

توزیع مواد غذایی و انبارهای غذایی

توزیع مواد غذایی و انبارهای غذایی در دسترس تمام افراد است، و بسیاری از آنها هنوز هم گزینه خدمات سواره را ارائه می‌کنند.

با **Feeding San Diego** از طریق شماره (858) 452-3663 تماس بگیرید و یا به feedingsandiego.org/get-help مراجعه کنید.

با بانک غذایی **Jacobs & Cushman San Diego** از طریق شماره (866) 350-3663 بگیرید و یا به sandiegofoodbank.org/gethelp مراجعه کنید.

به **Salvation Army** به آدرس <https://shorturl.at/hQX67> مراجعه کنید تا نزدیکترین محل را بیابید.

همچنین می‌توانید برای یافتن نزدیکترین مرکز توزیع غذا، با **2-1-1 تماس بگیرید**.

به وبسایت ما مراجعه کنید

sdhunger.org/resources#distribution

کمک غذایی جزء هزینه عمومی محسوب نمی‌شود. استفاده از کمک غذایی بر وضعیت مهاجرت شما تأثیر منفی نخواهد گذاشت.

تماس با ما

آدرس پستی:

845 15th Street, Ste 103
San Diego, CA 92101

(619) 501-7917
info@sdhunger.org

این بروشور را به زبان‌های دیگر به اشتراک بگذارید:



کانتی سن‌دیه‌گو منابع کمک غذایی

بهار 2024 با حمایت مالی:



آخرین تاریخ به‌روزرسانی 02/21/2024



CalFresh

(همچنین SNAP یا فوداستامپ نیز نامیده می‌شود)

این برنامه از طریق کارتی مانند دبیت کارت مبلغی را در اختیار شما قرار می‌دهد تا از آن در فروشگاه‌های مواد غذایی و بازارهای کشاورزی برای خرید غذا هنگامی که در مضیقه هستید، استفاده کنید.

چه کسانی واجد شرایط هستند؟ محدودیت درآمد

بسته به اندازه خانواده متفاوت است. برای یک خانواده 4 نفره، سقف درآمد \$5000 در ماه است.

محدوده مزایای ماهانه CalFresh	درآمد ناخالص ماهانه 200% FPL	اندازه خانواده
\$23-291	\$2,430	1
\$23-535	\$3,288	2
\$23-766	\$4,144	3
\$23-973	\$5,000	4
\$23-1155	\$5,858	5
+ \$219	+ \$858	+ اعضای خانواده

من چقدر دریافت می‌کنم؟ مزایا بر اساس میزان درآمد و هزینه‌های خانواده است.

تمام هزینه‌های ماهانه مشمول مانند اجاره، هزینه خدمات شهری، مراقبت از کودک یا صورت‌حساب‌های پزشکی را گزارش دهید تا مبلغ مزایای خود را افزایش دهید.

روش‌های درخواست آنلاین در

Benefits Cal، به آدرس

benefitscal.com؛ (2) تماس با 2-1-1

سن‌دیگو (شماره‌گیری 211)؛ یا (3) یافتن یک سازمان غیرانتفاعی واجد شرایط در نزدیکی خود تا به شما در این فرآیند کمک کند:

sdhunger.org/getcalfresh



وعده‌های غذایی مدرسه و EBT تابستانی

در طول سال تحصیلی، صبحانه و ناهار مدرسه برای تمام دانش‌آموزان در کالیفرنیا رایگان است.

هر منطقه درخواست‌های مربوط به وعده غذایی یا فرم‌های درآمد خانواده را از والدین جمع‌آوری می‌کند تا بودجه لازم برای مدارس را تامین کند.



EBT-تابستانی در سال 2024! این یک

برنامه جدید است که یکبار مبلغ \$120 را

برای خرید مواد غذایی در طول تابستان از

طریق کارتی همانند دبیت کارت پرداخت

می‌کند.



کودگانی که قبلاً در CalFresh، CalWorks و

Medi-Cal ثبت‌نام شده‌اند، به‌طور خودکار واجد

شرایط دریافت مزایا هستند. در غیر این صورت،

والدین باید از طریق فرم درآمد جایگزین اقدام کنند تا

فرزندانشان بتوانند به EBT-تابستانی دسترسی داشته

باشند. برای اطلاع از آخرین به‌روزرسانی‌ها به

وبسایت ما به آدرس sdhunger.org مراجعه کنید.

وعده‌های غذایی برای سالمندان

غذای رایگان یا دارای تخفیف برای افراد مسن 60 سال به بالا در دسترس است. به bit.ly/older-adult-meals مراجعه کنید یا با شماره 2-1-1 تماس بگیرید.

Meals on Wheels امکان انتخاب یک یا دو

وعده غذایی مغذی را برای هفت روز در هفته فراهم

می‌کند. در [meals-on-wheels.org/get-](http://meals-on-wheels.org/get-meals/sign-up-get-meals/)

meals/sign-up-get-meals/ ثبت‌نام کنید یا

برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره

(619) 260-6110 تماس بگیرید.

Jacobs & Cushman San Diego

بسته‌های غذایی را در مراکز سراسر کانتی فراهم می‌کند. با شماره (866) 350-3663 تماس بگیرید یا

به sandiegofoodbank.org/gethelp

مراجعه کنید.



زنان، نوزادان و کودکان

از شیردهی، آموزش تغذیه و فراهم کردن پول برای تهیه غذای

سالم برای مادران باردار و شیرده و کودکان 0 تا 5 ساله

حمایت می‌کند. برای کسب اطلاعات بیشتر، به sdwic.com

مراجعه کنید یا با 2-1-1 تماس بگیرید.



چه کسانی واجد شرایط هستند؟ واجد شرایط بودن

بر اساس درآمد خانواده است. برای یک خانواده 2

نفره، سقف درآمد \$3,041 در ماه است. برای یک

خانواده 4 نفره، سقف درآمد \$4,625 در ماه است.

WIC کمک هزینه اساسی برای مسکن (BAH) را

برای خانواده‌های نظامی در نظر نمی‌گیرد.