



HelpinBrum

لإيجاد المساعدة في برمنغهام

هل أنت قلق بشأن ارتفاع تكاليف المعيشة؟

ابحث عن بعض تفاصيل الاتصال المفيدة للحصول على المشورة والدعم.

يعمل مجلس بلدية مدينة برمنغهام وشركاؤه على دعم وتقديم التوجيه لسكاننا خلال أزمة تكلفة المعيشة في المملكة المتحدة.

نريد دعم أكبر عدد ممكن من سكاننا عبر المجالات الرئيسية الموضحة في هذه النشرة.

ترحيب دافئ:

نحن نعمل مع المجتمع السكاني المحلي وشراكة من منظمات القطاع التطوعي والمجتمعي لتوسيع شبكة من المساحات الدافئة.

ستكون هذه المساحات الدافئة متاحة للناس لاستخدامها وزيارتها خلال فترة الشتاء وما بعدها.

هناك العديد من مساحات الترحيب الدافئة الموجودة داخل المجتمعات المحلية في جميع أنحاء المدينة. مساحات الترحيب الدافئة هي كالتالي:

- شاملة واثابتها غير معتمدة على الحكم
- دافئة ومتاحة للوصول إليها بالمجان

ستختلف الخدمات في كل مكان ولكنها قد تشمل ما يلي:

- معلومات عن مزيد من الدعم الإضافي والتوجيه المتاح
- فرص للمشاركة في الأنشطة وتعلم أشياء جديدة
- اتصال مجاني بالإنترنت واستخدام أجهزة الكمبيوتر ونقاط الشحن
- بيئة ودية للتواصل مع الآخرين داخل المجتمع

يمكنك العثور على تفاصيل مساحات الترحيب الدافئة الحالية في برمنغهام على

www.birmingham.gov.uk/warmwelcome

استمر في إعادة التحقق عبر الإنترنت حيث سيتم إطلاق المزيد من المساحات أسبوعيًا.

الإعانات والإرشادات المالية:

أثناء أزمة ارتفاع تكلفة المعيشة، من المهم أيضًا التأكد من أنك تحصل على الإعانات والإرشادات المالية المناسبة لك. يوجد أدناه العديد من بوابات المعلومات التي يمكن أن تساعد.

لمعرفة الإعانات التي يحق لك الحصول عليها، من الأفضل استخدام حاسبة الإعانات المقدمة من الحكومة. اكتشف المزيد باستخدام هذا الرابط للوصول إلى حاسبة الإعانات - Benefits calculators - GOV.UK

قام مجلس بلدية مدينة برمنغهام أيضًا بتطوير العديد من أوراق الحقائق الخاصة بتقديم الدعم التي توفر معلومات مفيدة حول مجموعة من المسائل المتعلقة بالديون. يمكنك عرض وتنزيل معلومات حول إدارة ديونك

managing your debt | Birmingham City Council

إذا كنت تعاني من ديون وتحتاج إلى مشورة ودعم، يمكنك أيضًا زيارة www.birmingham.gov.uk/livingsupport

والتي يمكن أن تساعدك في توجيهك إلى المعلومات الصحيحة.

هناك أيضًا خدمات أخرى تقدم نصائح مجانية وسرية:

- المشروع - الفوائد والديون والاستشارات السكنية The Project - على الهاتف: www.theprojectbirmingham.org | 0121 453 0606

مكتب إرشاد المواطنين Citizens Advice Birmingham - يقدم الإرشادات والنصائح حول الإعانات

والديون والإسكان والمزيد من ذلك على الهاتف

www.bcabs.org.uk | 0808 2787990

مركز موارد المعوقين Disability Resource Centre - خدمات الإرشاد والمناصرة للأشخاص من ذوي

الإعاقات على الهاتف

www.disability.co.uk | 03030 402 040

الكفاءة في استخدام الطاقة:

مع ارتفاع تكاليف الطاقة، نحن ملتزمون بخفض فواتير الطاقة ومساعدة الجميع على أن ينعوموا بالدفء مع اقترابنا من أشهر الشتاء.

هناك العديد من المخططات المتاحة بالفعل للمقيمين، مع المعلومات والإرشادات الكاملة المتاحة في الحصول على

المساعدة في فواتير الطاقة الخاصة بك Getting help with your energy bills

كان هناك ارتفاع كبير في عمليات الاحتيال المتعلقة بالمساعدات بتكاليف الطاقة المرتبطة بأزمة تكلفة المعيشة.

يوجد بعض الدعم المفيد على موقع مجلس بلدية مدينة برمنغهام لتجنب عمليات الاحتيال هذه.

الاحتيال المتعلق بمساعدات تكاليف الطاقة | الاحتيال والخداع

Energy scams | Scams and hoaxes

يتوفر دعم آخر

هناك أيضًا الكثير من الدعم على المستويين المحلي والوطني. فيما يلي بعض جهات الاتصال الرئيسية إذا كنت بحاجة إلى معلومات أو إرشادات:

الدعم المتعلق بالعمر في المملكة المتحدة برمنغهام Age UK Birmingham
خدمات المعلومات والإرشادات وخط المساعدة لكبار السن (50+) وأسرههم ومقدمي الرعاية
www.ageuk.org.uk/birmingham | 0121 437 0479

الدعم بالصحة العقلية في برمنغهام "برمنغهام مايند" Birmingham Mind
تقديم الإرشاد والمعلومات والتوجيه للمتضررين من مشاكل الصحة العقلية على الرقم الهاتفي
www.birminghammind.org | 0121 262 3555

الدعم في الأمور المالية Moneyhelper
نصائح للمساعدة في تحسين وضعك المالي على الرقم الهاتفي
www.moneyhelper.org.uk | 0800 138 7777

وقف المخاوف المتعلقة بالقروض Stop Loan Sharks
تحقق هذه المؤسسة وتفاوض مقرضي الأموال غير الشرعيين وتقدم الدعم للمقترضين على الرقم الهاتفي
www.stoploansharks.co.uk | 0300 555 2222

تعال إلينا Turn2Us
المعلومات والدعم المالي على الرقم الهاتفي 0808 802 2000
www.turn2us.org.uk | benefits-calculator.turn2us.org.uk

مساعدة المرأة في برمنغهام وسوليهول Birmingham and Solihull Women's Aid
دعم النساء والأطفال المتأثرين بالعنف المنزلي وسوء المعاملة تعلق الرقم الهاتفي
www.bswaid.org | 0800 800 0028

المأوى Shelter
استشارات بشأن الإسكان على الرقم الهاتفي 0808 800 4444
england.shelter.org.uk

جمعية الرفاه الفعّال The Active Wellbeing Society
الاستماع والتواصل ودعم الناس لكي يشعروا بأنه يتم الاستماع إلى ما يهمهم، ومساعدة الناس في الاتصال مع الآخرين، ولكي يكونوا نشيطين، ويعيشون بشكل جيد، ويصلون إلى المعلومات على الرقم الهاتفي
www.theaws.co.uk/listen-connect | 0121 728 7030

مركز دعم اللاجئين والمهاجرين The Refugee and Migrant Centre
تقديم المشورة بشأن الهجرة والإسكان والعوز والرعاية الصحية والتوظيف والتعليم وإعادة التوطين والمواطنة على الرقم الهاتفي
www.rmcentre.org.uk | 0121 374 0140

خدمات سبترفير Spitfire Services
تقم الاستشارة في المسائل المالية والإعانات والإسكان والتوظيف على الرقم الهاتفي
www.spitfireservices.org.uk | 0121 747 5932

الدعم بتكاليف الطعام:

جعلت أزمة تكلفة المعيشة من الصعب على كثير من الناس تحمل تكاليف الطعام. إذا كان هذا هو شيئاً تواجهه، فهناك العديد من نقاط توفير المعلومات أدناه والتي يمكن أن تساعدك.

البنوك الغذائية:

نحن نعلم أن الوصول إلى بنك غذائي أو مشاريع أخرى لأول مرة يمكن أن يكون أمرًا شاقًا. ومع ذلك، يبذل المتطوعون قصارى جهدهم لجعل الزوار يشعرون بالترحيب.

قال أحد الزوار "لقد كانت مجرد لمسة شخصية صغيرة جعلت المرء يشعر بالترحيب به وفي المناسبات التي كنتُ أعيشُ فيها ميزانية صغيرة، شعرت أيضًا أن هناك شخصًا ما يهتم ويقدر أننا غير بأوقاتٍ كانت صعبة."

للعثور على بنك غذائي أو دعم غذائي آخر، يرجى زيارة خريطة شبكة العدالة الغذائية في برمنغهام
Birmingham Food Justice Network Map

بطاقة البداية الصحية

إذا كنتِ سيدة حامل في الأسابيع العشر الأولى أو أكثر من الحمل، أو أن لديك طفل بعمر أقل من أربع سنوات، أو أنك أو عائلتك تحصلين على إعانات معينة، فقد تكوني مؤهلة للحصول على بطاقة البداية الصحية.

تتضمن هذه البطاقة نقدًا لكي تستخدمها في المتاجر لشراء ما يلي: الحليب البقري العادي، الفاكهة والخضروات الطازجة والمجمدة والمعلبة؛ البقول الطازجة والمجففة والمعلبة؛ وحليب الأطفال المصنوع من حليب البقر. يمكنك أيضًا الحصول على فيتامينات مجانية.

لمعرفة المزيد وطريقة التقديم، تفضلي زيارة www.birmingham.gov.uk/healthystart

الوجبات المدرسية المجانية

يمكنك أيضًا التحقق مما إذا كان بإمكان طفلك الحصول على وجبات مدرسية مجانية. تفضلي زيارة الأهلية للحصول على الوجبات المدرسية المجانية free school meals eligibility لمعرفة ما إذا كنتِ مؤهلة للحصول عليها.

(سيؤدي هذا أيضًا إلى تسجيلك تلقائيًا في برنامج الإجازات والأنشطة و الغذاء.)

يتوفر مزيد من المعلومات

يتوفر المزيد من المعلومات على موقع مجلس بلدية مدينة برمنغهام www.birmingham.gov.uk/

livingsupport والتي يمكن أن ترشدك إلى منظمات مختلفة بناءً على المساعدة التي قد تحتاجها. أو بدلاً من ذلك، اتصل على

الرقم الهاتفي 0121 303 9944 وسيتمكن أحد فريق خدمة الزبائن لدينا من مساعدتك