

ИСТОЧНИКИ ПОЛУЧЕНИЯ ПРОДОВОЛЬСТВЕННОЙ ПОМОЩИ






Полноценное питание — важная составляющая вашего здоровья и хорошего самочувствия. Эта информация поможет вам узнать о способах получения здоровой пищи, необходимой вам и вашей семье.



American
Heart
Association.

ПРЕДОСТАВЛЕНО: _____

КАК ВЫ МОЖЕТЕ ПОЛУЧИТЬ ПОМОЩЬ

-  **211:** вам помогут связаться со службами социальной поддержки населения по всему штату, включая службу продовольственной помощи. Наберите 211 с любого телефона.
-  **Washington Connection:** вы можете подать заявку на получение нескольких услуг (включая продовольственную и денежную помощь, уход за детьми и т. д.) в одном месте. Вы можете продлить участие или присоединиться к различным программам, доступным на нескольких языках. Веб-сайт: www.washingtonconnection.org/ 1-800-322-2588
-  **Sea Mar Community Resource Navigator:** 1-855-289-4503
-  **Help Me Grow Hotline:** 1-800-322-2588
-  **USDA National Hunger Hotline:** информация о ближайших к вам службах продовольственной помощи. Телефон: 1-866-348-6479 (телетайп: 711), с 4:00 до 19:00

СПОСОБЫ ПОЛУЧЕНИЯ, ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ

ДЛЯ ДЕТЕЙ

- Программы по предоставлению детям школьных завтраков и обедов и программа по получению электронных денежных пособий во время пандемии (Pandemic Electronic Benefit Transfer или P-EBT): предоставление здорового питания бесплатно или по сниженной цене детям (с детского сада по 12 класс), чьи семьи имеют право на получение пособий на основании величины дохода. В 2020-2022 учебном году семьи, подавшие заявку на участие в программе P-EBT, также получат денежные выплаты (дополнительные средства на покупку продуктов питания). Узнайте, можете ли вы участвовать в этих программах, на веб-сайте: <https://www.benefits.gov/benefit/366>
Заявку необходимо подавать в вашем местном школьном округе.
- Питание для детей в период закрытия школ: предоставление бесплатного здорового питания детям в возрасте 18 лет и младше.
Узнайте о ближайших местах получения питания на веб-сайте: <https://www.uwkc.org/free-meals-during-school-closures/>
- Программа для женщин, младенцев и детей (WIC): предоставление продуктов питания для женщин в период беременности и сразу после родов, а также для младенцев и детей до 5 лет. Звоните по телефону 1-800-322-2588, чтобы узнать о ближайшем к вам офисе и назначить встречу.

ДЛЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ И ЛЮДЕЙ С ОСОБЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ

- Chicken Soup Brigade:** предлагает различные программы доставки на дом лечебного или диетического питания и продовольственных товаров в Сиэтле и округе Кинг. Веб-сайт: <https://www.lifelong.org/chicken-soup-brigade> Телефон: 1-206-957-1686
- Meals on Wheels:** программа доставки питания для пожилых людей.
Веб-сайт: Mealsonwheelsamerica.org

ДЛЯ ВСЕХ ЖИТЕЛЕЙ

- Программа обеспечения основными продуктами питания в штате Вашингтон (SNAP): предоставление ежемесячных денежных пособий на покупку продуктов питания в продовольственных магазинах, на сельскохозяйственных рынках и т. д. Подробную информацию см. на веб-сайте: <https://www.dshs.wa.gov/esa/community-services-offices/basic-food>
- SNAP Match:** Каждый доллар, полученный в рамках программы SNAP и потраченный в участвующих в программе SNAP Match розничных магазинах на покупку свежих фруктов и овощей, удваивается, позволяя приобрести больше плодоовощной продукции.
- Продуктовые банки и программы продовольственного обеспечения:** вы можете узнать о ближайших к вам продуктовых банках и программах на веб-сайте: <https://tinyurl.com/wafoodmap>
- Auburn Food Bank**
930 18th PI NE, Auburn, WA 98002
<https://www.theauburnfoodbank.org/>
(253) 833-8925
- Ваучеры Fresh Bucks:** жители Сиэтла, соответствующие необходимым требованиям, могут подать заявку на получение ваучеров. Веб-сайт: <https://www.freshbucksseattle.org/application-information/#Apply>
Телефон: 1-206-684-2489

ЗАМЕТКИ: