



လဲၤဘဉ်ဆူတၢ်လီၤတဖၣ်အံၤဒ်သိးကဒီးန့ၢ်ဘဉ်တၢ်အိၣ်:

တၢ်အိၣ်ကလီၤလၢပှၤကိးဂၤဂီၢ်.		
	အခါဖဲလဲၣ်	ဖဲလဲၣ်
တၢ်အိၣ်လၢဖၣ်ပှၤ	ကိးဘျီဒဲး ဖဲ မ့ၢ်ပျဲး လၢ ၁၀-၁၂:၃၀ မ့ၢ်ထုၣ်* *ကိး ၄ နံၣ်တနံၣ် ဖဲ မ့ၢ်ပျဲး, ၁-၃:၃၀ ဟါခီ	100 Library Drive, Chapel Hill.
တၢ်အိၣ်ထၢၣ် ၁ ဖျၢၣ်	ကိးဘျီဒဲး လၢ မ့ၢ်ဖိဖး ၃ နံၣ်တနံၣ်န့ၢ် စးထီၣ်လၢ ၁၀:၃၀-၃ဟါခီ	RENA Center, 101 Edgar Street, Chapel Hill
တၢ်အိၣ်ထၢၣ် ၂ ဖျၢၣ်	ကိးဘျီဒဲးဖဲ မ့ၢ်ဘျုၣ် စးထီၣ်လၢ ၁၁-၁၂ဟါခီ	Hillside Church, 201 Culbreath Road, Chapel Hill.
ဟါခီတၢ်အိၣ်လၢတၢ်လဲၤဟံးန့ၢ်အိၣ်ဂီၢ်	မ့ၢ်ဆဉ် တုၤ မ့ၢ်ဖိဖး, ၆:၁၅-၇ဟါခီ	100 W. Rosemary St
မ့ၢ်ဆါခီတၢ်အိၣ်လၢတၢ်လဲၤဟံးန့ၢ်အိၣ်ဂီၢ်	မ့ၢ်ဆဉ် တုၤ မ့ၢ်ဘျုၣ် စးထီၣ်လၢ ၁၁:၁၅-၁၂:၃၀ဟါခီ ဒီး မ့ၢ်ဒဲး ၁၂:၁၅-၁:၃၀ဟါခီ	100 W. Rosemary St.
တနံၣ်တၢ်ပှၤတၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်	တလါတဘျီ	ကိး (၉၁၉) ၉၂၉-၆၃၈၀ ဒီး ဆိၣ်လီၤ ၀, မ့တမ့ၢ် လဲၤဘဉ်ဆူ 100 W. Rosemary St.

တၢ်အိၣ်ကလီၤလၢဖိသဉ်တဖၣ်ဂီၢ်		
	အခါဖဲလဲၣ်	ဖဲလဲၣ်
မ့ၢ်ဆါခီတၢ်အိၣ် ဒီး ကိၣ်ဖိတဖၣ်	မ့ၢ်ဆဉ် တုၤ မ့ၢ်လုၢ်ဒီး, တၢ်ဆၢကတီၢ်န့ၢ်လီၤဆိ	တၢ်ကတိၣ်ကတီၢ်န့ၢ်ပၣ်စၢၤ ဟဲလၢ ဝှံ Chapel Hill Carrboro ကိၣ်တဖၣ်. လဲၤဘဉ်ဆူ www.chccs.org .
မ့ၢ်ဆါခီတၢ်အိၣ်	ကိးနံၣ်ဒဲး, တုၤလၢတၢ်အိၣ်လၢၣ်ကွံၤ	SHEETZ တၢ်ဘိသိလုၣ်လီၤ ဖဲ at 7520 NC 751, Durham, NC 27713

တၢ်အိၣ်ကလီၤလၢပှၤသးန့ၢ် ၆၀ ဆူဖိခိၣ်အဂီၢ်		
	အခါဖဲလဲၣ်	ဖဲလဲၣ်
မ့ၢ်ဆါခီတၢ်အိၣ်	မ့ၢ်ဆဉ်, မ့ၢ်ယုၤ, မ့ၢ်ဖိဖး	ကဘဉ်မ့ၢ်အကြားအဘဉ်ဒီးတၢ်ယုၤထၢ ဒီး ကဘဉ်မ့ၢ်အိၣ်လၢ Orange County ပှၤ. လၢတၢ်ဆဲးလီၤမံၤအဂီၢ် ကိးဘဉ် ၉၁၉-၂၄၅-၄၂၅၆.

ဆေးလီတပ်နမံလတတ်ယုထာဘတ်တင်အိန်အဂတဖန်ယုဒီးကရူန်တဖန်.

- **TABLE** နှိဟဲစိတ်တင်အိန်ထာန်တဖန်ဆူဟံဉ်ဖိပီဖိတဖန်ပုဉ်ယုဒီးဖိသုန်တဖန်ဂီလါ ဝှါ Chapel Hill Carrboro လာကွိုတင်ရဲဉ်လီကျဲလီ.
- ဒ်ကနှိဘတ်တင်အိန်အဂီလဲဘတ်ဆူ www.tablenc.org/request-food.
- **PORCH** Chapel Hill-Carrboro
အိန်ဒီးတင်အိန်အတင်ရဲဉ်တင်ကျဲလါဟံဉ်ဖိပီဖိယုဒီးဖိသုန်တဖန်ဂီလါ လာဝှါ **Chapel Hill Carrobo** လာကွိုတဖန်. နဖိမုထီဉ်ကွိုလါ **Chapel Hill** မုတမုာ် **Carrobo** နှိ စဲကျဲဘတ် chc@porchcommunities.org ဒ်သီးကသံကွာ်ဘတ်ယုဒီးတင်ယုထာဘတ်ဆေးလီမံတဖန်.
- **Meals on Wheels** ဟးဆုာတင်အိန်ဆူပုဉ်သးပုဉ်တဖန်အိန်. ပတံထီဉ်ဘတ်ဖဲ www.chcmow.org/apply-meals မုတမုာ် ကိးဘတ်ဖဲ ၉၁၉-၉၄၂-၂၉၄၈
- **Orange County Seniors Supplemental Food box program** ဟ့ဉ်တင်အိန်အဖါ, တလါတဘျီ လါအတြားဝဲဘတ်ဝဲ ဒီးပုလါအိန်ဆိးလါ **Orange County** လါအသးနံဉ်အိန် ၆၀ ဆူဖိခိဉ်. လါတင်ဆေးလီမံ ဆုာဘတ်မံသုဉ်ဆူ shmcpherson@orangecountync.gov မုတမုာ် ကိးဘတ် ဖဲ ၉၁၉-၂၄၅-၄၂၄၃.