



လဲၤတၢ်ဆူတၢ်လီၤတဖၣ်အံၤဒ်သးကဒီးန့ၢ်တၢ်တၢ်အိၣ်:

တၢ်အိၣ်ကလီၤလၢပုၤကိးဂၢၢ်.		
	အခါဖဲလဲၣ်	ဖဲလဲၣ်
တၢ်အိၣ်လၢဖၣ်ပုၤ	တနွံတဘျီတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်အိၣ်စးထီၣ်ဂီၤခီအနီၣ်ရံၣ် ၁၀-၁၁:၃၀ ဖဲEubanks Park ဒီး Ride Lot.	Eubanks ကျဲ တၢ်ပတုၣ်သိလုၣ်ဒီးဒီးထီၣ်တၢ်အလီၢ် (Park-and-Ride Lot), 2000 Eubanks ကျဲ.
တၢ်အိၣ်ထၢၣ် ၁ ဖျၢၣ်	ရကၤကဲသးၣ် သဝံ သုဒးတဆၣ်ဒီးပုၤဝဲ.၈သ့.၀ကးၤ၀ပုၤ၃.၈သ့.	RENA Center, 101 Edgar Street, Chapel Hill
တၢ်အိၣ်ထၢၣ် ၂ ဖျၢၣ်	မုၢ်ယုၤနံၤ ၁ ဒီး ၃ တနွံကိးလိၤဒီး, ဂီၤခီ ၁၁ န့ၣ်ရံၣ် တုၤ မုၢ်ထူၣ် ၁၂ န့ၣ်ရံၣ်	Hillside Church, 201 Culbreath Road, Chapel Hill.
မုၢ်ထူၣ်တၢ်အိၣ်လၢတၢ်ကဟဲဟံးန့ၢ်အဂီၢ်	မုၢ်တနံၤတုၤမုၢ်ယုၤနံၤ ဂီၤခီ ၁၁:၁၅ န့ၣ်ရံၣ် - မုၢ်ထူၣ် ၁၂:၃၀ န့ၣ်ရံၣ်. မုၢ်ယုၤနံၤဒီးမုၢ်အိၣ်ဘၣ်နံၤ ဂီၤခီ ၁၁:၁၅ - ၁၂:၀၀ န့ၣ်ရံၣ်	110 W. Main St., Carrboro
ဟါတၢ်အိၣ်လၢတၢ်ကဟဲဟံးန့ၢ်အဂီၢ်	မုၢ်တနံၤတုၤမုၢ်ယုၤနံၤ, ဟါခီ ၅:၁၅ - ၆ န့ၣ်ရံၣ်	110 W. Main St., Carrboro
တနွံတၢ်ပုၤတၢ်အိၣ်တၢ်အိ	တလိတဘျီ IFC ကတိၢ်ကတိၢ်န့ၢ်ဟံၣ်စၢၤဟံၣ်ခီၤယီၤတဖျၢၣ် ဘၣ်တဖျၢၣ်တၢ်ပုၤတၢ်အိၣ်တၢ်အိတဖၣ်လၢ အကြးအယၢလၢတနွံဂီၢ်.	ကိးဘၣ် (၉၁၉) ၉၅၉-၆၃၈၀ ဂီၤခီ ၉-၅ န့ၣ်ရံၣ် ဟါခီ လၢတၢ်သ့ဆၢဖးကတိၢ် (အဖျဲၣ်မဲၣ်ထ) အဂီၢ်. 110 W. Main St., Carrboro
တၢ်ဟံၣ်န့ၢ်တၢ်အိၣ်	မုၢ်သၢနံၤ ၄ တနွံကိးလိၤဒီး, ကဘၣ်ကိး 919-245-4354 တချုးမုၢ်နံၤလၢတၢ်သ့ၣ်ဆၢဖးကတိၢ်ဟံၣ်အိၣ်.	တၢ်လံာ် ဝီၤနီၣ် ၃ ဝဲ Department of Social Services Hillsborough, 113 Mayo St.

တၢ်အိၣ်ကလီၤလၢပုၤသးန့ၣ် ၆၀ ဆူဖိခိၣ်အဂီၢ်		
	အခါဖဲလဲၣ်	ဖဲလဲၣ်
မုၢ်ဆါခီတၢ်အိၣ်	မုၢ်ဆၢၣ်,မုၢ်ယုၤ, မုၢ်ဖိဖး	ကဘၣ်မုၢ်အဂီၢ်အတၢ်ဒီးတၢ်ယထာ ဒီး ကဘၣ်မုၢ်အိၣ်လၢ Orange County ပုၤလၢတၢ်ဆဲးလီၤမံၤအဂီၢ် ကိးဘၣ် ၉၁၉-၂၄၅-၄၂၅၆.



ဆေးလီဘဉ်နမံလၢတၢ်ယုထၢဘဉ်တၢ်အိၣ်အဂၢတဖၣ်ယုၣ်ဒီးကရူၣ်တဖၣ်.

- **TABLE** နၢ်ဟံစိၣ်တၢ်အိၣ်ထၢၣ်တဖၣ်ဆူဟံၣ်ဖိယိဖိတဖၣ်ပၣ်ယုၣ်ဒီးဖိသၣ်တဖၣ်ဂီၢ်လၢ ဝှံ Chapel Hill Carrboro လၢကွီတၢ်ရဲၣ်လီၤကျဲၤလီၤ.
- ဒ်ကနၢ်ဘဉ်တၢ်အိၣ်အဂီၢ်လဲၤဘဉ်ဆူ www.tablenc.org/request-food.
- **PORCH** Chapel Hill-Carrboro
အိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤလၢဟံၣ်ဖိယိဖိယုၣ်ဒီးဖိသၣ်တဖၣ်ဂီၢ် လၢဝှံ Chapel Hill Carrobo လၢကွီတဖၣ်. နဖိမ့ထီၣ်ကွီလၢ Chapel Hill မ့တမ့ၢ် Carrobo နၢ် စဲးကျိၤဘဉ် chc@porchcommunities.org ဒ်သီးကသံကွၢ်ဘဉ်ယၢ်ဒီးတၢ်ယုထၢတၢ်ဆေးလီၤမံၤတဖၣ်.
- **Meals on Wheels** ဟးဆွၢတၢ်အိၣ်ဆူပှၤသးပှၤတဖၣ်အိၣ်. ပတံထီၣ်ဘဉ်ဖဲ www.chcmow.org/apply-meals မ့တမ့ၢ် ကိးဘဉ်ဖဲ ၉၁၉-၉၄၂-၂၉၄၈
- **Orange County Seniors Supplemental Food box program** ဟ့ၣ်တၢ်အိၣ်အဖၢ်, တလၢတဘျီ လၢအဂြၢးဝဲဘဉ်ဝဲ ဒီးပှၤလၢအိၣ်ဆိးလၢ Orange County လၢအသးနံၣ်အိၣ် ၆၀ ဆူဖိခိၣ်. လၢတၢ်ဆေးလီၤမံၤ ဆွၢဘဉ်မံၤသၣ်ဆူ shmcperson@orangecountync.gov မ့တမ့ၢ် ကိးဘဉ် ဖဲ ၉၁၉-၂၄၅-၄၂၄၃.