



ENCUENTRE ALIMENTOS Y SUMINISTROS BÁSICOS EN SU ÁREA

RECURSOS EN TODO EL CONDADO

Existen varios programas disponibles que lo conectan con alimentos saludables y nutritivos, y con suministros básicos (papel higiénico, pasta dental, pañales).



ramseycounty.us/FoodResources

Vea los recursos y el mapa en línea de las despensas de alimentos, sitios que ofrecen comida sin costo, mercados de productos frescos y sitios de distribución de productos frescos.



Service Center Navigators (Navegadores de centros de servicio) 651-266-0600

Obtenga ayuda para acceder a los servicios del condado de Ramsey. (Intérpretes disponibles)
De lunes a viernes: de 8 a.m. a 4:30 p.m.



AUMENTE SU PRESUPUESTO MENSUAL DE ALIMENTOS

Women, Infants & Children

Alimentos saludables, asesoramiento sobre nutrición y apoyo para la lactancia, mujeres en período de posparto, bebés y niños menores de cinco años. (Intérpretes disponibles)

ramseycounty.us/wic • 651-266-1300

Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP)

Los cupones de alimentos SNAP ayudan a las personas de bajos ingresos a obtener alimentos nutritivos, ya que les ofrecen beneficios mensuales de alimentos a través de una tarjeta EBT (similar a una tarjeta de crédito). Para hacer preguntas y enterarse de cómo presentar una solicitud:

ramseycounty.us/SNAP • 651-266-4444

Fare For All

Compra de comestibles con descuento. No hay requisitos para participar y no es necesario preinscribirse. Se acepta: crédito, efectivo, débito, SNAP/EBT, Market Bucks.

fareforall.org • 763-450-3880

Market Bucks

Triplica tus pagos de SNAP/EBT con Market Bucks. Gaste hasta \$10 en SNAP/EBT, obtenga hasta \$20 gratis en Market Bucks para gastar en alimentos y productos agrícolas elegibles para SNAP. Disponible en mercados de agricultores participantes, Fare for All, Twin Cities Mobile Market.

hungersolutions.org/programs/market-bucks

Comidas de verano para niños sin costo

Descargue la aplicación Hunger Impact Partners.
hungerimpactpartners.org/summereats



TRANSPORTE O PROBLEMAS PARA MOVILIZARSE

Twin Cities Mobile Market

Una tienda de comestibles en un autobús. Compre comestibles económicos en las paradas de autobuses del área metropolitana. Se acepta: crédito, efectivo, débito, SNAP/EBT, Market Bucks.

thefoodgroupmn.org • 763-450-3860



CONÉCTESE CON LOS ALIMENTOS

MN Food HelpLine

Información sobre recursos de alimentos, como SNAP/ cupones de alimentos, despensas de alimentos, sitios que ofrecen comida sin costo y otros.

(Intérpretes disponibles)

hungersolutions.org/find-help

Llame o envíe un mensaje de texto al 1-888-711-1151



PARA ADULTOS MAYORES O ADULTOS CON DISCAPACIDADES

Meals on Wheels

Entrega de comidas nutritivas para adultos mayores y personas con discapacidad que deben permanecer confinados en sus hogares, ya sea a corto o largo plazo.

meals-on-wheels.com • 612-623-3363

Nutrition Assistance Program for Seniors (NAPS)

Los adultos mayores (a partir de los 60 años) que cumplen los requisitos reciben una caja con alimentos estables, incluidas frutas enlatadas, verduras, carne y granos. Llame para conocer los requisitos de aptitud y para y buscar una sucursal.

agencies.2harvest.org/naps

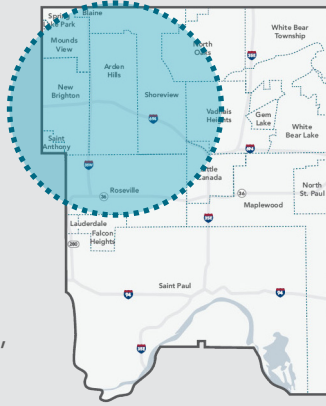
651-484-8241 • naps@2harvest.org





Recursos en su Vecindario

Suburbios del noroeste:
New Brighton, Mounds
View, Shoreview, Arden Hills,
Roseville, North Oaks,
Falcon Heights



Despensas de alimentos y comestibles sin costo

Algunas despensas de alimentos tienen áreas de servicio limitadas y requieren tener un comprobante de domicilio o identificación. Llame para conocer los requisitos de identidad, los horarios de atención y los detalles actualizados. Pueden ofrecer servicios de entrega.

Canasta Familiar

Presta servicios a la comunidad latina
771 Margaret St., Saint Paul
clues.org • 651-379-4200 Ext. 2

Ralph Reeder Food Shelf Program

2544 Mounds View Blvd., Mounds View
moundsviewschools.org/Domain/75 • 651-621-6280

St. John the Baptist Catholic Church

835 2nd Ave. NW, New Brighton
stjohnb.com • 651-633-8333

Keystone Community Services - Rice Street

1459 Rice St. Ste. 3, Saint Paul
keystoneservices.org • 651-487-2792

Vadnais Heights Lions Club Food Shelf

655 County Road F E., Vadnais Heights
e-clubhouse.org/sites/vadnaishts
612-245-9259, Llame entre las 9 a. m. y las 5 p. m.

Comidas sin costo para niños de 0 a 18 años

Saint Paul Parks and Recreation

Encuentre una ubicación cerca de usted:

- spps.org/SummerMeals
- tinyurl.com/8c3mcajs (City of Saint Paul)
- Descargue la aplicación Free Meals for Kids en su teléfono inteligente.

Mercados de agricultores

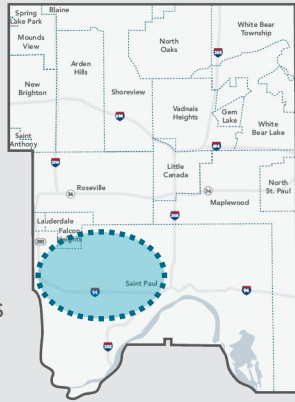
Compre alimentos producidos localmente en un mercado de agricultores cerca de usted. Encuentre un mercado que acepte SNAP/EBT/Market Bucks. Use hasta \$10 SNAP/EBT, obtenga \$20 en Market Bucks para gastar en alimentos y productos agrícolas elegibles para SNAP.

tinyurl.com/225hrsza (Hunger Solutions)



Recursos en su Vecindario

Saint Paul: North End, Thomas Dale, Hamline-Midway, Como



Despensas de alimentos y comestibles sin costo

Algunas despensas de alimentos tienen áreas de servicio limitadas y requieren tener un comprobante de domicilio o identificación. Llame para conocer los requisitos de identidad, los horarios de atención y los detalles actualizados. Pueden ofrecer servicios de entrega.

Canasta Familiar

Presta servicios a la comunidad latina
797 7th St. E., Saint Paul
clues.org • 651-379-4200 Ext. 2

Open Hands Midway - Bethlehem Lutheran Church

436 Roy St. N., Saint Paul
openhandsmidway.org • 651-646-6549

Keystone Community Services

keystoneservices.org

Midway

1916 University Ave. W., Saint Paul
651-917-3792

Rice Street

1459 Rice St. Ste. 3, Saint Paul
651-487-2792

The Midway Food and Empowerment Project

1610 Hubbard Ave., Saint Paul
hamlinemidway.org/TheMidwayProject • 612-470-2247

Masjid At-Taqwa Food Shelf

1608 Como Ave., Saint Paul
masmn.org/social-service • 612-203-3348

House of Refuge Outreach

facebook.com/hortc.org • 651-369-9801

iHelp Marketplace

900 Dale St. N., Saint Paul
ihelpmarketsquare.com • 651-488-4463

Franciscan Brothers of Peace

1289 Lafond Ave., Saint Paul
brothersofpeace.org/what-we-do/service
651-646-8586

Haven Int'l Food Shelf

1535 Como Ave., Ste.1, Saint Paul
haven-intl.org • 651-335-2557

Feeding Frogtown Distribution

West Minnehaha Recreation Center
685 W. Minnehaha Ave., Saint Paul
frogtownmn.org/feedingfrogtown • 651-236-8699
Buscar en Facebook

Comidas sin costo para todos

Shobi's Table

shobistable.org • 651-300-4956

Faith Lutheran Church

499 Charles Ave., Saint Paul

Allianz Field - Parking Lot C

400 Snelling Ave N., Saint Paul

Christ on Capitol Hill

105 University Ave. W., Saint Paul

Feeding Frogtown Meal Distribution

Las ubicaciones varían
ctdFNA@gmail.com • 651-236-8699
Buscar en Facebook

Comidas sin costo para niños de 0 a 18 años

Saint Paul Parks and Recreation

Encuentre una ubicación cerca de usted:

- spps.org/SummerMeals
- tinyurl.com/8c3mcajs (City of Saint Paul)
- Descargue la aplicación Free Meals for Kids en su teléfono inteligente.

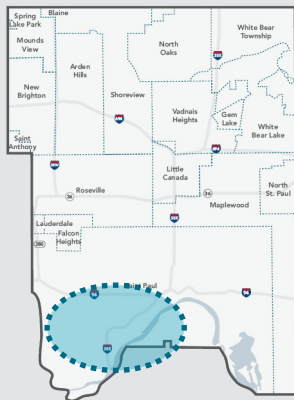
Mercados de agricultores

Compre alimentos producidos localmente en un mercado de agricultores cerca de usted. Encuentre un mercado que acepte SNAP/EBT/Market Bucks. Use hasta \$10 SNAP/EBT, obtenga \$20 en Market Bucks para gastar en alimentos y productos agrícolas elegibles para SNAP.
tinyurl.com/225hrsza (Hunger Solutions)



Recursos en su Vecindario

Saint Paul: Downtown, West Seventh, Summit-University, Highland Park, Mac-Groveland, West Side, Union Park



Despensas de alimentos y comestibles sin costo

Algunas despensas de alimentos tienen áreas de servicio limitadas y requieren tener un comprobante de domicilio o identificación. Llame para conocer los requisitos de identidad, los horarios de atención y los detalles actualizados. Pueden ofrecer servicios de entrega.

Canasta Familiar

Presta servicios a la comunidad latina
771 Margaret St., Saint Paul
clues.org • 651-379-4200 Ext. 2

Hallie Q Brown Food Shelf

270 N. Kent St., Saint Paul
hallieqbrown.org • 651-224-4607

Salvation Army West

401 W. 7th St., Saint Paul
centralusa.salvationarmy.org • 651-224-4316

Wellstone Center Food Market - Neighborhood House

179 E. Robie St., Saint Paul
neighborhoodhousemn.org • 651-789-2534

Francis Basket Food Market - Neighborhood House

1293 Maynard Drive E. #410, Saint Paul
neighborhoodhousemn.org • 651-699-0986

Keystone Community Services - Midway

1916 University Ave. W., Saint Paul
keystoneservices.org • 651-917-3792

Open Hands Midway - Bethlehem Lutheran Church

436 Roy St. N., Saint Paul
openhandsmidway.org • 651-646-6549

Comidas sin costo para todos

St. Matthew's Catholic Church

510 Hall Ave., Saint Paul
loavesandfishesmn.org • 612-377-9810

Dorothy Day Center

438 Dorothy Day Place, Saint Paul
loavesandfishesmn.org • 612-377-9810

Comidas sin costo para niños de 0 a 18 años

Saint Paul Parks and Recreation

Encuentre una ubicación cerca de usted:

- spps.org/SummerMeals
- tinyurl.com/8c3mcajs (City of Saint Paul)
- Descargue la aplicación Free Meals for Kids en su teléfono inteligente.

Distribución de productos agrícolas

Distribuciones de productos frescos - Neighborhood House

Múltiples ubicaciones en Saint Paul
neighborhoodhousemn.org/food-support
651-789-3630

Mercados de agricultores

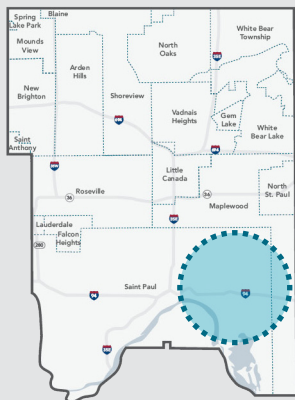
Compre alimentos producidos localmente en un mercado de agricultores cerca de usted. Encuentre un mercado que acepte SNAP/ EBT/Market Bucks. Use hasta \$10 SNAP/EBT, obtenga \$20 en Market Bucks para gastar en alimentos y productos agrícolas elegibles para SNAP.

tinyurl.com/225hrsza (Hunger Solutions)



Recursos en su Vecindario

Greater East Side, Payne-Phalen, Dayton's Bluff, Battle Creek, Sunray



Despensas de alimentos y comestibles sin costo

Algunas despensas de alimentos tienen áreas de servicio limitadas y requieren tener un comprobante de domicilio o identificación. Llame para conocer los requisitos de identidad, los horarios de atención y los detalles actualizados. Pueden ofrecer servicios de entrega.

Canasta Familiar

Presta servicios a la comunidad latina
771 Margaret St., Saint Paul
clues.org • 651-379-4200 Ext. 2

Fishes and Loaves Food Shelf

1505 Burns Ave., Saint Paul
progressivebaptistchurchmn.com • 651-497-5562

Merrick Community Services

merrickcs.org • 651-287-2088

Woodland Hills

1740 Van Dyke St. Door B, Saint Paul

Gustavus Adolphus Church

1669 Arcade St. N., Saint Paul

Conway Community Center

2090 Conway St., Saint Paul
thesannehfoundation.org • 651-690-4855

Fruit of the Vine Food Shelf

1280 Arcade St., Saint Paul
facebook.com/fotvspmn • 952-595-5980

Salvation Army East

1019 Payne Ave., Saint Paul
centralusa.salvationarmy.org • 651-776-8169

North Saint Paul Food Shelf

2538 E. Seppala Blvd., North Saint Paul
nspafoodshelf.org • 651-770-1309

First Lutheran Church

Wellness Hot Meals & Groceries

463 Maria Ave., Saint Paul
eastsidefirst.com • 651-247-8926

Comidas sin costo para todos Union Gospel Mission

Sirve a hombres a partir de los 18 años
435 University Ave. E., Saint Paul
ugmtc.org/programs/food-shelter • 651-292-1721

Comidas sin costo para niños de 0 a 18 años

Saint Paul Parks and Recreation

Encuentre una ubicación cerca de usted:

- spps.org/SummerMeals
- tinyurl.com/8c3mcajs (City of Saint Paul)
- Descargue la aplicación Free Meals for Kids en su teléfono inteligente.

Distribución de productos agrícolas

Distribuciones de productos frescos -

Neighborhood House

Múltiples ubicaciones en Saint Paul
neighborhoodhousemn.org/food-support
651-789-3630

Mercados de agricultores

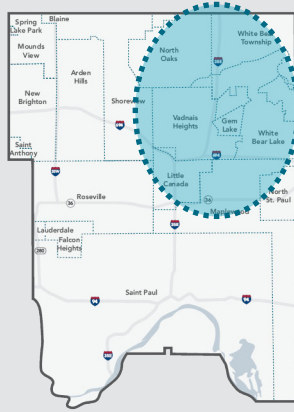
Compre alimentos producidos localmente en un mercado de agricultores cerca de usted. Encuentre un mercado que acepte SNAP/EBT/Market Bucks. Use hasta \$10 SNAP/EBT, obtenga \$20 en Market Bucks para gastar en alimentos y productos agrícolas elegibles para SNAP.

tinyurl.com/225hrsza (Hunger Solutions)



Recursos en su Vecindario

Suburbios del noreste:
Maplewood, White Bear Lake,
White Bear Lake Township,
Vadnais Heights, Little Canada,
Gem Lake, North Saint Paul



Despensas de alimentos y comestibles sin costo

Algunas despensas de alimentos tienen áreas de servicio limitadas y requieren tener un comprobante de domicilio o identificación. Llame para conocer los requisitos de identidad, los horarios de atención y los detalles actualizados. Pueden ofrecer servicios de entrega.

Canasta Familiar

Presta servicios a la comunidad latina
771 Margaret St., Saint Paul
clues.org • 651-379-4200 Ext. 2

White Bear Lake Area Emergency Food Shelf

1884 Whitaker St., White Bear Lake
whitebearfoodshelf.org • 651-407-5310

Merrick Community Services

merrickcs.org • 651-287-2088

Woodland Hills

1740 Van Dyke St. Door B, Saint Paul

Gustavus Adolphus Church

1669 Arcade St. N., Saint Paul

Lakewood Salvation Army

2080 Woodlynn Ave., Maplewood
centralusa.salvationarmy.org • 651-779-9177

Vadnais Heights Lions Club Food Shelf

655 County Road F E., Vadnais Heights
e-clubhouse.org/sites/vadnaishts
612-245-9259, Llame entre las 9 a. m. y las 5 p. m.

North Saint Paul Food Shelf

2538 E. Seppala Blvd., North Saint Paul
nspafoodshelf.org • 651-770-1309

Today's Harvest

5703 Hadley Ave. N., Oakdale
todaysharvestmn.org • 651-409-1005

Comidas sin costo para todos Our Redeemer Lutheran Church

1390 Larpenteur Ave. E., Saint Paul
loavesandfishesmn.org • 612-377-9810

Comidas sin costo para niños de 0 a 18 años

Saint Paul Parks and Recreation

Encuentre una ubicación cerca de usted:

- spps.org/SummerMeals
- tinyurl.com/8c3mcajs (City of Saint Paul)
- Descargue la aplicación Free Meals for Kids en su teléfono inteligente.

Mercados de agricultores

Compre alimentos producidos localmente en un mercado de agricultores cerca de usted. Encuentre un mercado que acepte SNAP/EBT/Market Bucks. Use hasta \$10 SNAP/EBT, obtenga \$20 en Market Bucks para gastar en alimentos y productos agrícolas elegibles para SNAP.

tinyurl.com/225hrsza (Hunger Solutions)



ramseycounty.us/FoodResources

