

# Program ya WIC mpona Bilei

Mabota ya Maine Bazali Kokola na Kolongono ya Malamu mpona WIC

## WIC ezali nini?

WIC ezali program ya bobateli ya mobimba mpona mabota mpe ezali kopesa:

- Eteyeli ya bilei
- Komela Mabele mpe lisungi mpe biloko ya koleisa ya tolo
- Esosolami ya kolongono mpe kotinda bato
- Bilei ya malamau mpe mbano ya bapopototo na karte eWIC

## Nani akoki kokotisa nkombo mpona WIC?

- Basi ya zemi, basi bazali komeleisa bana mabele, mpe baboti oyo bazali koleka post-natal.
- Bana bebe mpe bana ti mibu ya mitano
- Bana oyo tata azali kobokola. Koko. Mobateli, to mwasi to mobali ya moboti to mobateli mususu
- Moto nyonso oyo azali kofanda na Maine, mpe bapaya oyo bazali kosala mosala na Maine

## Ndenge Nini Kotia Nkombo:

Luka biro ya WIC esika ozali na Maine [maine.gov/WIC](http://maine.gov/WIC) mpona kokanga ekutanelo.

Esengeli bato ya WIC balanda mitindo ya mosolo mpe bazala na likama ya boleli.

Moto nyonso oyo azali kozwa SNAP, TANF, to MaineCare akokani mbala moko mpona WIC, etali te mosolo nini azali na yango.

## Soki ozali na mituna... WIC ezali na eyano!

WIC ezali na bato ya kopesa mayele ya bilei mpe kopesa toli ya kosunga mpe kotinda bato bisika bakoki kozwa misala ya kosunga bango!

Yekola makambo mingi ya mosolo mpe mitindo ya likama ya boleli na [maine.gov/WIC](http://maine.gov/WIC).



Scanner kode ya QR mpona kozwa mosali ya WIC na Maine oyo azali pene na yo mpe kanga ekutanelo.

## Wapi ngai na koki koyekola lisusu mingi ya program ya Bilei ya WIC Maine CDC?

Benga 1-800-437-9300 to 207-287-3991  
Mona siteweb na biso na [maine.gov/WIC](http://maine.gov/WIC)



Esika ya mosala oyo ezali esika ekokani mpona moto nyonso.



# Babiro ya WIC na Bingumba ya Maine

## Program ya Aktio ya Engumba ya Aroostook

Kosalisa Engumba ya Aroostook  
Presque Isle 1-800-432-7881 to 768-3026

## Misala ya Engumba mpe ya Kolongono ya Bangor

Kosalisa Bigumba ya Piscataquis mpe Penobscot  
Bangor 1-800-470-3769 to 992-4570

## Ebongiseli Mabota ya Maine

Kosalisa Bigumba ya Hancock na Washington  
Ellsworth 1-800-492-5550 Calais 454-3634 Machias 255-8280

## Centre ya Lepital Monene ya Maine

Kosalisa Bigumba ya Kennebec na Somerset  
Augusta 626-6350 Waterville 861-3580 Skowhegan 1-888-942-6333

## Aktio ya Bato ya MidCoast Maine

Kosalisa Bigumba ya Knox, Lincoln, Sagadahoc, na Waldo  
Bath 1-800-221-2221 Belfast 338-1267 Rockland 594-4329

## Alliance ya nini ekoki Kosalema

Kosalisa Engumba ya Cumberland  
Portland 1-800-698-4959 Windham 553-5800

## Aktio ya Batio ya Westi ya Maine

Kosalisa Bigumba ya Franklin, Oxford, na Androscoggin East  
Wilton 1-800-645-9636 Auburn 1-877-512-8856

## Misala ya Aktio ya bato ya Engumba ya York.

Kosalisa Engumba ya York  
Sanford 1-800-965-5762 Biddeford 1-800-644-4202

## Bolamu ya Komeleisa Bana Mabele mpe Koleisa ya Tolo

- Esegeli ata te ebongiseli ya liboso
- Ekoki kopusa uterus ezonga moke ndenge ezalaka, kosunga nzoto ya moboti azali komeleisa mwana mabeke ezonga lolenge ezalaki liboso ya kozwa zemi
- Ekoki kobatela bato batika kozwa cancer ya ovaires to ya mabele
- Ezali kosala boyokani ya makasi kati na moboti-mwana

## WIC ezali kosunga baboti ya komeleisa bana mabele ndenge nini?

Babiro ya WIC ezali kopesa baboti bazali komeleisa bana mabele to oyo bazali kobimisa bango moko miliki ya mabele, bilia ya boponi mingi mpe ya bambano ebele kati na program ya WIC, toli ya bato ya mayele ya CLCs/IBCLCs, mpe koleka!

## Bilei nini ngai nakoki kozwa na WIC?

Mbano ya bilei etalani na mibu, bamposa ya bilei, mpe bamposa ya bilei ya bozalani ya mwana.

Bambano ya bilei ekoki kozala:

- Miliki, like, fromage mpe yaourt
- Bambuma mpe bandunda
- Mwamba ya nguba
- Jis
- Masangu
- Madesu ya koyoma/lizanza
- Tofi & miliki ya soja
- Mbisi ya lizanza
- Mapa ya farini ya masangu, tortilles, kwaker, spaghetti to loso ya motani
- Bilei ya bana bebe
- Bapatopoto ya bana



Bayekola mingi, mona  
[maine.gov/WIC](http://maine.gov/WIC)