

What will I need to bring to my first appointment?

Proof of Identity:

Bring at least one current form of identification (ID) for each person applying. This may include:

- Photo ID, DMV.
- Work or military ID.
- Immunization record (Infants/children only).
- NC voter registration card.
- Social Security card.
- Insurance card.
- Birth certificate.
- Hospital ID card or bracelet.

Proof of Residence (where you live):

Bring at least one proof of residence that shows the current physical address for each person applying. A P.O. Box address may not be used for proof of residence. This may include:

- Photo ID, DMV.
- Recent utility bill.
- Bank statement.
- Insurance card.
- Unemployment letter or notice.
- Letter of certification from Food and Nutrition Services (FNS/Food Stamps).
- Current mortgage or rental agreement.
- NC voter registration card.

Proof of Income:

If you receive Medicaid, WF/TANF or FNS/Food Stamps you automatically meet the income guidelines and do not need to bring any additional documentation. If not, you must show income before taxes for all members of your household and should bring at least one of the following:

- Most recent paycheck stubs.
- Military Leave and Earnings Statement (LES).
- Letter from employer stating gross income and frequency of pay.
- Recent tax return (if self-employed).

What happens at a WIC application appointment?



- Your proof of identity, where you live, and household income will be reviewed to check eligibility.
- Height, weight, and a blood test for iron levels will be done unless you bring this information from another clinic or doctor's office.
- You will be asked questions about your health and your eating habits.
- Any nutrition concerns or questions you have will be discussed.
- A health professional will review your health information to see if you are eligible for WIC.
- You will get an eWIC (debit) card to use at the store for WIC-approved foods.
- A WIC staff member will review all the foods you will receive and how to shop for WIC-approved foods.



What kinds of food can I buy with WIC Food Benefits?



- Fruits and vegetables: fresh, frozen, canned.
- 100% fruit or vegetable juice.
- Peanut butter, legumes, and eggs.
- Milk, cheese, yogurt, tofu, and soy beverages.
- Whole grain bread, cereals, tortillas, rice, and pasta.
- Foods for your baby.

These foods are available in a variety of brands, sizes, and types, including organic!



North Carolina Department of Health and Human Services • Division of Child and Family Well-Being Community Nutrition Services Section • www.ncdhhs.gov/nc-wic-cacfp • This institution is an equal opportunity provider. 10/22 #0066



¿Qué tendré que llevar a mi primera cita?

Prueba de identidad:

Traiga al menos una forma actual de identificación (ID) para cada persona que solicite. Esto puede incluir lo siguiente:

- Identificación con foto, DMV.
- Identificación laboral o militar.
- Registro de vacunación (solo bebés/niños).
- Tarjeta de registro de votante de NC.
- Tarjeta del Seguro Social.
- Tarjeta de seguro.
- Certificado de nacimiento.
- Tarjeta o pulsera de identificación del hospital.

Comprobante de residencia (dónde vive):

Traiga al menos un comprobante de residencia que muestre la dirección física actual de cada persona que solicite. Una dirección de la casilla de correo no se puede utilizar como comprobante de residencia. Esto puede incluir lo siguiente:

- Identificación con foto, DMV.
- Factura de servicios públicos reciente.
- Estado de cuenta.
- Tarjeta de seguro.
- Carta o aviso de desempleo.
- Carta de certificación de los Servicios de Alimentos y Nutrición (FNS/Cupones de alimentos).
- Hipoteca o contrato de alquiler vigente.
- Tarjeta de registro de votante de NC.

Comprobante de ingresos:

Si recibe Medicaid, WF/TANF o FNS/Cupones de alimentos, automáticamente cumple con las pautas de ingresos y no necesita traer ninguna documentación adicional. De lo contrario, debe mostrar los ingresos antes de impuestos de todos los miembros de su hogar y debe traer al menos uno de los siguientes:

- Talones de cheque de pago más recientes.
- Declaración de licencias militares y ganancias (Leave and Earnings Statement, LES).
- Carta del empleador que indique los ingresos brutos y la frecuencia de pago.
- Declaración de impuestos reciente (si es trabajador por cuenta propia).

¿Qué sucede en una cita de solicitud de WIC?



- Su comprobante de identidad, dónde vive y los ingresos del hogar serán revisados para verificar la elegibilidad.
- Se verificará la estatura, peso y un análisis de sangre para controlar los niveles de hierro a menos que traiga esta información de otra clínica o consultorio médico.
- Se le harán preguntas sobre su salud y sus hábitos alimenticios.
- Se hablará acerca de cualquier inquietud o pregunta que tenga sobre nutrición.
- Un profesional de la salud revisará su información de salud para ver si usted es elegible para WIC.
- Obtendrá una tarjeta eWIC (débito) que podrá usar en la tienda para comprar alimentos aprobados por WIC.
- Un miembro del personal de WIC revisará todos los alimentos que recibirá y le explicará cómo comprar alimentos aprobados por WIC.



¿Qué tipo de alimentos puedo comprar con los Beneficios de alimentos de WIC?



- Frutas y verduras: frescas, congeladas, enlatadas.
- Jugo 100% de frutas o verduras.
- Mantequilla de maní, legumbres y huevos.
- Leche, queso, yogur, tofu y bebidas de soja.
- Pan integral, cereales, tortillas, arroz y pasta.
- Alimentos para su bebé.

Estos alimentos están disponibles en una variedad de marcas, tamaños y tipos, también los orgánicos!



Departamento de Salud y Servicios Humanos de North Carolina • División de Bienestar Infantil y Familiar
Sección de Servicios de Nutrición Comunitaria • www.ncdhhs.gov/nc-wic-cacfp
Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.
10/22 #0066-S

