

# WAX BADAN AYAAD QABATAA



HALKAN U JOOGAA SI  
AAN KUU CAAWIYO

WIC waa barnaamij nafaqada caafimaadka dadweynaha la xiriira oo u adeegaya qoysaska Oregon. Xataa haddii aadan u qalmin SNAP ama Qorshaha Caafimaadka Oregon (OHP), waxaa suurtagal ah in aad u qalanto WIC. Ka fiiri internet-ka [healthoregon.org/wic](http://healthoregon.org/wic).

## SI AAN KUU TAAGEERNO WAXAAN BIXINAA:

- Tilmaamo dhanka uur lahaanshaha & naas nuujinta ah
- Cuntooyin caafimaad leh
- La-talin nafaqada diiradda la saarayo
- Baaritaanno caafimaad oo lacag la'aan ah
- Isku xirnaanshaha dhanka ilaha

WIC waxay muhiimada siisaa in la helo dhallaan, carruur, iyo qoysas caafimaad leh. Haddii aad tahay qof uur leh, naas nuujinayso, ama haysato ilme da'diisu ka yar tahay 5, WIC waxay noqon kartaa mid oogu talagalay adiga!



## MA OGEYD?

Haddii aad tahay aabe, awoow/ayeey, waalid wax korsanaya, ama mas'uul sharci ah ee ilme da'diisu ka yar tahay 5 jir, waad codsan kartaa. WIC waxay ku siisaa macluumaad, waxyaabo kala duwan, iyo taageerada aad u baahan tahay si aad u noqoto daryeelaha aad rabto in aad noqoto.

## WAX BADAN KA OGOW!



- ⇒ Wac 211
- ⇒ Farriin kalmada HEALTH telefoonka ugu dir 898211
- ⇒ Booqo [healthoregon.org/wic](http://healthoregon.org/wic), buuxi Foomkayaga Wax daneynta ee WIC waanan kula soo xiriiri doonaa!

**Oregon**  
**Health**  
Authority

**wic** OREGON

KOBCINTA MUQTAQBAL CAAFIMAAD LEH

Haddii aad doonaysid macluumaadkan oo ku qoran farta waaweyn ama nooc kale ah, fadlan wac 971-673-0040 ama TTY 800-735-2900.

*Waaxdani waa fursad shaqo bixiye loo wada siman yahay.*