

# Thiếu thực phẩm? Trở ngại trong việc chuẩn bị bữa ăn? Hãy gọi những chương trình thực phẩm địa phương này!



## Thực Phẩm/



### **Ngân Hàng Thực Phẩm Quận Alameda (Alameda County Food Bank)**

Túi thực phẩm miễn phí và bữa ăn nhóm tại chỗ  
Trợ giúp để nộp đơn xin tem phiếu thực phẩm (CalFresh).  
Gọi số 1-800-870-3663

### **WIC**

Dành cho phụ nữ có thai hoặc đang cho con bú sữa mẹ, trẻ sơ sinh, và trẻ em từ 5 tuổi trở xuống.  
Gọi số 1-888-942-9675

### **Túi Thực Phẩm Nhân Đạo**

Các túi thực phẩm dành cho cao niên có thu nhập thấp.  
Gọi số (510) 534-8540 số phụ 369

### **Senior Farmer's Market (Chợ Thực phẩm Dành cho người Cao Niên)**

Chợ người cao niên có thu nhập thấp, 60 tuổi trở lên  
Kiểm tra tập sách để mua trái cây tươi và rau quả tại chợ Farmer's Markets  
Xin gọi số 1-800-510-2020

## Miễn Phí hoặc Giá Hạ Bữa Tối



**Nhóm ăn Tại chỗ:** Xin gọi cho Alameda County Food Bank (ở phía trên)

### **Bữa Ăn ở Trường**

Bữa sáng, bữa trưa và quà vặt miễn phí tại các trường K – 12 cho trẻ em hội đủ điều kiện. Điền các mẫu đơn tại trường con em quý vị để ghi danh tham gia.  
Muốn tham gia các chương trình ăn trưa mùa hè, gọi số 1-800-870-3663

### **Các Địa Điểm Ăn Tối cho các Nhóm Cao Niên**

Gọi điện thoại để tìm một địa điểm ăn tối gần quý vị.  
Thông Tin cho Cao Niên: 1-800-510-2020

## Bữa ăn giao tận nhà cho quý vị



### **Đề Án Mở Rộng Vòng Tay (Oakland)**

Bữa ăn cho người bị nhiễm HIV / AIDS, ung thư vú hoặc những người đang bị bệnh nặng / nhà bị ràng buộc.  
Gọi số (510) 622-0221

### **Bữa Ăn Lưu Động**

Bữa ăn nóng giao tận nhà cho quý vị. Dành cho người từ 60 tuổi trở lên. Gọi để tìm hiểu về chương trình tại địa phương quý vị. Một số chương trình có danh sách chờ đợi.  
Thông tin cho cao niên: 1-800-510-2020.

