

**Trung Tâm Trợ Giúp Người Nghèo**  
**SÁCH HƯỚNG DẪN TÌM**  
**Thực Phẩm miễn phí hoặc giá rẻ**  
**RESOURCE HANDBOOK**  
**FOR FREE OR LOW COST FOOD**



3901 North 27th Street Unit 1  
Lincoln, NE 68521

[www.centerforpeopleinneed.org](http://www.centerforpeopleinneed.org) 476-4357



**Quý vị cần giúp đỡ nhưng không biết bắt đầu từ đâu?**

Muốn tìm sự trợ giúp về nhà cửa, y tế sức khỏe, phòng phát thức ăn, trông nom trẻ em, cố vấn về việc ghiền ma túy hoặc rượu, bệnh tâm thần, cao niên, và các dịch vụ về nhân sự khác, xin gọi số 2-1-1 hoặc vào mạng lưới [www.ne211.org](http://www.ne211.org). Khi gọi số 2-1-1, sẽ có nhân viên được huấn luyện trả lời quý vị (đủ các thứ tiếng)



Nhiệm vụ của Trung Tâm trợ giúp người nghèo là tạo thêm cơ hội cho các gia đình cũng như thanh thiếu niên đang gặp phải trở ngại về kinh tế xã hội hạn chế bước đường hướng đến thành công của mình.

3901 North 27th Street Unit 1

Lincoln, NE 68521

402-476-HELP (4357)

Fax: 402-476-4358

Website

[www.Centerforpeopleinneed.org](http://www.Centerforpeopleinneed.org)

Beatty Brasch

**Giám đốc điều hành**

Trung Tâm Trợ Giúp Người Nghèo là tổ chức từ thiện 501 (c) 3. Các đóng góp đều được khấu trừ thuế.

# CHƯƠNG TRÌNH THỰC PHẨM ĐỊA PHƯƠNG - HÀNG TUẦN



## Trung Tâm Trợ Giúp Người Nghèo Chương Trình THỰC PHẨM Láng Giềng

3901 North 27th Street Unit 1

Lincoln, NE 68521

**476-4357**



Chương Trình Thực Phẩm Láng Giềng của Trung Tâm Trợ Giúp Người Nghèo cung cấp thực phẩm và đồ hộp tại các địa điểm dưới đây trên căn bản hàng tuần qua sự hợp tác của Ngân hàng Thực Phẩm Lincoln .

**TUẦN THỨ BỐN MỖI THÁNG chỉ phát đồ hộp USDA tại tất cả các địa điểm.**

### Thứ Ba

1 tới 2 giờ trưa

**F Street Community Center** 1225 F Street

3 tới 4 giờ chiều

**Matt Talbot Kitchen & Outreach** 1911 R Street

5 tới 6 giờ chiều

**Center For People in Need** 3901 N. 27th Street

### Thứ Năm

1 tới 2 giờ trưa

**Malone Community Center** 2032 U Street

3 tới 4 giờ chiều

**Oak Lake Evangelical Free Church** 3300 N 1st Street

**Muốn biết thêm chi tiết, xin liên lạc số (402) 476-4357**

**\*\*Sắp hàng trước không có nghĩa là quý vị sẽ lãnh thực phẩm tốt hơn. Thực phẩm có giới hạn vẫn được chia đều trong suốt giờ phân phát.**

### **Bảng chỉ dẫn Lợi Tức**

Số người trong mỗi hộ	Lợi tức hàng tháng hiện tại
1	\$1560
2	\$2100
3	\$2640
4	\$3180
5	\$3720
6	\$4260

# THỰC PHẨM Láng Giềng

Chủ Nhật	Thứ Hai	Thứ Ba	Thứ Tư	Thứ Năm	Thứ Sáu	Thứ Bảy
		1	2	3	4	5
		<p><b>1 tới 2 giờ trưa .</b> F Street Comm. Center 1225 F St.</p> <p><b>3 tới 4 giờ chiều.</b> Matt Talbot Kitchen &amp; Outreach 1911 R St.</p> <p><b>5 tới 6 giờ chiều .</b> Center For People In Need 3901 N. 27th St.</p>		<p><b>1 tới 2 giờ trưa .</b> Malone Community Center 2032 U Street</p> <p><b>3 tới 4 giờ chiều .</b> Oak Lake Evangelical Free Church 3300 N. 1st</p>		
6	7	8	9	10	11	12
		<p><b>1 tới 2 giờ trưa .</b> F Street Comm. Center 1225 F St.</p> <p><b>3 tới 4 giờ chiều.</b> Matt Talbot Kitchen &amp; Outreach 1911 R St.</p> <p><b>5 tới 6 giờ chiều</b> Center For People In Need 3901 N. 27th St.</p>		<p><b>1 tới 2 giờ trưa .</b> Malone Community Center 2032 U Street</p> <p><b>3 tới 4 giờ chiều.</b> Oak Lake Evangelical Free Church 3300 N. 1st</p>		
13	14	15	16	17	18	19
		<p><b><u>USDA All Locations</u></b></p> <p><b>1 tới 2 giờ trưa .</b> F Street Community Center 1225 F St.</p> <p><b>3 tới 4 giờ chiều.</b> Matt Talbot Kitchen &amp; Outreach 1911 R St.</p> <p><b>5 tới 6 giờ chiều</b> Center For People In Need <b>3901 N. 27th St.</b></p>		<p><b><u>USDA All Locations</u></b></p> <p><b>1 tới 2 giờ trưa .</b> Malone Community Center 2032 U Street</p> <p><b>3 tới 4 giờ chiều.</b> Oak Lake Evangelical Free Church 3300 N 1st</p>		
20	21	22	23	24	25	26
		<p><b>1 tới 2 giờ trưa .</b> F Street Community Center 1225 F St.</p> <p><b>3 tới 4 giờ chiều.</b> Matt Talbot Kitchen &amp; Outreach 1911 R St.</p> <p><b>5 tới 6 giờ chiều</b> Center For People In Need 3901 N. 27th St.</p>		<p><b>1 tới 2 giờ trưa .</b> Malone Community Center 2032 U Street</p> <p><b>3 tới 4 giờ chiều.</b> Oak Lake Evangelical Free Church 3300 N 1st</p>		

# THỰC PHẨM Láng Giềng

Chủ Nhật	Thứ Hai	Thứ Ba	Thứ Tư	Thứ Năm	Thứ Sáu	Thứ Bảy
1	2	3	4	5	6	9
		<b>1 tới 2 giờ trưa.</b> F Street Comm. Center 1225 F St. <b>3 tới 4 giờ chiều.</b> Matt Talbot Kitchen & Outreach 1911 R St. <b>5 tới 6 giờ chiều</b> Center For People In Need 3901 N. 27th St		<b>1 tới 2 giờ trưa .</b> Malone Community Center 2032 U Street <b>3 tới 4 giờ chiều.</b> Oak Lake Evangelical Free Church 3300 N. 1st		
10	11	12	13	14	15	16
		<b>1 tới 2 giờ trưa.</b> F Street Comm. Center 1225 F St. <b>3 tới 4 giờ chiều.</b> Matt Talbot Kitchen & Outreach 1911 R St. <b>5 tới 6 giờ chiều</b> Center For People In Need 3901 N. 27th St.		<b>1 tới 2 giờ trưa.</b> Malone Community Center 2032 U Street <b>3 tới 4 giờ chiều.</b> Oak Lake Evangelical Free Church 3300 N. 1st		
17	18	19	20	21	22	23
		<b>1 tới 2 giờ trưa.</b> F Street Community Center 1225 F St. <b>3 tới 4 giờ chiều.</b> Matt Talbot Kitchen & Outreach 1911 R St. <b>5 tới 6 giờ chiều</b> Center For People In Need <b>3901 N. 27th St.</b>		<b>1 tới 2 giờ trưa.</b> Malone Community Center 2032 U Street <b>3 tới 4 giờ chiều.</b> Oak Lake Evangelical Free Church 3300 N 1st		
24	25	26	27	28	29	30
		<u><b>Phát đồ hộp mọi địa điểm</b></u> <b>tới 2 giờ trưa.</b> F Street Comm. Center 1225 F St. <b>3 tới 4 giờ chiều.</b> Matt Talbot Kitchen & Outreach 1911 R St. <b>5 tới 6 giờ chiều</b> Center For People In Need 3901 N. 27th St.		<u><b>Phát đồ hộp mọi địa điểm</b></u>  <b>1 tới 2 giờ trưa.</b> Malone Community Center 2032 U Street <b>3 tới 4 giờ chiều.</b> Oak Lake Evangelical Free Church 3300 N 1st		

# Chương Trình Thực Phẩm Địa Phương - Hàng Tuần

## Family Resource Center

4621 NW 48th St. 68524

**434-2621**

**Friends With Food** 5 tới 6 giờ chiều: Không cần điền đơn nhưng phải đăng ký. Ngày thứ Hai của ba tuần đầu mỗi tháng. Tuần thứ Tư: Chỉ phát đồ hộp USDA. Thứ Hai Tuần thứ Năm không phát

## Good Neighbor Community Center

2617 Y Street 68503

**477-4173**

Phải làm cuộc hẹn, gọi trước. Phát rau quả thứ Tư và thứ Năm từ 10 giờ sáng tới 12 giờ trưa.

## Indian Center

1100 Military Road 68508

**438-5231**

Phát rau quả vào ngày thứ Ba lúc 1 giờ trưa, ngày thứ Tư lúc 10 giờ sáng, và thứ Năm từ 10 giờ sáng cho đến khi hết.

## Northeast Family Center

6220 Logan 68507

**471-3700**

Thực phẩm miễn phí vào mỗi **thứ Tư từ 4 tới 6 giờ chiều**

Người mới tới phải điền đơn trước ngày thứ Tư mà mình muốn lãnh thực phẩm. Phát đồ hộp USDA vào thứ Tư của tuần thứ Tư mỗi tháng.

## People's City Mission Distribution Center

2101 N Street

**475-6888**

Trung tâm phát thực phẩm cho mọi người, không cần hẹn trước, mỗi tuần một lần tại Trung tâm phân phát của City Mission; còn đồ vật dụng và quần áo thì mỗi tháng một lần. Phải cần xuất trình căn cước cũng như chúng từ về lợi tức của mọi người trong hộ.

## Salvation Army

2625 Potter Street 68503

**474-6263**

Bánh mì và hoa quả cho người lãnh không cần hẹn trước vào mỗi thứ Sáu từ 9 giờ 30 tới 11 giờ 30 sang.

# Chương Trình Thực Phẩm Địa Phương - Bữa Ăn Hàng Ngày

## **The Gathering Place**

**476-7398**

1448 E Street 68508

Súp nóng, bánh mì, cà phê, v.v. miễn phí. Không cần xuất trình căn cước.

**Các buổi ăn miễn phí từ 5 tới 6 giờ chiều**

## **Matt Talbot Kitchen and Outreach**

**477-4116**

1911 R Street 68503

**Các buổi ăn miễn phí 7 ngày một tuần từ 11 giờ 30 sáng tới 12 giờ 30 trưa và từ 5 giờ 30 tới 6 giờ 30 chiều.**

Không cần xuất trình căn cước. Trung tâm có thêm một số dịch vụ khác nữa.

## **People's City Mission**

**475-1303**

110 Q Street 68521

**Emergency Shelter** (Nơi Tạm Trú Khẩn Cấp) cung cấp chỗ cho quý vị nghỉ qua đêm, thức ăn ba bữa một ngày, phương tiện tắm rửa và giặt giũ, quản lý từng vụ một, cùng các vụ từ chỗ khác chuyển đến.

**Drop-In Center** (Trung Tâm Tạt Qua) cung cấp chỗ ở ban ngày miễn phí cho đàn ông. Dịch vụ gồm có: tắm búp sen, giặt giũ, thùng chứa đồ vật có khóa, cơm trưa, hộp thư và chuyên chở bằng xe buýt xuống phố.

Restoration and Renewal Discipleship Outreach Program (Chương trình cho tha nhân nhằm Phục hồi và tái tạo môn đồ) - **Intensive Addiction Recovery and Christian Growth** (Chương trình Chống nghiện và phát triển Cơ Đốc) cho đàn ông. Chương trình kéo dài từ 4 tới 5 tháng và thêm 8 tháng tại trung tâm thử thách trẻ vị thành niên (Teen Challenge Center).

Đề án Gương (Mirror Project) - Chương trình phục hồi kéo dài 6 tháng cho phụ nữ vô gia cư muốn bày tỏ những vấn đề về cách hành xử liên quan tới việc nghiện ma túy và rượu cùng sự hành hung trong gia đình. ngữ các trình bày đặt nền tảng trên đức tin

## **ActiveAge Centers –Lincoln Area Agency on Aging 441-7158 (Trung tâm Cao Niên: Senior Centers)**

Main Office 1001 O Street Ste. 101 68508

Buổi ăn trưa dọn tại tất cả các trung tâm ActiveAge (9 trung tâm ở Lincoln và 5 ở quận hạt Lancaster), trên căn bản đóng góp tự nguyện, cho quý vị cao niên 60 tuổi trở lên. Phải đặt trước hai ngày (ngày làm việc). Gọi văn phòng chính của ActiveAge để biết các địa điểm, thời gian và thực đơn. Trung tâm còn có các dịch vụ khác nữa

## **Meals on Wheels-Tabitha**

**486-8520**

4720 Randolph Street 68510

Cung cấp buổi ăn trưa với thức ăn nóng cho các vị cao niên hoặc người tàn tật.

Buổi ăn vẫn cung cấp dù người được cung cấp có hoặc không có khả năng trả,

dựa theo tiêu chuẩn: cứu xét từng trường hợp .


# Chương Trình Thực Phẩm Địa Phương - Hàng Ngày

## Các địa điểm Mạng Thực phẩm (Foodnet)




Địa điểm có thể thay đổi. Tu chính mới nhất: 30 tháng 4, 2006

Foodnet cung cấp hầu hết thực phẩm để lâu dễ hư như trái cây và rau cải, sản phẩm bơ sữa, và bánh mì cho các gia đình nghèo. Foodnet có hơn 400 thiện nguyện viên và hơn 70 cơ sở thương mại quyên tặng thực phẩm. Tất cả thực phẩm, sức lao động, địa điểm phân phát và xe cộ dùng chuyên chở thực phẩm đều được quyên tặng. Bất cứ ai cần thực phẩm, xin mời đến địa điểm phân phát, lãnh về dùng.


### CHỦ NHẬT

10 giờ 15 sáng	<b>Countryside Trailer Court</b> 327 Dawes Cir.		Please, No Children
3 giờ trưa	<b>Capital View SDA</b> 17th & A		

### THỨ HAI


10 giờ 30 sáng	<b>Trinity Baptist Church</b> 3801 LaSalle		Please, No Children
12 giờ trưa	<b>Lincoln Christian Fellowship</b> 4111 NW 44th (in Airpark)		
5 giờ chiều	<b>Southview Christian Church</b> 22nd & South St		

### THỨ BA

10 giờ 30 sáng	<b>Trinity Baptist Church</b> 3801 LaSalle		Please, No Children
5 giờ chiều	<b>Pentecostal Church</b> 52nd & Dudley		

4 giờ 30 chiều	<b>Havelock United Methodist</b> 4140 N 60th		Please, No Children
----------------	---	--	---------------------

### THỨ TƯ

2 giờ 30 chiều	<b>Center for People in Need</b> 3901 N. 27th St		
----------------	---	---	--


6 giờ chiều	<b>Cristo Rey Catholic</b> 42nd & J		
-------------	--	---	--

# Local Food Programs –Daily


## THỨ NĂM

11 giờ sáng	<b>Heartland Bible</b> 2611 S 56th		
11 giờ sáng	<b>(Private Home)</b> 619 Eastborough Ln (S of 69th & Vine)		
5 giờ chiều	<b>Grace United Methodist</b> 27th & R		Please, No Children
5 giờ chiều	<b>Lakeview United Methodist</b> 230 Capitol Beach Blvd (N. off West 'O')		
6 giờ chiều	<b>Calvary United Methodist</b> 1610 S 11th (11th & Garfield )		
5 giờ 30 chiều	<b>Seward United Methodist</b> 1400 N 5th Seward Nebraska		

## THỨ SÁU

11 giờ sáng	<b>Heartland Bible Church</b> 2611 S 56th		
11 giờ 30 sáng	<b>Central Alliance Church</b> 29th & O		
12 giờ 15 trưa	<b>Grace Chapel PCA Church</b> 40th & Sheridan Blvd.		
6 giờ chiều	<b>Trinity United Methodist</b> 16th & A		
5 giờ 30 chiều	<b>Linden Village Community Building</b> Milford		

## THỨ BẢY

10 giờ 30 sáng	<b>Zion Educational Building</b> 8th & D		
1 giờ trưa	<b>St. John of Kronstadt Orthodox Church</b> 28th & Holdrege		

# Chương Trình Thực Phẩm Địa Phương - Hàng Tháng

**SHARE Lincoln** là hệ thống gồm nhiều tổ chức thiện nguyện giúp cung cấp các thùng thực phẩm tốt giá rẻ trên căn bản hàng tháng.

- 1) Chọn một trong những địa điểm mình muốn lãnh thực phẩm
- 2) Gọi điện thoại đăng ký và trả tiền thực phẩm mình đặt mua
- 3) Làm hai giờ thiện nguyện trước khi lãnh thực phẩm
- 4) Lãnh thực phẩm vào ngày giờ và địa điểm nêu trong danh sách.

**Northeast SHARE** Liên lạc Sharon Doll **464-3068**

Lãnh thực phẩm tại: **Fourth Presbyterian Church**

7 giờ 45 tới 8 giờ 30 tối **5200 Francis Street**

Để lại lời nhắn và Sharon sẽ gọi quý vị. Quý vị có thể gửi bằng bưu điện giấy đặt hàng của quý vị và nhận thực phẩm tại một trong ba địa điểm của Neighborhood. Gọi trước và phải chắc chắn có người ở địa điểm đó biết thủ tục phân phối các kiện thực phẩm SHARE đặt mua

Đặt mua năm 2008

Nhận hàng năm 2008

Salvation Army

Clarice Mackey

27<sup>th</sup> and Potter

477-9276

**Ngày**

**January 2**

**February 6**

**March 12**

**April 9**

**May 14**

**June 11**

**July 9**

**August 6**

**September 10**

**October 8**

**November 5**

**December 3**

**Ngày**

**January 19**

**February 23**

**March 29**

**April 26**

**May 31**

**June 28**

**July 26**

**August 23**

**September 27**

**October 25**

**November 22**

**December 20**

Thiện nguyện là hoạt động quý vị làm miễn phí cho tha nhân, ngoại trừ làm cho người sống cùng với quý vị. Vì vậy nếu quý vị gọi điện thoại kiểm tra tình trạng sức khỏe của cha mẹ già, hay giữ hộ cháu nội/ngoại tại nhà của quý vị hoặc tại nhà của chúng, đều được coi là thiện nguyện. Nướng bánh cho hàng xóm hoặc xếp giùm quần áo giặt cho họ cũng là công việc thiện nguyện. Đưa giùm ai đi chợ hoặc đi tới địa điểm Neighborhood FOOD được coi như làm thiện nguyện.

Làm thiện nguyện hai tiếng đồng hồ mỗi tháng là xem như hợp lệ, và sau đó quý vị tha hồ đặt mua bao nhiêu thùng thực phẩm cũng được

**Lincoln Center SHARE Liên lạc: Kay Roberts 430-8204  
Glenna Showalter 601-2136**

**Nhận hàng tại: First Christian Church  
Thứ Bảy từ 9 giờ sáng 430 S. 16<sup>th</sup> Street**

Quý vị có thể gửi ngân phiếu (check), dùng gạt EBT, hay trả tiền mặt cho Kay vào ngày cuối, tức thứ Sáu (mấy địa điểm khác chọn 12 giờ trưa thứ Năm hoặc 5 giờ 30 chiều thứ Năm làm thời hạn chót) tại CenterPoint góc đường 13 và E trong khoảng thời gian từ 10 giờ 30 sáng tới 12 giờ trưa. Hạn chót ghi danh cho năm 2008 là 12 giờ trưa thứ Sáu (4 tháng 1, năm 2008; 8 tháng 2, năm 2008; 14 tháng 3, năm 2008; 11 tháng 4 năm 2008; 16 tháng 5 năm 2008; 13 tháng 6 năm 2008; 11 tháng 7 năm 2008; 8 tháng 8 năm 2008; 12 tháng 9 năm 2008; 10 tháng 10 năm 2008; 7 tháng 11 năm 2008; 5 tháng 12, năm 2008). Quý vị cũng có thể gửi ngân phiếu cho Kay ở địa chỉ 1815 N. 62nd st Lincoln, NE 68505 (ký trả cho Lincoln Center SHARE) trước hạn chót ghi danh.

Thiện nguyện viên làm ít nhất hai tiếng đồng hồ cho bạn bè, chòm xóm, hay cộng đồng, có quyền đặt mua bao nhiêu thùng cũng được.

Nhận hàng tại 430 S. 16th St. First Christian Church (Vào cửa ở đường hẻm) từ 9 giờ 30 tới 10 giờ sáng. Hàng có thể giao tận nhà cho người bị tật nguyền.

**LMEP SHARE Vi Johnson C-402- 540-6395 H-488-2923**

**Nhận hàng lúc 9:00 am 4600 Valley Road**

Tiền có thể gửi trả cho Vi Johnson, 8220 Elizabeth Drive, Lincoln, NE 68503 trước hạn chót đặt hàng. Nhận hàng tại 4600 Valley Road vào ngày giao hàng, bắt đầu lúc 9 giờ sáng. **Quý vị có thể gọi bất cứ địa điểm nào trong ba địa điểm ở Lincoln.**

Tin tức trên mạng của chương trình Thùng Thực phẩm hàng tháng (Monthly Food Package) rất chính xác và hiện hành, được nhật tu vào ngày thứ Hai đầu tiên sau ngày nhận thực phẩm mỗi tháng. Mạng lưới liệt kê các thực phẩm trung tâm chọn lọc cho tháng hiện hành. Địa chỉ Mạng lưới là: [www.shareiowacom](http://www.shareiowacom)

---

## **Community Crops**

**Liên lạc: Ingrid Krist hoặc Diane Nelson  
474-9802**

Community Crops là một nhóm trông coi mọi bước đầu trồng trọt trong cộng đồng. Chúng tôi cung cấp dụng cụ (cào, cuốc, xẻng, hạt giống, tài nguyên và đất trồng làm vườn để quý vị tự trồng thực phẩm tốt cho sức khỏe do quý vị chọn lựa. Muốn biết thêm tin tức, xin vào mạng lưới: <http://www.communitycrops.org> hoặc gửi điện thư cho [diane@communitycrops.org](mailto:diane@communitycrops.org)

## **Chương Trình Thực Phẩm Địa Phương - Trường học Khẩn cấp**

### **Emergency Food Pantry System/ Food Bank of Lincoln**

Lincoln, NE 68510

Cung cấp thực phẩm đủ dùng trong 7 ngày cho những cá nhân hoặc gia đình đang gặp khủng hoảng qua 12 nơi phát thực phẩm khẩn cấp (Emergency Food Pantries). Quý vị hãy gọi các cơ quan dưới đây để nhờ giúp đỡ

**Asian Community and Cultural Center 477-3446**

**Catholic Social Services 474-1600**

1313 Eldon Drive. 68510

Gọi trước một ngày khi xin thùng thực phẩm khẩn cấp đủ dùng trong 7 ngày. Chấp thuận cho 6 đơn xin đầu của quý vị. Quý vị phải có số An sinh xã hội cho tất cả mọi người trong gia đình, ngày sinh và điền đơn (một lần). Quý vị có thể nhận hộp thực phẩm mỗi 3 tháng. Có phát phiếu mua quần áo ở tiệm Thrift store  
Gọi văn phòng từ thứ Hai đến thứ Sáu từ 10 giờ sáng. Không có dịch vụ mang lại nhà.

**Clyde Malone Community Center 474-1110**

**Indian Center 438-5231**

1100 Military Road 68508

Gọi từ 8 giờ sáng tới 5 giờ chiều, từ thứ Hai tới thứ Sáu, để làm cuộc hẹn xin thùng thực phẩm khẩn cấp đủ dùng trong 7 ngày. Nếu được chuẩn nhận, quý vị sẽ nhận thực phẩm mỗi ba tháng. Phải mang theo số an sinh xã hội cho tất cả mọi người trong gia đình mỗi khi lãnh thực phẩm.

**Good Neighbor Community Center 477-4173**

2617 Y Street 68503

Cần làm cuộc hẹn và phải gọi trước. Giờ bắt đầu nhận điện thoại là 9 giờ sáng. Giờ phân phát hộp thực phẩm là từ 10 giờ sáng tới 2 giờ trưa, từ thứ Hai tới thứ Sáu. Quý vị có thể lãnh thực phẩm mỗi tháng một lần. Lần đầu, quý vị phải điền đơn, phải có số an sinh xã hội cho tất cả mọi người trong gia đình, và chúng từ lợi tức mỗi khi lãnh thực phẩm. Trung tâm còn có hộp thực phẩm với nhu cầu đặc biệt. Mọi người phải mang theo thẻ khách hàng (client card).

**El Centros de Las Americas 474-3950**

## **Chương Trình Thực Phẩm Địa Phương - Trường hợp Khẩn cấp**

**Lincoln Information for the Elderly** **441-7070**

**Nebraska Aids Project** **476-7000**

**Nebraska Health & Human Services** **471-5185**

**People's City Mission Distribution Center** **475-6888**

2101 N Street

Giờ từ 9 giờ sáng đến 12 giờ trưa và từ 1 giờ trưa tới 4 giờ chiều, từ thứ Hai tới thứ Sáu. Đóng cửa trưa thứ Tư.

Hộp Thực phẩm khẩn cấp (Emergency Food Boxes) cùng các dịch vụ khác đều có tại trung tâm. Cần chứng từ lợi tức và căn cước của tất cả mọi người ngụ cùng một hộ. Hộp thực phẩm có thể lãnh ba tháng một lần, còn các dịch vụ khác, mỗi tháng một lần.

Cung cấp bánh mì, đồ hộp và thực phẩm tươi hàng ngày (quý vị được lãnh mỗi tuần một lần cho toàn thể gia đình)

Holiday Food Baskets (Giỏ Thức ăn trong dịp lễ) cung cấp thực phẩm vào dịp lễ Tạ ơn (Thanksgiving) và Giáng sinh (Christmas), nhưng cần phải đăng ký trước .

**The Salvation Army** **474-6263**

2625 Potter Street 68503

Giờ lãnh hộp thực phẩm từ 1 tới 4 giờ chiều, từ thứ Hai tới thứ Sáu, trên căn bản ghé tạt ngang (nghĩa là không cần ghi danh trước). Phải có số an sinh xã hội của tất cả mọi người sống cùng một hộ, giấy chứng minh nơi cư trú (như bill điện, gas, v.v..), giấy chứng minh lợi tức. Có thể được lãnh ba tháng một lần

**St. Monica's** **441-3769**

**Veteran's Center** **476-9736**

# CHƯƠNG TRÌNH THỰC PHẨM BỔ TÚC CỦA LIÊN BANG

## **Food Stamps**

1050 N Street 68508

**471-7000** [www.fns.usda.gov](http://www.fns.usda.gov)

Để đủ tiêu chuẩn lãnh **food stamps**, phải dựa vào lợi tức, số lượng người trong gia đình, tài nguyên của căn hộ, và một số yếu tố khác. Ở Nebraska, lợi tức mọi người cùng một hộ phải dưới 133% mức lợi tức nghèo mới coi như đủ tiêu chuẩn (chẳng hạn năm 2006 mức lợi tức hàng năm cho một gia đình 4 người là 26 ngàn 600 Mỹ kim)

## **WIC-Women, Infants and Children**

### **Lincoln-Lancaster County Health Dept.**

3140 N Street 68508 **441-6200**

### **Family Service**

501 South 7th St. 68508 **441-8655**

WIC là chương trình dinh dưỡng bổ sung giúp phụ nữ có thai, nuôi con bằng sữa mẹ, phụ nữ sau khi sanh, trẻ sơ sinh, và trẻ em từ 5 tuổi trở xuống. Để đủ tiêu chuẩn, lợi tức cao nhất là 185% mức nghèo (37 ngàn mỹ kim cho gia đình 4 người). Thẻ mua thực phẩm hàng tháng của chương trình WIC cho phép quý vị mua từ 33 tới 122 mỹ kim mỗi tháng.

## **Senior Commodity Supplemental Food Program**

Indian Center

1100 Military Road 68508

**438-5231**

giúp các vị cao niên từ 60 tuổi trở lên có lợi tức đủ tiêu chuẩn, hoặc gia đình với trẻ em dưới 6 tuổi không tham gia chương trình WIC. Gồm có thùng thực phẩm hàng tháng. Muốn biết thêm chi tiết xin gọi số **438-5231** từ 8 giờ sáng đến 5 giờ chiều từ thứ Hai tới thứ Sáu.

## **Summer Food Program**

Lincoln Lancaster County Health Dept.

3140 N Street 68508

**441-8000**

Các bữa ăn miễn phí cho trẻ em từ 2 tới 18 tuổi tại các địa điểm cộng đồng với lợi tức đủ tiêu chuẩn. Các bữa ăn được cung cấp vào mùa hè khi trường học không có cơm trưa với giá bớt.

Xin gọi số: 441-8000 để biết thêm tin tức về các địa điểm

# Notes



3901 North 27th Street Unit 1  
Lincoln, NE 68521  
[www.centerforpeopleinneed.org](http://www.centerforpeopleinneed.org)  
402-476-4357

Handbook prepared by the Center for People in Need for the Neighborhood FOOD program. Please contact or email at the number or address above to add, update or remove information.

January 2009