

MEALS ON WHEELS

老人、家人和护理者资讯



请阅读本手册, 了解:

- Meals on Wheels服务简介。
- 在多伦多及周边地区哪里可以找到这些服务。
- 如何联系Meals on Wheels。



Sinai Health System

HEALTHY AGEING AND GERIATRICS

什么是MEALS ON WHEELS?

Meals on Wheels向因残疾或疾病而无法自己烹饪或购买餐食的人士提供冷冻餐或热餐。Meals on Wheels向几个地区有需要的人士配送价格实惠的餐食。

Meals on Wheels由几个不同的社区组织运营。您所在地区的Meals on Wheels组织会在一天的不同时间配送餐食。

如需了解您所在地区有哪些社区组织配送餐食, 配送时间, 以及费用如何, 请联系您附近的Meals on Wheels提供者。第一步, 您可以联系第3页的Community Navigation Access Program (CNAP) 或Meals on Wheels Ontario。

MEALS ON WHEELS联系信息

COMMUNITY NAVIGATION ACCESS PROGRAM (CNAP)

如需联系当地 Meals on Wheels, 请联系Community Navigation Access Program (CNAP), 该计划将帮助您协调您所在地区的合适的社区机构。



1-877-621-2077



www.cnap.ca

CIRCLE OF CARE - 犹太教MEALS ON WHEELS

Circle of Care提供由多伦多地区犹太教食规协会 (Kashruth Council of Toronto) 准备的价格实惠的营养犹太餐食。



416-635-2860



www.circleofcare.com

MEALS ON WHEELS ONTARIO

如需了解当地 Meals on Wheels, 请访问 Meals on Wheels Ontario, 查看合作机构地图及其服务地区。



www.mealsonwheels.ca

VILLA COLOMBO

Villa Colombo为居住在Finch Avenue以南、Castlefield Avenue以北、Jane Street以东和Bathurst Street以西的50岁以上人士提供意大利热餐食, 餐费9加元。









www.villacharities.com

大多伦多地区MEALS ON WHEELS

如需了解该地区Meals on Wheels, 请联系以下组织在您当地的分支机构。

大多地区MEALS ON WHEELS服务

Brampton Meals on Wheels		905-453-4140 分机 3720
Caledon Meals on Wheels		905-857-7651
Mississauga Meals on Wheels		905-403-9494
Oakville Meals on Wheels		905-842-1411
Richmond Hill Meals on Wheels		905-713-6596
Durham Meals on Wheels		519-372-2091

如需了解安大略 Meals on Wheels 服务的完整名单, 请访问:



www.mealsonwheels.ca/find-your-local-meals-on-wheels

其他送餐选择

GROCERY GATEWAY

在网上购买食品杂货，Grocery Gateway会将您购买的物品送上门。



905-564-8778 或 1-877-447-8778



www.grocerygateway.com

TODAY'S MENU

在整个大多伦多地区配送做好的餐食。



416-698-8667



www.todayismenu.ca

HALAL MEALS

在整个大多伦多地区配送烹饪好的清真餐食。



1-877-627-7861



www.halalmeals.ca

FOODORA

在整个大多伦多地区配送餐馆餐食。



www.foodora.com/city/Toronto

Sinai Health System的Healthy Ageing and Geriatrics计划以及Circle of Care并不宣传本指南列出的资源(不为其做广告)。这些资源仅供您参考。

本系列中的更多健康资源：

- 延长寿命,享受健康--健康老龄化指南
- 预防在家中跌倒
- 钙、维生素D和骨骼健康
- 记忆问题一般建议
- 如何防止和应对神志不清
- 应对便秘
- 改善尿失禁
- 应对老人睡眠问题
- 识别和应对听力丧失
- 老人安全用药
- 替代决定人和委托代理人
- 虐待老人
- 应对护理者的压力

本系列中的更多社区资源：

- 社区交通方式
- 如何登记 Wheel-Trans
- 驾驶评估服务
- 辅助器具计划的行动辅具资助

请访问www.sinaigeriatrics.ca/healtheducation了解有关老年人、家庭和护理者的更多资源。

本资料仅用于提供信息,不可替代专业医疗建议、诊断或治疗。请向医护人员咨询有关具体医疗问题的建议。本材料可复印,仅供非商业目的个人使用。

谨向以下组织鸣谢,感谢他们对支持健康老龄化教育资源的支持:



The Ben and
Hilda Katz
Foundation



Mon Sheong Foundation和Ben and Hilda Katz Foundation慷慨提供资金,帮助支持健康老龄化教育资源的印刷和翻译。

老年人事务部通过
Seniors Community Grant
Program (老年人社区补助金计划)
向本活动提供资金支持。