



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

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 \$30 የሚደርስ ተዛማጅ ዶላር በገበያው ላይ ብቁ የሆኑ የምግብ ምርቶችን እንዲገዙ ያስችላቸዋል።

703-746-5700

alexandriava.gov/FarmersMarket

አልድ ታውን የገበሬዎች ገበያ: የገበያ አደባባይ (301 King St)፣ ቅዳሜ ፣ 8am-12pm፣ ዓመቱን ሙሉ

አልድ ታውን የሰሜን ገበሬዎች 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 አሽኑ 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

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 ሽውቸኞችን ይሰጣል። ሽውቸኞች ትኩስ ፍራፍሬዎችን ፣ አትክልቶችን እና የተቆረጡ እፅዋትን ለመግዛት ሊያገለግሉ ይችላሉ።

ሽውቸኞችን 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፣ 3pm-7pm፣ መጋቢት መስከረም

- እሁድ፣ ከጥዋቱ 10:00 - 2 ሰዓት፣ ዓመቱን በሙሉ

ሳውዝርን ታወርስ የገበሬዎች ገበያ: 5067 ሴሚናሪ Rd፣ ቅዳሜ እና እሁድ ፣ 8 am-1pm፣ ዓመቱን ሙሉ

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

ወስት ኢንድ የገበሬዎች ገበያ: ቤን ብሬንማን ፓርክ (4800 ብሬንማን ፓርክ ዶ/ር)፣ እሁድ፣ 8:30 ጥዋት - 1pm፣

ሚያዝያ-ህዳር

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፣ 12-1pm
- 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 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

- ዋና ቢሮ: 4850 ማርክ ሴንተር ማእከል ድራይቭ ፣ 3 ፋ 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
- ጄምስ ኬ. ፖልክ
- ዊሊያም ራምሴይ

703-619-8048

acps.k12.va.us/departments/ፋሲሊቲ-አፕሬዥዎች/የትምህርት-ቤት-የአመጋገብ-አገልግሎቶች/ነፃ-እና-የተቀነሰ-ዋጋ-ምግቦች

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

ቀዎች ሊለወጡ ይችላሉ፣ በጣም የቅርብ ጊዜ መርሐግብርን በዚህ ድህረ ገፅ ይመልከቱ 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 መሳርያዎች 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

510-F ሳውዝ ሻን ዶርን ስትሪት፣ ማክሰኞ-ሐሙስ፣ 11 AM-6PM (ዝግ 2- 3pm) ፣ ቅዳሜ፣ 10 ጥዋት-2 PM

2601 Mt Vernon Ave፣ ማክሰኞ-ሐሙስ፣ 11 AM-6PM (ዝግ 2- 3pm) ፣ ቅዳሜ፣ 10 ጥዋት-2 PM

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

- Ramsay Rec Center (5650 Sanger Ave)፣ የወሩ 2ኛ ሐሙስ፣ 4:30-6 pm
- Hammond Middle School (4646 Seminary Rd), የወሩ 2ኛ ሐሙስ፣ 4-6pm
- Old Town Community Church (212 S. Washington St)፣ በወሩ 3ኛ አርብ፣ 10:30 ጥዋት - 12 Pm
- የፌርሊንግተን ዩናይትድ ሜዞዲስት ቤተክርስቲያን (3900 ኪንግ ሴንት)፣ የወሩ 3ኛ ቅዳሜ፣ 8-10 ጥዋት
- UNCUT ወጣቶች (1501 Cameron St)፣ የወሩ 3ኛ ቅዳሜ፣ 10am-12pm

ሂስቶሪክ ክሪስት ቸርች ላዙርስ ፋድ 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

118 N. ዋሽንግተን ስትሪት

ሐሙስ 9-10 ጥዋት

CCDA ሴንት ሉሲ ፋድ 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 ወይም aniliza.juan@ccda.net

ccda.net/need-help/food/food-pantries/alexandria-food-pantry

131 S ምዕራብ ሴንት

ረቡዕ - ሐሙስ 9 ጥዋት - 1 ፒ.ኤም

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

3601 ራስል ራድ

ማክሰኞ እና አርብ፣ 6:30-7:30 pm

ዌስት ኢንድ ፉድ ፓንተሪይ

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

contact@westendfoodpantry.com

5150 Fillmore አሼኑ

ሰኞ 5-6:30 ፒ.ኤም

ፈረስት ኣጋቤ 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 የሚዉል ኣንስተኛ የምግብ ስርጭት ። ምግብ ለመውሰድ ወይም ለመተው ሁልጊዜ ክፍት ነው።

mapping.littlefreepantry.org

የቻርለስ ሂውስተን መዝናኛ ማዕከል፣ 901 Wythe St

ዊልያም ራምሳይ የመዝናኛ ማዕከል, 5650 Sanger አሼኑ

ዴል ስትሪት ኮሙኒቲይ ጋርደን፣ 65 Dale St

የአሌክሳንድሪያ ካንትሪ ዳይስትሪክት፡ 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

ዱክስትሪት፡ 2647 ዱክሴንት

ቺሪላን፡ 3907 ብሩስ ሴንት

ገርልስ ካውት 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 በየቀኑ 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

131 S ዌስት ሴንት

በየቀኑ፡ ከ5-5:30 pm

መካደ ሚሞርያል ኢፕስኮፓል ቸርች የምግብ ፕሮግራሞች

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

703-549-1334 እ.ኤ.አ

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

oldtown.cc/get-connected/open-table

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

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

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

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

ዓመቱን በሙሉ ፣ በየሳምንቱ

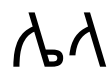
ማዘር አፍ ላይት ሰንተር

ምግብ፣ ልብስ እና የቤት እቃዎች ለተችገሩ ያቅርቡ።

703-307-5902

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

hungerfreealexandria.com