ကိုယ်ဝန်ရှိလား။
မိခင်နို့တိုက်နေလား။
ကလေးက ၅ နှစ်အောက်လား။

ပိုက်ဆံနည်းနည်းနဲ့ပဲ လုပ်နေကိုင်နေရသလား။ ကျန်းမာရေးကူပွန်တွေ ဒါမှမဟုတ် Healthy Options*တွေ သုံးနေရသလား။ သင့်ကလေး ကြီးထွားမှုအကြောင်း၊ နို့တိုက်ပုံအကြောင်း ပိုသိချင်သလား။

WIC ကို ဒီနေ့ ဖုန်းဆက်ပါ။

သင့်ကလေးမှာ သင်ရှိနေပါတယ်။ သင့်မှာ WIC ရှိနေပါတယ်။
အမျိုးသမီး၊ မွေးကင်းစနှင့် ကလေးများအတွက် အာဟာရ အစီအစဉ်
(**W**omen, **I**nfants and **C**hildren)။

သင့်ကလေးကို သင်အောက်ပါတို့ ပေးပြီး ကျန်းကျန်းမာမာနဲ့ စနိုင်အောင် WIC က ကူညီပါတယ်။

- လစဉ် ကျန်းမာရေးနဲ့ညီညွတ်တဲ့ အစာတွေ $50 ဖိုး အထိ ချက်လက်မှတ်တွေ။ ။ နို့၊ ကြက်ဥ၊ စီရီရယ်၊ ချီးစ်၊ ပဲခြောက်၊ အသီးရည်၊ မြေပဲထောပတ်နဲ့ မိခင်နို့မတိုက်တဲ့ ကလေးတွေအတွက် ဖော်မြူလာ။
- ကိုယ်ဝန်ဆောင်အမျိုးသမီးတွေအတွက် ကလေးစာအုပ်။
- အာဟာရနဲ့နို့တိုက်မှု အကြံပေးချက်တွေ။
- ကျန်းမာရေးကုသမှုရဖို့ အကူအညီ။

WIC လစဉ်ဝင်ငွေ လမ်းညွှန်ချက်များ
(ကိုယ်ဝန်ဆောင်အမျိုးသမီးတယောက်ကို
လူနှစ်ယောက်လို့ တွက်ပါတယ်)

- $2268 အထိ လုပ်ခရနေတဲ့ လူ ၂ ယောက်ရှိမိသားစု
- $3446 အထိ လုပ်ခရနေတဲ့ လူ ၄ ယောက်ရှိမိသားစု
- $4624 အထိ လုပ်ခရနေတဲ့ လူ ၆ ယောက်ရှိမိသားစု

* သင်က ကျန်းမာရေးကူပွန်တွေ ဒါမှမဟုတ် Healthy Options ရနေရင် သင့်ဝင်ငွေကြောင့် WIC ရနိုင်ပါတယ်။

WIC က တန်းတူအခွင့်အရေးရှိတဲ့ အစီအစဉ်တရပ်ပါ။

WIC ယူလို့ သင့်ရဲ့ လူဝင်မှုကြီးကြပ်ရေးအနေအထား မထိခိုက်ပါဘူး။

1-800-322-2588

ဘာသာစကားအားလုံးနဲ့ ရနိုင်ပါတယ်။

Family Health Hotline

A program of WithinReach

www.withinreachwa.org

Revised 06/2011 WR100051Bu