

الدعم في تكاليف المعيشة

لسكان بابيرج

إذا كنت بحاجة إلى الدعم في تكاليف المعيشة، فإن **مجلس مقاطعة بابيرج** يمكنه تزويدك بالمعلومات وإيجاد منظمات أخرى يمكنها مساعدتك. كما يمكنهم تقديم الدعم والمشورة إذا كنت معرضًا لخطر فقدان منزلك.

للحصول على المزيد من المعلومات، زر: www.babergh.gov.uk/web/babergh/cost-of-living

إذا كنت مستأجرًا وتواجه صعوبة في تكبد تكاليف الإسكان أو رسوم الخدمة، فقد تكون مؤهلاً للحصول على الدعم من Household Support Fund (صندوق دعم الأسرة). للحصول على المزيد من المعلومات، زر: www.babergh.gov.uk/w/household-support-fund

ويمكنك كحدل بديل الاتصال على الرقم **0300 123 4 000** من الاثنين إلى الجمعة.

مكتب مشورة المدنيين يُسدي المشورة المجانية بشأن العديد من القضايا. يمكنهم المساعدة في المعونات والديون وزيادة الدخل والمشاكل في العمل أو مع مالك البيت. إذا كان مورّد الطاقة يريد تقييدك بعدد الدفع المسبق، فيمكنهم المساعدة.

يمكن العثور على المزيد من المعلومات بالاطّلاع على موقع مكتب مشورة المدنيين www.sudburycab.org.uk أو الاتصال بمكتب مشورة المدنيين في سودبوري والمقاطعة على الرقم **01787 321400** من الاثنين إلى الخميس من الساعة 10:00 صباحًا إلى الساعة 03:00 عصرًا.

الدعم في الغذاء

إذا كنت تواجه صعوبة في تحمل تكاليف الغذاء والمستلزمات، فألّق نظرة على العنوان:

www.babergh.gov.uk/food-and-essentials

يمكنك العثور على خارطة مراكز توزيع الطعام ومخازن الطعام في سوفولك على infolink.suffolk.gov.uk/food

إذا كنت بحاجة إلى حزمة غذاء، فالرجاء الاتصال على الرقم **0300 123 4 000** أو بمكتب مشورة المدنيين المحلي لإحالة



الدعم في تكاليف المعيشة

لسكان شرق سوفولك

خدمة EASE THE SQUEEZE

EASE THE SQUEEZE

أنشأ **مجلس شرق سوفولك** خدمة "Ease the Squeeze" لمساعدة السكان على تحمل تكاليف المعيشة المتزايدة.

زر العنوان www.eastsuffolk.gov.uk/community/squeeze لاكتشاف المزيد حول مشاريع "Ease the Squeeze" وكل ما تقدمه من شبكة "Warm Welcomes" والمنح لإعداد المخازن للمجتمع ومراكز توزيع الأزياء المدرسية ومساحات تنمية المجتمع. يشمل المجتمع الجديد "Help Hub" في شرق سوفولك مسؤولي المساعدة المجتمعية، ويمكنهم تقديم الدعم والمشورة العمليين، ومسؤولي الإدماج المالي، ويمكنهم مساعدة السكان على المطالبة بحقوقهم وتقليل فواتيرهم ونفقاتهم.

اتصل بالمركز لإجراء إحالة (لنفسك أو لشخص آخر): www.eastsuffolk.gov.uk/ بشأن **تكلفة المعيشة** أو اتصل على الرقم **2000 0333 016** لطلب المساعدة المادية.

مكتب مشورة المدنيين في شرق سوفولك

يمكنه المساعدة في المعونة والتوظيف والديون وقضايا المستهلك (بما في ذلك الاحتيال) والأسرة والصحة ومساعدة الأشخاص على الحصول على الأموال أو القسائم للطعام أو الوقود أو العناصر المنزلية.

كما يمكنهم المعارضة على فاتورة من مزود الطاقة أو الاستفسار عنها.

يحتوي موقعهم www.caes.org.uk على أجوبة على أسئلة رئيسية وقائمة مكاتبتهم وفروعهم وروابط لخدمة المشورة الخاصة بهم ونموذج البريد الإلكتروني.

أرسل بريدًا إلكترونيًا إلى advice@caes.org.uk أو اتصل مجانًا على **0808 2787866**. الخطوط متاحة 5 أيام في الأسبوع بين الساعة 10:00 صباحًا و02:00 ظهرًا.

الدعم في الغذاء

يمكنك العثور على خارطة مراكز توزيع الطعام ومخازن الطعام في سوفولك على infolink.suffolk.gov.uk/food

الدعم في تكاليف المعيشة

لسكان إبسويثش

إذا كنت بحاجة إلى الدعم في تكاليف المعيشة، زر: www.ipswich.gov.uk/content/cost-living-support للحصول على معلومات حول مجموعة من القضايا. يمكنك العثور على منظمات محلية أخرى يمكنها مساعدتك هنا. إذا كنت مستأجرًا وتواجه صعوبة في تكبد تكاليف الإسكان أو رسوم الخدمة، فقد تكون مؤهلاً للحصول على الدعم من Household Support Fund (صندوق دعم الأسرة). يمكن لمجلس حي إبسويثش تقديم الدعم والمشورة إذا كنت معرضًا لخطر فقدان منزلك.

للحصول على المزيد من المعلومات حول صندوق دعم الأسرة والدعم الآخر المتوفر في منطقتك، زر: www.ipswich.gov.uk/HSF

مكتب مشورة المدنيين هي جمعية خيرية مستقلة تقدم مشورة معتمدة حول قضايا مثل المعونات والديون وزيادة الدخل والتوظيف والإسكان والطاقة.

كما يمكنهم دعمك إذا كنت معرضًا لخطر أن يقطع مورّد الطاقة الخدمة.

إذا كانت لديك مشكلة، فهم نقطة بداية رائعة.

www.citizensadviceipswich.org.uk www.citizensadvicesuffolk.org.uk اتصل على الرقم 0808 278 7867

من الاثنين إلى الجمعة من الساعة 09:00 صباحًا إلى الساعة 05:00 مساءً

الدعم في الغذاء

إذا كنت تواجه صعوبة في تحمل تكاليف الغذاء والمستلزمات، فيمكنك العثور على خارطة مراكز توزيع الطعام ومخازن الطعام في سوفولك على infolink.suffolk.gov.uk/food

هناك 11 كنيسة في إبسويثش تقدم متاجر لملء المخزون الغذائي

www.ipswichtopupshops.co.uk

إذا كنت بحاجة إلى حزمة غذائية عاجلة، فيمكنك العثور على وكالة إحالة محلية على

www.findipswich.org.uk

الدعم في تكاليف المعيشة

لسكان غرب سوفولك

الدعم المتبادل
تكلفة المعيشة



إذا كنت أنت أو شخص تعرفه في غرب سوفولك تواجهون صعوبة في تحمل تكاليف المعيشة، فهناك دعم ومشورة للمساعدة. للحصول على التفاصيل، اطلع على موقع **مجلس غرب سوفولك** على العنوان: www.westsuffolk.gov.uk/cost-of-living

مكتب مشورة المدنيين يُسدي المشورة المجانية بشأن العديد من القضايا. يمكنهم المساعدة في المعونات والديون وزيادة الدخل والمشاكل في العمل أو مع مالك البيت. إذا كان مورّد الطاقة يريد تقييدك بعدد الدفع المسبق، فيمكنهم المساعدة.

يمكن العثور على المزيد من المعلومات بالاطّلاع على موقع مكتب مشورة المدنيين www.suffolkwestcab.org.uk أو من خلال الاتصال بمكتب مشورة المدنيين في غرب سوفولك على الرقم **0808 278 7868** من الاثنين إلى الجمعة من الساعة 09:30 صباحًا إلى الساعة 03:30 عصرًا

الدعم في الغذاء

هناك مراكز توزيع طعام في جميع أنحاء غرب سوفولك. للمزيد من المعلومات، زر العنوان: www.westsuffolk.gov.uk/cost-of-living/food.cfm

الدعم في تكاليف المعيشة

لسكان مركز سوفولك

إذا كنت بحاجة إلى الدعم في تكاليف المعيشة، فإن **مجلس مركز مقاطعة سوفولك** يمكنه تزويدك بالمعلومات وإيجاد منظمات أخرى يمكنها مساعدتك.

كما يمكنهم تقديم الدعم والمشورة إذا كنت معرضًا لخطر فقدان منزلك.

للحصول على المزيد من المعلومات، زر:

www.midsuffolk.gov.uk/web/babergh/cost-of-living

إذا كنت مستأجرًا وتواجه صعوبة في تكبد تكاليف الإسكان أو رسوم الخدمة، فقد تكون مؤهلاً للحصول على الدعم من Household Support Fund (صندوق دعم الأسرة).

للمزيد من المعلومات، زر العنوان: www.midsuffolk.gov.uk/w/household-support-fund

ويمكنك كحدل بديل الاتصال على الرقم 0300 123 4 000 من الاثنين إلى الجمعة.

مكتب مشورة المدنيين يُسدي المشورة المجانية بشأن العديد من القضايا. يمكنهم المساعدة في المعونات والديون وزيادة الدخل والمشاكل في العمل أو مع مالك البيت. إذا كان مورّد الطاقة يريد تقييدك بعدد الدفع المسبق، فيمكنهم المساعدة.

يمكن العثور على المزيد من المعلومات بالاطّلاع على موقع مكتب مشورة المدنيين www.midsuffolkcab.org.uk أو الاتصال بمكتب مشورة المدنيين في مركز سوفولك على الرقم **01449 676060** من الاثنين إلى الخميس من الساعة 09:30 صباحًا إلى الساعة 03:30 عصرًا، وأيام الجمعة من الساعة 09:30 صباحًا إلى الساعة 12:30 ظهرًا

الدعم في الغذاء

إذا كنت تواجه صعوبة في تحمل تكاليف الغذاء والمستلزمات، فآلق نظرة على العنوان:

www.midsuffolk.gov.uk/food-and-essentials

يمكنك العثور على خارطة مراكز توزيع الطعام ومخازن الطعام في سوفولك على

infolink.suffolk.gov.uk/food

إذا كنت بحاجة إلى حزمة غذاء، فالرجاء الاتصال على الرقم **0300 123 4 000** أو بمكتب مشورة المدنيين المحلي لإحالة