

BOW VALLEY FOOD SUPPORTS(ቦውቫል ናይ መግቢ ሓገዝ)

ቦውቫል ፍድ ኣሊያንስ ምስ ዝተፈላለዩ ዉድባትን ሰባትን ረዲኤት ናይ ምግቢ ዝህባ ኣገልግሎታትን ይሰርሑ።ኣዚ ምንጭታት ንኣብላት ማሕበረሰብም ተቀማጦ ቦውቫል እዩ። ኩሉ ሰብ ኣብ ጽብቕ ክነታት ክህሉ ከነረጋግጽ ደሌትና እዩ።ብዘይ የገደስ ኣብ ምንታይ ኩነታት ኣሎ።ረዲኤት ምግቢ ምቕባል ደስ ከይብለካ ወይ ዉን ኣብ ገለ ባህልታት ከም ኣብር ክቁጸር ይከኣል። ናትና ተስፋን ጸዕርን ግን ነዚ ድኹም ኣተሓሳስባ ዚ ምስዓር እዩ እቲ ምንታይሲ ኩሉና ተቀማጦ ቫሊ ሓድሽን ጥዕና ዘለዎ ምግቢን ከምኡዉን ዓቕምናን ክንረከብ ስለ ዝግባኣና።

ህጹጽ ሓገዝ ምስ ዘድልዩኩም ናብዞም ኣብ ታሕቲ ተጠቂሶም ዘለዉ ተወከሱ።

- ህጹጽ ረዲኤት ምስትደልዩ ብኢሜይል Canmore: fcssadmin@canmore.ca ወይ 403-609-3743 ደዉሉ
- Banff Resource(ባንፍ ሪሶርስስ): help@banff.ca or 403-762-1251
- Lake Louise: info@improvementdistrict9.ca
- MD of Bighorn: 403-673-3611

211 24/7 ንሓገዝ ቅሩብ እዩ።ናብ 211 ብምደዋል ናይ ማሓበረሰባትን ማሕበራዊ ደገፋትን ሓበሬታ ክትረኽቡ ትኽእሉ።



Banff Food Bank (ባንፍ ናይ መግቢ ባንክ)

ሰሉስ ሰሉስ ካብ ሰዓት 12-1pm ኣብ ባንፍ ፓርክ ቸርች Banff Park Church (455 Cougar Street). ህጹጽ ናይ መግቢ ሓገዝ ይህቡ።ብሰንኪ COVID-19 ኣዚ ወጺኡ ዘሎ ሕጊ ዓማዊል ኣብ ወርሓዊ ዝነበረ ሰሙናዊ ሓገዝ ናይ መግቢ ከም ዝረኽቡ ተጌሩ።



Banff Food Rescue (ባንፍ ናይ መግቢ መድሕን)

ጥዑይ መግቢ ካብ ሙጉሓፍ ዝዕቅብ።ኣብ 215 Banff Ave. (Lower level - Sundance Mall) ዝርከብ ኮይኑ ሶኒ፤ ረቡዕ ፤ዓርቢ ካብ6-7 PM ኩፋት እዩ። ዉልቀ ሰባት ኣቀዲሙ ዘተዳለወ ፍሩታን ኣሕምልትን ክወስዱ ይኽእሉ።ከምኡ ዉን \$5.00 ዶልላር ከተወፊት ብትሕትና ነተሓሳስብ። ኢ-ትራንስፈር በዚ ዝስዕብ ከተወፊ ትኽእል ኢኻ banff.food.rescue@gmail.com. Facebook ባንፍ ናይ መግቢ መድሕን(Banff Food Rescue) www.banfffoodrescue.ca ቮሊንቲር ክትገብሩ እንተደሊኹም ነዚ ሊንክ ተጠቀሙ <http://signup.com/go/47XmSw>



Banff Park Church Community Lunch To Go (ባንፍ ፓርክ ቸርች ኮሙኒቲ ትወስዶ ምሕሳ የዳልዉ)

Banff Park Church ኣብ (455 Cougar St) ኣብ ዝዛዘመ ሃይሊ ምስ ባን የዳልዉ (ናይ ኣሕምልትን ከምኡ ዉን ከም ስርናይ ዝኣመሰሉ ክበልዑ ንዘይ ክእሉ ሰባት ዉን ብፍሉይ ይዳለዉሎም (gluten free) ንክትወስዱ (ፒክ ኣፕ) ኩሉ ጊዜ ሰሉሱ ካብ ሰዓት 12-1pm ትክእል። ኣሚቅካ ምቅራብ ጥራይ እዩ። ወብሳይት:

<https://banffparkchurch.com/community/>



Bow Valley Food Bank (BVFB) (ቦውቫል ናይ መግቢ ባንክ)

ህጹጽ ረዲኤት መግቢ የዳልዉ። ሶኒን ረብዑን በዛ ቁጽሪ 403.678.9488 ደዊልኩም ተወከሱ። ናይ ፒክ ኣፕ መዓልታት ሶሉስን ሓሙስን ካብ ሰዓት 12-1pm ን 6-7pm እዩ። ጎረቤትካ ወይ ዓርከመሓዛ ከምጽኡልካ እንተደሊኻ ኣቀዲምኩም ቦውቫል ናይ መግቢ ባንክ (Bow Valley Food Bank (BVFB) ብምሕባር ከምጽኡልካ ይከኣል እዮ።

Bow Valley Good Food Box

ኣብ ኮሙኒቲ ዝተምርከሰ ፕሮግራም ካብ 20-25lbs ፍረሽ ዝኾነ ፍጥታን ኣሕምልትን ናብ ማእከላይ መካፋፈሊ ቦታታት ወርሓዊ ይባጸኡን። ንሓደ ባኮ መግቢ ዝሓዘ \$30 (እዩ ዉልቃዊያን ወይ ስድራቤታት ትሑት ኣታዊ ዘለዎም \$25 ወይ ዝተጸልዉ ክኸፍሉ ይክእሉ) ። እንተደኣ \$25 ክትከፍል ትሸገሩ ኮንኩም ናብዚ ቁጽሪ ቴሌፎን 403.675.3000 ብምደዋል ካልእ ምርጫታት ክሕብርኩም እዮም። ፒክ ኣፕ ኣብዘም ዝሰዕሩ ቦታታት እዩ ኣብዚ ሊንክ ብምጥቐቕ ክትምዘገቡ ነተሓሳስቡ። Louise, Banff, Canmore, MD of Bighorn and Kananaskis.



Bow Valley Good Food Box

<http://bowvalleypcn.ca/Features/Pages/Good-Food-Box-Article.aspx>

ከምኡ ዉን Facebook ግሩፕ Lake group:

<https://www.facebook.com/groups/576418086522202>

Canmore Filipino Canadian Society (ካንሞር ፍሊፒኖ ካናዳያን ሶሻይቲ)

ኣብ ቦውቫል ተቀማጦ ዝኾኑ ፍሊፒኖ ስድራቤታት ምስ ባህሎም ዝሰማማዕ ምግቢ ንምርካብ በዚ ዝሰዕሩ ክትረኽቡና ይከኣልም- Arlene

canmorefilipinocanadiansociety@gmail.com ወይ Facebook

ግሩፕ <https://www.facebook.com/groups/CanmoreFilipinoCanadianSociety>





Canmore Food Recovery Barn (ካንሞር ቶድሪካሽሪ ባርን)

ብቀጥታ ካብ ግሮሰሪ ስቶርን ካልኦት ናይ መግቢ መካፋፈልቲ ትካላት ዝተዳለወ ምሩጽ ዝኾነ ምግቢታት ንምወሳድ ሰሉስን ሓሙስን ካብ 5:30-6pm (the Valley Lutheran Church 1205 1 Ave) ኣብዚ ዝተጠቓሰ ኣድራሻ መጺኹም ክትወስዱ ትኽእሉ። ኣብዚ ጊዜዚ ኣብ ሳንጣ ዝተዳለወ ኣስቤዛ ይእንግዱ፤ ክትወስዱ ኣቀዲምካ ምዝገባን ይሓትት። ብኽብረትኩም ኣብዚ ሊንክ ብምጥቀቅ ተመዝገቡ፤

<https://www.signupgenius.com/go/5080f44afad22a2f85-food>

\$5 ከተወፊ ብትሕትና ንሓትት. ንዝያዳ ሓበሬታ ኣብዚ ዝስዕብ ሊንክ ተወከሱ

<https://canmorefoodrecoverybarn.weebly.com/our-mission.html>



Filipino-Canadian Community Association in the Rockies (FORM)

(ፍሊፒኖ ካናዲያን ኣሶሲኤሽን ኣብ ሮኪስ)

ነጻ ዝኾነ ባህናዊ መግቢ ብፍላይ ንቡዙሓት ስድራ ዘለዎም ቀዳምነት ንህብ፤ ከምኡ ውን ተጸባይቲ ሓገዝ ካብ መንግስቲ ዝኾኑን ተነጺሎም ንዘለዉ ወልቃወያንን ፤ ስድራቤታትን ባዚ ቑጽሪ ተልፎን ክድዉሉ ብትሕትና ነተሓሳስቡ። 403-497-4483 or Scorpion62jun@yahoo.com.ph



Canmore Food and Friends Night (ካንሞር ቶድን ፍረንድስ ናይት)

ዝተወፈየ ምግቢ ሰሙናዊ የዳሉ ስኑይ ካብ ሰዓት 5-ክሳብ ሰዓት 7pm ኣብዚ ቦታ St. Michael Anglican Church (709 7 St) መጺኹም ክትወስዱ ይከኣል። ናትኩም መትሓዚ ሒዝኩም ምስ ትመጹ ተመራጺ ይኸውን። ኣንተደኣ ናብ ዝኾኑም ከነምጻልኩም ደሊኹም ባዚ ዝስዕብ ተወከሱና foodandfriends@gmail.com



Meals on Wheels (ሚልስ ኦን ዊልስ)

ሚልስ ኦን ዊልስ ውዑይን፤ መኣዛዊን፤ ሕሰርን ንዓባይትን ስንኩላንን ንካልኦት መግቢም ከዳልዉ ዘይከእሉ ጽጉማት። ሰሙናዊ ኣብ ናይ ምሳሕ ሰዓታት ምግቢ የበጻጽኡ ዋጋ ደማ \$6.00/ እዩ። ንዝያዳ ሓበሬታ ወይ ንክትምዝገቡ ባዚ ቁጽሪ ተሌፎን FCSS 403.678.7136 ደውሉ ወይ ደማ ኢምይል ስደዱ

lu.douce@canmore.ca ። ክትከፍሉ ዓቕሚ እንተዘይብልኩም ደማ ናብ FCSS office ደዊልኩም ክትሕቡርና ትኽእሉ ኣንታይ ምርጫታት ከም ዘሎ ክንዛራራብ.

Banff Food & Friends (New!) (ባንፍ ቶድ ፍሬንድ)

ካብ December 14, 2020 ጀሚሩ ሰሙናዊ ኩሉጊዜ ሰኑይ ካንሞር ቶድን ፍረንድስ መግቢ ከዳሉ ሙኻኑ ንሕብር ኣብዚ ኣድራሻ መጺኹም ክትወዱ ትኽእሉ። St. George-in-the-Pines (100 Beaver St, Banff) ዝያዳ ሓበሬታ ከነስዕቡኩም ኢና



What's For Dinner (program currently on hold) (ዋትስ ፎር ዲነር ፕሮግራም አዚ ፕሮግራም ንግዚኡ ጠጦ። ኢሉ አሎ)
ጥዕናዎን ብሉሱር ዋጋን ኣብ ሰሙናዊ ዝባጸሕ ምግብ። ኣስቤዛን ከምኡ ወን ናይ ድራር ዝኾዉን ኣሰራርሓ ምግብ ዝሓዘ ወረቀት፣ብ \$30 ክሳብ 4 ሰባት ዘድርር እዩ። ትሑት ኣታዊ ዘለዎም ወይ ብ ዝተጸልዉ ስድራቤታትን ውልቀ ሰባትን ሰባት ፪፯ ክኸፍሉ ይኸእሉ። ኣብዚ ሊንክ ተመዝገቡ <https://pauwfoundation.com/whats-for-dinner/>



YWCA
ባንፍ (YWCA Banff) ንከም ጾታዊ ዓመጽ፣ ዘቤታዊ ጎነጽ፣ግዳም ሓደርን ዘጋጠሞም ተቀማጦ ቦዉቫሊ ረዲኤት መግቢ ይህብ። እቲ ሓገዝ ነዞም ዝስዕቡ የጠቓልል

- ረዲኤት ምግብ
- ናይ ኣስቤዛ መግዝኢ ጊፍት ካርድ
- ካልእ መሰረትዊ ነገራትን