

# तपाईं धेरै गररहन्छ



## WIC सहयोग गर्न यहाँ छ

WIC ओरेगन मा बस्ने परिवार हरु लाई सेवा दनि सामुदायिक स्वास्थ्य तथा पोषण कार्यक्रम हो । तपाईं SNAP वा ओरेगन स्वास्थ्य बमि कार्यक्रम (OHP) को लागि योग्य नहुनु भए पनि तपाईं WIC को लागि योग्य हुन सक्नु हुनुहुन्छ । अनलाइनमा [healthoregon.org/wic](http://healthoregon.org/wic) मा हेरनुहोस ।

## तपाईंलाई सेवा दनि हामी नमिन् सेवाहरु दनिन्छौं:

- गर्भधारण र स्तनपान सम्बन्धि शिक्षा ।
- स्वास्थ्य खानाहरु
- पोषण केन्द्रति शिक्षा
- निःशुल्क स्वास्थ्य जाँच
- श्रोतहरु सम्बन्धि जानकारी

WIC भनेको केवल स्वास्थ्य शशुहरु, बालबालकिहरु र परिवारहरुको लागि हो । यदि तपाईं गर्भवती हुनुहुन्छ, स्तनपान गर्दै हुनुहुन्छ, वा ५ वर्ष मुनिको बच्चा छ भने WIC तपाईंको लागि हुनसक्छ ।



## तपाईंलाई थाहा थियो?

यदि तपाईं ५ वर्ष मुनिको बच्चाको बाबु, बजे, सरकार ले टोकेको रेखदेख गर्ने व्यक्ति वा कानूनी अवभावक हुनुहुन्छ भने तपाईं ले नविदन दनि सक्नु हुन्छ | WIC ले तपाईंलाई सूचना, संयन्त्र र सहारा दनिछ, जसले गर्दा तपाईं आफुले सोचे जस्तो रेखदेख करता बन्नुहुन्छ |

## थप कुरा थाहा पाउनुहोस् !



- ⇒ 211 मा फोन गर्नुहोस
- ⇒ 898211 मा HEALTH लेखेर टेक्स्ट पठाउनुहोस
- ⇒ [healthoregon.org/wic](http://healthoregon.org/wic) मा जानुहोस, हाम्रो WIC को बारे थप जानकारी प्राप्त गर्ने फारम भरनुहोस् र हामी सम्पर्कमा रहने छौं |

**Oregon**  
**Health**  
Authority

**wic** OREGON  
स्वास्थ्य भवषियको बढावा दिदि

तपाईंलाई यो जानकारी ठूलो अक्षरमा छापिएको वा वैकल्पिक ढाँचामा आवश्यक छ भने, कृपया 971-673-0040 वा TTY 800-735-2900 मा फोन गर्नुहोस्।

यो संस्था समान अवसर प्रदायक हो।