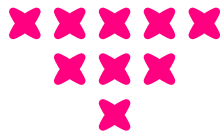




PROJECT
BREAD



के पर्याप्त खाना जुटाउन सक्रुहुन्न? कुरा गरौं ।

कल गर्नुहोस्: 1 (800) 645-8333

हटलाइन समय सोम-शुक्र: बिहान 8 बजे-बेलुका 7 बजे शनि: बिहान 10 बजे-दिउँसो 2 बजे

तपाईं जस्तो परस्थितिमा भएपनि, खाना आवश्यक छ भन्ने कुरा हामी बुझ्छौं। हामी तपाईंलाई मद्दत गर्न चाहन्छौं। PROJECT BREAD ले तपाईंलाई करिना सामानहरू जुटाउन र टेबलसम्म खाना पुर्याउन मद्दत गर्ने कार्यक्रमहरूमा जोड्न सक्छ। सबै म्यासाचुसेट्स नवासीहरूका लागि सिधै निःशुल्क & गोप्य हुन्छ, हाम्रा सल्लाहकारहरू कल गर्नेहरूलाई 180 भाषाहरूमा सहयोग गर्न तयार छन्।

SNAP (पूरक पोषण सहायता कार्यक्रम)

SNAP एक संघीय पोषण कार्यक्रम हो जसले किराना सामानहरूका लागि मासिक वित्तीय सहायता प्रदान गर्दछ। के तपाईं योग्य हुन सक्रुहुन्छ? आजै फेला पार्नुहोस् र आवेदन दिनको लागि मद्दत पाउनुहोस्।

बच्चा र किशोरहरूका लागि निःशुल्क खानाहरू

0-18 वर्ष र केही स्थानहरूमा 21 वर्षसम्मका सबै बालबालिकाले राज्यभरका सयौं स्थानहरूमा पिकअपको लागि निःशुल्क खानाहरू प्राप्त गर्न सक्दछन्। कुनै दर्ता वा आइ.डी. आवश्यक छैन। तपाईंको नजिक एक निःशुल्क खानाको स्थल फेला पार्नुहोस्।

खाद्य भण्डारहरू

यदि तपाईंलाई अहिले नै खानाको आवश्यकता छ भने, हामी तपाईंलाई तपाईंको नजिकको आपतकालीन खाद्य कार्यक्रमहरूमा निर्देशित गर्न सक्दछौं, खाद्य भण्डार र खाद्य कार्यक्रमहरूसहित।

अतिरिक्त स्रोतहरूका लागि रेफरलहरू

हामी तपाईंलाई WIC (महिला, शिशु र बालबालिकाहरूको लागि संघीय पोषण कार्यक्रम) मा रेफरलहरू, आवास र उपयोगिता सहयोग सहित थप समर्थन पाउन मद्दत गर्न सक्दछौं।

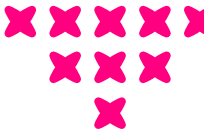


आजै कल गर्नुहोस् वा projectbread.org/gethelp मा थप जान्नुहोस्





PROJECT
BREAD



Need help paying for food? **Let's chat.**

CALL: 1 (800) 645-8333

Hotline Hours Mon-Fri: 8am-7pm Sat: 10am-2pm

No matter what you're going through, we understand that food is a must. We want to help you. PROJECT BREAD can connect you to programs that will help you afford groceries and put food on the table. Always free & confidential for all Massachusetts residents, our counselors are ready to assist callers in 180 languages.

SNAP (Supplemental Nutrition Assistance Program)

SNAP is a federal nutrition program that provides monthly financial assistance for groceries. Could you be eligible? Find out today and get help applying.

Free Meals for Kids & Teens

All children ages 0-18, and in some locations up to age 21, can receive free meals for pick-up at hundreds of locations around the state. No registration or I.D. is required. Find a free meal site near you.

Food Pantries

If you need food right now, we can direct you to emergency food programs near you, including food pantries and meal programs.

Referrals to Additional Resources

We can help you find additional support, including referrals to WIC (a federal nutrition program for Women, Infants, and Children), housing, and utility assistance.



Call today or learn more at projectbread.org/gethelp

