



帮助我们为蒙哥马利县、华盛顿特区和巴尔的摩的数千名儿童和家庭提供紧急粮食援助和免费课外活动。

—— So What Else 食物救援银行 ——

CAN WE DO TO HELP? 我们能帮忙做什么?

联系我们: 301-887-3808 info@sowhatelse.org





您知道吗?

So What Else (SWE) 食物银行:

- SWE是马里兰州最大的食品银行之一吗?
- 自2020年3月以来, SWE已分发了1.05亿磅食物?
- 仅在2023年秋季, SWE就分发了200万磅苹果?
- SWE支持175个合作伙伴, 向他们提供食物?
- 在过去五年里, SWE已进行过115,000次食品送货?
- 截至到现在, 仅在2025年, SWE已经分发了902,000磅

葡萄?

- 在我们的高服务周, 一周内我们可以回收并分发813,000磅食物?
- 每年有97,000吨食物在马里兰州蒙哥马利县被丢弃?
- 据估计, 每年有30-40%的食品供应被浪费, 这些食物可以足够养活30亿人?
- 通过SWE, 供养一个人一整年的食物费用(1095餐)仅需200美元, 大约每餐20美分?
- 在SWE, 1000美元的投资可以为一个5口之家提

供一整年每餐的食物?

- 每周每人从SWE领取的食品盒重60到100磅, 零售价大约为150美元的食物?

您知道吗? —— 食品救援的力量

So What Else 每周救援并分发44万磅食物, 但为了跟上需求, 我们迫切需要三辆新车, 两辆用于巴尔的摩和蒙哥马利县的冷藏箱式卡车, 以及一辆用于华盛顿特区的货车。如果您愿意捐赠, 请扫二维码捐款, 谢谢!



我们还可以做什么来帮助您?

So What Else (SWE) 是一家 501(c)(3) 非营利组织, 致力于通过提供饥饿救济、创新青少年项目和服务学习项目, 帮助巴尔的摩-华盛顿大都会区的弱势群体。

SWE 的使命:

SWE 的使命是通过提供食品安全、基本生活必需品以及高质量的课外活动项目(涵盖识字、体育、视觉艺术和表演艺术), 改善蒙哥马利县、巴尔的摩和华盛顿特区弱势社区中儿童和家庭的生活。同时, 我们鼓励年轻人通过创造各年龄段的志愿服务机会, 回馈社区。

SWE 致力解决的问题和社区影响力:

在美国有成千上万的孩子在课外时间无人看管, 光在华盛顿特区和马里兰州就有约 212,455 名儿童在放学后无人看管, 且无法获得健康的食物。在美国有 20% 的儿童可能面临食品短缺问题, 然而美国每年约浪费 80 亿磅的食品。这些严重的社会问题在 COVID-19 大流行和近期的通货膨胀后更进一步的加剧了, 导致许多低收入家庭的孩子和家庭面临饥饿和食品短缺的风险。SWE 主要为来自低收入家庭的儿童和家庭提供三项重要服务:

一: 紧急饥饿救济

SWE 是大华盛顿地区最大的饥饿救济机构之一, 拥有马里兰州最多的“开放接收时间”服务社区。SWE 还是免费提供基本生活必需品(如尿布、衣物和学校用品)的最大供应机构。我们的食物银行每周通过 150 多个站点, 向 24,000 人分发 300,000 磅食物和成千上万的生活必需品。

二: 青少年发展项目

SWE 目前开展过 102 个课后班和夏令营, 为学生提供安全的课外活动、解决他们的食品保障问题, 并积极为他们提供教学指导。我们多元化的课程促进了青少年的学业成绩, 激发社区参与, 和团队的合作与同理心, 为促进社区的健康的生活方式, 提升心理健康, 并倡导环保意识做出了积极贡献。我们的青少年发展项目每年为 55 个贫困社区的约 3,150 名儿童提供服务。

三: 志愿者机会

SWE 是一个服务型组织, 致力于在社区中树立和激励他人参与服务。SWE 为个人提供了“在自己社区回馈他人”的机会。每年, SWE 为各个年龄段的志愿者提供 30,000 小时的志愿服务机会。

我们的座右铭:

帮助孩子; 帮助社区; 帮助孩子回馈社区。

如何参与:

如果您想免费获取食物, 请访问 <https://sowhatelse.org/food-pick-up-appointments/>

如果您想成为志愿者, 请访问 <https://sowhatelse.org/volunteer/>

如果您想捐赠, 请访问 <https://sowhatelse.org/donors/>

如有任何问题, 请发邮件至 info@sowhatelse.org



中文翻译: 华府青年 CYOC
小记者 Ruichen Feng
校正: Joy Wu





A Night in Amalfi

Saturday, May 31, 2025 6:30-10:30PM

阿马尔菲之夜

加入 So What Else, 参加...
阿马尔菲之夜 —— 一场独特的晚宴和娱乐之夜, 旨在支持捐助 So What Else 食物银行, 活动将于 2025 年 5 月 31 日(星期六)举行。着装要求为意大利里维埃拉风格 (Italian Riviera chic)。活动 100% 的收益将用于大巴尔的摩-华盛顿地区的食物回收和分发工作。请社会各界爱心人士扫以下二维码, 购买门票, 赞助我们的活动!

名额有限! 请在 5 月 15 日之前购票。活动地点将在注册后提供。

