

የምግብ ምንጮች

ይህ ዝርዝር እርስዎን እና የሚወዷቸውን ሰዎች ለመደገፍ እዚህ ያሉትን በክልላችን ውስጥ ያሉ የማህበረሰብ አጋሮችን ያሳያል። እያንዳንዱ ድርጅት በዚህ ወቅት ብዙዎቻችንን ሊያጋጥሙን የሚችሏቸውን ተግዳሮቶች ለማቃለል የሚረዳ የምግብ ሀብቶችን ያቀርባል። ይህ ጊዜ አስቸጋሪ ሊሆን እንደሚችል እናውቃለን፣ እና እርስዎ ብቻዎን አይደሉም - እርዳታ አለ።

እባክዎን አንዳንድ አጋሮች ከፍተኛ ፍላጎት እያጋጠማቸው መሆኑን ልብ ይበሉ፤ ስለዚህ ተገኝነት ሊለያይ ይችላል። እባክዎን በጣም ወቅታዊ መረጃ ለማግኘት እያንዳንዱን ድርጅት በቀጥታ ለማነጋገር ነፃነት ይሰጣል።

ሰሜን እና ምስራቅ ኪንግ ካውንቲ

በመጀመሪያ አስፈላጊ ነገሮች

ድር ጣቢያ <https://www.essentialsfirst.org/locations> | **አካባቢ** ቤሌቭዌ 919 124ኛ ጎዳና NE፣ ስዊት 103 ቤሌቭዌ፣ WA 98005። ለተለያዩ ማህበረሰቦች በአለም የምግብ ፕሮግራም በኩል የንጽህና አጠባበቅ ምርቶችን እና የማይበላሹ የምግብ ሳጥኖችን ያቀርባል። ከሰኞ እስከ አርብ ከጠዋቱ 10 00 - 2 00 ፒ.ኤም ክፍት ነው ለሁሉም ክፍት።

ቤሌቭዌ የሕይወት ስፕሪንግ

ድር ጣቢያ <https://www.bellevuelifespring.org/thehub/> | **አካባቢ** SherCዉድ ደን የመጀመሪያ ደረጃ ትምህርት ቤት - 16411 NE 24 ኛ ሴንት ፣ ቤሌቭዌ ፣ WA 98008 እና ሃይላንድ መካከለኛ ደረጃ ት / ቤት - 15027 ቤል-ቀይ ራድ፣ ቤሌቭዌ፣ WA 98007። የቤሌቭዌ ቤተሰብ መገልገያ ማዕከል የቤሌቭዌ ትምህርት ቤት ዲስትሪክት ተማሪዎችን እና ቤተሰቦችን ይደግፋል። ሰዓቶች SherCዉድ ደን - ሰኞ እና ማክሰኞ ከጠዋቱ 10 00 - 4 00 pm እና ሃይላንድ - ረቡዕ እና ሐሙስ ከጠዋቱ 10 00 - 4 00 pm ቀጠሮ አያስፈልግም።

የድንበር ሞር ኤፈርት ኮርፕስ

ድር ጣቢያ https://everett.salvationarmy.org/everett_corps/cure-hunger/ | **አካባቢ** 2525 Rucker Ave, Everett WA 98201. የምግብ ማከፋፈያ ከሰኞ - ሐሙስ ከጠዋቱ 10 00 እስከ ምሽት 3 30 ፒ.ኤም ለሁሉም ክፍት ነው የግርሰሪ አይነት የምግብ ባንክ አልሚ ምግቦችን እንዲሁም ትኩስ ምግቦችን ያቀርባል። እነዚህ ምግቦች ለተቸገሩ ሁሉ ይቀርባሉ።

የድንበር ሞር ኢስትሳይድ ዳይቶ

ድር ጣቢያ https://bellevue.salvationarmy.org/eastside_bellevue_corps/ | **አካባቢ** 911 164th Ave NE, Bellevue, WA 98008. የምግብ ስርጭት ለሁሉም ሰኞ፣ እርብ እና አርብ ከጠዋቱ 10 00 እስከ ምሽት 12 00 ፒ.ኤም ክፍት ነው። ትኩስ ምግቦች ከሰኞ እስከ አርብ ከቀኑ 5 30 - 6 30 ፒ.ኤም ይገኛሉ። የግርሰሪ አይነት የምግብ ባንክ አልሚ ምግቦችን እንዲሁም ትኩስ ምግቦችን ያቀርባል። ለሁሉም ክፍት።

መንፈስ ቅዱስ የሉተራን ቤተ ክርስቲያን ማህበረሰብ ዳዳ

ድር ጣቢያ <https://www.hsckirkland.org/community-pantry> | **አካባቢ** 10021 NE 124th Street, Kirkland, WA 98034. 24/7 ነፃ የማህበረሰብ ዳዳ ሳጥን (የማይበላሹ)። ክፍት መዳረሻ፣ 'የሚፈልጉትን ውሰድ' ሞዴል።

የዩኒቨርሲቲ ዲስትሪክት የምግብ ባንክ

ድር ጣቢያ <https://www.udistrictfoodbank.org/> | **ስልክ** 206.523.7060 ለቤተሰቦች የምግብ እርዳታ እና ለልጆች የበዓል ስጦታ ፕሮግራሞችን ይሰጣል። ከጃንዋሪ 1 እስከ ህዳር 14፣ 2025 ባለው ጊዜ ውስጥ ቢያንስ ሶስት የምግብ አገልግሎቶችን ያገኙ ነዋሪዎች።

የባህር ዳርቻ-ሐይቅ ደን ፓርክ ሲኒየር ሴንተር የምግብ ፕሮግራም

ድር ጣቢያ <https://www.shorelinewa.gov/home> | **አካባቢ** 17500 ሚድቫሌ አቬኑ ኤን ሾርላይን፣ WA 98133-4905። የግርሰሪ አቅርቦት እና ዳዳ መዳረሻ። አዛውንቶች 60+ በሾርላይን እና በሐይቅ ደን ፓርክ።

የኤፈርት መቅምባቸ

ድር ጣቢያ <https://www.everettwa.gov/DocumentCenter/View/38152/Everett-Free-Meals-Schedule?bidId=>
ምባቢቶ በየቀኑ፣ አንዳንድ በዓላትን ጨምሮ፣ በመላው ኤፈርት ውስጥ ባሉ ቦታዎች ይገኛሉ።

Issaquah የምግብ እና አልባሳት ባንክ

ድር ጣቢያ <https://issaquahfoodbank.org/> | አካባቢ 179 1st Ave SE Issaquah, WA. 98027.
ግብይት በየሁለት ሳምንቱ ነው፣ እና አሁን በግዢ ሳምንታት ሐሙስ አዲስ ኤክስፕሪስ ግዢ አለ። በግዢ ሳምንት ክፍት [በገበያ ሰአታት](#) መግዛት ካልቻሉ እርብ ከቀኑ 12 00 - 4 00 ፒኤም የምርት ከረጢት እና ደረቅ እቃዎች ሳጥን መውሰድ ይቻላል። [በኢሳኳህ እና በአካባቢው ላሉ ነዋሪዎች ይገኛል።](#)

የኢሳኳህ ምግብ ፕሮግራም

ድር ጣቢያ <https://ccsww.org/services/issaquah-meals/> | አካባቢ 180 E. Sunset Way, Issaquah, ከእሳት አደጋ ጣቢያው አጠገብ.
በሳምንት 7 ቀናት፣ 365 ቀናት/አመት፣ በኢሳኳህ ማህበረሰብ አዳራሽ ከሰኞ - እርብ 5 00 ፒኤም - 6 00 ፒኤም፣ ቅዳሜ 5 00 ፒኤም - 6 00 ፒኤም እና እሁድ 4 00 ፒኤም - 5 00 ፒኤም ሁሉም እንኳን ደህና መጡ፣ ምንም ምዝገባ አያስፈልግም።

ኪዳንቲጅ

ድር ጣቢያ <https://kidvantagenw.org/>
ለቤተሰቦች የሕፃን ምግብ፣ ፎርሙላ፣ ዳይፐር እና ግሮሰሪ ያቀርባል። [በምስራቅ በኩል ሕፃናት/ታዳጊዎች ላሏቸው ቤተሰቦች ይገኛል።](#)

ሬኒየር ሸለቆ የምግብ ባንክ

ድር ጣቢያ <https://www.rvfb.org/> | አካባቢ 9021 Rainier Ave S, Seattle, WA 98118.
የአደጋ ጊዜ የምግብ እርዳታ፣ ትኩስ ምርቶች እና ግሮሰሪዎች። [ለሬኒየር ሸለቆ እና ለአካባቢው ሰፈሮች ነዋሪዎች ክፍት ነው።](#)

እድሳት የምግብ ባንክ

ድር ጣቢያ <https://renewalfoodbank.org/get-food> | አካባቢ 15022 ቤል-ቀይ ራድ፣ ቤሌቭዌ፣ WA 98007።
የግሮሰሪ አይነት የምግብ ባንክ ገንቢ እና ከባህል ጋር ተዛማጅነት ያላቸውን ምግቦች፣ በተጨማሪም ዳይፐር፣ የሕፃን ምግብ፣ የቤት እንስሳት ምግብ እና የንፅህና አጠባበቅ አቅርቦቶችን ያቀርባል። ሰኞ ከቀኑ 12 00 - 3 00 ፒኤም ፣ ማክሰኞ ከጠዋቱ 4 00 - 6 30 ፒኤም ፣ እርብ ከጠዋቱ 10 00 - 1 00 ፒኤም ምንም መታወቂያ፣ የገቢ ማረጋገጫ ወይም አድራሻ አያስፈልግም። ለሁሉም ክፍት. በሳምንት አንድ ጊዜ ይጎብኙ።

ሬድሙንድ ዩናይትድ ሜቶዲስት ቤተክርስቲያን

ድር ጣቢያ <https://redmondumc.org/open-kitchen/> | ስልክ 425.883.7553 | አካባቢ 16540 NE 80th Street, Redmond, WA 98052.
በሳምንት አንድ ጊዜ እራት በየሳምንት አንድ ጊዜ በመመገቢያ ወይም በመውሰድ፣ በየሳምንቱ ከቀኑ 5 00 - 6 00 ፒኤም ምግብ፣ ሞቅ ያለ ቡና ወይም ወዳጃዊ ውይይት የሚፈልግ ማንኛውም ሰው እንኳን ደህና መጣችሁ!

ሬድሙንድ ሲኒየር እና የማህበረሰብ ማዕከል ሲኒየር ምሳ ፕሮግራም

ድር ጣቢያ www.redmond.gov | ስልክ 425.556.2300 | አካባቢ 8703 160th Ave NE, Redmond, WA 98052.
በሳምንት ሶስት ቀን፣ ማክሰኞ፣ ረቡዕ፣ ሐሙስ ከጠዋቱ 11 30 ላይ ለ50+ አዋቂዎች የተመጣጠነ ምግቦችን ያቀርባል። [ተገቢውን የምግብ ዝግጅት እና በቂ የመቀመጫ ዝግጅት ለመፍቀድ የላቀ ምዝገባ ያስፈልጋል።](#) በቡድን ውስጥ አገልግሏል፣ \$4.50 ልገሳ ጠየቀ። እዚህ ይመዝገቡ ወይም 425.556.2300 ይደውሉ።

የመውደቅ ከተማ የማህበረሰብ ምግብ ጉዳ

ድር ጣቢያ <http://www.fallcityyumc.org/foodpantry.html> | ስልክ 425.222.6655 | አካባቢ 4326 337th Pl SE፣ ፎል ከተማ፣ WA 98024።
ስርጭቱ በየወሩ የመጀመሪያ እና ሶስተኛ እርብ ከቀኑ 12 00 - 1 30 ፒኤም እና 6 30 ፒኤም - 7 30 ፒኤም ይከሰታል። የፎል ከተማ የምግብ ጉዳ በፎል ሲቲ፣ ፕሬስተን፣ ሰሜን ቤንድ፣ ካርኔጂን እና ስኞኳልሚ ውስጥ ለተቸገሩ ጎረቤቶች ምግብ ያቀርባል። [የግሮሰሪ እርዳታ ለሚፈልግ ለማንኛውም ሰው ክፍት ነው።](#)

ሐይቅ ዋሽንግተን ትምህርት ቤት ፋውንዴሽን ፓንደር ፕጅኦች

ድር ጣቢያ <https://www.lwsf.org/our-work/pantry-packs/> | **ኢሜይል** antrypacks@lwsf.org

በLWSD ውስጥ ተማሪ ካለህ፣ ለፓንትሪ ፓኬጆች ብቁ ስለመሆን ከትምህርት ቤት አማካሪህ ጋር ይነጋገር (የማይበላሽ ምግብ ተማሪዎች ከትምህርት ቤት ወደ ቤት ይወስዳሉ)

Sno-Valley ሲኒየር ሴንተር የማህበረሰብ መመገቢያ ምሳ

ድር ጣቢያ <https://snovalleyseior.org/services/food-and-dining/> | **ስልክ** 425.333.4152 | **አካባቢ** 4610 እስጢፋኖስ ጎዳና, ካርኔፕን, WA 98014.

ነጻ ምግቦች እኩል ቀን ላይ ይቀርባሉ, ከሰኞ - አርብ. ወጭ \$5 የተጠቆመ ልገሳ ከ60 አመት በላይ፣ \$10 ከፍተኛ ከ60 በታች። ኢቢቲንም እንቀበላለን። ምናልባት በምርቱ ምክንያት ያለማሳወቂያ ሊለወጥ ይችላል ተገኝነት. ለምሳ በታ ማስያዝ ያስፈልጋል፣ እባክዎን 425.333.4152 ይደውሉ። ከሰኞ እስከ አርብ እኩል ቀን ላይ ምግቦች ይቀርባሉ. ለኪንግ ካውንቲ ነዋሪዎች 60+ ይገኛል።

Snoqualmie ሽለቆ የምግብ ባንክ

ድር ጣቢያ <https://www.snoqualmievalleyfoodbank.org/> | 425.888.7832 | **አካባቢ** 122 ምስራቅ 3ኛ ጎዳና ሰሜን ቤንድ፣ WA 98045።

የ Snoqualmie የምግብ ባንክ ማህበረሰቡን ለመርዳት ምግብ እና ቁልፍ ግብዓቶችን ይሰጣል። እነሱ ወደ እነርሱ የሚመጡትን ሁሉ ማገልገልዎን ይቀጥላሉ። ማንም ወደ ኋላ አይመለስም።

የቅዱሳን ጎፁሃን የምግብ ማከማቻ

ድር ጣቢያ <https://www.holyinn.org/holy-innocents-food-pantry> | **ስልክ** 425.788.1400 | **አካባቢ** 26526 NE Cherry Valley Rd, Duvall, WA 98019.

የምግብ ማከማቻቸው በስዋኤልሚ ሽለቆ እና በምስራቅ በኩል ያሉ የማህበረሰብ አባላትን ይደግፋል። የጓዳ ክፍት ሰዓቶች ማከሰኞ ከጠዋቱ 3 00 - 6 30 ፒኤም እና እርብ ከጠዋቱ 10 00 - 12 00 ፒኤም ያካትታሉ።

የቶልት ጉባኤ የተባበሩት የክርስቶስ ቤተክርስቲያን

ድር ጣቢያ <https://toltuucc.org/food-program/> | **አካባቢ** 4851 Tolt Ave, Carnation, WA 98014

በየሳምንቱ እርብ ከቀኑ 4 00 እስከ ምሽቱ 5 30 ፒኤም የምግብ ባንክ ያቀርባል፣ ይህም ከማህበረሰብ እራት ጋር አብሮ የሚሄድ እንዲሁም የሚወጡ ምግቦችን ያቀርባል። በእነዚህ ጊዜያት መቀላቀል ካልቻሉ፣ ቡድኖቻቸው ከአካባቢያቸው ውጪ የ24 ሰአት የምግብ ሳጥን አላቸው። ሁሉም እንኳን ደህና መጡ!

የተጠበሰ ሲያትል

ኢንስታግራም <https://www.instagram.com/toasted.seattle/> | **ስልክ** 866.421.8505 | **አካባቢ** 901 Dexter Ave N, Seattle, WA 98109.

ነፃ ቁርስ (ሳንድዊች + መጠጥ) ማቅረብ። ከሰኞ - እሁድ ከጠዋቱ 7 00 - 4 00 ፒ.ኤም ክፍት ነው ምንም መስፈርቶች የሉም, ሁሉም ሰው እንኳን ደህና መጡ.

ጣፋጭ አልኬሚ ሲያትል

ድር ጣቢያ <https://sweetalchemycicecreamery.com> | **ስልክ** 206.632.0243 | **አካባቢ** 4301 ዩኒቨርሲቲ ዌይ NE ሲያትል፣ WA 98105።

ለማይበላሹ ዕቃዎች እና ሞቅ ያለ ልብሶች የማህበረሰብ ጓዳ ማስተናገድ።

ቹ ሚን ቶፋ እና እንቁላል

ድር ጣቢያ <https://chuminhtofu.com/> | **አካባቢ** 1043 S ጃክሰን ሴንት ፣ ሲያትል ፣ WA 98104።

በየሳምንቱ እሁድ በትንሽ ሳይጎን ውስጥ ነፃ ትኩስ የቪጋን ምግቦች።

NW አጋራ ነፃ የምግብ መኪና

ኢንስታግራም <https://www.instagram.com/nwfreefoodtruck/> | **አካባቢ** 5034 ዩኒቨርሲቲ ዌይ NE, ሲያትል, WA 98105.

በሲያትል አካባቢ የተቸገሩ ሰዎችን ለማገልገል በየሳምንቱ ትኩስ የበሰለ ትኩስ ምግብ በእኛ "ነጻ" ቪጃቴሪያን/ቪጋን የምግብ መኪና ያቅርቡ።

የሲያትል ማህበረሰብ ማቀዝቀዣ

ድር ጣቢያ <https://seattlecommunityfridge.org/> | **አካባቢዎች**

ፊኒ ሪጅ 225 N 70th St፣ Seattle፣ WA 98103 (ዉድላንድ ፓርክ ፕሬስባይቴሪያን)

Dunlap / Rainier የባህር ዳርቻ 48th Ave S & S Thistle St, Seattle WA 98118 (በጎዳናው ላይ)
ሰሜን ቢኮን ሂል 1307 13ኛ አሼኑ ኤስ፣ ሲያትል፣ WA 98144
ካፒቶል ሂል 745 19ኛ አሼኑ ኤስ፣ ሲያትል፣ WA 98112 (ሴንት ጆሴፍ ደብር)
LGBTQ+ ማእከል 400 E Pine St፣ Seattle፣ WA 98122 (በመሃል ላይ ይገኛል)
ቀብር 12027 10ኛ አሼኑ ኤስ፣ ሲያትል፣ WA 98168
የኤስቴሊታ ቤተ መጻህፍት (ማዕከላዊ አውራጃ) 241 ማርቲን ሉተር ኪንግ ጂኒየር ዌይ ኤስ፣ ሲያትል፣ WA 98144።
በሲያትል ውስጥ ነፃ ምግብ በተስተናገዱ ማቀዝቀዣዎች በኩል።

የሲያትል የጋራ እርዳታ ጥምረት

አንስታግራም <https://www.instagram.com/p/DJ221KAv9VR/> | አካባቢ 5031 የኒቨርሲቲ ዌይ NE, ሲያትል, WA 98105.
የቁርስ ፕሮግራም እሁድ ከጠዋቱ 10 ሰዓት ላይ በ ሀ አውራጃ በሚገኘው የዩኤችሲምትስ ማእከል ለሚያስፈልጋቸው ሁሉ ነፃ ቁርስ ያቀርባል።
ለሚያስፈልጋቸው ሁሉ ነፃ ቁርስ።

በኪንግ ካውንቲ ውስጥ ተጨማሪ መርጃዎች

የዕድሜ ልክ አልሚ ሽቀጣ ሽቀጣ ሽቀጦች

ድር ጣቢያ <https://www.lifelong.org/food-nutrition> | ስልክ 206.957.1600
ለህክምና ተጋላጭ ለሆኑ ሰዎች የተዘጋጁ ምግቦች፣ ግሮሰሪዎች እና የቤት አቅርቦት። ዝቅተኛ ገቢ ያለው፣ ለህክምና የተጋለጠ ወይም የመንቀሳቀስ ችሎታ ውስንነት።

የቤተሰብ ስራዎች ሲያትል

ድር ጣቢያ <https://www.familyworksseattle.org/programs/> | ስልክ 206.647.1770 | ኢሜይል theteam@familyworksseattle.org
የምግብ ተደራሽነት፣ ሪፈራል እና የቤተሰብ ድጋፍ ፕሮግራሞች። ለተቸገሩ ቤተሰቦች እና ግለሰቦች።

የኪንግ ካውንቲ የናይትድ ዌይ - የቤት ግሮሰሪ ማቅረቢያ ፕሮግራም

ድር ጣቢያ <https://www.uwkc.org/need-help/food-resources/#foodDelivery> | ስልክ 206.461.3700 | ኢሜይል customerservice@uwkc.org
የናይትድ ዌይ አፍ ኪንግ ካውንቲ ከኪንግ ካውንቲ የምግብ ባንኮች፣ ካስካዲያ ፕሮዳክሽን እና ዶርዳሽ ጋር በመተባበር በየሳምንቱ ከ4,000 በላይ አባወራዎች ነፃ፣ ሳምንታዊ እና በየሁለት ሳምንቱ የቤት ግሮሰሪ አቅርቦት ያቀርባል። በዋነኛነት ከ75 ዓመት በላይ ለሆኑ አዛውንቶች እስያ ለሆኑ እና ብቻቸውን ለሚኖሩ አዛውንቶች ይገኛል።

ሲያትል - አካባቢ የአደጋ ጊዜ የምግብ ምንጮች

ድር ጣቢያ <https://maps.seattle.gov/humanservices/foodresources/>
በኪንግ ካውንቲ ውስጥ ከ100 በላይ የማህበረሰብ የምግብ ሀብቶች ይገኛሉ። የምግብ ማከማቻዎች እንደ ግሮሰሪ ተዘጋጅተዋል፣ ይህም ሽማቾች በጣም የሚያስፈልጋቸውን እቃዎች እንዲመርጡ ያስችላቸዋል። የምግብ መርሃ ግብሮች በሬስቶራንት አይነት ሁኔታ ውስጥ ትኩስ እና የተዘጋጁ ምግቦችን ያቀርባሉ። በአቅራቢያዎ የምግብ ሀብቶችን ያግኙ።

ማዕከላዊ ትብብር

ድር ጣቢያ <https://www.centralcoop.coop/> | አካባቢ 1600 ኢ ማዲሰን ሴንት፣ ሲያትል፣ WA 98122።
ጤናማ ማህበረሰቦች ፕሮግራም በግሮሰሪዎ ላይ የ10% ቅናሽ በመስጠት በተገደበ ገቢ የሚገዙትን የሚደግፍ የማዕከላዊ ትብብር ልዩ ተነሳሽነት ነው። እንደ SNAP፣ WIC ወይም Freshbucks ባሉ ቢያንስ አንድ ሌላ የምግብ እርዳታ ፕሮግራም ውስጥ የሚሳተፉ አባላት እና አባል ያልሆኑ ብቁ ናቸው። የምግብ እርዳታ ካርድዎን ለማንኛውም ገንዘብ ተቀባይ ይዘው ይምጡ እና የመመዝገቢያ ቅጽ ይጠይቁ።

የሲያትል ከተማ ትኩሰ ቡላሮች

ድር ጣቢያ <https://www.seattlefreshbucks.org/>

ይህ የሲያትል ከተማ ፕሮግራም ማዕከላዊ ትብብር ጨምሮ ለገለልተኛ ግርሰሪዎች እንዲሁም የገበሬዎች ገበያዎች እና ሱፐርማርኬቶች ለአዲስ አትክልትና ፍራፍሬ ወርሃዊ የ40 ዶላር ድጎማ ይሰጣል። ዝቅተኛ ገቢ ላላቸው ግለሰቦች ክፍት - ምዝገባ ያስፈልጋል።

ግሪንወድ ሲኒየር ሴንተር

ድር ጣቢያ <https://www.phinneycenter.org/seniors/gsc/> | አካባቢ 525 N 85th St, ሲያትል, WA 98103

የግሪንወድ ሲኒየር ሴንተር በዕድሜ የገፉ ሰዎች ፍላጎት ላይ ያተኮሩ ማህበራዊ፣ አካላዊ እና ትምህርታዊ እንቅስቃሴዎችን የሚያቀርብ ሁሉን አቀፍ ማህበረሰብ ነው። ዕድሜያቸው 60 ወይም ከዚያ በላይ ለሆኑ ነፃ ትኩስ ምሳዎች MF ያቀርባል።

ሥራ የበዛበት የንብ Butlery

ማዕከላዊ የሲያትል ጓዳ ለሁሉም የማህበረሰብ አባላት ክፍት ነው - ታታሪ ቤተሰቦች፣ ተንከባካቢዎች እና ስደተኞች። በ917 E Yesler Wy፣ Seattle፣ WA 98122 ላይ በሚገኘው የዩኒቨርሲቲ ማህበረሰብ ማእከል ብቅ ባይ ቦታ ያለው ነፃ የምግብ ማከማቻ።

GenPride @ Pride Place

ድር ጣቢያ <https://genprideseattle.org/> | አካባቢ 1521 ብሮድዌይ ስዊት ኤ፣ ሲያትል፣ WA 98122

ተሟጋችሁ ለሲያትል/ኪንግ ካውንቲ አዛውንት LGBTQIA+ ጎልማሶች ልዩ ፍላጎቶች ደህንነትን እና ባለቤትነትን በሚያዳብሩ ፕሮግራሞች እና አገልግሎቶች። በየሳምንቱ ማከሰኞ እና ሐሙስ ከቀኑ 12 00 - 1 00 ፒ.ኤም በካፒቶል ሂል እምብርት ውስጥ ለኤልጂቢቲኤ+ አዛውንቶች ነፃ ትኩስ ምሳዎችን ያቀርባል።

የአይሁድ ቤተሰብ አገልግሎቶች - የፖሎክ ምግብ ባንክ

ድር ጣቢያ <https://www.jfsseattle.org/what-we-do/food-access/> | አካባቢ 1601 16th Ave, Seattle, WA 98122.

በፑኔት ሳውንድ ክልል ውስጥ ላሉ ግለሰቦች እና ቤተሰቦች ጤናማ፣ ከባህል ጋር የሚስማማ ምግብን በክብር እና በአክብሮት እናሻሽላለን። እርብ ክፍት ከጠዋቱ 10 00 እስከ ምሽት 12 00 ፒ.ኤም - ሐሙስ ከጠዋቱ 2 00 እስከ ምሽት 4 00 ፒ.ኤም - አርብ ከጠዋቱ 10 00 እስከ ምሽት 12 00 ሰዓት

ያቺ በናማ ልጃገረድ ታበስላለች - የምግብ አቅርቦት ወጥ ቤት

ድር ጣቢያ <https://www.thatbrowngirl.com/> | አካባቢ የምግብ አቅርቦት ኩሽና በ3000 Rainier Ave S፣ Seattle፣ WA 98144

ከሚገኘው ተራራ ቤከር ቀላል ባቡር ጣቢያ ማዶ ይገኛል። ያለማቋረጥ፣ የብራውን ገርል ኩኪስ የማህበረሰብ ኩሽናቸውን ለማህበረሰብ አባላት "የምትችሉትን ይክፈሉ" ለሚሉ ምግቦች ይከፍታሉ (የተጠቆመ ልገሳ 5 ዶላር)። ለሁሉም ክፍት - ወደ ላይ ይራመዱ መስኮት. የተገደበ አቅርቦት.

ጠንካራ መሬት - የመርጃ ሽቦ

ድር ጣቢያ www.solid-ground.org/resource-wire/ | ስልክ 206.694.6700 | ኢሜይል info@solid-ground.org

የአደጋ ጊዜ ምግብ አቅራቢዎችን እና የማህበረሰብ ኩሽናዎችን ጨምሮ አጠቃላይ የምግብ ሀብቶች ማውጫ። ለሁሉም የኪንግ ካውንቲ ነዋሪዎች ክፍት ነው።

ሰሜን ምዕራብ መከር

ድር ጣቢያ <https://www.northwestharvest.org/find-food/> | ስልክ 800.722.6924 | ኢሜይል info@northwestharvest.org

በምግብ ባንኮች እና በምግብ ፕሮግራሞች ነፃ ሸቀጣ ሸቀጦችን ያስራጫል። ለሁሉም የዋሽንግተን ግዛት ነዋሪዎች በተለይም ዝቅተኛ ገቢ ላላቸው ቤተሰቦች።

በ Snohomish & Pierce አውራጃዎች ውስጥ ተጨማሪ መርጃዎች

ፒርስ ካውንቲ ይመግብ

ድር ጣቢያ <https://nourishpc.org/need-food/> | ስልክ 253.383.3164

በበርካታ ቦታዎች ላይ ነፃ የምግብ ባንክ ስርጭት. ምንም የገቢ ማረጋገጫ አያስፈልግም; ለሁሉም ክፍት ነው.

የኤሌድስ ማብሰያ ድስት (የ MAD ፋውንዴሽን)

ድር ጣቢያ <https://themadef.org/eloises-cooking-pot/> | ስልክ 253.212.2778

የምግብ ባንክ እና የመላኪያ አገልግሎት ግሮሰሪ እና ትኩስ ምግቦች. የፒርስ ካውንቲ ነዋሪዎች የተቸገሩ ናቸው።

ፒርስ ካውንቲ የምግብ ባንኮች

ድር ጣቢያ <https://www.piercecountywa.gov/454/Food-Banks>

በመላው ፒርስ ካውንቲ ውስጥ ያሉ የምግብ እርዳታ ፕሮግራሞች አጠቃላይ ዝርዝር። የምግብ ባንኮች ብዙውን ጊዜ የስራ ሰዓታቸውን እና ቀናትን ይለውጣሉ. ይህንን መረጃ ለማረጋገጥ መጀመሪያ ይደውሉ። ብዙ የምግብ ባንኮች ቀጠሮ እንዲሁም የመታወቂያ፣ የነዋሪነት፣ የማህበራዊ ዋስትና፣ ወዘተ ማረጋገጫ ያስፈልጋቸዋል። አንዳንዶቹ በዓመት የጉብኝቶችን ብዛት ሊገድቡ ይችላሉ።

የአዲጋ ጊዜ የምግብ አውታረመረብ

ድር ጣቢያ <https://www.efoodnet.org/find-food/>

የአዲጋ ጊዜ ምግብ ኔትወርክ በፒርስ ካውንቲ ውስጥ ላሉ 75+ አጋሮች ጤናማ፣ ገንቢ ምግብ ያቀርባል።

Snohomish ማህበረሰብ የምግብ ባንክ

ድር ጣቢያ <https://snohomishfoodbank.org/programs/> | ስልክ 360.568.7993 | አካባቢ 1330 ፈርጉሰን ፓርክ መንገድ፣

ስኖሆሚሽ፣ WA 98290።

የታሸጉ ግሮሰሪዎች፣ ትኩስ ምርቶች፣ የንፅህና መጠበቂያ እቃዎች (ቅድመ-ጥቅል ፕሮግራም)። ያለ ማብሰያ መገልገያዎች ወይም ቤት የሌላቸው ለሁሉም ይገኛል።

Snohomish ካውንቲ የምግብ ጥምረት

ድር ጣቢያ <https://snohomishcountyfoodbankcoalition.org/>

የስኖሆሚሽ ካውንቲ የምግብ ጥምረት በካውንቲው ውስጥ ላሉ ግለሰቦች እና ቤተሰቦች የተመጣጠነ ምግብ ተደራሽነትን ለማረጋገጥ የወሰኑ የ19

ድርጅቶች የተዋሃደ አውታረ መረብ ነው።

ለ Snohomish ካውንቲ የማህበረሰብ ሀብት መመሪያ

ድር ጣቢያ <https://pioneerhumanservices.org/wp-content/uploads/2025/10/CRC-Community-Resource-Guide-Oct-2025.pdf>

ሰፋ ያለ አስፈላጊ የአካባቢ ድጋፍ ይሰጣል። በመላው ስኖሆሚሽ ካውንቲ ውስጥ ነፃ ምግቦችን፣ የምግብ ባንኮችን እና የማከፋፈያ ቦታዎችን ጨምሮ ለምግብ ሀብቶች ሙሉ ዝርዝር። ከገጽ 24-29 ተመልከት።

ላሃይ ጤና መርጃ ማዕከል ስኖሆሚሽ መርጃዎች

ድር ጣቢያ <https://lahai.org/> | ስልክ 206.363.4105

በአካባቢው የምግብ እና የንፅህና አጠባበቅ ድጋፍ የሚሰጡ አጋሮችን አጠቃላይ ዝርዝር ያቀርባል። ለተቸገሩ የስኖሆሚሽ ካውንቲ ነዋሪዎች ክፍት ነው።

በጣም ወቅታዊ እና ተዛማጅ ሀብቶችን ለእርስዎ ለማቅረብ እነዚህን ሀብቶች በተደጋጋሚ እያዘመንን ነው። እርስዎ ወይም የሚያውቁት ሰው ድጋፍ የሚያስፈልጋቸው ከሆነ፣ እባክዎን ይህንን ግብአት ለማጋራት ነፃነት ይሰጣዎ ወይም <https://www.hopelink.org/blog/food-assistance-resources/> ለተጨማሪ ግብዓቶች ይጎብኙ።