来访! 许多办事处晚间及周六提供服务, 以方便您的日程安排。请提前致电查询诊所的营业时间。