

# Su niño la tiene a usted, y usted tiene a WIC

Estará en vigor desde Julio 1, 2016 - Junio 30, 2017

- ◆ Consultas de nutrición
- ◆ Aprender a comer saludable
- ◆ Nutrición prenatal
- ◆ Evaluaciones de salud
- ◆ Apoyo en la lactancia
- ◆ Alimentos saludables

Miembros en la familia	Ingreso mensual (bruto)	Ingreso anual (bruto)
1	\$1,832	\$21,978
2	\$2,470	\$29,637
3	\$3,108	\$37,296
4	\$3,747	\$44,955
5	\$4,385	\$52,614
6	\$5,023	\$60,273
7	\$5,663	\$67,951
8	\$6,304	\$75,647

Recomendaciones de la Guía Alimenticia	Alimentos de WIC
Frutas y verduras	Fruta y verdura fresca, comida para bebé y jugo
Granos enteros	Pan y pasta integral, tortillas de maíz o integrales, arroz integral y cereales de granos enteros.
Productos lácteos bajos en grasa y sin grasa	Leche y yogur bajos en grasa y sin grasa; fórmula para bebé.
Proteína	Atún, salmon, frijoles, mantequilla de maní y huevos

\*Nota: Si usted está embarazada, usted puede contar a su niño nonato como miembro en la familia.



De conformidad con la Ley Federal de Derechos Civiles y los reglamentos y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA, por sus siglas en inglés), se prohíbe que el USDA, sus agencias, oficinas, empleados e instituciones que participan o administran programas del USDA discriminen sobre la base de raza, color, nacionalidad, sexo, discapacidad, edad, o en represalia o venganza por actividades previas de derechos civiles en algún programa o actividad realizados o financiados por el USDA.

Las personas con discapacidades que necesiten medios alternativos para la comunicación de la información del programa (por ejemplo, sistema Braille, letras grandes, cintas de audio, lenguaje de señas americano, etc.), deben ponerse en contacto con la agencia (estatal o local) en la que solicitaron los beneficios. Las personas sordas, con dificultades de audición o discapacidades del habla pueden comunicarse con el USDA por medio del Federal Relay Service [Servicio Federal de Retransmisión] al (800) 877-8339. Además, la información del programa se puede proporcionar en otros idiomas.

Para presentar una denuncia de discriminación, complete el Formulario de Denuncia de Discriminación del Programa del USDA, (AD-3027) que está disponible en línea en: [http://www.ascr.usda.gov/complaint\\_filing\\_cust.html](http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html) y en cualquier oficina del USDA, o bien escriba una carta dirigida al USDA e incluya en la carta toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de denuncia, llame al (866) 632-9992. Haga llegar su formulario lleno o carta al USDA por: (1) correo: U.S. Department of Agriculture, Office of the Assistant Secretary for Civil Rights, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410; (2) fax: (202) 690-7442; o (3) correo electrónico: [program.intake@usda.gov](mailto:program.intake@usda.gov).

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.



[wic.utah.gov](http://wic.utah.gov) | 1-877-WIC-KIDS (942-5437)

Health Department	County	Address	Phone
<b>Bear River Health Department</b>	<b>Brigham</b>	817 W 950 S, Brigham City, 84302-3071	435-734-0845
<b>Health Department</b>	<b>Garden City</b>	115 S Bear Lake Blvd, Garden City , 84028	435-881-3383
	<b>Logan</b>	<b>655 E 1300 N, Logan, 84341-2570</b>	<b>435-792-6451</b>
	<b>Randolph</b>	275 N Main, PO Box 392, Randolph, 84064-0392	435-793-2445
	<b>Tremonton</b>	440 West 600 North, Tremonton, 84337	435-257-3318
<b>Central Utah Public Health Department</b>	<b>W Millard</b>	428 E Topaz Blvd, # D, PO Box 176, Delta, 84624-0176	435-864-3612
<b>Health Department</b>	<b>Eureka</b>	55 E Main, Eureka, 84628	435-623-0696
	<b>E Millard</b>	40 N 400 W, Fillmore, 84631	435-743-5723
	<b>Piute</b>	555 N Main, PO Box 40, Junction, 84740-0040	435-577-2521
	<b>Wayne</b>	18 S Main, PO Box 326, Loa, 84747-0326	435-836-1317
	<b>Hanksville</b>	50 W Main St, Hanksville, 84734	435-836-1317
	<b>S Sanpete</b>	40 W 200 N, Manti, 84642-1246	435-835-2231
	<b>N Sanpete</b>	20 S 100 W, # 30, Mount Pleasant, 84647-1507	435-462-2449
	<b>Juab</b>	160 N Main, Nephi, 84648-1412	435-623-0696
	<b>Sevier</b>	<b>70 Westview Dr, Richfield, 84701-1868</b>	<b>435-896-5451</b>
<b>Davis County Health Department</b>	<b>Clearfield</b>	<b>22 South State Street, Clearfield, UT 84015</b>	<b>801-525-5010</b>
<b>Health Department</b>	<b>Woods Cross</b>	596 W 750 S, Woods Cross, 84010-7268	801-292-7803
<b>Salt Lake County Health Department</b>	<b>City</b>	610 S 200 E, # 111, Salt Lake City, 84111-3802	385-468-4245
<b>Health Department</b>	<b>Ellis Shipp</b>	4535 S 5600 W, West Valley City, 84120-4639	385-468-3710
	<b>Rose Park</b>	799 N Redwood Rd, Ste A, Salt Lake City, 84116-1962	385-468-3660
	<b>South East</b>	9340 S 700 E, Sandy, 84070-6203	385-468-4335
	<b>South Main</b>	3690 S Main, Salt Lake City , 84115-3749	385-468-3990
	<b>West Jordan</b>	1740 W 7800 S, West Jordan, 84088-4016	385-468-4365
<b>San Juan Public Health Department</b>	<b>Blanding</b>	<b>196 E Center, PO Box E, Blanding, 84511-0089</b>	<b>For all San Juan County Clinics</b>
<b>Health Department</b>	<b>Monticello</b>	380 W 100 N, PO Box 1054, Monticello , UT 84535-1054	<b>Call: 435-678-2723</b>
	<b>Montezuma Creek</b>	East Hwy 262, PO Box 130, Montezuma Creek , 84534	
	<b>Monument Valley</b>	30 W Medical Drive, PO Box 360005, Monument Valley , 84536	
<b>Southeastern Utah District Health Department</b>	<b>Castle Dale</b>	25 W Main, PO Box 644, Castle Dale, 84513-0644	435-381-2252
<b>District Health Department</b>	<b>East Carbon</b>	305 Center, PO Box 818, East Carbon, 84520-0818	435-888-0814
	<b>Green River</b>	305 W Main, PO Box 249, Green River, 84525-0249	435-564-3722
	<b>Moab</b>	575 S Kane Creek Blvd, Moab, 84532	435-259-5602
	<b>Price</b>	<b>28 S 100 E, PO Box 800, Price, 84501-0800</b>	<b>435-637-3671</b>
<b>Southwest Utah Public Health Department</b>	<b>Beaver</b>	1175 N. 75 W, PO Box G, Beaver, 84713	435-438-2482
<b>Health Department</b>	<b>Cedar City</b>	260 DL Sargent Dr, Cedar City, 84720-9342	435-586-2437
	<b>Kanab</b>	445 N Main St, Kanab, 84741	435-644-2537
	<b>Panguitch</b>	601 E Center St, Panguitch, 84759	435-676-8800
	<b>St. George</b>	<b>620 South 400 East Suite 400, St. George, 84770</b>	<b>435-673-3528</b>
<b>Summit County Public Health Department</b>	<b>Coalville</b>	85 N 50 E, PO Box 128, Coalville, 84017-0128	<b>ALL Summit County Clinics</b>
<b>Public Health Department</b>	<b>Kamas</b>	110 N Main, PO Box 698, Kamas, 84036-0698	
	<b>Park City</b>	<b>650 Round Valley Dr, Park City, 84060</b>	<b>Call: 435-333-1515</b>
<b>Tooele County Health Department</b>	<b>Tooele</b>	<b>151 N Main, Tooele, 84074-2141</b>	<b>435-277-2320</b>
<b>Health Department</b>	<b>Wendover</b>	100 S 9th St, PO Box 554, Wendover, 84083-0554	435-665-7004
<b>TriCounty Health Department</b>	<b>Roosevelt</b>	409 S. 200 E. Roosevelt, UT 84066	435-722-6333
<b>Health Department</b>	<b>Vernal</b>	<b>133 S. 500 E. Vernal, 84078</b>	<b>435-247-1179</b>
<b>Utah County Health Department</b>	<b>N County</b>	599 S 500 E, American Fork, 84003	801-851-7320
<b>Health Department</b>	<b>Orem</b>	816 North 980 West, Orem , UT 84057	801-851-7340
	<b>S County</b>	910 E 100 N, # 175, Payson, 84651-1641	801-851-7360
	<b>Provo</b>	<b>151 S University Ave, # 2100, Provo, 84601-4427</b>	<b>801-851-7300</b>
<b>Wasatch County Health Department</b>	<b>Heber</b>	<b>55 S 500 E, Heber City, 84032-1918</b>	<b>435-657-3266</b>
<b>Weber-Morgan Health Department</b>	<b>Morgan</b>	236 E. Young Street, Morgan, 84050	801-829-4275
<b>Health Department</b>	<b>Ogden</b>	<b>455 23rd Street, Ogden, 84401-1507</b>	<b>801-399-7200</b>