Mga Mapagkukunan ng Impormasyon Tungkol sa Pagkain at Tulong

Mga Mapagkukunan ng Impormasyon sa Lungsod ng Union

Mga Mapagkukunan ng Pagkain para sa mga Matatanda at mga Populasyong nasa Panganib

Ang **Meals on Wheels** ay nagpapadala ng mga pagkain sa mga matatandang nasa bahay tuwing Lunes hanggang Biyernes at mga pinayelong pagkain tuwing Sabado at Linggo, ng may bayad. Ang mga tatanggap ay dapat may edad 60 pataas at kinakailangang magpareserba muna. Makipag-ugnayan kay Tammy Duran para sa karagdagang impormasyon: tduran@fremont.gov o 510.574.2086.

Ang **TCV Food Bank** ay nagpapadala ng libreng mga nakasupot na pagkain (mga prutas, gulay, mga tuyong pagkain, at iba pang mga bagay) sa **Ruggieri Senior Center (33997 Alvarado Niles Rd)** sa una at pangatlong Lunes ng buwan ng 1:30 ng hapon. Makipag-ugnayan kay Kellie Barron para sa karagdagang impormasyon: mobile@tcvfoodbank.org o 510.303.2349.

Ang **Spectrum Services Inc.** nagpapadala ng mga nakasupot na pananghalian para sa mga matatanda sa **Ruggieri Senior Center (33997 Alvarado Niles Rd)**, tuwing Lunas hanggang Huwebes ng 12 ng tanghali. Ang donasyon ng $3.75 ay mas ginugusto. Ang mga tatanggap at dapat 65 na taong gulang o mas higit pa at nararapat na magpareserba sa 24 na oras bago ang pagpapadala. Para sa karagdagang impormasyon, makipag-ugnayan sa ruggieriseniorcenter@unioncity.org o 510.675.5495.

Ang **Sikh Food Pantry** ay kumukuha ng mga order sa online para sa pagpapadala sa bahay. Ang serbisyong ito ay para sa mga matatanda. Mag-order online sa www.tinyurl.com/sikhfoodpantry. Makipag-ugnayan sa tarun45@gmail.com para sa karagdagang impormasyon.

Mga Oras ng Pamimili para sa mga Matatanda: Ang Union City Safeway, Costco, Target, Smart & Final at Foodmaxx ay nagbibigay ng espesyal na oras para sa mga matatanda para mamili upang maiwasan ang madaming tao. I-tsek ang mga oras online o tawagan sila sa telepono dahil ito'y iba iba.

Ang **Centro de Servicios** ay nagbibigay ng mga libreng gatas, mga itlog at tinapay base sa pagkakaroon, sa 33750 6th St. tuwing Lunes hanggang Biyernes, simula 11 ng umaga. Para sa karagdagang impormasyon, tumawag sa 510.489.4100.

Ang **Daily Bowl** ay nagbibigay ng libreng mga prutas, gulay, tuyong mga pagkain, at ibang pang mga bagay. Makipag-ugnayan kay Paddy Iyer para sa karagdagang impormasyon: paddy@dailybowl.org o 510.599.6467.

Mga Pagkain Para sa Paaralan: Ang Distrito ng Pinag-isang Paaralan ng New Haven (New Haven Unified School District) ay magkakaroon ng apat na lugar kung saan mayroong mapagkukunan sa buong Distrito ng libreng "Grab and Go" na almusal at tanghalian para sa lahat ng mga estudyante. Ang mga "Grab and Go" na lokasyon ay: James Logan High, Cesar Chavez Middle, Elementarya ng Alvarado, at Elementarya ng Hillview Crest, tuwing Lunes at Miyerkules simula 9:00 ng umaga hanggang 12:00 ng tanghali (English at Spanish pdf)

Iba pang mga Form para sa Tulong:

Ang Programang CAREavan ay kasalukuyang tumatakbo ng apat na gabi kada linggo sa Ruggieri Senior Center, dalawang gabi sa Simbahan ng Our Lady of the Rosary, at isang gabi sa Brown Temple.

Pagfayl para sa Kapansanan, Bayad ng Bakasyong Pangpamilya, at mga benepisyo ng Insurance ng Walang Trabaho: bisitahin ang website ng Kagawaran ng Employment Development Department at tignan ang tsart na ito upang maintidihan ang mga mapagkukunan ng tulong na mayroon para sa iyo.

Isang patnubay sa **Pag-Manage ng Iyong Emosyonal na Kalusugan sa Panahon ng mga Alanganing Oras, inilathala ng Behavioral Health ng Lalawigan ng Alameda.**