

# FOOD DISTRIBUTION ASHLAND, MA



## GROCERIES

### Ashland Food Pantry

162 W. Union Street, Ashland | 508-532-7949

- Non-perishable items; fresh and frozen meats, vegetables and fish; fresh produce and fruits.
- You must present proof of residence in Ashland, be at least 18 years of age, and complete an application.

### A Place to Turn

99 Hartford St, Natick | 508-655-8868

- Emergency food pantry for low-income families in need of food resources.
- Serving families/individuals that live in: Ashland, Dover, Framingham, Holliston, Hopkinton, Hudson, Marlborough, Medfield, Medway, Milford, Millis, Natick, Northborough, Sherborn, Southborough, Sudbury, Wayland, Wellesley, Westborough, or Weston.
- Families are able to visit the pantry every 30 days with a proof of address (ex: utility bill, lease, credit card bill, etc.)

### Project Just Because

77 South St, Hopkinton, MA | 508-435-6511

- They provide proteins, dairy products, shelf-stable dry goods, fruits, vegetables, beverages, sweets, bread and gluten-free groceries for dietary needs.
- No appointments needed/ open to all MA Residents.
- Upon first visit, please bring identification.
- Also offer new and gently used clothing for adults and children. All items are free of charge.
- Please bring reusable shopping bags.

### Beacon of Hope Food Pantry

360 Water St. Framingham | 508-877-2151

- All MetroWest residents are welcome to shop at this pantry.
- No appointments or paperwork required.

### Sudbury Food Pantry

160 Concord Rd. Sudbury | 978-443-7725

- Everyone is invited to shop at the pantry once per week, regardless of what town you live in.
- They offer nonperishable food items, bread, eggs, dairy, frozen meat, and personal care products. In the summer they typically have fresh organic vegetables from local farms.
- To schedule a time slot, please go to the web site and click on PICK UP FOOD.

## MEALS

### Ashland Lions Club

162 W Union St, Ashland | 508-881-0140

- The free breakfast includes coffee, juice, pastries.

### Meals on Wheels

Meal delivery to homes | 508-573-7200

- The program is open to people over the age of 60, who are homebound or unable to prepare meals.

### Need Additional Food Resources?

Call Project Bread's  
FoodSource Hotline  
**1-800-645-8333**

Hotline Hours  
Monday-Friday: 8am - 7pm  
Saturday: 10am - 2pm

Food assistance in 180 languages.



**SCAN THE QR CODE TO SEE THE  
FOOD ACCESS CALENDAR!**



**[METROWESTFOODCOLLABORATIVE.ORG/FIND-FOOD-1](https://METROWESTFOODCOLLABORATIVE.ORG/FIND-FOOD-1)**

# LISTA DE DISTRIBUCIÓN DE ALIMENTOS EN ASHLAND



## COMESTIBLES

### Ashland Food Pantry

162 W. Union Street, Ashland | 508-532-7949

- Artículos no perecederos; carnes, verduras y pescados frescos y congelados; productos frescos y frutas.
- Debe presentar prueba de residencia en Ashland, tener al menos 18 años de edad y completar una solicitud.

### A Place to Turn

99 Hartford St, Natick | 508-655-8868

- Despensa de alimentos de emergencia para familias de bajos ingresos que necesitan recursos alimentarios.
- Sirviendo a familias/individuos que viven en: Ashland, Dover, Framingham, Holliston, Hopkinton, Hudson, Marlborough, Medfield, Medway, Milford, Millis, Natick, Northborough, Sherborn, Southborough, Sudbury, Wayland, Wellesley, Westborough o Weston.
- Las familias de pueden visitar la despensa cada 30 días con una prueba de domicilio (ex: factura de servicios públicos o factura de tarjeta de crédito, etc.)

### Despensa de alimentos en Sudbury

160 Concord Rd. Sudbury | 978-443-7725

- Todos están invitados a comprar en la despensa una vez por semana, independientemente de la ciudad en la que vivas.
- Ofrecen alimentos no perecederos, pan, huevos, lácteos, carne congelada, y productos de cuidado personal. En el verano hay verduras orgánicas frescas de granjas locales.
- Para programar una recogida, vaya al sitio web y [haga clic en PICK UP FOOD](#).

### Beacon of Hope Food Pantry

360 Water St. Framingham | 508-877-2151

- Todos los residentes de MetroWest pueden comprar en esta despensa.
- No se requieren citas ni trámites.

### Project Just Because

77 South St, Hopkinton, MA | 508-435-6511

- Proporcionan proteínas, productos lácteos, productos secos estables, frutas, verduras, bebidas, dulces, pan y alimentos sin gluten.
- También ofrece ropa nueva y de uso suave para adultos y niños. Todos los artículos son gratuitos.
- No se necesitan citas / abierto a todos los residentes de MA.
- En la primera visita, traiga identificación.
- Por favor traiga bolsas de compras reutilizables.

## COMIDAS

### Ashland Lions Club

162 W Union St, Ashland | 508-881-0140

- El desayuno gratuito incluye café, zumo y bollería.

### Meals on Wheels

508-573-7200

- La elegibilidad incluye: personas mayores de 60 años, sus cónyuges y dependientes discapacitados, que: tienen impedimentos físicos, emocionales o cognitivos (consulte el calendario de alimentos para conocer los requisitos de elegibilidad adicionales).

### ¿No está inscrito en SNAP o necesita recursos alimentarios adicionales?

Llame a la línea directa de Project Bread: 1-800-645-8333

Horario de la línea directa:  
Lunes-Viernes: 8am - 7pm y Sábado: 10am - 2pm

**Asistencia alimentaria en 180 idiomas.**

¡ESCANEE EL CÓDIGO QR PARA VER EL CALENDARIO DE ACCESO A ALIMENTOS!

[METROWESTFOODCOLLABORATIVE.ORG/FIND-FOOD-1](https://METROWESTFOODCOLLABORATIVE.ORG/FIND-FOOD-1)



# LISTA DE DISTRIBUIÇÃO DE ALIMENTOS EM ASHLAND



## MANTIMENTOS

### Dispensa de Alimentos de Ashland

162 W. Union Street, Ashland | 508-532-7949

- Itens não perecíveis; carnes, vegetais e peixes frescos e congelados; produtos frescos e frutas.
- Você deve apresentar comprovante de residência em Ashland e ter pelo menos 18 anos de idade e preencher um requerimento.

### A Place to Turn

99 Hartford St, Natick | 508-655-8868

- Dispensa alimentar de emergência para famílias de baixa renda que precisam de recursos alimentares.
- Atendendo famílias/indivíduos que moram em: Ashland, Dover, Framingham, Holliston, Hopkinton, Hudson, Marlborough, Medfield, Medway, Milford, Millis, Natick, Northborough, Sherborn, Southborough, Sudbury, Wayland, Wellesley, Westborough ou Weston.
- As famílias podem ir à cada 30 dias mediante comprovante de endereço (ex: conta de luz, aluguel, fatura do cartão de crédito, etc.)

### Dispensa de Alimentos de Sudbury

160 Concord Rd. Sudbury | 978-443-7725

- Todos são convidados a fazer compras na dispensa uma vez por semana, independentemente da cidade em que você mora.
- Eles oferecem alimentos não perecíveis, pão, ovos, carne congelada e produtos de higiene pessoal. No verão, eles normalmente têm vegetais orgânicos e frescos de fazendas locais.
- Para agendar uma coleta, acesse o site e [clique em PICK UP FOOD](#).

### Beacon of Hope Food Pantry

360 Water St. Framingham | 508-877-2151

- Todos os residentes do MetroWest podem fazer compras nesta dispensa.
- Não é necessário agendamento ou documentação.

### Project Just Because

77 South St. Hopkinton | 508-435-6511

- Compras de alimentos gratuita para todos os residentes de Massachusetts com proteínas de alta qualidade, comidas secas, frutas, vegetais, bebidas, doces, pães e mercearia sem glúten para clientes com restrições alimentares.
- Roupas novas e em bom estado também disponíveis para adultos e crianças. Todos os itens são gratuitos.
- Aberto a todos os residentes de MA, não é necessário agendamento.
- Na primeira visita, traga identificação.
- Por favor, traga sacolas de compras reutilizáveis.

## REFEIÇÕES

### Ashland Lions Club

162 W Union St, Ashland | 508-881-0140

- O café da manhã gratuito inclui café, suco e comidas da confeitaria.

### Meals on Wheels

Meal delivery to homes | 508-573-7200

- O programa é aberto a pessoas com mais de 60 anos, que estejam acamados ou que não podem cozinhar sozinhos.

### Não está inscrito no SNAP ou precisa de recursos alimentares adicionais?

Ligue para a Project Bread: 1-800-645-8333

Horário de funcionamento:  
Segunda a sexta: 8h às 19h e sábado: 10h às 14h

**Assistência alimentar em 180 idiomas.**

ESCANEIE AQUI PARA VER O CALENDÁRIO DE ACESSO A ALIMENTOS



[METROWESTFOODCOLLABORATIVE.ORG/FIND-FOOD-1](https://METROWESTFOODCOLLABORATIVE.ORG/FIND-FOOD-1)



# DISTRIBISYON MANJE ASHLAND, MA



## PWOVIZYON

### Ashland Food Pantry

162 W. Union Street, Ashland | 508-532-7949

- Pwodu ki pa ka gate; vyann, legim ak pwason ki fre ak vyann, legim ak pwason yo sere nan frizè; danre ak fwi fre.
- Se pou w prezante yon prèv ki montre ou abite Ashland epi ki montre ou genyen omwen 18 lane, epi se pou w ranpli yon aplikasyon.

### A Place to Turn

99 Hartford St, Natick | 508-655-8868

- Yon depo manje pou ede fanmi ki pa gen anpil revni e ki bezwen manje yo jwenn manje nan sityasyon ijans.
- L ap sèvi fanmi/moun ki rete nan vil sa yo: Ashland, Dover, Framingham, Holliston, Hopkinton, Hudson, Marlborough, Medfield, Medway, Milford, Millis, Natick, Northborough, Sherborn, Southborough, Sudbury, Wayland, Wellesley, Westborough oswa Weston.
- Fanmi yo kapab ale nan depo manje a yon fwa chak 30 jou, depi yo bay yon prèv adrès yo (p. eg. yon bòdwo kouran, dlo oswa gaz, yon kontra lokasyon, yon bòdwo kat kredi, elatriye).

### Sudbury Food Pantry

160 Concord Rd. Sudbury | 978-443-7725

- Tout moun envite vin chèche sa yo bezwen nan depo manje sa a yon fwa pa semèn, kèlkeswa vil yo rete a.
- Li bay pwovizyon ki pa gate, pen, ze, pwodu ki fèt ak lèt, vyann yo sere nan frizè ak pwodu pou swen pèsònèl. Nan sezon lete, li konn gen legim òganik fre ki soti nan fèm lokal yo.
- Pou rezève yon lè, tanpri ale sou sitwèb la epi klike sou PICK UP FOOD (vin pran kèk manje).

### Beacon of Hope Food Pantry

360 Water St. Framingham | 508-877-2151

- Tout rezidan MetroWest yo envite pou yo vin chèche sa yo bezwen nan depo manje sa a.
- Ou pa bezwen ni randevou ni okenn papye.

### Project Just Because

77 South St. Hopkinton | 508-435-6511

- Li bay pwoteyin, pwodu ki fèt ak lèt, pwodu sèk ki pa gate rapid, fwi, legim, bwason, manje dous, pen ak pwovizyon ki pa gen glitèn pou moun ki nan rejim.
- Ou pa bezwen randevou/li ouvè pou tout rezidan MA yo.
- Tanpri vini ak papye idantifikasyon w si se pou premye fwa w ap vini.
- Epitou, li ofri rad ki tounèf ak rad ki prèske pa itilize pou adilt ak timoun yo. Tout atik yo gratis.
- Tanpri vini ak sak ou ka itilize plizyè fwa pou pran atik yo.

## REPA

### Ashland Lions Club

162 W Union St, Ashland | 508-881-0140

- Li bay dejene gratis ki gen kafe, ji ak patisri.

### Meals on Wheels

Meal delivery to homes | 508-573-7200

- Pwogram nan ouvè pou tout moun ki genyen plis pase 60 lane, ki oblije rete lakay yo oswa ki pa kapab fè manje.

## Èske ou bezwen lòt resous pou jwenn manje?

Rele liy asistans FoodSource nan Project Bread la nan 1-800-645-8333

Orè liy asistans lan se lendi pou vandredi, soti 8è nan maten rive 7è diswa, ak samdi, soti 10è nan maten rive 2è nan aprèmidi.

**Gen moun ki disponib nan 180 lang pou ede w jwenn manje.**

ESKANE KÒD QR LA POU KONSILTE KALANDRIYE  
POU JWENN MANJE A!

[METROWESTFOODCOLLABORATIVE.ORG/FIND-FOOD-1](https://METROWESTFOODCOLLABORATIVE.ORG/FIND-FOOD-1)

