

CRC Rideau-Rockcliffe CRC

Food Bank /Banque alimentaire

LIST OF NEEDED ITEMS / LISTE DES DENRÉES DEMANDÉES

The most needed items

Peanut butter
Whole Wheat Pasta
Rice (brown, wild, white)
Sugar / Salt / Spices
Low sugar and low-sodium products
Gluten-free products
Cooking oil

Other items

Spaghetti sauce
Canned vegetables and fruits
Cereals
Canned fish and meat such as ham, tuna, salmon, and other seafood
Skim milk powder

Toiletries

Toothbrushes, feminine products, adults' diapers (S/M/L) men and women toilet paper, soap. Other: laundry soap, dish soap

School snacks: Juice box, fruit cups, crackers, granola bars (peanut free)

What we do not need:

Candy, chocolate, chips, pop
Dented cans, opened food, food with no expiry date or expiring soon

Les besoins les + urgents

Beurre d'arachide
Pa tes de ble complet
Riz (brun, sauvage, blanc)
Sucre/Sel/épices
Produits à faible teneur en sucre et à faible teneur en sodium
Produits sans gluten
Huile de cuisson

Autres articles

Sauce à spaghetti
Conserves de légumes et de fruits
Céréales
Viandes et poissons en conserve tels que jambon, thon, sardine, saumon et autres fruits de mer
Lait et crème en poudre

Articles de toilette

Brosses à dents, produits féminins, couches d'adultes (P/M/L) hommes/femmes papier hygienique, savon. Autre: savon à lessive, savon à vaisselle,

Collation pour boîtes à lunch : boîtes de jus, coupes de fruits, biscuits, barres tendres (sans arachides)

Ce que nous ne voulons pas :

Bonbons, chocolat, croustilles, soda
Conserves abîmées, nourriture ouverte, nourriture sans date d'expiration ou qui expire bientôt.



Centre de ressources communautaires
RIDEAU-ROCKCLIFFE
Community Resource Centre

Overbrook • Forbes • Carson Grove • Manor Park
Lindenlea • Rockcliffe • New Edinburgh

CRC Rideau-Rockcliffe CRC
2020 Programs / Programme

MOST NEEDED ITEMS / ITEMS LES PLUS DEMANDÉS



-Non-perishable food items

-Hygiene products

-Gifts for children 0-12 years old (\$20 max)

-Gift cards for preteens (\$25)

-New or gently used winter gear (mittens, gloves, hats, scarves, coats)

-New socks and undergarments of all sizes

-Bags of fresh fruits/vegetables if dropped off the same week (carrots, potatoes, squash, apples, oranges, lemons, sweet potatoes and other in packs)



-Articles alimentaires non périssables

-Produits d'hygiène

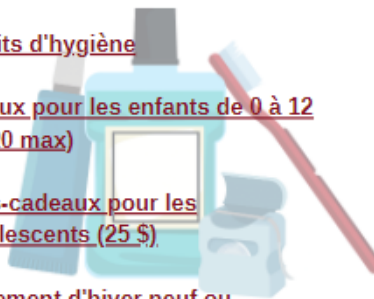
-Cadeaux pour les enfants de 0 à 12 ans (\$20 max)

-Cartes-cadeaux pour les préadolescents (25 \$)

-Équipement d'hiver neuf ou légèrement usagé (mitaines, gants, bonnets, écharpes, manteaux)

-Nouvelles chaussettes et sous-vêtements (pour enfants et adultes)

-Sacs de fruits / légumes frais si déposés la même semaine (carottes, pommes de terre, courges, pommes, oranges, citrons, patates douces et autres paquets emballés)



To arrange a drop off, please call / Pour organiser un dépôt, veuillez appeler
Sophie

613-745-0073 EXT 100 or/ou email reception.desk@ccrr.org



Centre de ressources communautaires
RIDEAU-ROCKCLIFFE
Community Resource Centre

Overbrook • Forbes • Carson Grove • Manor Park
Lindenlea • Rockcliffe • New Edinburgh

