

## Abuso de sustancias

Si usted o alguien más piensa que usted tiene un problema con el alcohol u otras sustancias, pídale ayuda a un miembro del personal de WIC en su área.

### Para recibir ayuda con el abuso en el consumo del alcohol o las drogas:

Llame sin costo al 1-800-879-2772 o al 1-800-662-4357  
Visite [www.adp.ca.gov](http://www.adp.ca.gov)

Si quiere dejar de fumar, la Línea de Ayuda para Fumadores de California puede brindarle materiales de autoayuda, una lista de referencias y asesoría personalizada por teléfono.

### Llame a una de las Líneas de Ayuda para Fumadores que se enlistan a continuación:

- Inglés: 1-800-662-8887 (1-800-No-Butts)
- Español: 1-800-456-6386
- Vietnamita: 1-800-778-8440
- Chino: 1-800-838-8917
- Coreano: 1-800-556-5564
- Personas con discapacidades auditivas:  
1-800-933-4833
- Tabaco para mascar o rapé: 1-800-844-2439



### Para obtener más información:

Visite [www.nobutts.org](http://www.nobutts.org)

## Violencia familiar

La violencia en el hogar es un problema grave en California y en Estados Unidos. La violencia en el hogar incluye la violencia entre esposos, entre parejas de novios y entre parejas anteriores o ex esposos, y puede ocurrir dentro o fuera del hogar.

### Para obtener más información y asistencia en un refugio (las 24 horas del día):

Llame al 1-800-799-7233 (SAFE)  
o al 1-800-787-3224 (TTY)

**El personal de WIC puede ponerla en contacto con programas o servicios que podría necesitar. No tenga miedo de pedir ayuda.**



Departamento de Salud Pública de California, Programa de WIC de California  
*Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.*

1-800-852-5770 #910157 Rev 11/14

# Referencias

## ¿Cómo podemos apoyarle?



**WIC puede ponerla en contacto con programas o servicios que podría necesitar.**

- CalFresh
- CalWORKs
- CHDP
- Manutención de niños
- Inmunizaciones
- Medi-Cal

**y también programas de prevención y tratamiento para:**

- el Consumo de Drogas, Alcohol o Tabaco y
- la Violencia Familiar



**CalFresh puede incrementar su presupuesto para la comida para que pueda llevar alimentos más saludables y nutritivos a la mesa.**



Si califica para obtener los beneficios de CalFresh recibirá una tarjeta plástica para comprar alimentos en supermercados o mercados al aire libre aprobados.

Los ciudadanos estadounidenses y los inmigrantes legales

están invitados a solicitar estos beneficios. Es posible que los niños nacidos en los Estados Unidos sean elegibles, sin importar dónde hayan nacido sus padres.

**Para obtener más información:**

Llame a  
1-877-847-FOOD  
(1-877-847-3663) (en inglés)  
1-888-9-COMIDA  
(1-888-926-6432)  
(en español)  
Visite [www.calfresh.ca.gov](http://www.calfresh.ca.gov)

**Oportunidades de Trabajo y Responsabilidad con los Niños de California (CalWORKs)**

El programa de Oportunidades de Trabajo y Responsabilidad hacia los Niños de California (California Work Opportunities and Responsibility to Kids, CalWORKs) es el programa de asistencia mensual y temporal en efectivo para las familias de bajos ingresos, las mujeres embarazadas y los niños menores de 18 años. Este programa tiene requisitos de trabajo.

Si usted es indocumentado, no solicite CalWORKs para usted. Solicítelo sólo para los miembros de su familia que tengan ciudadanía de los EE. UU. o residencia legal permanente.

**Para obtener más información:**

Visite [www.cdss.ca.gov/calworks](http://www.cdss.ca.gov/calworks)



**Programa para la Salud y la Prevención de Discapacidades del Niño (CHDP)**

El Programa para la Salud y la Prevención de Discapacidades del Niño (Child Health and Disability Prevention Program, CHDP) proporciona exámenes de salud y dentales gratuitos a los niños. El recibir exámenes médicos de manera regular puede prevenir muchos problemas. Los niños necesitan ser examinados con frecuencia y recibir sus vacunas a tiempo.

Es posible que los niños de las familias en WIC sean elegibles para obtener los servicios del CHDP.

**Para encontrar a su proveedor local del CHDP:**

Visite [www.dhcs.ca.gov/services/chdp](http://www.dhcs.ca.gov/services/chdp)

**Manutención de niños**

Si no está recibiendo CalWORKs y cree que debería obtener asistencia económica para su hijo por parte de la madre o del padre del niño, llame a su agencia de manutención de niños o comuníquese al Departamento de Servicios de Manutención de Niños de California (California Department of Child Support Services).

**Para obtener más información:**

Llame al 1-866-901-3212  
Visite [www.childsup.ca.gov](http://www.childsup.ca.gov)

**Inmunizaciones**

**¡Ámelos y vacúnelos!**

Las inmunizaciones (o vacunas) ayudan a proteger a sus hijos de enfermedades graves y que a veces pueden ser mortales. Asegúrese de que sus hijos reciban las vacunas cuando las necesiten.

Cualquier persona que esté en contacto directo con su bebé (como los padres, los abuelos o la niñera) también puede necesitar algunas vacunas para proteger a su bebé.

Es posible que las familias de WIC sean elegibles para vacunarse gratuitamente o a bajo costo a través de:

- un proveedor del CHDP,
- un proveedor del programa Vacunas para Niños (Vaccines for Children, VFC), o
- su departamento de salud pública local.

**Para obtener más información:**

Visite [www.cdph.ca.gov/programs/immunize](http://www.cdph.ca.gov/programs/immunize), o [www.whychoose.org](http://www.whychoose.org)

**Medi-Cal**

Medi-Cal paga por varios servicios médicos para niños y adultos de ingresos y recursos limitados. Incluso si está trabajando, posee una casa o está casado, puede ser elegible para Medi-Cal.

Hay personas en muchas situaciones distintas que califican para obtener Medi-Cal.

Medi-Cal pagará por su cuidado antes del parto, el parto y los exámenes que tenga que hacerse después de que nazca su bebé. Las mujeres embarazadas que sean elegibles para Medi-Cal pueden ser elegibles para WIC, sin importar su estado de inmigración.

**Para obtener más información:**

Llame sin costo al 1-800-880-5305  
Visite [www.dhcs.ca.gov/services/medi-cal](http://www.dhcs.ca.gov/services/medi-cal)  
O presente su solicitud en línea en [www.benefitscal.org](http://www.benefitscal.org)