



均衡的飲食，吸取正確的營養，是健康快樂生活的重要條件。沒有人應當挨餓。聖他克拉縣有不少提供食物計劃的機構，私辦或公營的都有。大多數的計劃都有“合格要求”，有收入限額（主要針對協助低收入的家庭），其他如：住區、年齡等都有限制性的規定。



## 什麼是“糧食券”？誰有資格領取？

“糧食券”是一項營養計劃，按月給予低收入的个人及家庭糧食方面的幫助。以往，“糧食券”是單張的發票或權利券，憑以到授權的店舖買取食物。由二零零二年十二月一日起，享受“糧食券”的家庭開始使用一張電子轉賬的福利卡（EBT）購買食物。許多家庭都有資格領取“糧食券”，但很多都沒有留意這項計劃，或者不知道自己資格。申請人必須是美國公民、或者是“合格移民”（參閱“歡迎”部份之註釋），又或是PRUCOL（下註）。於社會福利署辦理申請。

\*\*PRUCOL “permanently residing in the U.S. under color of law” 並非是一個移民身份，乃是一個福利名義，包括數種移民類別。是指那些經移民局檢查入境，可以長期居留，而不會被傳訊離境者。

## 我未有“綠卡”身份，有資格領取“糧食券”嗎？

除食物券外，其他大多數的計劃都不需

要公民、或“綠卡”居民身份參加。在美國出生的孩童，縱使他們的父母或監護人並非美國公民，都可以領取食物券。參與食物計劃不會影響移民身份。

## 共有多少不同種類食物計劃呢？

所有人均可獲取下列食物計劃，不論移民身份為何：

適用於任何人：

- 糧食券（Food Stamps）：你可以為你合資格的成員領取“糧食券”，（例如你的公民子女）即使你本人的移民身份未合資格。
- 連絡食物計劃（Food Connection）：Second Harvest Food Bank 設有電話熱線轉介提供食物輔助。
- 緊急食物盒及備餐計劃：每星期給個別申請人提供三至五日的食物供應。
- Second Harvest Food Bank：與各機構的食堂合作，直接提供膳食服務。
- SHARE：義務工作以換取低廉的購買食物優待（象徵式收費）。

---

在美國出生的兒童  
都可以領取“糧食券”  
即使他們的父母並非美國公民

---

適用於兒童及家庭：

- 學校早、午餐計劃：於學校供應營養餐予在學的孩童。



- 暑期食物計劃：於社區中心提供暑期免費餐。毋需申請手續。
- Family Harvest：按月為需要供養年幼孩童之家庭而設的食物計劃。

## 新任母親：

- Women, Infants and Children (WIC)：為聯邦之補助計劃，提供營養教育及食物換券予懷孕或哺乳之婦女及她們六歲以下的子女。

## 老人及殘障者：

- 老人營養餐：於本縣不同的耆英中心提供午餐膳食。
- “雞皮袋”食物包 (Brown Bag)：為部份有特別需要的老弱人士提供之每週補充食物計劃。
- Meals on Wheels (車輪送餐)：為老弱及傷殘人士服務的外賣餐。



### Food Connection – Second Harvest Food Bank

電：(800) 984-3663

語言：西班牙語、越南話、英語。

服務：社區營養計劃，包括 Family Harvest, Brown Bag, Partners in Need Program 及其他。

### Meals on Wheels

電：(800) 510-2020

語言：西班牙語、越南話、英語。

服務：星期一至五每天送新鮮飯餐到老弱或傷殘者的居處。

### 分享計劃 (SHARE)

電：(800) 773-7427

服務：你只需要付十五元，加兩小時的義工服務，便可換取三十至四十元價值的食物。

### 暑期兒童食物計劃

電：(800) 281-FOOD

服務：於不同的社區中心及地點專為兒童而設的食物計劃。查詢上列電話找出那些設辦社團的地點。

### California Food Policy Advocates

電：(408) 437-3130

語言：西班牙語。

服務：提供有關孩童營養的資料，例如學校餐、暑期計劃、食券及 WIC。

### 食物福利計劃

#### 糧食券

Social Services of Santa Clara County

Central Application Assistance Center

1919 Senter Rd., San Jose, CA 95112

電：(408) 271-5600

服務：提供食物、現金補助、及康健福利計劃予乎合低收入資格的家庭。

#### 北區縣辦事處

1110 L'Avenida, Mountain View, CA 94043

電：(650) 314-1300

服務：提供食物、現金補助、及康健福利計劃予乎合低收入資格的家庭。

#### 南區縣辦事處

190 Leavesly Rd., Gilroy, CA 95020



詳情查詢：請電移民服務、權益及教育網絡之移民詢問熱線。

雙語問答時間由星期一至五早上十時至下午四時。語言服務如下：西班牙語 (408)286-1698、越南話 (408)286-1448、波斯語 (408)286-5680內線108、廣東話、國語 (408)286-5680內線109

電：(408) 846-3900

服務：提供食物、現金補助、及康健福利計劃予乎合低收入資格的家庭。

## WIC Program (Women, Infants and Children)

加州資料

電：(888) 942-9675 或 (888) WIC-WORKS

服務：提供全加州各計劃的所在地、免費食物、奶粉發單、親子關係課程，產前及嬰兒健康的轉介資料，專為懷孕、哺乳及產後低收入之婦女服務，直致孩童長大至五歲為止。毋需移民合法身份證明。

## WIC – Gardner Family Care

3030 Alum Rock Ave., San Jose, CA 95127

電：(408) 254-5197

語言：西班牙語、越南語、英語。

服務：營養食物發單：例如牛奶、果汁、雞蛋、芝士、早餐穀類食糧、哺乳母親的支持、幫助婦孺尋找醫療護理及服務。

## WIC – Gardner Health Center

160 E. Virginia St., San Jose, CA 95112

電：(408) 294-1323

語言：西班牙語、越南語、英語。

服務：營養食物發單：例如牛奶、果汁、雞蛋、芝士、早餐穀類食糧、哺乳母親的支持、幫助婦孺尋找醫療護理及服務。

## WIC – Indian Health Center

1333 Meridian Ave., San Jose, CA 95125

電：(408) 445-3420

語言：西班牙語、越南語、英語。

服務：營養食物發單：例如牛奶、果汁、雞蛋、芝士、早餐穀類食糧、哺乳母親的支持、幫助婦孺尋找醫療護理及服務。只提供預約服務。

## WIC – Santa Clara County Dept. of Health

976 Lenzen Ave., San Jose, CA 95126

電：(408)792-5101

語言：西班牙語、越南語、英語。

服務：營養食物發單：例如牛奶、果汁、雞蛋、芝士、早餐穀類食糧、哺乳母親的支持、幫助婦孺尋找醫療護理及服務。只提供預約服務。

## 社區營養站

### African-American Community Services Center

304 N. 6th Street, San Jose, CA 95112

電：(408) 292-3157

服務：資訊及轉介、緊急糧食、衣物、文化計劃。逢星期二有老人食物包

### Alma Center Senior Nutrition Site

136 W. Alma, San Jose, CA 95110

電：408-288-8758

語言：西班牙語。

服務：六十歲以上老人午餐。

### Asian Americans for Community Involvement

2400 Moorpark Ave #300, San Jose, CA 95128

電：408-975-2730

服務：星期二、三、五午膳。大型食物分發。

### Catholic Charities of Santa Clara County-Burbank Senior Nutrition Site



# 食物及營養

2400 Clove Drive, San Jose, CA 95128

電：(408) 293-0623

語言：菲律賓、西班牙語、越南語。

服務：星期一至五早上九時至下午二時開放提供午膳予六十歲以上老人。

## **Catholic Charities of Santa Clara County- Gilroy Senior Nutrition Site**

7371 Hanna Street, Gilroy, CA 95020

電：(408) 842-4200

服務：星期一至五提供午膳予六十歲以上老人。

## **Catholic Charities of Santa Clara County- John XXIII Senior Center Nutrition Site**

195 East San Fernando Street, San Jose, CA 95112

電：(408) 282-6807

服務：星期日至星期四提供午膳。

## **Catholic Charities of Santa Clara County-Morgan Hill**

17666 Crest, Morgan Hill, CA 95037

電：(408) 799-1413

語言：西班牙語。

服務：星期一至五提供老人午膳。

## **Christian Community Academy**

1523 McLaughlin Avenue

San Jose, CA 95122

電：(408) 279-6393

語言：西班牙語、越南語。

服務：供應一個月緊急糧食。須於星期三晚上七時前致電通知。

## **City Team Ministries**

1174 Old Bayshore Hwy., San Jose, CA 95113

電：288-2185

語言：西班牙語、越南語、英語。

服務：免費午、晚餐。

## **Cupertino Community Service**

10185 N. Stelling Road, Cupertino, CA 95014

電：(408) 255-8033

服務：兩月一次食物分發、移民資料及其他服務。

## **Dorcus Kitchen**

920 S. Capitol Ave., San Jose, CA 95127

電：(408) 251-1515

語言：西班牙語、英語。

服務：供應食物及雜貨予家庭、兒童、老人及婦女。

## **Orchard Community Church**

157 E. Rincon Ave., Campbell, CA 95008

電：(408) 379-1682

服務：limited bags of groceries by appointment

## **First Presbyterian Church**

49 N. 4th St., San Jose, CA 95112

電：(408) 297-7212

網址：[www.fpcsj.org](http://www.fpcsj.org)



詳情查詢：請電移民服務、權益及教育網絡之移民詢問熱線。

雙語問答時間由星期一至五早上十時至下午四時。語言服務如下：西班牙語 (408)286-1698、越南話 (408)286-1448、波斯語 (408)286-5680內線108、廣東話、國語 (408)286-5680內線109

# 食物及營養

服務：提供緊急性、小額的經濟援助，並有各類發單幫助食物、汽油、洗熨衣物等支出。

## **Gilroy Hills Bilingual Seventh Day Adventist Church**

1575 Mantilli Drive, Gilroy, CA 95020

電：(408) 842-8564

語言：西班牙語。

服務：食物及雜貨。

## **Hank Lopez Senior Program**

1694 Adrian Way, San Jose, CA 95122

電：(408) 926-3895

語言：西班牙語。

服務：耆英康樂活動、食物、雜貨及社會服務資料。

## **Heartbeat Pantry Bethel Church**

1201 S. Winchester Blvd., San Jose, CA 95128

電：(408)246-6790

語言：西班牙語。

服務：老人營養站、“雞皮袋”午餐計劃、移民資料、轉介服務、膳食。

## **IRCC, Inc .**

420 Park Ave., San Jose, CA 95110

電：(408) 971-7857

語言：越南語。

服務：轉介服務、食物。

## **Indo-American Senior Center- Senior Nutrition Site**

488 N. 6th Street, San Jose, CA 95112

42

電：(408) 271-7321

服務：移民資料、午膳。

## **InnVision -Georgia Travis Center**

66 E. Rosemary St.

San Jose, CA 95112

電：(408) 453-3124

語言：西班牙語。

服務：營養計劃。

## **InnVision- Montgomery Street Inn**

358 N. Montgomery Street, San Jose, CA 95110

電：(408) 271-5160

服務：膳食、個案管理。

## **Jewish Community Center - Senior Nutrition Center**

14855 Oka Road, Los Gatos, CA 95032

電：(408) 358-3636

語言：Yiddish and Russian

服務：Immigrant information, food, call ahead.

## **Korean American Community Services**

1800B Fruitdale Avenue, San Jose, CA 95128

電：(408) 920-9743

語言：Korean

服務：移民資料、午膳。

## **Loaves and Fishes**

San Jose #1: 389 E. Santa Clara, San Jose, CA 95113



詳情查詢：請電移民服務、權益及教育網絡之移民詢問熱線。

雙語問答時間由星期一至五早上十時至下午四時。語言服務如下：西班牙語 (408)286-1698、越南話 (408)286-1448、波斯語 (408)286-5680內線108、廣東話、國語 (408)286-5680內線109

# 食物及營養

San Jose #2: 2980 Senter Rd., San Jose, CA 95111  
電：(408) 293-4505

語言：西班牙語。

服務：兩處食堂服務單身、夫婦、家庭、年長及殘障人士。

## First United Methodist Church

24 North Fifth Street, San Jose, CA 95110  
電：(408) 294-7254

網址：[www.sjfirst.org](http://www.sjfirst.org)

語言：西班牙語、越南語。

## Mountain View Community Services Agency

204 Stierlin Road, Mountain View, CA 94043  
電：(650) 968-0836

語言：西班牙語、亞洲語。

服務：預約領取緊急性食物、住宿及衣物供應。

## Our Daily Bread - St. Thomas Episcopal Church

231 S. Sunset, Sunnyvale, CA 94086  
電：(408) 736-4108

服務：移民資料、膳食。

## Our Lady of Guadalupe Church

2020 E. San Antonio, San Jose, CA 95116  
電：(408) 258-7057

語言：西班牙語、英語。

服務：移民資料、食物分發。

## Portuguese Social Service Organization (POSSO)

1115 East Santa Clara Ste. A, San Jose, CA 95116  
電：(408) 293-0877

語言：葡語。

服務：星期二、四、五老人餐。

## Sacred Heart Community Service

1381 S. First St., San Jose, CA  
電：(408) 283-5800

語言：西班牙語、越南語。

服務：服務聖荷西市中心的家庭及流浪者，提供多元化服務、食物。

## Salvation Army

359 N. 4th Street, P.O. Box 2 D, San Jose, CA 95109  
電：(408) 282-1165

語言：西班牙語。

服務：全年365日提供災難服務、男性暫渡庇護所、提供食物、住宿、輔導及轉介服務。幫助低收入年長者。交通。

## Santa Maria Urban Ministry

778 S. Almaden, San Jose, CA 95110  
電：(408) 292-3314

語言：西班牙語。

服務：移民資料、食物。

## Santa Teresa Catholic Church

794 Calero Avenue, San Jose, CA 95123  
電：(408) 629-7777

語言：西班牙語

服務：緊急雜貨袋。

## Second Harvest Food Bank



詳情查詢：請電移民服務、權益及教育網絡之移民詢問熱線。

雙語問答時間由星期一至五早上十時至下午四時。語言服務如下：西班牙語 (408)286-1698、越南話 (408)286-1448、波斯語 (408)286-5680內線108、廣東話、國語 (408)286-5680內線109

# 食物及營養

750 Curtner Ave., San Jose CA 95125-2118

電：408-266-8866

網址：[www.2ndharvest.net](http://www.2ndharvest.net)

語言：西班牙語、越南語、英語。

服務：食物分發中心。

## **Seventh Day Adventist**

聖荷西：

281 N. 33rd Street, San Jose, CA 95116

電：272-4574

語言：西班牙語、亞洲語。

服務：移民資料、食物分發。

## Mountain View:

1425 Springer Rd., Mt. View, CA 94040

電：(650) 967-2189

服務：膳食。

## **Sunnyvale Community Services**

810 W. McKinley, Sunnyvale, CA 94086

電：(408) 739-0833

語言：西班牙語、越南語、中國語。

服務：食物分發區內居民。

## **St. Isabel Kitchen**

1375 E. Santa Clara Street, San Jose, CA 95116

電：(408) 292-2123

語言：西班牙語、葡語

服務：移民資料、食物。

## **St. Joseph's Family Center**

44

7350A Church St., Gilroy, CA 95020

電：(408) 842-6662

語言：西班牙語。

服務：流浪者午餐、“雞皮袋”雜貨服務、幫助繳付租金、電費的“取消通知”。

## **St. Vincent de Paul Society**

San Jose: 2040 S. Seventh St., San Jose, CA 95112

電：(408) 993-9500

## Mountain View:

2044 Old Middlefield Way, Mountain View, CA 94043

電：(650) 903-0438

## Gilroy:

7680 Monterey St., Gilroy, CA 95020

電：(408) 842-5524

網址：[www.svdop.org](http://www.svdop.org)

語言：西班牙語。

服務：緊急連絡租金和水、電費補助，兩天“勞動”站於東聖荷西及Los Altos，食物、衣服和傢俬。

## **Vietnamese American Cultural & Social Council**

611 N. 13th Street, San Jose, CA 95112

電：(408) 971-8280

語言：越南語。

服務：移民資料、膳食。

## **Yu-Ai Kai** (美日老人社區服務)

588 N. Fourth Street, San Jose, CA 95112

電：(408)294-2505

語言：日語。

服務：星期一至五老人營養站、其他社會服務。



詳情查詢：請電移民服務、權益及教育網絡之移民詢問熱線。

雙語問答時間由星期一至五早上十時至下午四時。語言服務如下：西班牙語 (408)286-1698、越南語 (408)286-1448、波斯語 (408)286-5680內線108、廣東話、國語 (408)286-5680內線109