



ਸੀਨੀਅਰਜ਼ ਬੱਸ

ਡੈਲਟਾ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ 65+ ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਡੈਲਟਾ ਬਜ਼ੁਰਗ ਮੁਫਤ ਟ੍ਰਾਂਸਪੋਰਟ ਬੁੱਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਰਾਈਡਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ: ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 9:00 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 4:00 ਵਜੇ ਵਿਚਕਾਰ

ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ 604-597-4876 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ

ਧੰਨਵਾਦ

ਡੈਲਟਾ ਸਿਟੀ ਇਸ ਬ੍ਰੇਜ਼ਰ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਦੌਰਾਨ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਯੋਗਦਾਨ ਲਈ ਫ੍ਰੇਜ਼ਰ ਹੈਲਥ ਅਥਾਰਟੀ, ਡੈਲਟਾ ਫੂਡ ਕੋਲੀਸ਼ਨ, ਨੋਰਥ ਡੈਲਟਾ ਫੂਡ ਸਕਿਉਰਿਟੀ ਗਰੁੱਪ ਅਤੇ ਡੈਲਟਾ ਪੇਵਰਟੀ ਰਿਡਕਸ਼ਨ ਐਕਸ਼ਨ ਟੇਬਲ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦਾ ਦਿਲੋਂ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵਸਨੀਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਇਸ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਮਰਥਣ ਤੋਂ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਹਾਂ।

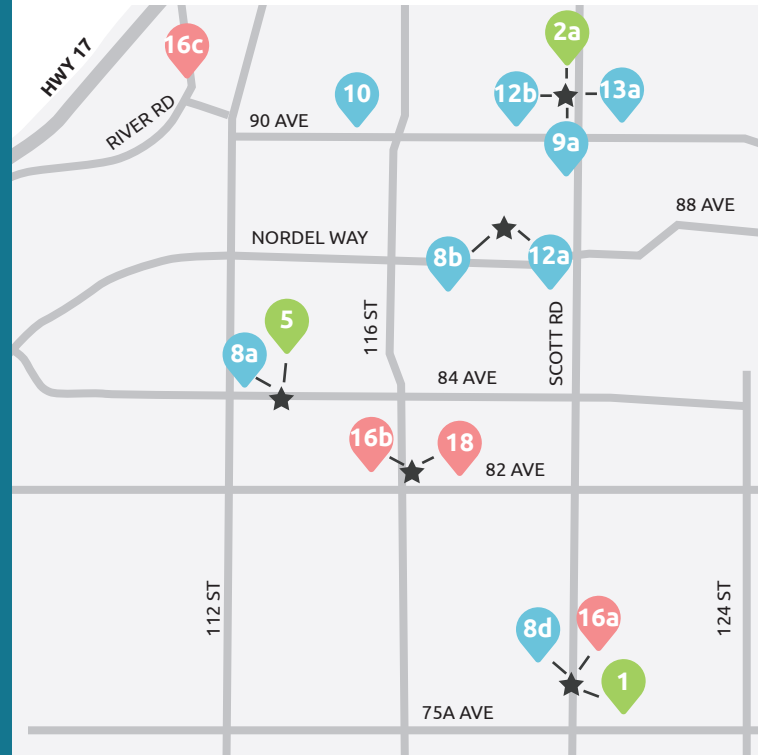
ਆਖਰੀ ਵਾਰ ਮਾਰਚ 2024 ਵਿੱਚ ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।

Delta

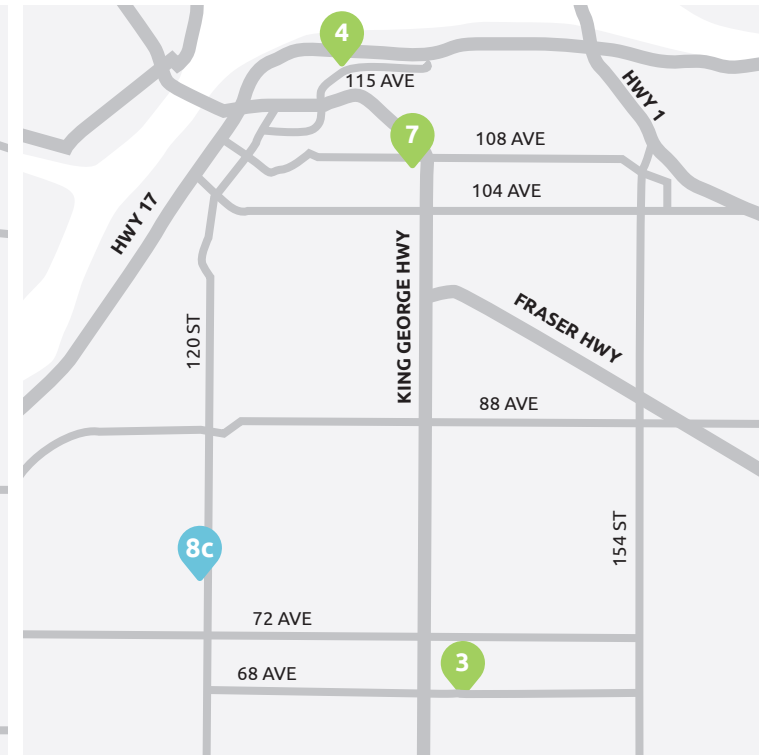


ਡੈਲਟਾ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਸਹਾਇਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ QR ਕੋਡ ਨੂੰ ਸਕੈਨ ਕਰੋ।

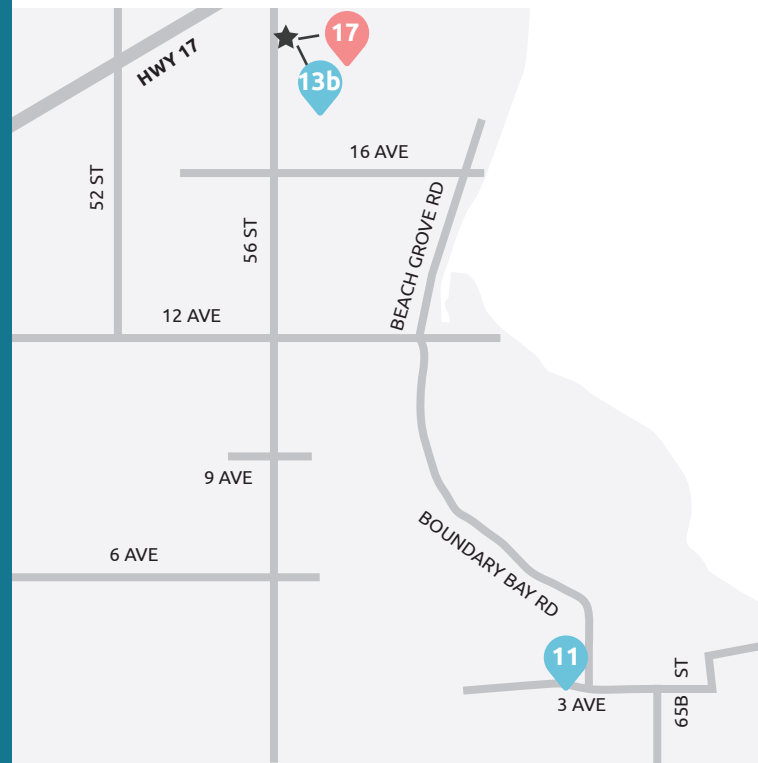
ਨੋਰਥ ਡੈਲਟਾ



ਸਰੀ



ਟਵਾਅਸਨ



ਲੈਡਨਰ



ਫੀਡਿੰਗ ਡੈਲਟਾ

ਭਾਈਚਾਰਕ
ਭੋਜਨ ਸਰੋਤ

Delta

ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਵੇਰਵਿਆਂ ਲਈ
ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਦੇਖੋ।

- 1 **ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਹਾਰਵੈਸਟ: ਕਰਾਸਰੋਡਸ ਯੂਨਾਈਟਿਡ ਚਰਚ**
ਮੁਫਤ ਉਤਪਾਦ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਬੈਂਕ ਲਿਆਓ।
ਪਹਿਲਾ ਅਤੇ ਤੀਜਾ ਐਤਵਾਰ: ਬਾਅਦ- ਦੁਪਹਿਰ 2 ਵਜੇ (ਲਾਈਨਾਂ ਬਾਅਦ- ਦੁਪਹਿਰ 1:30 ਵਜੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ)
7655 120th St, Delta | 778-593-1043
- 2 **ਡੈਲਟਾਸਿਸਟ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਫੰਡ: ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਭੋਜਨ**
ਮੁਫਤ, ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਗ੍ਰੇਸਰੀ ਸੰਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ।
ਸੋਮ-ਸ਼ੁੱਕਰ: ਸਵੇਰੇ 9 ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 4:30 ਵਜੇ ਤੱਕ
a) ਨੋਰਥ ਡੈਲਟਾ: 9097 120th St, Delta | 604-594-3455
b) ਲੈਡਨਰ: 202-5000 Bridge St, Delta | 604-946-9526
- 3 ***ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਫੂਡ ਬੈਂਕ**
ਮੁਫਤ ਮਹੀਨਾਵਾਰ ਸ਼ਾਕਾਹਾਰੀ ਗ੍ਰੇਸਰੀਆਂ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨ ਲਈ ਆਨਲਾਈਨ gnfb.ca 'ਤੇ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਬੁੱਕ ਕਰੋ।
ਸੋਮ-ਸ਼ੁੱਕਰ: ਦੁਪਹਿਰ 1 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 6 ਵਜੇ ਤੱਕ | ਸ਼ਨੀ-ਐਤ: ਸਵੇਰੇ 11 ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 6 ਵਜੇ ਤੱਕ
11188 84 Ave, Delta | 604-580-1313 | ਐਕਸਟੈਨਸ਼ਨ 1
- 4 **** ਮੁਸਲਿਮ ਫੂਡ ਬੈਂਕ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼**
ਵੀਗਨ ਅਤੇ ਧਾਰਮਿਕ ਖੁਰਾਕ ਸੰਬੰਧੀ ਲੋੜਾਂ ਵਾਲੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਮੁਫਤ ਗ੍ਰੇਸਰੀਆਂ।
ਸ਼ਨੀਵਾਰ: ਸਵੇਰੇ 7 ਤੋਂ 10 ਵਜੇ | 104-12941 - 115 Ave, Surrey
1-866-248-3868 | coordinator@muslimfoodbank.com
- 5 ***ਨੋਰਥ ਡੈਲਟਾ ਡਿਪੂ: ਸਕੂਲੀ ਫੂਡ ਬੈਂਕ**
ਦੇ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ ਮੁਫਤ ਗ੍ਰੇਸਰੀ। ਹਲਾਲ ਭੋਜਨ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।
ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਲਈ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਬੁੱਕ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਲ ਕਰੋ।
ਹਰ ਇੱਕ ਛੱਡ ਕੇ ਮੰਗਲਵਾਰ: ਸਵੇਰੇ 10 ਤੋਂ ਦੁਪਹਿਰ 12 ਵਜੇ ਤੱਕ
ਨੋਰਥਸਾਈਡ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਚਰਚ | 11300 84 Ave, Delta
604-581-5443 ਐਕਸਟੈਨਸ਼ਨ 105
- 6 ***ਸਾਊਥ ਡੈਲਟਾ ਫੂਡ ਬੈਂਕ**
ਮੁਫਤ ਹਫ਼ਤਾਵਾਰੀ ਗ੍ਰੇਸਰੀਆਂ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਫੂਡ ਬੈਂਕ ਦੇ ਸਮਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰੋ।
ਬੁੱਧਵਾਰ: ਸਵੇਰੇ 8:30 ਤੋਂ 11 ਵਜੇ ਤੱਕ
ਲਾਈਟਹਾਊਸ ਚਰਚ | 5545 Ladner Trunk Rd, Delta
604-946-1967 | southdeltafoodbank@gmail.com
- 7 **** ਟਾਈਨੀ(ਛੋਟੇ) ਬੰਡਲਸ: ਸਕੂਲੀ ਫੂਡ ਬੈਂਕ**
ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਜਾਂ 5 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਮੁਫਤ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਵਸਤੂਆਂ। ਬੁੱਧਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 9 ਤੋਂ ਦੁਪਹਿਰ 1 ਵਜੇ ਤੱਕ
10732 City Pkwy, Surrey | 604-581-5443 ਐਕਸਟੈਨਸ਼ਨ 111

*ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਲੋੜੀਂਦੀ ਹੈ - ਵੇਰਵਿਆਂ ਲਈ ਕਾਲ ਜਾਂ ਈਮੇਲ ਕਰੋ।
** ਸਹੀ ਮਿਤੀਆਂ ਅਤੇ ਕੰਮਕਾਜੀ ਸਮਿਆਂ ਲਈ ਕਾਲ ਕਰੋ।
ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਸਥਾਨਾਂ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਦੇਖੋ।

- 8 **ਮੁਫਤ ਪੈਂਟਰੀ ਆਈਟਮ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ**
ਭਾਈਚਾਰੇ ਲਈ ਮੁਫਤ ਪੈਂਟਰੀ ਆਈਟਮਾਂ। ਸੋਮ-ਸ਼ੁੱਕਰ: 24 ਘੰਟੇ ਨਿੱਕਲ ਨੁੱਕ ਪੈਂਟਰੀ | NDsmallpantry@gmail.com
a) ਨੋਰਥਸਾਈਡ ਚਰਚ | 11300 84th Ave, Delta
b) ਨਿਊ ਹੋਪ ਚਰਚ | 11838 88th Ave, Delta
c) ਸਨਸਾਈਨ ਰਿਜ਼ ਬੈਪਟਿਸਟ ਚਰਚ | 6230 120 St, Surrey
d) ਕਰਾਸਰੋਡ ਚਰਚ | 7655 120 St, Delta (May 2023)
ਸ਼ੇਅਰਿੰਗ ਕੰਪਬੋਰਡ / Kschierbecker@gmail.com
e) ਸੀਡਰ ਪਾਰਕ ਚਰਚ / 5300 44th Ave, Delta
- 9 ***ਡੈਲਟਾਸਿਸਟ ਕ੍ਰਿਸਮਸ ਹੈਂਪਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ**
ਯੋਗ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਮੁਫਤ ਕ੍ਰਿਸਮਸ ਹੈਂਪਰ।
a) ਨੋਰਥ ਡੈਲਟਾ | 9097 120th St, Delta
b) ਲੈਡਨਰ: 202-5000 Bridge St, Delta
604-594-3455 | inquiry@deltaassist.com
- 10 ***ਗਰੇਇੰਗ ਐਂਡ ਲਰਨਿੰਗ ਟੂਗੇਥਰ ਯੰਗ ਮਾਮਜ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ**
ਨੌਜਵਾਨ ਮਾਵਾਂ ਲਈ ਮੁਫਤ ਬੇਬੀ ਸਪਲਾਈਆਂ, ਬੱਸ ਦੀਆਂ ਟਿਕਟਾਂ ਅਤੇ ਦੁਪਹਿਰ ਦਾ ਖਾਣਾ।
ਵੀਰਵਾਰ: ਦੁਪਹਿਰ 12:20 ਤੋਂ 2:30 ਵਜੇ ਤੱਕ | ਗਿਬਸਨ ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਸਕੂਲ
11451-90th Ave, Delta | 604-999-7457 | rsandhu@bgcbc.ca
- 11 ****ਅਰਥਵਾਈਜ਼ ਸੋਸਾਇਟੀ**
ਡੈਲਟਾ ਫੂਡ ਕੋਲੀਸ਼ਨ ਹਾਰਵੈਸਟ ਬਾਕਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ
ਮੁਫਤ ਸਥਾਨਕ ਉਤਪਾਦ।
ਗਾਰਡਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ
ਸਾਲ ਭਰ ਭੋਜਨ ਉਗਾਉਣ ਅਤੇ ਟਿਕਾਊ ਜੀਵਨ ਬਾਰੇ ਵਰਚੁਅਲ ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਵਰਕਸ਼ਾਪਾਂ।
ਸ਼ੇਅਰਡ ਹਾਰਵੈਸਟ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ
ਇਕੱਠੇ ਕੀਤੇ ਗਏ ਮੁਫਤ ਫਲ ਜੋ ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ, ਭਾਗ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਘਰ ਦੇ ਮਾਲਕਾਂ ਅਤੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੇ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
6400 - 3rd Ave, Delta
604-946-9828 | info@earthwisesociety.bc.ca
- 12 **ਮੁਫਤ ਬਰੈੱਡ**
ਕੈਂਬਸ ਬਰੈੱਡ ਦੁਆਰਾ ਦਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ
a)**ਨਿਊ ਹੋਪ ਚਰਚ | ਬੁੱਧਵਾਰ : ਸ਼ਾਮ 7 ਵਜੇ
11838 88th Ave, Delta | 604-596-8178
ਮੈਂਟ ਕ੍ਰਿਸਟੋ ਬੇਕਰੀ ਦੁਆਰਾ ਦਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ
b) **ਡੈਲਟਾਸਿਸਟ | ਸੋਮ - ਸ਼ੁੱਕਰ: ਸਵੇਰੇ 9 ਤੋਂ ਦੁਪਹਿਰ 12 ਅਤੇ ਦੁਪਹਿਰ 1 ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 4:30 ਵਜੇ
9097 120th St, Delta | 604-594-3455 | inquiry@deltaassist.com
- 13 ***ਸਟਾਰਵਿਸ਼ ਪੈਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ**
ਸਕੂਲ ਸਟਾਫ਼ ਦੁਆਰਾ ਪਛਾਣੇ ਗਏ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਹਰ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਭੋਜਨ ਦੇ ਮੁਫਤ ਪੈਕ।
ਹੋਰ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਲਈ ਸਥਾਨਕ ਸਕੂਲ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।
a) ਨੋਰਥ ਡੈਲਟਾ ਰੇਟਰੀ/ਡੈਲਟਾਸਿਸਟ | 9097 120th St, Delta
604-594-3455, ਐਕਸਟੈਨਸ਼ਨ 121 | kamd@deltassist.com
b) ਸਾਊਥ ਡੈਲਟਾ ਬੈਪਟਿਸਟ ਚਰਚ | 1988 56th St, Delta
mgrierson@southdelta.org

- 14 **ਲੈਡਨਰ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਮੀਲ**
ਮੁਫਤ ਡਿਨਰ ਅਤੇ ਡੇਜ਼ਰਟ। ਹਰ ਕਿਸੇ ਦਾ ਸੁਆਗਤ ਹੈ।
ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਦੂਜੇ ਅਤੇ ਤੀਜੇ ਮੰਗਲਵਾਰ: ਸ਼ਾਮ 6 ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 7 ਵਜੇ ਤੱਕ
ਆਲ ਸੇਂਟਸ ਐਂਗਲੀਕਨ ਚਰਚ | 4755 Arthur Dr, Delta 604-946-8413
- 15 **ਲੈਡਨਰ ਸਨੈਕ**
ਮੁਫਤ ਕੋਫੀ, ਚਾਹ ਅਤੇ ਪੇਸਟਰੀਆਂ। ਹਰ ਕਿਸੇ ਦਾ ਸੁਆਗਤ ਹੈ।
ਵੀਰਵਾਰ: ਦੁਪਹਿਰ 2 ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 4 ਵਜੇ ਤੱਕ
ਲੈਡਨਰ ਯੂਨਾਈਟਿਡ ਚਰਚ | 4960 48 Ave, Delta | 604-946-6254
- 16 **ਨੋਰਥ ਡੈਲਟਾ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਮੀਲ**
ਮੁਫਤ ਪੇਸਟਿਕ ਡਿਨਰ। ਹਰ ਕਿਸੇ ਦਾ ਸੁਆਗਤ ਹੈ।
ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਸ਼ਾਮ 4:30 ਵਜੇ ਖੁੱਲ੍ਹਦੇ ਹਨ।
ਚੌਥੇ ਸ਼ਨੀਵਾਰ: ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ
a) ਕਰਾਸਰੋਡਸ ਯੂਨਾਈਟਿਡ ਚਰਚ | 7655 120 St, Delta
778-593-1043
\$6.00 ਗਰਮ ਦੁਪਹਿਰ ਦਾ ਭੋਜਨ। ਹਰ ਕਿਸੇ ਦਾ ਸੁਆਗਤ ਹੈ।
ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਹਰ ਦੂਜੇ ਸੋਮਵਾਰ: ਦੁਪਹਿਰ 12 ਤੋਂ 1:15 ਵਜੇ ਤੱਕ
ਜੁਲਾਈ ਅਤੇ ਅਗਸਤ ਵਿੱਚ ਬੰਦ
b) ਸੇਂਟ ਕਥਬਰਟ ਐਂਗਲੀਕਨ ਚਰਚ
11601 82 Ave, Delta | 604-594-8822
ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਮਾਗਮਾਂ ਦੌਰਾਨ ਮੁਫਤ ਭੋਜਨ।
c) **ਟ੍ਰਿਨਿਟੀ ਲੂਥਰਨ ਚਰਚ | 11040 River Rd, Delta
604-584-0111
- 17 **ਟਵਾਅਸਨ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਮੀਲ**
ਸਤੰਬਰ ਤੋਂ ਮਈ ਤੱਕ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਲਈ ਮੁਫਤ ਦੁਪਹਿਰ ਦਾ ਭੋਜਨ।
ਤੀਜੇ ਮੰਗਲਵਾਰ: ਸਵੇਰੇ 11:30 ਵਜੇ
ਸਾਊਥ ਡੈਲਟਾ ਬੈਪਟਿਸਟ ਚਰਚ
1988 56 St, Delta | 604-943-8244
- 18 ***ਹੈਲਥੀਅਸਟ ਬੇਬੀਜ਼ ਪੇਸੀਬਲ ਲੰਚ ਕਲੱਬ**
ਗਰਭਵਤੀ ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਲਈ ਮੁਫਤ ਦੁਪਹਿਰ ਦਾ ਭੋਜਨ, ਗਰਭਧਾਰਨ ਸਮੇਂ ਦੇ ਵਿਟਾਮਿਨ, ਗ੍ਰੇਸਰੀ ਸਟੋਰ ਦੇ ਗਿਫਟ ਕਾਰਡ, ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਕੱਪੜੇ।
ਹਰ ਇੱਕ ਛੱਡ ਕੇ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ: ਸਵੇਰੇ 11 ਤੋਂ ਦੁਪਹਿਰ 1 ਵਜੇ ਤੱਕ
ਸੇਂਟ ਕਥਬਰਟ ਚਰਚ | 11601 - 82nd Ave, Delta
604-583-1017 | hbp@options.bc.ca

ਸੋਮਵਾਰ	2	3	8	12b	16b	17	B	C1	D		
ਮੰਗਲਵਾਰ	2	3	5	8	12b	14	15	17	B	C2	D
ਬੁੱਧਵਾਰ	2	3	6	7	8	10	12a	12b	B	C1	D
ਵੀਰਵਾਰ	2	3	8	10	12b	B	C2	D			
ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ	2	3	8	12b	13	18	B	C1	D		
ਸ਼ਨੀਵਾਰ	3	4	8	12b	16						
ਐਤਵਾਰ	1	3	8	12b							

ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਵੇਰਵਿਆਂ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸੰਬੰਧਿਤ ਨੰਬਰ ਵੇਖੋ।