

# የኦሌክሳንድሪያ የምግብ ሀብት ማውጫ

## የመንግስት ኤጀንሲዎች

### SNAP (ተጨማሪ የአመጋገብ እርዳታ ፕሮግራም)

ቀደም ሲል የምግብ ስታምፕ በመባል ይታወቅ የነበረው፣ ለራሳቸው በቂ ምግብ መግዛት የማይችሉ ግለሰቦች እና ቤተሰቦች የኦሌክሳንድሪያ 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 ፕ ፎቅ, ሰኞ-አርብ, 8am-5pm.

### SNAP ድርብ ዶላር ፕሮግራም

የ SNAP ተቀባዮች ወደ ተሳታፊ የገበሬዎች ገበያ የሚጎበኟቸው የማበረታቻ ፕሮግራም እስከ \$20 የሚደርስ ተዛማጅ ዶላር በገበያው ላይ ብቁ የሆኑ የምግብ ምርቶችን እንዲገዙ ያስችላቸዋል።

703-746-5700

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

ኦልድ ታውን የገበሬዎች ገበያ: የገበያ አደባባይ (301 King St)፣ ቅዳሜ ፣ 7am-12pm፣ ዓመቱን ሙሉ

ኦልድ ታውን የሰሜን የገበሬዎች ገበያ: ሞንትጎመሪ ፓርክ (901 ሰሜን ሮያል ሴንት)

- ሐሙስ፣ 3PM – 7 PM፣ መጋቢት-መስከረም
- እሁድ ፣ 10am-2Pm ፣ ዓመቱን በሙሉ

ሳውዘርን ታወር የገበሬዎች ገበያ: 5067 ሴሚናሪ Rd፣ ቅዳሜ & እሁድ፣ ቅዳሜ 7 am-1pm፣ ዓመቱን ሙሉ

ፎር ማይል ራን የገበሬዎች ገበያ: ፎር ማይል ራን ፓርክ (4109 ማውንት ቨርኖን አቨኑ)፣ እሁድ 9 am-1pm፣ ዓመቱን ሙሉ

በቅርብ ቀን:

- ዴል ሬይ የገበሬዎች ገበያ: ኮርነር ኦፍ ኢስት ኦክስፎርድና ማውንት ቨርኖን አቨኑ ቅዳሜ፣ 8am-12pm፣ ዓመቱን ሙሉ

- ዌስት ኢንድ የገበሬዎች ገበያ፡ ቤን ብሬንማን ፓርክ (4800 ብሬንማን ፓርክ ዶ/ር) እሁድ ፣ 8:30 ጥዋት - 1 PM፣ ሚያዝያ- ህዳር

## የአድሜ 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፣ 12-1pm
- ቻርልስ ሂውስተን ሲኒየር ሴንተር (901 Wythe St)፣ 703-746-5456፣ ሰኞ-አርብ፣ 12-12:30 PM

## የሴቶች፣ ጨቅላ ህፃናት እና ህፃናት (WIC) ፕሮግራም

የተመጣጠነ የምግብ ጥቅማጥቅሞችን፣ የተመጣጠነ ምግብን ማማከር፣ ጡት/ደረትን መመገብን ያበረታታል፣ እና ለነፍሰ 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 ለወላጆች 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 ሊሆኑ 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። የማደግ 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፡-

- ኮራ ኬሊ
- ጄፈርሰን ሂዩስተን PK-8
- ፈርዲናንድ ቲ ደይ

- ጆን አዳምስ/የቅድመ ልጅነት ማዕከል (ኢ.ሲ.ሲ.)
- ፍራንሲስ ሲ ሃሞንድ
- ፓትሪክ ሄንሪ K-8
- ጆምስ ኬ. ፖልክ
- ዊሊያም ራምሴይ

703-619-8048

[acps.k12.va.us/departments/ፋሲሊቲ-አፕሬሽኖች/የትምህርት-ቤት-የአመጋገብ-አገልግሎቶች/ነፃ-እና-የተቀነሰ-ዋጋ-ምግቦች](https://acps.k12.va.us/departments/ፋሲሊቲ-አፕሬሽኖች/የትምህርት-ቤት-የአመጋገብ-አገልግሎቶች/ነፃ-እና-የተቀነሰ-ዋጋ-ምግቦች)

[acps.k12.va.us/families/enrollment/ቤት አልባ-ትምህርት-ሊያሰን-ፕሮግራም-እርዳታ](https://acps.k12.va.us/families/enrollment/ቤት አልባ-ትምህርት-ሊያሰን-ፕሮግራም-እርዳታ)

# የምግብ ስርጭት

## 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 -11:30 ጥዋት

የወሩ 3ኛ ቅዳሜ ህዳር-ታህሳስ 8:30 -11:30 ጥዋት

መኪና በ ማሽከርከር፡

- ኮራ ኬሊ አንደኛ ደረጃ ትምህርት ቤት (3600 ኮመንዌልዝ ጎዳና)
- NVCC አሌክሳንድሪያ ካምፓስ (የመኪና ማቆሚያ ቦታ B-1 በ 5000 Dawes Ave)

በ አካል፡

- የኮራ ኬሊ አንደኛ ደረጃ ትምህርት ቤት (3600 ኮመንዌልዝ ጎዳና)
- ዊልያም ራምሳይ ሪክ ማእከል (5650 Sanger Ave)

## 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)

510-F ሳውዝ ሻን ዶርን ስትሪት፣ ማክሰኞ-ሐሙስ፣ 12-6:00 PM፣ አርብ- ቅዳሜ፣ 10 ጥዋት-1 PM

2601 Mt Vernon Ave፣ ማርች 2 ይከፈታል።

## 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)

- Ramsay Rec Center (5650 Sanger Ave)፣ የወሩ 2ኛ ሐሙስ፣ 4:30-6 pm
- Casa Chirilagua (4109 Mt. Vernon Ave)፣ የወሩ 2ኛ አርብ፣ 4:30-6 pm
- Old Town Community Church (212 S. Washington St)፣ በወሩ 3ኛ አርብ፣ 10:30 ጥዋት - 12 Pm
- የፌርሊንግተን ዩናይትድ ሜዳኒስት ቤተክርስቲያን (3900 ኪንግ ሴንት)፣ የወሩ 3ኛ ቅዳሜ፣ 8-10 ጥዋት
- UNCUT ወጣቶች (1501 Cameron St)፣ የወሩ 3ኛ ቅዳሜ፣ 10am-12pm

## 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

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

118 N. ዋሽንግተን ስትሪት

ሐሙስ 9-10 ጥዋት

## CCDA ሴንት ሉሲ ፉድ ፓንተሪይ ኣት ክሪስ ሃውስ

ፍረሽ ምርትን፣ የወተት ተዋጽኦን፣ ስጋን፣ እና እንደ እህል፣ የታሸጉ አትክልቶች፣ ሩዝ እና ባፄላ ያሉ ባህላዊ ምግቦችን ጨምሮ የሚበላሹ እና የማይበላሹ ምግቦችን ያቀርባል። ደንበኞች በወር አንድ ጊዜ ምግብ መቀበል ይችላሉ ። የፎቶ መታወቂያ፣ የአድራሻ ማረጋገጫ እና የጥገኞች መታወቂያ ይዘው ይምጡ።

703-548-4227

[StLucyProject-CH@ccda.net](mailto:StLucyProject-CH@ccda.net) ወይም [aniliza.juan@ccda.net](mailto:aniliza.juan@ccda.net)  
[ccda.net/need-help/food/food-pantries/alexandria-food-pantry](https://ccda.net/need-help/food/food-pantries/alexandria-food-pantry)

131 S ምዕራብ ሴንት

ረቡዕ - ሐሙስ 9 ጥዋት - 1 ፒ.ኤም

## ግሬስ ኢፕስኮፓል ቸርች ፋድ ፓንተሪይ

ዝቅተኛ ገቢ ላላቸው ቤተሰቦች እና ግለሰቦች የምግብ ማሟያዎችን ያቀርባል።

703-549-1980 እ.ኤ.አ

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

3601 ራስል ራድ

ማክሰኞ እና አርብ፣ 6:30-7:30 pm

## ዌስት ኢንድ ፋድ ፓንተሪይ

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

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

5150 Fillmore አሼኑ

ሰኞ 5-6:30 ፒ.ኤም

## ፈረስት ኦፖቤ ባብቲስት ኮሙኒቲይ ኦፍ ፌዝ

ወቅታዊ የምግብ ስርጭት ለሁሉም ክፍት ነው, በርሳ ይዘው ይምጡ.

703-519-9100

2423 Mt ቬርኖን አሼኑ በየወሩ 2 ኛ አርብ ፣ ከጠዋቱ 11 ሰዓት እስከ ከሰዓት በኋላ

## ፍሪ ሊቲል ፓንትሪ

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

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

የቻርለስ ሂውስተን መዝናኛ ማዕከል፣ 901 Wythe St

ዊልያም ራምሳይ የመዝናኛ ማዕከል, 5650 Sanger አሼኑ

ዴል ስትሪት ኮሙኒቲ ዶረደን፣ 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 ሃይለንድ ኤል

ዱክ ስትሪት፣ 2647 ዱክ ሴንት

ቺሪላን፣ 3907 ብሩስ ሴንት

ገርል ስካውት ትሩፕ 1444, 6120 N. Kings Hwy

## የተዘጋጁ ምግቦች

### ክሪስት ሃውስ የምሽት ምግብ

ቤት ለሌላቸው እና ዝቅተኛ ገቢ ላላቸው ግለሰቦች የምሽት ምግብ; እራት ወደቤት ይዘክ የሚወሰድ ነው እና በ የቀኑ ምሽት መውሰድ ይቻላል። በማንኛውም የአየር ሁኔታ ውስጥ ሊወሰዱ ይችላሉ። እንግዶች ምግብ መቀበላቸውን ለማረጋገጥ ከቀኑ 5:30 ሰዓት መድረስ አለባቸው። ከምሽቱ 5:30 በኋላ የሚመጡ እንግዶች ምግብ የሚያገኙት ቀሪ ምግብ ካሉ ብቻ ነው።

703-549-8644

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

131 S ዌስት ሴንት

በየቀኑ፣ ከ5-5:30 pm

### መዳደሚያ ሚሞርያል ኢፒስኮፓል ቸርች የምግብ ፕሮግራሞች

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

703-549-1334 እ.ኤ.አ

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

322 ኤን አልፍሬድ ሴንት

- በርሳ ምሳ ፕሮግራም, ሰኞ-አርብ, 11:30 am-12:30 ከሰዓት
- ቅዳሜ ትኩስ ምግብ ፕሮግራም, ቅዳሜ (ጥቅምት- ሚያዝያ)፣ ከቀኑ 12:30-1:30 pm

## አጥን ቴብል

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 ሜዲኬስት፣ ሰኞ እና አርብ፣ 6-8 ጥዋት
- አልድ ታውን ደሊ፣ ማክሰኞ፣ 8-10 ጥዋት
- አልድ ታውን ኮሙኒቲ ቸርች ፣ ረቡዕ 6-8 ጥዋት
- አልድ፣ ፕሬስቦይቴሪያን ሚኒስቴር ሃውስ፣ ሐሙስ፣ 6-8 ጥዋት

## የምግብ አቅርቦት

### አላይቭ! ቤት ለ ቤት የምግብ አቅርቦት ፕሮግራም

የ3-ቀን የግሮሰሪ አቅርቦት ለአረጋውያን፣ ለአካል ጉዳተኞች፣ ወይም ትንንሽ ልጆች ላሏቸው ነጠላ ወላጆች በወር አንድ ጊዜ ይደርሳሉ። በሚላክበት 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 ኦን 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)

ድገማ 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

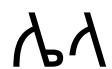
## ማዘር አፍ ላይት ሰንተር

ምግብ፣ ልብስ እና የቤት እቃዎች ለተችገሩ ያቅርቡ።

703-307-5902

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

ዓመቱን ሙሉ፤ ሰኞ - ሳት



## 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)