



# دليل الأغذية في حالات الطوارئ في برايتون

**بنوك الطعام** هي مشاريع يديرها المجتمع المحلي، وتوفر الأغذية للأشخاص التاليين:

- الأشخاص غير القادرين على شراء الطعام
- الأشخاص الذين يمرون بأزمة
- الأشخاص الذين يحتاجون إلى المساعدة لفترة قصيرة
- الأشخاص الذين لديهم مرافق للطهي
- الأشخاص الذين يعيشون في منطقتها المحلية.



لا تستطيع بنوك الطعام أن توفر سوى الإمدادات الأساسية فقط لأنها تستخدم الأغذية المتبرع بها. وهذا يعني أنه لا يمكنها أن تلبى جميع احتياجاتك الغذائية.



سوف تطلب منك معظم بنوك الطعام الحصول على إحالة أولاً قبل أن تتمكن من الذهاب إليها. الإحالة هي عندما تتصل منظمة موثوقة ببنك الطعام نيابة عنك.



للوصول إلى بنك الطعام المحلي الخاص بك، يمكنك أن تطلب من هؤلاء الأشخاص إحالتك:

- طبيبك



- العامل المسؤول عن دعمك
- معلمك أو معلم أطفالك

- المؤسسات الخيرية التي تقدم النصائح المالية
- المجلس البلدي أو القادة الدينيين

تستطيع خدمات سسكس للترجمة (**Sussex Interpreting Services**) أن تقدم إحالات لبنوك الطعام للأشخاص الذين لا يتحدثون الإنجليزية.

هناك أيضاً متاجر الأغذية المجتمعية، وهي مفيدة إذا كان لديك كمية محدودة من المال لشراء الطعام. تطلب متاجر الأغذية المجتمعية رسوم رمزية مقابل كيس كبير من الضروريات الغذائية. إن هذا النوع من المشاريع لا يحتاج إلى إحالة.



يمكنك أيضاً زيارة مشروع يوفر الوجبات الساخنة المجانية أو منخفضة التكلفة. وسيكون هذا مفيداً إذا لم يكن لديك مرافق للطهي في المنزل.



-المؤسسات الخيرية التي  
تقدم النصائح المالية مثل  
مكتب إرشاد المواطنين  
(Citizen's Advice) أو  
مكتب (Money Advice Plus)

بعض خدمات المجلس مثل الصندوق  
الاجتماعي التقديري المحلي (Local  
Discretionary Social Fund) أو  
إدارة الإسكان



العاملين المسؤولين عن  
الدعم في مجال الصحة  
العقلية والنفسية

## من يمكنه إحالتك إلى بنك الطعام؟

المدارس الابتدائية أو  
الثانوية المحلية

الكنائس، والمساجد،  
والمعابد، والغوردوارا،  
وأماكن العبادة الأخرى

طبيبك العمومي  
(GP) أو أحد  
العاملين الصحيين

قم بمسح الرمز  
باستخدام كاميرا  
هاتفك

تستطيع خدمات سسكس للترجمة (Sussex Interpreting Services)  
أن تقدم إحالات لبنوك الطعام للأشخاص الذين لا يتحدثون الإنجليزية.  
[ben@sussexinterpreting.org.uk](mailto:ben@sussexinterpreting.org.uk) 234016 01273  
[www.sussexinterpreting.org.uk](http://www.sussexinterpreting.org.uk)



هناك قائمة بجميع بنوك الطعام ومحلات الأغذية المجتمعية والوجبات منخفضة  
التكلفة/ المجانية. اطلع على موقع شراكة الأغذية في برايتون وهوف  
(Brighton & Hove Food Partnership) هنا:  
[www.bhfood.org.uk/directory-hub/accessing-emergency-food](http://www.bhfood.org.uk/directory-hub/accessing-emergency-food)



يمكن لمجلس مدينة برايتون وهوف  
(Brighton and Hove City Council) المساعدة عن طريق تقديم الدعم  
الطارئ لفترة أسبوعين. يمكنك قراءة ترجمة موقعه الإلكتروني هنا:  
[www.brighton-hove.gov.uk/about-website/languages](http://www.brighton-hove.gov.uk/about-website/languages)

