



# Do you have a child under 5? Are you pregnant or breastfeeding?

## WIC OFFERS FAMILIES

- Personalized nutrition consultations
- Free healthy food
- Tips for eating well to improve health
- Referrals for medical and dental care, health insurance, child care, housing and fuel assistance, and other services that can benefit the whole family

Check these guidelines to see if WIC might be right for your family.

HOUSEHOLD SIZE	YEARLY	MONTHLY	WEEKLY
1	\$22,459	\$1,872	\$432
2	30,451	2,538	586
3	38,443	3,204	740
4	46,435	3,870	893
5	54,427	4,536	1,047
6	62,419	5,202	1,201
7	70,411	5,868	1,355
8	78,403	6,534	1,508

IF YOU ARE PREGNANT, YOU SHOULD COUNT YOURSELF AS TWO.

Call **1-800-WIC-1007**  
or visit [mass.gov/wic](http://mass.gov/wic)

TDD/TTY: 617-624-5992

This institution is an equal opportunity provider.



GOOD FOOD and A WHOLE LOT MORE!



# ¿Tiene un hijo menor de 5 años? ¿Está embarazada o amamantando/lactando?

## WIC OFRECE A LAS FAMILIAS

- Alimentos saludables gratis
- Apoyo de lactancia
- Consultas personalizadas de nutrición
- Referidos para atención médica y dental, seguro de salud, cuidado de niños, asistencia para combustible y vivienda, y otros servicios que pueden beneficiar a la familia entera!

Verifique estas pautas para decidir si WIC es el programa adecuado para su familia.

TAMAÑO DE FAMILIA	ANUAL	MENSUAL	SEMANAL
1	\$22,459	\$1,872	\$432
2	30,451	2,538	586
3	38,443	3,204	740
4	46,435	3,870	893
5	54,427	4,536	1,047
6	62,419	5,202	1,201
7	70,411	5,868	1,355
8	78,403	6,534	1,508

SI USTED ESTÁ EMBARAZADA, DEBE CONTARSE POR 2.

Llame al **1-800-942-1007**  
o visite [mass.gov/wic](http://mass.gov/wic)

TDD/TTY: 617-624-5992

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.



BUENOS ALIMENTOS y MUCHO MÁS!