



## د نورو مالوماتو دپاره

مونږ ته زنگ ووهئ پر: (630) 682-7400  
مونږ وگورئ پر: [www.dupagehealth.org](http://www.dupagehealth.org)



د فارمول د هغه کمښت له امله چې په ټول هېواد کې کورنۍ اغېزمنوي (WIC او ناWIC)، مهرباني وکړئ د فارمول په اړه لاندې ورکړل شوي مالومات په پام کې ونیسئ:

په کور کې خپل فارمول مه جوړوئ.

د ژوند لومړي کال ستاسو د ماشوم د بدن او مغز د ودې دپاره مهم کال دی. ستاسو ماشوم د اوردمهاله زیان سره مخ کېدی شي که چېرې سم خواړه ونخوري.

**IDHS: د فارمول په موندلو کې ستونزه لری؟**

<https://bit.ly/3MbSPRh>

## د کلینک ځایونه

111 این کاونټي فارم سرک  
ویټن، IL 60187

245 این روزویلټ سرک ودانې  
14، یونټ 145 لوبډیخ شیکاگو،  
IL 60185

422 این کیس خیابان ویسټ مونت،  
IL 60599

1111 ختیځ جیکسن کوڅه لومبارډ،  
IL 60148

1111 لوبډیخ ډنډ کوڅه، ایډیسن، IL  
60101

# ستا د ماشوم روغتیا زمونږ لومړیتوب دی

د فارمول په اړه مهم حقیقتونه

[www.dupagehealth.org](http://www.dupagehealth.org) • (630) 682-7400



## د ماشومانو فارمول مه نروبوی او مه ورته اضافي اوبه، غله، يا نور جامد شيان اچوی:

- ✓ تل د فارمول پر لېبل لارښوونو عمل کوی يا هغه چې ستاسو د ماشوم ډاکټر تاسو ته درکړي وي.
- ✓ په فارمول کې اضافي اوبه کېدل خطرناک وي او ډېرې خطرناکې روغتيايي ستونزې رامنځته کولی شي.

## د فارمول پرځای متبادل خوندي پي نېشته:

- ✓ د فارمول پرځای د غوا عام پي يا بل ډول پي ورکول خوندي نه دي. د دې متبادلو څخه يو هم سم غذايي مقدار نه لري په گډون د پروټينو، وسپني، او ویتامينو.
- ✓ د نامالومه سرچینې يا ناشنا تن نه فارمول يا د تي پي مه اخلی.

## د امریکا د ماشومانو د اکاډمی پر وېبټا:

- ✓ پر انټرنیټ ترلاسه شوي د کورنيو فارمولو نسخې خوندي نه وي او ستاسو د ماشوم غذايي اړتياوې نه پوره کوي.
- ✓ په متحده ايالتو کې پلورل کېدونکې د ماشومانو ټولې فارمولې د برخو په اړه سختې قاعدې تعقيبوي.
- ✓ په کور جوړې شوې د فارمول گډولې بايد پوره وسپنه او ویتامينونه ونلري.
- ✓ دوي کولی شي ځينې غذايي مواد له حده زيات ولري کوم چې ستاسو د ماشوم پښتورکي نه شي زغملی.

## د خپل ماشوم دپاره د فارمول پرځای په لاندې ورکړل شويو کې يو هم مه کاروی:

- ✓ د غوا عام پي
- ✓ د ماشومانو پي د بيزو
- ✓ پي
- ✓ د بوټو څخه ترلاسه شوي متبادل پي، لکه د سوي پي، د بادامو پي، يا د مستي پي



## د WIC واکمني لرونکي فارمولو موندلو دپاره لارښوونې

- ✓ له پلورلو څخه دمخه زنگ ووهی او پوښتنه وکړی چې آیا دغه اتی هغه فارمول لري چې تاسو ورته اړتيا لری.
- که نه وي، نو له هغوي پوښتنه وکړی چې کله به پي راوړی.
- که د هغوي سره وي، نو پوښتنه ترینه وکړی چې آیا د پېرودونکو خدمت کولی شي د دوي دپاره فارمول وساتي په داسې حال کې چې تاسو د دې ترلاسه کولو دپاره راروان پي.
- په ښه ډاډ سره ورته وواپي چې تاسو د WIC کېدونوال پي او تاسو د فارمول څومره کينونو ته اړتيا لری.
- ✓ خپل د ډاکټر دفتر ته زنگ ووهی او پوښتنه ترینه وکړی چې آیا دوي د فارمول د کمپني له خوا کومې سامپلې لري.
- ✓ د خوارو د خونو/د خوارو بانکونو په اړه مرستې او مالوماتو دپاره په خپله سيمه کې خپل د WIC محلي دفتر ته زنگ ووهی کوم چې بايد فارمول وړاندې کوي.
- ✓ که چيرې ستاسو ماشوم ځانگړې فارمول کاروي، نو مهرباني وکړی خپل د WIC محلي دفتر يا د ډاکټر د دفتر څخه د فارمول د بدیلونو په اړه مالومات وکړی.