



# COMPRAS CON SU TARJETA eWIC



CREANDO FUTUROS SALUDABLES

# USE LA APLICACIÓN WICSHOPPER



## Use la aplicación WICShopper para:

- Verificar el saldo de sus beneficios.
- Recibir recordatorios antes de que sus beneficios se venzan.
- Escanear códigos de barra para encontrar alimentos de WIC.
- Usar la Lista de Alimentos para encontrar las marcas y tamaños apropiados.
- Encontrar tiendas que acepten WIC.
- Buscar ideas de recetas.
- Visitar [WICHealth.org](http://WICHealth.org) y encontrar lecciones de nutrición en línea.

**Descargue la aplicación WICShopper y registre su tarjeta eWIC hoy mismo.**

*\*disponible para iPhone y Android.*



## ¿Cómo obtengo mis beneficios de WIC?

- WIC proporciona beneficios de alimentos saludables cada mes que usted esté en el programa de WIC.
- Se le otorgarán hasta 3 meses de beneficios cada vez.
- Los siguientes beneficios no se agregan de forma automática. Comuníquese con su oficina de WIC como se le indique para recibir más beneficios.
- Use sus beneficios de alimentos de WIC en cualquier tienda de abarrotes de Oregon autorizada por WIC. Pida en su clínica de WIC que le den una lista de tiendas locales. También puede utilizar la aplicación WICShopper y la página de internet Oregon WIC para encontrar una tienda.

## Sus responsabilidades

- Nunca venda, cambie ni regale sus alimentos o leche de fórmula de WIC, ni su tarjeta eWIC.
- No cambie los alimentos o leche de fórmula de WIC por dinero en efectivo, ni crédito en la tienda u otros artículos.
- Trate al personal de WIC y a los empleados de la tienda con respeto.



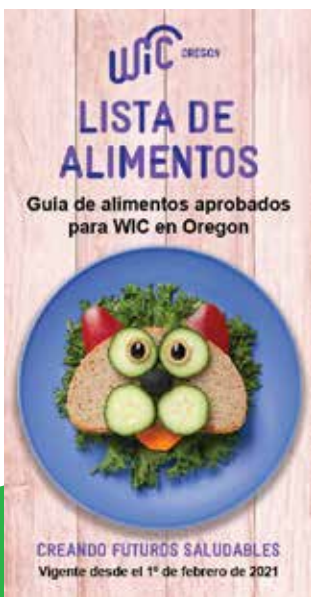
## Antes de comprar

- Verifique su saldo actual de beneficios de alimentos:



- Use la aplicación WICShopper
- Vea el saldo restante que está impreso en su último recibo de compras de WIC.
- Llame a la línea gratuita de servicio al cliente: **1-844-234-4946**
- Verifique su saldo de alimentos en la página de internet **www.ebtedge.com**

- Revise la Lista de Alimentos y planee qué alimentos va a comprar.



## Mientras compra

- Sólo puede comprar alimentos que están aprobados por WIC e incluidos en sus beneficios actuales.
- Use la Lista de Alimentos, la aplicación de WICShopper y su saldo de beneficios para elegir las marcas, tipos y tamaños de alimentos adecuados.

## Cuando pase por la caja

Si algo no sale como pagado con WIC, puede pedirle al cajero que lo saque, o lo puede pagar de otra forma.

### **SI ES NUEVO EN WIC:**

En la fila para la caja, tenga en cuenta separar los alimentos de WIC de las otras compras. Luego pague por sus alimentos de WIC primero. Una vez que ya le sea cómodo comprar con WIC, puede mezclar los alimentos de WIC con las otras compras en la caja.

**Guarde el recibo** para saber qué alimentos le quedan para la próxima vez que compre con WIC, o en caso de que haya problemas durante la compra.

Los recibos pueden ser diferentes según cada tienda. La mayoría de los recibos tienen estas secciones.

## Saldo de beneficios de WIC al comenzar la compra

Después de que pasa la tarjeta, la mayoría de las tiendas imprimen un recibo que muestra los beneficios que estaban disponibles al comienzo de su compra. Si hay un problema con un alimento que está tratando de comprar, use esta sección para ver si tiene disponible el beneficio de ese alimento.

## Reembolso del beneficio de WIC

Estos son los alimentos de WIC que usted está planeando comprar. El cajero le deberá pedir que verifique esta sección antes de que se apruebe la compra. Asegúrese de que todos los alimentos de WIC que trata de comprar estén en la lista.

## Saldo de beneficios de WIC al terminar la compra

Es el saldo de beneficios de eWIC después de la compra.

## Fecha de vencimiento de beneficios de WIC

Cada recibo tiene un recordatorio de cuándo se vencen los beneficios del mes en curso. Cada mes, compre sus alimentos de WIC antes de la medianoche del último día del mes.

### WIC Benefit Balance Before Purchase

1.00	1b	Cheese
2.00	doz	Eggs - large
36.00	oz	Cereal - hot/cold
1.00	ctr	Peanut Butter/beans
32.00	oz	Whole grains
9.00	\$\$	Fruit and vegetables
1.00	can	Sim Adv PWD 12.4 oz
1.00	ctr	Low or nonfat yogurt
3.00	gal	Fat free or 1% milk
2.00	ctr	64 oz bottle juice

### WIC Items for Redemption

18.00	oz	G/MILLS CEREAL
16.00	oz	JIF PEANUT BUTTER
32.00	oz	MAHATMA RICE
1.18	\$\$	ORANGES, NAVEL
1.98	\$\$	SPRING MIX

### WIC Benefit Ending Balance

1.00	1b	Cheese
2.00	doz	Eggs - large
18.00	oz	Cereal - hot/cold
5.84	\$\$	Fruit and vegetables
1.00	can	Sim Adv PWD 12.4 oz
1.00	ctr	Low or nonfat yogurt
3.00	gal	Fat free or 1% milk
2.00	ctr	64 oz bottle juice

WIC Benefits Expire on 9-30-2020

# CONSEJOS PARA COMPRAR ALIMENTOS

## Cómo comprar frutas y verduras



WIC le da una cierta cantidad en dólares para comprar frutas y verduras frescas, congeladas o enlatadas.

Cuando compre frutas y verduras al peso, use la aplicación WICShopper o su calculadora como ayuda.

### Ejemplo:

Usted tiene \$9.00 disponibles. Le gustaría comprar manzanas. Las manzanas cuestan \$1.50/lb.

Al usar la báscula en la tienda, usted ve que su bolsa de manzanas pesa 2.5 lb.

En la aplicación WICShopper o una calculadora, realice el cálculo:  $2.5 \times 1.5 =$  **Las manzanas le saldrán \$3.75.**

Así se verá en la aplicación WICShopper:



# CONSEJOS PARA COMPRAR ALIMENTOS

## Cómo comprar granos integrales

Usted puede elegir entre los siguientes granos integrales:

- Pan de trigo 100% integral
- Tortillas suaves de maíz
- Tortillas de trigo integral
- Pasta de trigo integral
- Avena
- Arroz café o integral
- Bulgur (trigo hervido)

Compre paquetes de 16 oz. o de 32 oz. para obtener el beneficio máximo en granos integrales.

Si usted tiene 16 oz. de granos integrales, no puede comprar algo más grande que 16 oz.

Si tiene 32 oz. en granos integrales, usted puede comprar un producto de 32 oz. o comprar dos granos integrales diferentes, cada uno de 16 oz. para un total de 32 oz.



16 oz.

y



16 oz.

# CONSEJOS PARA COMPRAR ALIMENTOS

## Cómo comprar leche y bebidas de soya

Remaining Balance (exp date 9-30-2020)		
3.50	gal	Fat free or 1% milk
.75	gal	Whole milk
2.00	ctr	Peanut butter/ dry or canned beans
40.00	oz	Whole grains
16.00	¢¢	Fruit and vegetables
3.00	ctr	Frozen juice 11.5 - 12 oz
1.00	ctr	Bottle Juice 64 oz
1.00	lb	Cheese

### Ejemplos:

**1.00 GAL es**



un galón

**0.75 GAL es**



medio galón



un cuarto

**0.50 GAL es**



medio galón

**0.25 GAL es**



un cuarto

# CONSEJOS PARA COMPRAR ALIMENTOS

## Cómo comprar yogurt

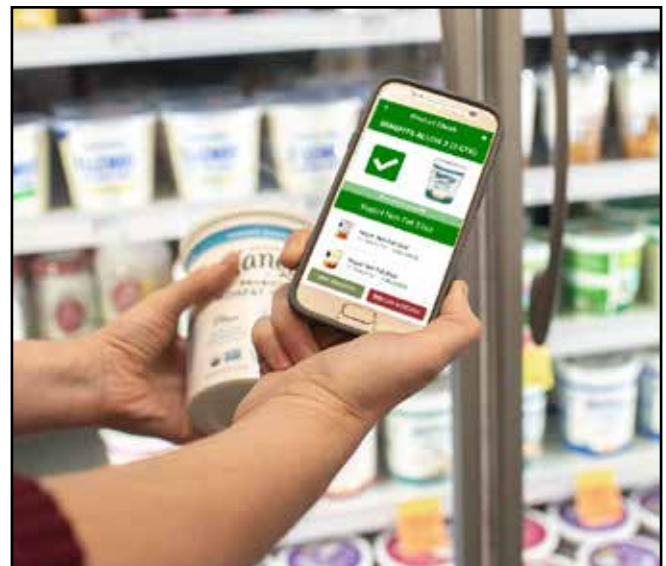
1 CTR de yogurt es 32 oz.  
(2 lb).



Compre solamente envases  
de 32 oz. (o 2 lb).

- Los adultos y los niños de más de 2 años reciben yogurt **BAJO EN CALORÍAS** o **DESCREMADO**.
- Los niños entre 1 y 2 años reciben yogurt de **LECHE ENTERA**.

Use la Lista de Alimentos o la aplicación WICShopper para elegir la marca y el sabor correctos. ¿Qué tipo de yogurt tiene en su lista de beneficios?



# CONSEJOS PARA COMPRAR ALIMENTOS

# CONSEJOS PARA COMPRAR ALIMENTOS

## Cómo comprar crema de cacahuete y frijoles

Remaining Balance (exp date 9-30-2020)		
3.50	gal	Fat free or 1% milk
1.00	gal	Whole milk
2.00	ctr	Peanut butter/ dry or canned beans
40.00	oz	Whole grains
16.00	¢¢	Fruit and vegetables
3.00	ctr	Frozen juice 11.5 - 12 oz
1.00	ctr	Bottle Juice 64 oz
1.00	lb	Cheese

Con 1.00 CTR puede comprar



## Cómo comprar cereal

La mayoría de los participantes reciben un beneficio de 36 oz. de cereal cada mes.

- El tamaño más pequeño que puede comprar es de 11.8 oz. (cereal caliente) o 12 oz. (cereal frío). Si le quedan menos de 11.8 oz. en su beneficio de cereal, no podrá gastarlo.
- La mejor manera de asegurarse de que se utilice todo el beneficio de cereal es comprar cajas de 12 oz., 18 oz., 24 oz. o 36 oz.

## CONSEJO DE COMPRA

Si usted tiene 2 CTR de uno de estos, puede usarlo para comprar una bolsa de 32 onzas de frijoles o chícharos secos.

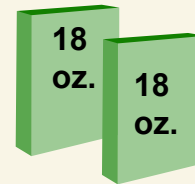
	1.00	gal	Whole milk
	2.00	ctr	Peanut butter/beans
	2.00	ctr	Dry beans or peas
	40.00	oz	Whole grains

○

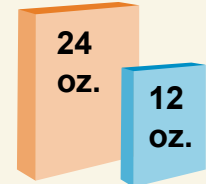
	1.00	gal	Whole milk
	2.00	ctr	Peanut butter/beans
	2.00	ctr	Dry beans or peas
	40.00	oz	Whole grains

**32 oz.**

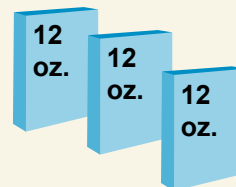
## Ejemplos de formas en que puede combinar los tamaños de paquetes de cereal



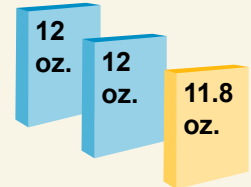
Total 36 oz.



Total 36 oz.



Total 36 oz.



Total 35.8 oz.



# CONSEJOS PARA COMPRAR ALIMENTOS

# CONSEJOS PARA SU PIN

## Cómo comprar jugo

Verifique su saldo para ver:

- Si puede comprar jugo congelado o de botella
- Qué tamaño de jugo puede comprar

Remaining Balance (exp date 9-30-2020)		
3.50	gal	Fat free or 1/2 milk
1.00	gal	Whole milk
2.00	ctr	Peanut butter/ dry or canned beans
40.00	oz	Whole grains
16.00	\$\$	Fruit and vegetables
3.00	ctr	Frozen juice 11.5 - 12 oz
1.00	ctr	Bottle Juice 64 oz
1.00	1b	Cheese

**1.00 CTR es:**



11.5 - 12 oz. congelado

Remaining Balance (exp date 9-30-2020)		
3.50	gal	Fat free or 1/2 milk
1.00	gal	Whole milk
2.00	ctr	Peanut butter/ dry or canned beans
40.00	oz	Whole grains
16.00	\$\$	Fruit and vegetables
3.00	ctr	Frozen juice 11.5 - 12 oz
1.00	ctr	Bottle Juice 64 oz
1.00	1b	Cheese

**1.00 CTR es:**



64 oz. botella plástica

Configure su PIN antes de ir de compras. Llame al número de teléfono en el reverso de su tarjeta, luego siga las instrucciones para configurar su PIN.

- Use la misma fecha de nacimiento y dirección que proporcionó en la clínica WIC para su tarjeta (NOTA: esta no es la fecha de nacimiento de su hijo).
- Si tiene un segundo titular de tarjeta, cuando ellos configuren el PIN de su tarjeta, ellos utilizarán su propia fecha de nacimiento y dirección.

Si ingresa su PIN de manera incorrecta cuatro veces, su tarjeta se bloqueará.

Contemple la posibilidad de establecer un nuevo PIN después del 2do o 3er intento.

Para reestablecer su PIN, llame al número en el reverso de su tarjeta o visite página de internet. Para desbloquear su PIN, llame al número en el reverso de su tarjeta.



# PREGUNTAS FRECUENTES

## ¿Por qué no puedo comprar esto?

Si un producto no aparece como alimento de WIC:

- Podría no tener saldo suficiente para ese alimento.
- Podría no ser un artículo aprobado en la Lista de Alimentos de WIC.
- Si corresponde, puede ser necesario que el producto se agregue al sistema de WIC. Si esto es lo que sucede, el cajero no puede cambiarlo o dejarle comprar ese alimento con su tarjeta eWIC.

## ¿Puedo guardar mi saldo para meses futuros?

No, los beneficios de WIC se deben usar antes del fin de mes. Si no los utiliza, los pierde.

## ¿Dónde puedo comprar?

Puede comprar en cualquier tienda de abarrotes de Oregon que acepte WIC. En la página de internet de WIC o en la aplicación WICShopper encontrará un mapa con tiendas que aceptan WIC.

## ¿Puedo utilizar una tarjeta de clientes frecuentes de una tienda?

Sí, puede utilizar tarjetas de clientes frecuentes, cupones, ofertas dos por uno u otras ofertas especiales cuando compre con WIC.

## ¿Qué hago si la tienda no tiene un producto?

Compre el producto en otra tienda de WIC. No se aceptan substitutos, cupones rain check, pagarés IOU ni equivalentes.

## ¿Puedo regresar los alimentos comprados con la tarjeta eWIC?

No, los alimentos comprados con una tarjeta eWIC no se pueden regresar ni cambiar por dinero, tarjetas de regalo de la tienda ni otros artículos. Los alimentos de WIC se pueden regresar si se retiran del mercado, o si están dañados o vencidos cuando los compró.

## Pagué por mis alimentos de WIC por accidente utilizando dinero propio o mi tarjeta Oregon Trail. ¿Puedo regresar los alimentos?

Sí. Si no pagó con su tarjeta eWIC, la mayoría de las tiendas permitirán devoluciones con un recibo.



# ¿TIENE PREGUNTAS?

## Cuándo llamar a su clínica de WIC

- Si tiene preguntas sobre su beneficios de WIC.
- Si necesita hacer una cita para obtener beneficios nuevos.
- Si no pudo comprar un alimento de WIC.

## Cuándo llamar a la línea de servicio al cliente de eWIC

- Si perdió su tarjeta, se la robaron o se dañó.
- Si necesita reestablecer o desbloquear su PIN.
- Si piensa que su recibo no corresponde con su compra.



Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades. De acuerdo con la ley federal de derechos civiles y las regulaciones y políticas del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA), se prohíbe al USDA, sus agencias, oficinas y empleados, e instituciones que participan en programas del USDA o los administran, ejercer cualquier tipo de discriminación basada en la raza, el color, el origen nacional, el sexo, discapacidades, edad o represalias, por actividades de derechos civiles anteriores en cualquier programa o actividad conducidos o financiados por el USDA. Las personas con discapacidades que requieran medios alternativos de comunicación para la información de los programas (por ejemplo, Braille, impresión en letra grande, lengua de señas, etc.), deben comunicarse con la agencia (estatal o local) en la que solicitaron los beneficios. Las personas sordas o con dificultades auditivas o discapacidades del habla pueden comunicarse con el USDA a través del Servicio de retransmisión federal al (800) 877-8339. Además, la información de los programas puede solicitarse en un idioma que no sea el inglés. Para presentar una queja por discriminación en los programas, complete el Formulario para quejas por discriminación en los programas (AD-3027) disponible en línea en [http://www.ascr.usda.gov/complaint\\_filing\\_cust.html](http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html), y en cualquier oficina del USDA, o escriba una carta dirigida al USDA y proporcione en la carta la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario para quejas, llame al (866) 632-9992. Envíe el formulario completo o la carta al USDA por: (1) Correo: U.S. Department of Agriculture, Office of the Assistant Secretary for Civil Rights, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410; (2) fax: (202) 690-7442; o (3) correo electrónico: [program.intake@usda.gov](mailto:program.intake@usda.gov)

Oregon  
Health



[www.healthoregon.org/wic](http://www.healthoregon.org/wic)

57-1002 SPANISH (11/2020)