



Recursos útiles para las familias de WIC



Connect ATX

Connect ATX es un sitio web donde puede buscar recursos en el área de Austin. ¡Encuentre recursos para ayuda con alimentos, vivienda, cuidado de niños, atención médica y mucho más!

Sitio web:

<https://www.unitedwayaustin.org/connectatx/>

Acceso a Comida Gratis

Llame al 211 o visite Connect ATX

Lista de despensa de alimentos

Central Texas Food Bank mantiene una lista actualizada de todas las despensas de alimentos del área de Austin que tienen comida gratis disponible.

Sitio web:

<https://www.centraltexasfoodbank.org/get-help>

Nutrición para su familia

¡Hemos incluido una lista de sitios web que tienen excelente información sobre una variedad de temas de nutrición, recetas divertidas, actividades para niños y mucho más!

Texas WIC:

<https://texaswic.org/es>

Canal de YouTube-Healthy TX Kids

<https://www.youtube.com/channel/UCIPSFh-iUyxBK2UpAWm9d4w>

USDA Mi Plato:

<https://www.choosemyplate.gov/>

Temas de USDA:

<https://www.nutrition.gov/es/topics/publico/ninos/alimentacion-y-nutricion>

Bright by Text

Programa gratuito que envía información sobre actividades divertidas, desarrollo infantil, salud, seguridad y otros consejos según la edad de su hijo (niños de 0 a 8 años).

Texto:

Envía SMARTATX al 274448

Para unirse a Bright by Text gratis

Síguenos

Siga nuestro grupo en Facebook para obtener actualizaciones de las clínicas, información sobre nutrición y lactancia y otras excelentes actualizaciones e información.

<https://www.facebook.com/groups/atxfamilycare/>

Austin Public Health- ATX Family Care group

Apoyo con Lactancia Materna

Mom's Place es nuestro centro de lactancia de Austin que brinda ayuda y apoyo para la lactancia a nuestras familias de WIC.

Sitio web:

<https://www.austintexas.gov/content/moms-place>

Contacte a Austin Public Health WIC

Email: WICHelp@austintexas.gov

Teléfono: 512.972.4942