

¿ES HORA DE RECARGAR SU TARJETA WIC?

Únase para Educación Nutricional

¡ELIJA UNA DE ESTAS OPCIONES PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN SOBRE SALUD Y NUTRICIÓN PARA USTED Y SU FAMILIA!



Clases en Línea

Toneladas de temas útiles para mantener saludable a toda la familia. Explore consejos de alimentación, videos de ejercicios, cuentos y mucho más.



Clases de Lactancia Materna en Vivo

¡Los expertos de WIC discuten una variedad de temas de lactancia y responden sus preguntas sobre alimentación!



Hablar con un Nutricionista

Habla con los expertos en nutrición para que te ayuden a personalizar tu plan de nutrición.



Clases en Grupo



Uno a Uno

Demostraciones de Cocina

¡Únase a un nutricionista de WIC en la cocina virtual para obtener recetas sabrosas y consejos útiles! Mire en vivo o puede ver cualquier demostración anterior que hayamos hecho.



Lecciones en Papel

¡Tecnología gratis! Tome uno en la clínica y aprenda sobre nutrición para toda su familia.

