

Faire une demande de WIC

Appelez le 207-553-5800 pour prendre un rendez-vous sur Portland, Westbrook, Windham, Bridgton, Standish ou Brunswick.

À apporter le jour de votre rendez-vous

Papiers d'identité pour tous les demandeurs et les parents

Carte de MaineCare, permis de conduire, carte de sécurité sociale, carte d'étudiant ou d'emploi, passeport, certificat de naissance, carte-berceau de l'hôpital ou carnet de vaccination.

Justificatif de revenu

Cartes de MaineCare ou lettre d'éligibilité, lettre de SNAP ou du TANF, bulletins de salaire, bulletins de revenu de l'armée, preuve de paie de l'employeur, accord de pension alimentaire pour le conjoint ou les enfants, revenu de la sécurité sociale en complément ou pour invalidité. Critères de revenus, consultez maine.gov/wic.

Preuve de domicile

Facture des charges ou courrier avec nom et adresse, permis de conduire avec adresse, contrat de bail /d'emprunt immobilier avec nom et adresse, documents du TANF, SNAP ou MaineCare avec adresse.

WIC pour une bonne santé

WIC, ça marche

Une participation au programme de WIC veut dire un meilleur apport nutritionnel, plus de connaissances sur la santé, un niveau de fer plus élevé, un taux de mortalité infantile réduit, un meilleur taux d'allaitement et, à long terme, des coûts de soins de santé réduits.

Contactez-nous

Téléphone : 207-553-5800
Appel gratuit : 1-877-429-6884

Cette institution est un prestataire d'opportunités équitables.

"WIC m'a beaucoup aidée quand j'allaitais. On m'a donné de nombreuses informations et savoir que mon fils prenait du poids m'a donné confiance en moi pour continuer d'allaiter."

- Parent à TOA WIC

the
Opportunity
Alliance



TOA WIC
The Opportunity Alliance
190 Lancaster Street
Suite 310
Portland, Maine 04101



TOA WIC

Pour le comté de
Cumberland
207-553-5800



"WIC m'a aidé quand mes enfants n'aimaient pas les légumes. Maintenant ils les adorent !"
- Parent à TOA WIC

Les aliments de WIC

- Fruits et légumes : frais, surgelés ou en conserve
- Lait ou boisson au soja
- Fromage, yaourt et/ou tofu
- Œufs
- Céréales
- Beurre de cacahuètes
- Pain complet, avoine, riz complet, tortillas et pâtes de blé complet
- Haricots : secs ou en conserve
- Thon, saumon ou sardines en conserve
- Jus (100% jus de fruit), en bouteille ou concentré
- Aliments pour bébé
- Lait maternisé en poudre

Les clients de WIC

Les enfants qui reçoivent WIC y ont droit lorsqu'ils sont à la charge de mères, pères, grands-parents, parents de famille d'accueil, beaux-parents ou tuteurs légaux.



Soutien à l'allaitement

- Éducation sur les bienfaits de l'allaitement sur la santé, pour les parents et le bébé
- Soutien téléphonique, par texto ou sur rendez-vous avec des pairs conseillères, des conseillères (CLC) et des consultantes (IBCLC) en lactation
- Location gratuite de tire-laits électriques
- Réponses aux questions et préoccupations concernant des problèmes tels que l'obstruction des canaux et la prise du sein par bébé

L'équipe WIC

Les conseillères de WIC sont formées en nutrition et en santé publique et travaillent avec l'aide de diététiciennes agréées et de conseillères certifiées en lactation.

WIC offre

- Une assistance pour acheter des aliments sains
- Des conseils pour acheter et préparer des repas et des goûters sains
- Un test de dépistage de l'anémie
- De mesurer et peser les enfants
- Un soutien à l'allaitement
- Des conseils pendant la grossesse
- De vous mettre en contact avec d'autres ressources de la communauté

WIC aide

- Les personnes enceintes
- Les personnes qui allaitent les bébés de moins d'un an
- Les personnes pendant six mois après la naissance
- Les bébés
- Les enfants jusqu'à l'âge de 5 ans