



# 給所有人食

## 食物計劃

### 每星期食物計劃

電話：211 網站：[FoodLocator.SFMFoodBank.org](http://FoodLocator.SFMFoodBank.org)

三藩市-馬連食物庫每星期在多個地方提供新鮮的食物。請致電熱線211查詢你附近的食物站。如你身份證上的地址並非你目前的地址，請攜帶備你的身份證明和地址證明文件出席。

申請資格：三藩市和馬連縣的居民。

### 緊急糧食援助計劃

電話：211 網站：[FoodLocator.SFMFoodBank.org](http://FoodLocator.SFMFoodBank.org)

如你需要緊急糧食援助，你可能符合資格領取保質期長的食物(三天份量)。

申請資格：此服務只適用於供緊急情況使用，每12個月可申請一次。

### 長者補充食物計劃

電話：211 網站：[FoodLocator.SFMFoodBank.org](http://FoodLocator.SFMFoodBank.org)

低收入長者可能符合資格領取一個月一次的食物箱，箱中包括多種保質期長的食物如吞拿魚、豆類、花生醬和罐裝蔬菜。分發地點位於三藩市和馬連縣。

申請資格：收入在聯邦貧窮線準則 130%或以下和年滿六十歲或以上的長者；請致電查詢你是否符合資格。

### 專送上府食物計劃

電話：(415) 282-1900 x287 電郵：[HDG@SFMFoodBank.org](mailto:HDG@SFMFoodBank.org)

如果你因為行動不便而不能到食物站，你可能符合資格申請食物專送上府。

申請資格：計劃只適用於三藩市，行動不便的低收入長者和傷殘人士

## 獲取資源

### CALFRESH 糧食券申請協助

電話：(415) 549-7021 網站：[CalFresh.SFMFoodBank.org](http://CalFresh.SFMFoodBank.org)

CalFresh前稱為糧食券，是一個服務低收入家庭和人士的補充營養援助計劃。CalFresh福利將每月存入一個電子福利轉帳(EBT)卡，其作用與提付卡相同。EBT卡可在超市，雜貨店和農夫市場購買食物。CalFresh福利並不影響持卡人的移民狀況。請今天就致電查詢你是否符合申請CalFresh! 食物庫的職員可以提供申請協助。

### 營養教育

網站：[SFMFoodBank.org/nutritioned](http://SFMFoodBank.org/nutritioned)

你是否想吃得健康，但不知如何開始？請瀏覽[www.EatFresh.org](http://www.EatFresh.org)查看健康、美味和簡易的食譜。很多食譜上的材料都可以在每星期食物計劃領取得到。你同時亦可找到省錢購物的提示。

我們需要營養教育義工。如你有興趣請聯絡：(415) 282-1907 x246。

## 回饋社區

### 義工

電話：(415) 282-1900 x244 網站：[SFMFoodBank.org/Volunteer](http://SFMFoodBank.org/Volunteer)

用你的行動帶來改變！當你在三藩市或馬連縣擔任義工，你會分類和包裝食物以發送到不同的食物站，兒童健康零食計劃和免費飯堂。我們歡迎兒童在週末擔任義工。

### 捐助食物

電話：(415) 282-1907 x350 網站：[SFMFoodBank.org/Food-Fund-Drives](http://SFMFoodBank.org/Food-Fund-Drives)

你可以在公司，學校，社團或宗教組織舉辦一個捐助食物和募捐的運動。動員社區為有需要的人提供食物，從而提高對飢餓的認知。

### 捐款

電話：(415) 282-1907 x249 網站：[SFMFoodBank.org/Donate](http://SFMFoodBank.org/Donate)

你慷慨的支持確保三藩市-馬連食物庫能夠提供新鮮而又有營養的食物給社區。

SF-Marin Food Bank • 900 Pennsylvania Avenue, San Francisco, CA 94107 • (415) 282-1900  
[SFMFoodBank.org](http://SFMFoodBank.org) • [info@SFMFoodBank.org](mailto:info@SFMFoodBank.org) • [@SFMFoodBank](https://www.instagram.com/SFMFoodBank)

三藩市-馬連食物庫絕不容許任何形式的歧視行為，不論是種族、膚色、宗教、信仰、原國籍、祖裔、公民身份、年齡、性別、殘疾、退伍軍人身份、婚姻狀況或性取向。