



**NOT ALL  
HEROES  
WEAR CAPES!**

Moms are superheroes, too! You work hard to make sure your child is eating well and staying healthy. But you are not alone in your efforts!

WIC provides access to healthy food, nutrition education, breastfeeding support and resources for families to more than 7 million moms and children.

If you are a mom with an infant or child under 5, you can get the right personalized support for you and your family.

## SEE IF YOU QUALIFY

Find your local WIC program:

CALL 1-844-601-0365

TEXT keyword localwic + your zip code to 67076

VISIT [nutritionnc.com/mywic](http://nutritionnc.com/mywic)



State of North Carolina • Department of Health and Human Services •  
Division of Public Health • Nutrition Services Branch  
[www.ncdhhs.gov](http://www.ncdhhs.gov) • [www.nutritionnc.com](http://www.nutritionnc.com)  
This institution is an equal opportunity provider.



**¡NO TODOS  
LOS HÉROES  
LLEVAN CAPA!**

Las madres WIC también son superhéroes. Usted trabaja duro para asegurar que su familia esté comiendo bien y se mantenga saludable. ¡Pero, no piense que tiene que hacerlo todo sola!

El programa WIC ofrece acceso a alimentos sanos, educación sobre nutrición, apoyo a la lactancia, y recursos familiares a más de 7 millones de madres y niños.

Si es madre de un bebé o un niño menor de 5 años, usted puede conseguir el apoyo personalizado que necesita para usted y su familia.

## VEA SI CUMPLE LOS REQUISITOS

Busque su programa WIC local:

LLAME al 1-844-601-0365

Envíe al 67076 un mensaje de TEXTO con

la palabra localwic + su código postal

VISITE [nutritionnc.com/mywic](http://nutritionnc.com/mywic)



Estado de Carolina del Norte • Departamento de Salud y Servicios Humanos •  
División de Salud Pública • Oficina de Servicios de Nutrición  
[www.ncdhhs.gov](http://www.ncdhhs.gov) • [www.nutritionnc.com](http://www.nutritionnc.com)  
Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.