

## غذائی معاونت کے پروگرامز

### اضافی غذائیتی معاونت کا پروگرام (SNAP)

• SNAP کم آمدنی والے افراد اور گھرانوں کو غذائی اشیاء کی خریداری کے لیے رقم فراہم کرتا ہے جسے بیشتر کریانہ اسٹورز اور کسان بازاروں میں استعمال کیا جاسکتا ہے۔ SNAP کے لیے آن لائن [mydmthink.maryland.gov/home](http://mydmthink.maryland.gov/home) پر درخواست دیں یا پھر 1-800-332-6347 پر کال کریں۔

• درخواست میں معاونت اور سوالات کے لیے، Maryland Hunger Solutions کو 866-821-5552 پر کال کریں یا [bit.ly/SNAPPARTNERSPGC](http://bit.ly/SNAPPARTNERSPGC) میں درج شدہ SNAP Outreach Community-Based Organization مقامی سے رابطہ کریں۔

• SNAP کے فوائد تک رسائی میں مفت قانونی مدد کے لیے، Homeless Persons Representation Project کو ہاٹ لائن 1-800-613-2518 پر کال کریں۔

### خواتین، شیرخوار بچے اور چھوٹے بچے (WIC)

• کا پروگرام حال ہی میں ماں بننے والی خواتین، حاملہ خواتین، شیرخوار بچوں اور چھوٹے بچوں کے لیے صحت مند غذا، غذائیت کی تعلیم اور صحت کی خدمات فراہم کرتا ہے۔

• درخواست دینے کے لیے، درخواست گزاروں کو کاؤنٹی میں واقع ایک WIC دفتر میں لازماً ملاقات طے کرنی ہوگی۔ درخواست دینے کا طریقہ جاننے کے لیے، [MDWIC.org](http://MDWIC.org) وزٹ کریں یا Prince George کے کاؤنٹی ہیلتھ ڈپارٹمنٹ میں 301-856-9600 پر؛ CCI Health Services Greenbelt کو 301-856-9600 پر؛ یا Greater Baden Medical Center کو 301-324-1874 پر کال کریں۔

## خوراک اور تیار کھانوں کی مفت تقسیم کے مقامات

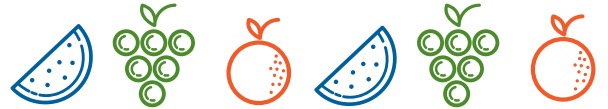
• پوری Prince George کی کاؤنٹی میں ضرورت مندوں کے لیے مفت غذائی تقسیم کے مراکز دستیاب ہیں۔ [bit.ly/pgcfoodresources](http://bit.ly/pgcfoodresources) وزٹ کر کے غذائی تقسیم کے مراکز اور فلاحی غذائی عطیات تلاش کریں۔

• آپ [findhelp.org](http://findhelp.org) وزٹ کر کے غذا، رہائش اور دیگر وسائل تلاش کرسکتے ہیں۔

• کیپیٹل ایریا فوڈ بینک، بنگر لائف لائن چلاتا ہے۔ [www.capitalareafoodbank.org/find-food-assistance](http://www.capitalareafoodbank.org/find-food-assistance) وزٹ کر کے غذائی سروسز تلاش کریں یا 202-644-9807 پر کال کریں۔

• آپ اپنے قرب و جوار میں تقسیم ہونے والی خوراک کے لیے 1-1-2 پر بھی کال کرسکتے ہیں۔

کیا آپ کو ہنگامی غذائی معاونت درکار ہے؟  
1-1-2 پر کال کریں اور اپنے قریب غذائی  
تقسیم کے مقام کے بارے میں معلوم کریں۔



## اسکول کے تیار کھانے

• کم آمدنی والے گھرانوں کے بچے تعلیمی سال کے دوران مفت یا رعایتی قیمت پر اسکول کے کھانوں کا استحقاق رکھتے ہیں۔ گھرانوں کو لازماً درخواست دینی ہوگی۔ مزید معلومات کے لیے [pgcps.org/offices/food-and-nutrition/free-and-reduced-meals](http://pgcps.org/offices/food-and-nutrition/free-and-reduced-meals) ملاحظہ کریں۔

• تمام بچے پورے موسم گرما میں مفت کھانے حاصل کرسکتے ہیں۔ مزید معلومات کے لیے [pgcps.org/offices/food-and-nutrition/summer-meals](http://pgcps.org/offices/food-and-nutrition/summer-meals) ملاحظہ کریں۔

• کوئی بچہ بھوکا نہیں (No Kid Hungry) موسم گرما کے دوران گھرانوں کو بلا معاوضہ کھانوں کی تلاش میں مدد کے لیے ایک مفت پیغاماتی سروس چلاتی ہے۔ اپنے قرب و جوار میں دستیاب تمام آپشنز دیکھنے کے لیے 304-304 پر "FOOD" یا "COMIDA" لکھ کر بھیجیں۔

## گھر پر خوراک اور تیار کھانوں کی ترسیل کے پروگرامز:

• تیار کھانوں کی ترسیل کی سروسز معمر اور معذور افراد کے لیے دستیاب ہیں۔ کھانے پرنس جارج کی کاؤنٹی میں فیملی سروسز کے شعبے، معمر افراد کی غذائیت کے پروگرام کی جانب سے فراہم کیے جاتے ہیں۔ مزید معلومات کے لیے [www.princegeorgescountymd.gov/1723/Nutrition-Services](http://www.princegeorgescountymd.gov/1723/Nutrition-Services) وزٹ کریں یا 301-265-8475 پر کال کریں۔

• Meels-on-Wheels معمر افراد کو کھانے فراہم کرتے ہیں۔ مزید معلومات یا اندراج کے لیے، 410-558-0827 پر کال کریں یا آن لائن [mealsonwheelsmd.org/client-application](http://mealsonwheelsmd.org/client-application) پر درخواست دیں۔