



Recursos de Comida

Bancos de Comida- Página 2

- Downtown Frederick, Walkersville, Brunswick, Emmitsburg, Knoxville, Jefferson, Thurmont, Urbana, Middletown

Recursos de Comida- Página 6

- Food Stamps, SHARE, School Meals, Summer Meal Sites, MD Hunger Solutions, Asian American Center of Frederick, Meals on Wheels

Recursos de Empleo- Página 9

- Workforce Services, Asian American Center of Frederick, Unemployment Insurance, Child Care Scholarships

Programas de Emergencia- Página 10

- Emergency Assistance for Families & Children, Temporary Cash Assistance, Glade Valley Emergency Relief Fund

Salud Mental y Crisis- Página 12

- 988, 211, Centro de Crisis, Behavioral Health Services, Behavioral Health Partners

Banco de Panales- Página 14

¿Necesita Ayuda? Llame 2-1-1

2-1-1 es una forma rápida y fácil de encontrar información y obtener referencias para muchos programas y servicios en Maryland.

Conéctese con recursos local para alimentos y otros programas en la comunidad. Obtenga ayuda con la salud mental. Referencias y evaluación de elegibilidad.

- Llame 2-1-1
- Mande texto con su Código postal a 898-211 o TXT-211
- Visite: <https://211md.org/>

Use el sitio web “Feeding Frederick” para encontrar comida gratuito: <https://feedingfrederick.com/>

Bancos de Comida - Traiga ID y prueba de dirección de Frederick

Community Action Agency (centro de Frederick)

Dirección: 14 East All Saints Street Frederick, MD 21701

Número: 301-600-1506

Sitio web: <https://www.cityoffrederick.com/462/Food-Bank-Program>

- Proveen suministro de comida para 3-5 días a familias y individuos

Centro de Frederick (14 East All Saints Frederick, MD 21701):

Lunes, Martes, Jueves y Viernes: 2-4pm

Lunes y Miércoles: 6-8pm

Trinity Food Bank (6040 New Design Road Frederick, MD 21703):

Martes, Miércoles, Jueves: 2-4pm

Comida Preparada (100 South Market Street Frederick, MD 21701):

- Abierto todos los días: 5-6:30pm

Frederick Rescue Mission

Dirección: 419 West South Street Frederick, MD 21701

Número: 301-695-6633

Sitio web: www.therescuemission.org

Centro de Distribución de Comida/Banco de Comida: Cajas llenas con una variedad de comida disponibles para recoger

- Martes, Miércoles y Jueves: 1:30-3:30pm (Por favor traiga sus propias bolsas)

Comidas Calientes:

- Desayuno es 7-8am todos los días
- Almuerzo es 12-1:30pm Lunes-Sábado y de 1-2pm Domingo

Glade Valley Food Bank

Dirección: 21 West Frederick Street Walkersville, MD 21793 (en el edificio de Town Hall/Ayuntamiento)

Número: 301-845-4229

Sitio web: <http://gladevalley.org/services/food-bank/>

Horario:

Lunes: 6:30 - 7:30pm

Jueves: 1-3pm

Brunswick Food Bank

Dirección: 18 S. Maple St Brunswick, MD 21716

Número: 301-834-9718

Sitio web: <http://www.brunswickbeacon.org/food-bank/>

Facebook: <https://www.facebook.com/brunswickfoodbank/>

Horario:

Jueves 6:30-7:30pm

Emmitsburg Food Bank

Dirección: 130 S. Seton Avenue Emmitsburg, MD 21727 (usa la entrada trasera)

Número: 717-642-6963

Sitio web: https://www.emmitsburgmd.gov/community_outreach/food_bank/index.php

Horario:

- Martes: 7-8pm
- Miércoles: 7-8pm
- Viernes: 10-11am
- Sábado: 10-11am

Knoxville Food Bank

Dirección: Mt. Zion AME Church 202 Jefferson Pike Knoxville, MD 21758
Número: 301-834-7221

Debe llamar para averiguar las horas. Las horas varían y cambian con frecuencia.

St. Paul's Lutheran Church Food Bank (Jefferson)

Dirección: Casa Parroquial 3866 Jefferson Pike Jefferson, MD 21755
Número: 301-473-8626 y 301-371-5721
Sitio web: <https://www.stpauljeff.com/Food-Bank>

Horario- ubicado en la rampa trasera de la iglesia
1^{er} y 3^{er} Sábado de cada mes de 9-11am

- Un suministro típico de alimentos para una familia de 4-6 incluye artículos como: frijoles horneados, atún, estofado, chile, pollo enlatado, pasta/marinara, vegetales enlatados, sopa, fruta enlatada, cereal, mantequilla de maní, papas, arroz y otros alimentos no perecederos.

Thurmont Food Bank

Dirección: 10 Frederick Road Thurmont, MD 21788
Número: 301-271-4554 and 240-288-1865 (solo cuando este abierta)
Sitio web: <http://www.thurmontfoodbank.com/>

- Esta operando con servicio de entrega en el auto con cajas preempacadas. Los autos comienzan hacer fila 30 minutos antes de la apertura.
- Siguen los cierres del sistema escolar. Si las escuelas cierran, el banco de comida esta cerrada.
- Comida de emergencia se almacenan en un recipiente de plástico en una esquina del banco de alimentos, por si cierra debido al mal tiempo o si no puede llegar en horario regular.

Horario:

- Martes 5-7pm
- Viernes 4-6pm

Greater Urbana Area Food Bank

Número: 240-529-4815. Necesita llamar para aprender el ubicación.

Solamente con cita. Necesita llamar para aplicar y programar una cita.

*****NECESITA** vivir en una las siguientes ciudades: Urbana, Buckeystown, Green Valley, Monrovia, New Market, Kemptown, Adamstown

Middletown Food Bank

Dirección: 301 West Main Street Middletown, MD 21769

Número: 301-371-3182

Sitio web: <http://www.middletownvalleyfoodbank.com/location-hours-and-mission.html>

Horario:

Miércoles 1-3pm

Sábado 9-11am

Cada adulto mayor de 18 años debe traer:

- ID con foto y prueba de residencia en Frederick.

I Believe in Me & Youth City Matrix

Distribución de alimentos- los días, horas y lugares varían cada semana.

Visite su página de Facebook para ver su horario y ubicaciones.

Página de Facebook: <https://www.facebook.com/ibmfrederick/>

Recursos de Comida

Estampillas de Comida/ Food Stamps (Supplemental Nutrition Assistance Program)

Número: 301-600-4555

Correo electrónico: fcdss.fia@maryland.gov

Aplique en línea: <https://mydhrbenefits.dhr.state.md.us>

Sitio web: <https://dhs.maryland.gov/food-supplement-program/>

Reciba una tarjeta electrónica de beneficios (EBT) que puede usarse como una tarjeta de débito para comprar alimentos en la tienda. Los beneficios se reciben mensualmente y dependen de los ingresos y el tamaño de la familia.

- ¿Necesita ayuda en solicitar las estampillas de comida o asistencia monetaria temporal?

Existen programas comunitarios que pueden ayudar:

- Centro de Beneficios de Maryland - Beneficio de Datos de Confianza (BDT): 833-373-5867
- Maryland Hunger Solutions (MHS): 866-821-5552

SHARE

Número: 800-217-4273

Sitio web: <https://www.catholiccharitiesdc.org/program/share-food-network/>

Recibe comestibles a aproximadamente al 50% del costo. Gaste \$22 para recibir paquetes por valor de \$50 de alimentos básicos y saludables. Siempre de 4-6 libras de proteínas congeladas y de 8-12 libras de frutas y verduras frescas, a veces con comestibles de temporada o artículos de postre.

Llame al 800-217-4273 para registrarse y ser referido a un sitio cercano a usted.

Comidas Escolares- Desayuno, almuerzo, y comidas durante el verano para estudiantes de escuelas públicas que califican

- Aplica por el sitio para comidas escolares gratuitos o reducidos:
<https://www.myschoolapps.com/Application>

Comida Durante el Verano-“*Summer Meal Sites*”- Frederick County Public Schools

Número: 301-644-5061

Sitio web: Aún no esta disponible para 2025. Por favor busque “FCPS Maryland Summer Meal Sites”

Gratis para TODOS los niños de 18 años y menores. No tiene que ser estudiante de FCPS para participar.

Horario:

Ubicaciones y horarios para 2025 se anunciaron Junio 2025.

Sirvan desayuno frío y almuerzo caliente. Varios ubicaciones.

Maryland Hunger Solutions

Número: 410-528-0021

Sitio web: <https://www.mdhungersolutions.org/get-help/>

Proveen ayuda para conectarse con los recursos alimentarios de la comunidad.

Asian American Center of Frederick

Número: 301-694-3355

Dirección: 1306 W Patrick St, Suite 5A, Frederick, MD 21703

Sitio web: <https://aacfmd.org/i-need-help/>

Sirven a personas de todos los idiomas y orígenes. Pueden ayudar a proveer elementos esenciales como alimentos, jabón, pañales, etc. Pueden ayudar con aplicaciones para las estampillas de comida, desempleo, asistencia médica y más.

Comidas a Domicilio/Meals on Wheels

Número: 301-600-3524

Sitio: <https://frederickcountymd.gov/159/Meals-on-Wheels-Home-Delivered-Meals>

Proveen dos comidas diarias gratuitas para adultos confinados en el hogar de 60 años o mayores o adultos de cualquier edad con una condición de salud crónica o discapacidad que cumplan los requisitos del programa.

Llame o visite el sitio web para revisar la información de elegibilidad y para aplicar.

Empleo

Workforce Services (Servicios a los Trabajadores)

Número: 301-600-2255

Sitio web: <https://www.frederickworks.com/>

Pueden ayudar con la información del seguro de desempleo, ofertas de trabajo, búsquedas de empleo, oportunidades de trabajo desde el hogar, planificación de carrera y más.

Asian American Center of Frederick

Número: 301-694-3355

Sitio web: <https://aacfmd.org/workforce-development/>

Sirven a personas de todos los idiomas y orígenes. Orientación personalizada con un administrador de casos profesional. Información sobre becas o financiación para capacitación en industrias de alta demanda. Talleres de búsqueda de empleo. Orientación profesional.

Unemployment Insurance (Seguro de Desempleo)

Número: 1-877-293-4125

Sitio web: <https://www.dllr.state.md.us/employment/unemployment.shtml>

¿Se habían reducido sus horas o ha perdido su trabajo? Solicite el seguro de desempleo para recibir ayuda financiera mientras busca otro trabajo.

Child Care Scholarship (CCS) (Ayuda con el cuidado de niños)

Número: 301-600-4555

Sitio web: <https://earlychildhood.marylandpublicschools.org/child-care-providers/child-care-scholarship-program>

Provee Asistencia financiera para los gastos de cuidados de niños para familias que cumplen con los requisitos de elegibilidad.

Programas para Emergencias

Emergency Assistance for Families & Children (EAFC) (Asistencia para emergencias)

Número: 301-600-4555

Sitio web: <https://dhs.maryland.gov/weathering-tough-times/emergency-assistance/>

Proveen asistencia en efectivo de emergencia a las familias que necesitan ayuda para pagar un aviso de desalojo, servicios públicos, etc.

Temporary Cash Assistance (Asistencia temporaria en efectivo)

Número: 301-600-4555

Sitio web: <https://dhs.maryland.gov/weathering-tough-times/temporary-cash-assistance/>

Proveen asistencia en efectivo por corto tiempo para familias con niños menores. Debe cumplir con los requisitos de ingresos y otros requisitos de elegibilidad. Reciba una tarjeta electrónica de beneficios (EBT) que puede usar como una tarjeta de débito para comprar alimentos y otras necesidades en la tienda. Los beneficios se reciben mensualmente y dependen de los ingresos y el tamaño de la familia.

Glade Valley Emergency Relief Fund (Fundos de emergencia)

Número: 301-845-4229

Sitio web: <http://gladevalley.org/services/emergency-relief-fund/>

Pueden ayudar con servicios públicos (electricidad, agua, gas para calefacción, hipoteca/alquiler, medicamentos recetados, otros gastos médicos). Otros tipos de asistencia de emergencia serán considerados caso por caso.

Brunswick Emergency Relief Fund (Fundos de emergencia)

Número: 301-834-9718

Sitio: <https://www.brunswickbeacon.org/emergency-relief-fund/>

Proporciona asistencia de emergencia a hogares en Brunswick para el pago del alquiler, facturas de servicios públicos, depósitos de seguridad y necesidades de los niños en edad escolar. Atienden llamadas telefónicas el primer y tercer miércoles de cada mes.

Salud Mental

Línea de vida 988 para casos de suicidio y crisis

Llame al 988 para recibir apoyo gratuito y confidencial las 24 horas, los 7 días de la semana, para personas en situación de necesidad. Recursos de prevención y crisis disponibles para usted y sus seres queridos.

211

Marque 211, luego presione 1 o envíe un mensaje de texto con su código postal al 898-211 o TXT-211

Sitio: <https://pressone.211md.org/>

Conéctese con ayuda para la depresión, ansiedad, abuso de drogas y alcohol, pensamiento suicidas o cualquier otra crisis.

Walk-In Crisis Care Center

340 Montevue Lane Frederick, MD 21702

Número: 211 or 301-662-2255

Sitio: <https://fcmha.org/how-we-help/behavioral-health/>

Gratuito. Disponible 24 horas al día, los 7 días a la semana.

Behavioral Health Services- Frederick County Health Department

Número: 301-600-1755

Sitio: <https://health.frederickcountymd.gov/131/Behavioral-Health-Services>

Detección y apoyo de salud mental. Ayuda con la adicción.

Behavioral Health Partners- Frederick

Número: 301-663-8263, ext. 301

Sitio: <https://www.sheppardpratt.org/care-finder/behavioral-health-partners-of-frederick/>

Proveen servicios integrales de salud mental a niños, adolescentes y adultos.



DIAPER BANK

"For Those in Need of a Change"

**Primer y Tercer Jueves
de Cada Mes
5 - 7 pm en la
En La Iglesia GC3
en la 2100 Rosemont, Frederick**

Pañales gratis!

(UNA bolsa por cada niño)

Pañales desde un recién nacido
hasta el número 7

Donar es fácil.
Aquí está lista
de deseos
nuestra!



**¿Puede usted ayudar? ¿Tienes pañales
extra? Se necesitan donaciones!**

Tienen alguna pregunta? Por favor mándenos
un text o un e-mail electrónico:
240-397-9887 gc3diaperbank@gmail.com

Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.

Actualizada 5/23/2025