

لکه څنگه چې موږ د فدرالي حکومت د بنډیدو سره نومبر ته څو، موږ پوهیږو چې ډیری کورنۍ ممکن د خوراکي توکو د مرستې په گټو کې خنډ تجربه کړي. د ټوین ریورز متحد ولسوالۍ د زده کوونکو ملاتړ ته دوام ورکولو او ډاډ ترلاسه کولو لپاره هره لاره لټوي چې ټول زده کوونکي صحي خواړو ته لاسرسی ولري. ټوین ریورز چمتو دی چې زموږ د زده کوونکو او کورنیو ملاتړ وکړي چې خواړو ته د لاسرسي لپاره مرستې ته اړتیا لري. مهرباني وکړئ لاندې وړیا سرچینې وگورئ.

• په ښوونځي کې خواړه:

د ټولو زده کوونکو لپاره په هره تعلیمي ورځ کې وړیا خواړه. سهارنۍ له ښوونځي څخه مخکې ورکول کېږي، غرمۍ د ښوونځي په جریان کې او له ښوونځي څخه وروسته خواړه د ښوونځي په پای کې ورکول کېږي. د معلوماتو لپاره د ټوین ریورز د تغذیې خدمتونو ویب پاڼه وگورئ.



• د خوړو میاشتنۍ وېشنې: د ساکرامنټو د خوړو بانک او کورنۍ د خدمتونو (SFBFS) سره په همکارۍ، ټوین ریورز د خوړو حضور وېش وړاندې کوي. د نېټو، وخت او ځایونو لپاره QR کوډ سکن کړئ.

• د خپلې ناحیې د ټولنې له ارتباطي شخص (DCL) سره اړیکه ونیسئ: که تاسو اضافي ملاتړ ته اړتیا لرئ، د ناحیې د ټولنې له ارتباطي شخص سره اړیکه ونیسئ. د معلوماتو لپاره QR کوډ سکن کړئ.

• Food Finder: د ساکرامنټو د خوړو بانک یوه آنلاین وسیله ده چې له لارې یې کورنۍ کولای شي د خوړو سیمه ییز انبارونه او د وېش مرکزونه ومومي. د معلوماتو لپاره QR سکن کړئ یا له (916)456-1980 شمېرې سره اړیکه ونیسئ.

• اضافي خدمتونه: په ساکرامنټو کاونټي کې- معلوماتي کرښه 211 یا (916) 498-1000 د [211sacramento.org/211](https://www.trusd.net/211) وېب سایټ ته د نورو غوراویو لپاره مراجعه وکړئ.



د ټوین ریورز
د تغذیې ډیپارټمنټ



د ټوین ریورز
د خوراکي توکو وېش



د ټولنې د سرچینو
لارښود (پښتو)



د ساکرامنټو د خوړ بانک
Food Finder



د ټوین ریورز ناحیې
د ټولنې ارتباطي شخص

د نورو معلوماتو لپاره:

د ټوین ریورز د کورنۍ او ټولنې د ښکېلتیا مستقیمه کرښه:
(916) 566-1788
وېب سایټ: <https://www.trusd.net/FACE>

د ټوین ریورز د تغذیې خدمتونو ډیپارټمنټ
تلیفون: (916) 566-1600 داخلي شمېره 36272
وېب سایټ: <https://www.trusd.net/nutrition>