



# የኤሌክሶን ድረያ የምግብ ሀብት ማውጫ

## ጥቅሞች

### SNAP (ተጨማሪ የአመጋገብ እርዳታ ፕሮግራም)

ቀደም ሲል የምግብ ስታምፕ በመባል ይታወቅ የነበረው፣ ለራሳቸው በቂ ምግብ መግዛት የማይችሉ ግለሰቦች እና ቤተሰቦች የኤሌክትሮኒክ ጥቅማጥቅሞችን (ኢቢቲ) ካርድ በማውጣት ብቁ የሆኑ የምግብ ዕቃዎችን ለመግዛት ይረዳል።

855.635.4370

[commonhelp.virginia.gov](http://commonhelp.virginia.gov)

4850 ማርክ ሴንተር ማእከል ድራይቭ ፣ 5 ፕሮጀክት ስኞ-አርብ, 8 a.m.-5 p.m.

### SNAP ድርብ ዶላር ፕሮግራም

የ SNAP ተቀባዮች ወደ ተሳታፊ የገበሬዎች ገበያ የሚጎበኟቸው የማበረታቻ ፕሮግራም እስከ \$30 የሚደርስ ተዛማጅ ዶላር በገበያው ላይ ብቁ የሆኑ የምግብ ምርቶችን እንዲገዙ ያስችላቸዋል።

703.746.5700

[alexandriava.gov/FarmersMarket](http://alexandriava.gov/FarmersMarket)

አልድ ታውን የገበሬዎች ገበያ፣ የገበያ አደባባይ (301 King St)፣ ቅዳሜ ፣ 8 a.m.-12 p.m.፣ ዓመቱን ሙሉ

አልድ ታውን የሰሜን ገበሬዎች ገበያ፣ ሞንትጎመሪ ፓርክ (901 ሰሜን ሮያል ሴንት)

- ሐሙስ፣ 3 p.m. – 7 p.m.፣ መጋቢት-መስከረም
- እሁድ ፣ 10 a.m.-2 p.m. ፣ ዓመቱን በሙሉ

ሳውዘርን ታወር የገበሬዎች ገበያ፣ 5067 ሴሚናሪ Rd፣ ቅዳሜ & እሁድ፣ ቅዳሜ 10 a.m.-4 p.m.፣ ዓመቱን ሙሉ

ፎር ማይል ራን የገበሬዎች ገበያ፣ ፎር ማይል ራን ፓርክ (4109 ማውንት ቨርኖን አሽኑ)፣ እሁድ 9 a.m.-1 p.m.፣ ዓመቱን ሙሉ

በቅርብ ቀን:

- ዴል ሬይ የገበሬዎች ገበያ፡ ኮርነር ኦፍ ኢስት ኦክስፎርድና ማውንት ቨርኖን አቪኑ ቅዳሜ፣ 8 a.m.-12 p.m.፣ ዓመቱን ሙሉ
- ዌስት ኢንድ የገበሬዎች ገበያ፡ ቤን ብሬንማን ፓርክ (4800 ብሬንማን ፓርክ ዶ/ር) እሁድ ፣ 8:30 a.m. ጥዋት - 1 p.m.፣ ሚያዝያ-ህዳር

**ፍረሽ የእርሻ ገበያ የእድሜ ባለፀጋ እና የሴቶች፣ ጨቅላ ህፃናት እና ህፃናት (WIC) የአመጋገብ ፕሮግራም**

ፍረሽ የእርሻ ገበያ ፕሮግራም፣ እንዲሁም የአረጋውያን እና የሴቶች፣ ጨቅላ ህፃናት እና ህፃናት (WIC) የገበሬዎች ገበያ ስነ-ምግብ ፕሮግራም (S/FMNP) በመባል የሚታወቀው እድሜያቸው 60 ወይም ከዚያ በላይ ለሆኑ አዛውንቶች እና WIC ለሚቀበሉ ቤተሰቦች ሽግግሮችን ይሰጣል። ሽግግሮች ትኩስ ፍራፍሬዎችን፣ አትክልቶችን እና የተቆረጡ እፅዋትን ለመግዛት ሊያገለግሉ ይችላሉ።

ሽግግሮችን ከማህበረሰብ እና ሰብአዊ አገልግሎት መምሪያ 4850 ማርክ ሴንተር ድራይቭ 9ኛ ፎቅ ፣ ረቡዕ ከጥዋቱ 8am-5pm ማግኘት ይችላሉ። ከ ሰኔ 1 እስከ ህዳር 18 ድረስ ጥቅም ላይ መዋል አለባቸው።

ሻጮች በፕሮግራሙ ውስጥ መሳተፍን የሚያመለክት ምልክት ሊኖራቸው ይገባል። የሚሳተፉ ሻጮች በ፡

- አልድ ታዎን የሰሜን ገበሬዎች ገበያ፡ ሞንትጎመሪ ፓርክ (901 ሰሜን ሮያል ሴንት)

ሐሙስ፣ 3 p.m.-7 p.m.፣ መጋቢት መስከረም እሁድ፣ ከጥዋቱ 10 a.m. – 2 p.m. ሰዓት፣ ዓመቱን በሙሉ

- ፎር ማይል ራን ገበያ፡ ፎር ማይል ራን ፓርክ (4109 ማውንት ቨርኖን አቪኑ)፣ እሁድ፣ 9 a.m.-1 p.m.፣ ዓመቱን ሙሉ
- ወስት ኢንድ የገበሬዎች ገበያ፡ ቤን ብሬንማን ፓርክ (4800 ብሬንማን ፓርክ ዶ/ር)፣ እሁድ፣ 8:30 a.m. ጥዋት - 1 p.m.፣ ሚያዝያ-ህዳር
- ሳውዘርን ታወርስ የገበሬዎች ገበያ፡ ሳውዘርን ታወርስ (5067 ሴሚናሪ Rd)፣ Sat & Sun፣ 10 am - 4 p.m.፣ ዓመቱን ሙሉ

## የእድሜ ባለፀጋ እና የአዋቂዎች አገልግሎቶች ክፍል

የከፍተኛ ጉባኤ ምግቦች በሁለት ቦታዎች ይቀርባሉ፡ ሁለቱም ማዕከላት ከሰኞ እስከ አርብ ትኩስ ምሳ ይሰጣሉ፡ ከበዓላት በስተቀር። ዕድሜያቸው 60 ወይም ከዚያ በላይ ለሆኑ ሰዎች ምንም ወጪ የለም ። አስቀድሞ መመዝገብ አለበት።

- የ ሴንት ማርቲንስ ሲኒየር ማእከል (4650 Taney Ave)፣ 703.751.2766፣ ሰኞ-አርብ፣ 12 p.m.-1 p.m.
- ቻርልስ ሂውስተን ሲኒየር ሴንተር (901 Wythe St)፣ 703-746-5456፣ ሰኞ-አርብ፣ 12 p.m. -12:30 p.m.

## የሴቶች፣ ጨቅላ ህፃናት እና ህፃናት (WIC) ፕሮግራም

የተመጣጠነ የምግብ ጥቅማጥቅሞችን፣ የተመጣጠነ ምግብን ማማከር፣ ጡት/ደረትን መመገብን ያበረታታል፣ እና ለነፍሱ ጡር፣ ድህረ ወሊድ እና ጡት/ደረት ለሚያጠቡ ወላጆች እና ጨቅላ ህፃናት እና ህፃናት እስከ 5 አመት እድሜ ድረስ ድጋፍ ይሰጣል። WIC በተጨማሪም ብቁ ለሆኑ ጡት/ደረት ለሚያጠቡ ወላጆች የጡት ፓምፖችን ይሰጣል። ሁሉም አገልግሎቶች በቀጠሮ ብቻ ናቸው፣ ማንኛውም አሳዳጊ ወላጅ ለልጆች ማመልከት ይችላል።

ቀጠሮዎች: 703.746.4998

[alexandriava.gov/NutritionWIC](http://alexandriava.gov/NutritionWIC)

- ዋና ቢሮ: 4850 ማርክ ሴንተር ማእከል ድራይቭ ፣ 3 ኛ ፎቅ, ሰኞ-አርብ, በቀጠሮ
- ኔበርሁድ ሄልዝ ፡ 2 ኢስት ግሊብ ሮድ ፣ ሰኞ-አርብ፣ በቀጠሮ
- ኬሲ ፡ 1200 N. ሃዋርድ ስትሪት፣ ቢሮ 105፣ ሰኞ-አርብ፣ በቀጠሮ

## የአሌክሳንድሪያ ከተማ የሕዝብ ትምህርት ቤቶች ነፃ እና የተቀነሰ የዋጋ ምግብ

ልጆቻቸው ለነጻ ወይም ለቅናሽ ምግብ ብቁ ለሆኑ ይችላሉ ብሎ ለሚያምኑ ወላጆች የFARM ማመልከቻን መሙላት አለባቸው ። ማመልከቻዎች ከትምህርት ቤት ወይም ከድህረ ገፅ ላይ ሊገኙ ይችላሉ ። ለቤተሰብ አንድ ማመልከቻ ብቻ ያስፈልጋል፣ በየትምህርት ዓመቱ አዲስ ማመልከቻ ያስፈልጋል። የማደጎ ልጆች እና ቤት እጦት ያጋጠማቸው ልጆች ለነጻ የምግብ ጥቅማጥቅሞች ብቁ ናቸው።

ነፃ ቁርስ እና ምሳ በማህበረሰብ ብቁነት አቅርቦት (ሲኢፒ) ትምህርት ቤት ለሚማሩ ተማሪዎች ሁሉ ይሰጣል። በእነዚህ ትምህርት ቤቶች የሚማሩ ተማሪዎች ቤተሰቦች ማመልከቻ መሙላት አያስፈልጋቸውም።

- የአሌክሳንድሪያ ከተማ ሁለተኛ ደረጃ ትምህርት ቤት ኪንግ ስትሪት ካምፓስ
- የአሌክሳንድሪያ ከተማ ሁለተኛ ደረጃ ትምህርት ቤት ሚኒ ሃዋርድ ካምፓስ
- የኮራ ኬሊ ትምህርት ቤት ለሂሳብ፣ ሳይንስ እና ቴክኖሎጂ
- ጄፈርሰን ሂውስተን ቅድመ መዋዕለ ሕፃናት -8 IB ትምህርት ቤት
- ፈርዲናንድ ቲ ቀን አንደኛ ደረጃ
- ጆን አዳምስ አንደኛ ደረጃ
- የቅድመ ልጅነት ማእከል
- ፍራንሲስ ሲ ሃሞንድ መካከለኛ ደረጃ ትምህርት ቤት
- ፓትሪክ ሄንሪ K-8 ትምህርት ቤት

- ጄምስ ኬ. ፖልክ አንደኛ ደረጃ
- ዊልያም ራምሳይ አንደኛ ደረጃ
- Samuel Tucker አንደኛ ደረጃ

703.619.8048

[acps.k12.va.us/departments/facilities-operations/the-office-of-school-nutrition-services/free-and-reduced-price-meals](https://acps.k12.va.us/departments/facilities-operations/the-office-of-school-nutrition-services/free-and-reduced-price-meals)

[acps.k12.va.us/families/enrollment/homeless-education-liaison-program-help](https://acps.k12.va.us/families/enrollment/homeless-education-liaison-program-help)

## የምግብ ስርጭት

የDCCHS የምግብ ስርጭት በሊዮናርድ “ቺክ” አርምስትሮንግ መዝናኛ ማዕከል ወቅታዊ የምግብ ስርጭት ለሁሉም ክፍት ነው፣ በርሳ ይዘው ይምጡ።

703.887.4992

25 ዋ ሪድ አሼኑ

በየወሩ 2ኛ አርብ፣ ከጠዋቱ 11 ሰዓት እስከ 1 ፒኤም፣ ቀደም ብለው እንዲደርሱ ይመከራል።

### አላይቭ! ቅዳሜና እሁድ የምግብ ስርጭት

የ5-ቀን ፍረሽ ምርቶች፣ ስጋ፣ እንቁላል፣ ዳቦ እና ዋና የምግብ ስርጭት። ምንም ምዝገባ አያስፈልግም። ስርጭቱ ለአሌክሳንድሪያ ነዋሪዎች ነው እና የመኖሪያ ፈቃድ ሊጠየቅ ይችላል።

ለአጠቃላይ መረጃ 703.837.9321

ቀኖች ሊለወጡ ይችላሉ፣ በጣም የቅርብ ጊዜ መርሐግብርን በዚህ ድህረ ገፅ ይመልከቱ

[alive-inc.org/food-program-in-alexandria-virginia](https://alive-inc.org/food-program-in-alexandria-virginia)

የወሩ የመጨረሻ ቅዳሜ፣ ጥር - ጥቅምት፣ 8:30 a.m.-11:30 a.m. ጥዋት

የወሩ 3ኛ ቅዳሜ ህዳር-ታህሳስ 8:30 a.m.-11:30 a.m. ጥዋት

በ አካል:

- ሊዮናርድ “ቺክ” አርምስትሮንግ መዝናኛ ማዕከል (25 ዌስት ሪድ አሼኑ)
  - (DASH መስመር 36A/B)
- ዊልያም ራምሳይ ሪክ ማእከል (5650 Sanger Ave)
  - (DASH መስመር 35)

## አላይቭ! የምግብ መገናኛዎች

ለአሌክሳንድሪያ ከተማ ነዋሪዎች ለቤተሰባቸው ምግብ፣ የግል ንፅህና ዕቃዎች፣ የጽዳት ዕቃዎች፣ የትምህርት መሳሪያዎች አቅርቦቶች፣ ስለ አገልግሎቶች መረጃ ከሌሎች ጋር ግንኙነት ያቀርባል። ሰዎች ከምግብ ማእከል ምን ዓይነት ዕቃዎችን መውሰድ እንደሚፈልጉ መምረጥ ይችላሉ፣ በአጠቃላይ ስጋ፣ ምርት፣ የወተት ተዋጽኦዎች፣ እንቁላል፣ ትኩስ ዳቦ እና የመደርደሪያ ቋሚ የጓዳ ዕቃዎች በመደበኛነት ይከማቻሉ።

703.549.3692

[alive-inc.org/food-program-in-alexandria-virginia](http://alive-inc.org/food-program-in-alexandria-virginia)

- ዌስት ኢንድ : 510-F ሳውዝ ቫን ዶርን ስትሪት፣ ማክሰኞ-ሐሙስ፣ 11 a.m.-6 p.m. (ዝግ 2 p.m.- 3 p.m.) ፣ ቅዳሜ፣ 10 a.m. ጥዋት-2 p.m.
- ደል ረይ: 2601 Mt Vernon Ave፣ ማክሰኞ-ሐሙስ፣ 12 p.m.-6 p.m. (ዝግ 2- 3pm) ፣ ቅዳሜ፣ 10 a.m. ጥዋት-2 p.m.

(DASH መስመር 33, ሜትሮ ባስ 10A/B)

## አላይቭ! የምግብ ብቅ-ባዮች

በእያንዳንዱ ብቅ ባይ ቦታ በፓርኪንግ ውስጥ ከኮሚኒቲ አጋሮቻችን ጋር በመተባበር ለተወሰኑ ሰፈሮች እና አፓርትመንት ህንፃዎች የምግብ ቦርሳዎችን ያቀርባል። የማሽከርከር እና የእግር ጉዞ አገልግሎት በቦታው ላይ በመመስረት ይገኛል።

ቀኖች ሊለወጡ ይችላሉ፣ በጣም የቅርብ ጊዜ መርሐግብርን በዚህ ድህረ ገፅ ይመልከቱ [alive-inc.org](http://alive-inc.org)

- Hammond Middle School (4646 Seminary Rd), የወሩ 2ኛ ሐሙስ፣ 4-6 p.m. (DASH መስመር 36A/B እና 102, ሜትሮ ባስ 28A)
- የፌርሊንግተን ዩናይትድ ሜቶዲስት ቤተክርስቲያን (3900 ኪንግ ሴንት)፣ የወሩ 3ኛ ቅዳሜ፣ 8-10 a.m. ጥዋት
  - (DASH መስመር 31 እና36A/B )
- UNCUT ወጣቶች (1501 Cameron St)፣ የወሩ 3ኛ ቅዳሜ፣ 10 a.m.-12 p.m.
  - (DASH መስመር 31,34 እና ኪንግ ስትሪት ትሮሊ )

## ሂስቶሪክ ክሪስት ቸርች ላዙርስ ፉድ ፓንትሪ

በቀላሉ የሚበላሹ እና የማይበላሹ ምግቦችን (እና በወር አንድ ጊዜ የንፅህና እቃዎችን) ያቀርባል። ስምን መመዝገብ ይጠይቃል፣ ከቻሉ መያዣ እቃ ይዘው ይምጡ።

703.549.1450፣ ከዚያ 2 ን ይጫኑ

[Historicchristchurch.org](http://Historicchristchurch.org)

118 N. ዋሽንግተን ስትሪት

ሐሙስ 9-10 a.m. ጥዋት

### አሌክሳንድሪያ የምግብ ማከማቻ

ትኩስ ምርትን፣ የወተት ተዋጽኦን፣ ሥጋን፣ እና እንደ እህል፣ የታሸጉ አትክልቶች፣ ሩዝ እና ባቄላ ያሉ ባህላዊ

ምግቦችን ጨምሮ የሚበላሹ እና የማይበላሹ ምግቦችን ያቀርባል። ደንበኞች በወር አንድ ጊዜ ምግብ

ለመቀበል ብቁ ናቸው። የፎቶ መታወቂያ፣ የአድራሻ ማረጋገጫ እና የጥገኞች መታወቂያ ይዘው ይምጡ።  
703.548.4227

[AROPantry@ccda.net](mailto:AROPantry@ccda.net) or [Attaulhaq.Mirwais@ccda.net](mailto:Attaulhaq.Mirwais@ccda.net)

[ccda.net/need-help/food/food-pantries/alexandria-food-pantry](http://ccda.net/need-help/food/food-pantries/alexandria-food-pantry)

አይዘንሃወር ቢዝነስ ፓርክ፣ 4725A አይዘንሃወር ጎዳና

እሮብ-ሐሙስ፣ 9 a.m. - 1 p.m.፣ እባክዎ በ 12:30 p.m. ይድረሱ።

### ግሬስ ኢፒስኮፓል ቸርች ፉድ ፓንተሪይ

ዝቅተኛ ገቢ ላላቸው ቤተሰቦች እና ግለሰቦች የምግብ ማሟያዎችን ያቀርባል።

703.549.1980 እ.ኤ.አ

[gracealex.org/service/local-missions/food-ministries](http://gracealex.org/service/local-missions/food-ministries)

3601 ራስል ራድ

ማክሰኞ እና አርብ፣ 6:30-7:30 p.m.

### ዌስት ኢንድ ፉድ ፓንተሪይ

ሊበላሹ የሚችሉ እና የማይበላሹ ምግቦችን ያቀርባል።, በቤተሰብ ብዛት የተዘጋጀ መጠን ያለው ምግብ ይቀበላል.

[contact@westendfoodpantry.com](mailto:contact@westendfoodpantry.com)

5150 Fillmore አቪኑ (DASH መስመር 31, ሜትሮ ባስ 28A )

ሰኞ 5-6:30 p.m. ፒ.ኤም

## የጄዝሬል ባፕቲስት ቤተ ክርስቲያን የምግብ ማከማቻ

ጤናማ እና የተመጣጠነ ምግብ አማራጮችን ያቀርባል፣ በርሳ ይዘው ይምጡ። በየሳምንቱ እስከ እሮብ ድረስ

መመዝገብ አለበት።

[thegourmetangelmeals.org](http://thegourmetangelmeals.org)

317 N. Payne St (DASH መስመር 30፣ 31 እና ኪንግ ስትሪት ትሮሊ)

## ፍሪ ሊቲል ፓንትሪ

ለ አስቸኳይ ፍላጎት የ የሚወልድ አንስተኛ የምግብ ስርጭት ። ምግብ ለመውሰድ ወይም ለመተው ሁልጊዜ ክፍት ነው።

[mapping.littlefreepantry.org](http://mapping.littlefreepantry.org)

- የቻርለስ ሂውስተን መዝናኛ ማዕከል፣ 901 Wythe St
- ዊልያም ራምሳይ የመዝናኛ ማዕከል, 5650 Sanger አሼኑ
- ዴል ስትሪት ኮሙኒቲ ዶርደን፣ 65 Dale St
- የአሌክሳንድሪያ ካንትሪ ዳይ ስኩል፣ 2500 ራስል ራድ (በእግር ኳስ ሜዳ ፊት ለፊት)
- ሴንት ሪታ ካቶሊክ ቸርች፣ 3704 Mt Vernon Ave (የፓርኪንግ የኋላ ጥግ)
- Woodlawn አንደኛ ደረጃ፣ 8505 ሃይላንድ ኤል
- ዱክ ስትሪት፣ 2647 ዱክ ሴንት
- ቺሪላን ፣ 3907 ብሩስ ሴንት
- ገርል ስካውት ትሩፕ 1444, 6120 N. Kings Hwy
- ፌርሊንግተን ፕሪስባይቴሪያን ቤተክርስቲያን (3846 ኪንግ ስትሪት)

## የተዘጋጁ ምግቦች

### ክሪስት ሃውስ የምሽት ምግብ

ቤት ለሌላቸው እና ዝቅተኛ ገቢ ላላቸው ግለሰቦች የምሽት ምግብ . እራት መሄድ ነው በሁሉም የአየር ሁኔታ ሁኔታዎች በእያንዳንዱ ምሽት ሊወሰዱ የሚችሉ ምግቦች። እንግዶች በ4:30 ፒኤም ላይ ሊደርሱ እና 5:30 ፒኤም ላይ ሊደርሱ የሚችሉት ትኩስ-መብል የሚሄድ ምግብ ይቀርብላቸው ዘንድ ነው። ከምሽቱ 5:30 በኋላ የሚመጡ እንግዳዎች ትኩስ ምግብ የሚሄዱበት የምግብ በርሳ ካለ ሊቀርብ ይችላል፣ ካልሆነ ግን የማይበላሽ የምግብ በርሳ ለሚቹ እንግዳ ይጠቅማል።

703.549.8644

[ccda.net/need-help/food/christ-house-evening-meal](http://ccda.net/need-help/food/christ-house-evening-meal)

131 S ቆስት ሴንት

በየቀኑ፣ ከ5-5:30 p.m.

## መዳደ መረጃና አገልግሎት ችግሮች የምግብ ፕሮግራሞች

ሁሉም የምግብ ፕሮግራሞች የሚከናወኑት በ11:30-12:30 መካከል ነው። መታወቂያ አያስፈልግም።

703.549.1334 እ.ኤ.አ

[meadechurch.org](http://meadechurch.org)

322 ኤን አልፍሬድ ሴንት

- በርሳ ምሳ ፕሮግራም, ሰኞ-አርብ, 11:30 a.m.-12:30 p.m. ከሰዓት
- ቅዳሜ ትኩስ ምግብ ፕሮግራም, ቅዳሜ (ጥቅምት- ሚያዝያ)፣ ከቀኑ 12:30-1:30 p.m.

## አገልግሎት

የጋራ የቁርስ አገልግሎት፣ ቁርስ ለሁሉም ክፍት ነው።

[wsumc.com/engagement/open-table](http://wsumc.com/engagement/open-table)

[oldtown.cc/get-connected/open-table](http://oldtown.cc/get-connected/open-table)

[opmh.org/service-and-justice](http://opmh.org/service-and-justice)

- ዋሽንግተን ስትሪት ዩናይትድ ሜቶዲስት፣ ሰኞ እና አርብ፣ 6-8 p.m. ጥዋት
- አልድ ታውን ደሊ፣ ማክሰኞ፣ 8-10 p.m. ጥዋት
- አልድ ታውን ኮሙኒቲ ችግሮች ፣ ረቡዕ 6-8 p.m. ጥዋት
- አልድ-ፕሬስቦይትሪያን ሚቲንግ ሃውስ፣ ሐሙስ፣ 6-8 p.m. ጥዋት

## YMCA የምግብ ማከማቻ

እድሜያቸው ለትምህርት የደረሱ ልጆች በየሳምንቱ 7 የቁርስ ምግቦች እና 7 የምሳ ምግቦች ሊያገኙ ይችላሉ።

703.838.8085

420 ምስራቅ ሞንሮ አሽኑ

ሰኞ, 4-6 p.m. ፒ.ኤም

## የምግብ አቅርቦት



## አላይቭ! ቤት ለ ቤት የምግብ አቅርቦት ፕሮግራም

የ5-ቀን የግሮሰሪ አቅርቦት ለአረጋውያን፣ ለአካል ጉዳተኞች፣ ወይም ትንንሽ ልጆች ላሏቸው ነጠላ ወላጆች በወር አንድ ጊዜ ይደርሳሉ። በሚላክቦን ጊዜ ነዋሪው ቤት መሆን አለበት። ከአካባቢው የማህበራዊ አገልግሎት ኤጀንሲዎች የተወሰዱ ጥቆማዎች እና ALIVE! ጉባኤዎች እራስን ማመሳከሪያዎች አንድ ጊዜ ሊደረጉ ይችላሉ።

703.549.3692

[alive-inc.org/food-program-in-alexandria-virginia](http://alive-inc.org/food-program-in-alexandria-virginia)

በሳምንቱ ቀናት ፣ በቀኑ አጋማሽ

## ሚልስ አን ዊልስ

በእርጅና እና የጎልማሶች አገልግሎት ክፍሎች እና በአሌክሳንድሪያ ሲኒየር አገልግሎቶች የሚተዳደር። ከአሌክሳንድሪያ አረጋውያን ቤታቸውን ለቀው ለመገበያየት ለማይችሉ ወይም ምግብ ለማዘጋጀት ለሚችጉ አረጋውያን ምግብ ይሰጣል። በቀን ሁለት ጤናማ ምግቦች በቀን 12 ዶላር ወደ ቤታቸው ይደርሳሉ።

703.836.4414፣ ext. 112

በየቀኑ ፣ ጥዋት - እኩለ ቀን ይሰጣል

[seniorservicesalex.org/programs/meals-on-wheels](http://seniorservicesalex.org/programs/meals-on-wheels)

ድጎማ የተደረገባቸው ምግቦች በእርጅና እና በአዋቂዎች አገልግሎት ክፍል በኩል ይገኛሉ፣ ብቁ መሆንዎን ለማወቅ ይደውሉ።

703.746.5999

[alexandriava.gov/older-adult-services/program/nutrition-health](http://alexandriava.gov/older-adult-services/program/nutrition-health)

## የአሌክሳንድሪያ እድሜ ባለፀጋ ወደ ቤት የሚወሰዱ ግሮሰሪዎች አገልግሎቶች

የተጣሩ በጎ ፈቃደኞች ከግሮሰሪ ተቀባይ የግል የግብይት ዝርዝር ላይ ተመስርተው ሸቀጣ ሸቀጦችን ያቀርባሉ። ምንም የመላኪያ ክፍያዎች የሉም፣ እና አነስተኛ የትዕዛዝ መስፈርቶች የሉም። ብቁ ለመሆን፣ የአሌክሳንድሪያ ከተማ ነዋሪ፣ ቢያንስ 60 ዓመት የሆናችሁ እና የዴቢት፣ ክሬዲት ወይም EBT ካርድ ይኑርዎት።

703.836.4414፣ ext. 112

[seniorservicesalex.org/programs/groceries-to-go](http://seniorservicesalex.org/programs/groceries-to-go)

ዓመቱን በሙሉ ፣ በየሳምንቱ

## ማዘር ኦፍ ላይት ሰንተር

ምግብ፣ ልብስ እና የቤት እቃዎች ለተቸገሩ ያቅርቡ።

703.307.5902

[motheroflightcenter.com](http://motheroflightcenter.com)

ዓመቱን ሙሉ፣ ሰኞ - ሳት

## ሌላ

2-1-1 ሽርጂኒያ

ተጨማሪ ምግብ ወይም ሌላ ግብአት የሚያስፈልጋቸው ግለሰቦች ወይም ቤተሰቦች ነፃ አገልግሎት። በቀን 24 ሰዓታት በሰዓታት ሰባት ቀን ይገኛል።

ይደውሉ 2.1.1

211virginia.org

## አሌክሳንድሪያ ከ ረሃብ ነፃ

በማህበረሰብ ላይ የተመሰረተ የምግብ አቅራቢዎች፣ እምነት ላይ የተመሰረተ ማህበረሰቦች፣ ትምህርት ቤቶች፣ የማህበራዊ አገልግሎት ድርጅቶች እና ረሃብን ለማስወገድ ተሟጋቾች፣ ድረ-ገጽ የተለያዩ የምግብ አቅራቢዎችን ይዘረዝራል።

703.662.1067

[hungerfreealexandria@gmail.com](mailto:hungerfreealexandria@gmail.com)

[hungerfreealexandria.com](http://hungerfreealexandria.com)

## የአሌክሳንድሪያ የእንስሳት ደህንነት ሊግ

ለተቸገሩ ሰዎች ነፃ የቤት እንስሳት ምግብ እና ሌሎች አቅርቦቶችን ያቀርባል።

703.746.4774

[community@alexandriaanimals.org](mailto:community@alexandriaanimals.org)