سلام!

در این ویدئو کوتاه قرار است شما را با برخی حمایت‌ها و کمک‌های مربوط به بحران هزینه زندگی که شورای Camden و همکاران آن برای والدین و سرپرستان در نظر گرفته‌اند، آشنا کنم.

نخست، در وب‌سایت شورای Camden توصیه‌های کاربردی مختلفی درباره مشکلات پولی، بدهی، قبض انرژی و... ارائه شده است. به **camden.gov.uk/costofliving** مراجعه کنید یا از طریق **020 7974 4444 (گزینه 9)** با آنها تماس بگیرید.

 اگر گفتگوی حضوری را ترجیح می‌دهید، به مرکز Warm Welcome در محل خود مراجعه کنید. نشانی مرکز نزدیک به محل سکونت خود را از **camden.gov.uk/warmwelcome** بیابید

با استفاده از ماشین‌حساب رایگان مزایا می‌توانید ببینید که آیا از همه کمک‌های پولی که مستحق دریافت آنها هستید، برخوردار شده‌اید یا خیر. این سرویس در نشانی **benefits-calculator.turn2us.org.uk** در دسترس است

**اگر پدر/مادر مجرد هستید، در Camden زندگی می‌کنید و قصد ورود دوباره به بازار کار را دارید،** ممکن است بتوانید از کمک‌هزینه مراقبت از کودک، به مبلغ £1,500 برخوردار شوید. برای کسب اطلاعات بیشتر، با **020 7974 1666** تماس بگیرید یا به **camden.gov.uk/childcaregrant** مراجعه کنید

**امکان دسترسی همه افراد به خدمات کاریابی یا شرکت در دوره‌های آموزشی** از طریق Good Work Camden فراهم شده است. برای ثبت‌نام در این سرویس رایگان، به **camden.gov.uk/employment-support**  مراجعه کنید یا با **020 7974 1666** تماس بگیرید

**اگر فرزند دانش‌آموز دارید:** بررسی کنید که آیا مستحق بهره‌مندی از مزیت غذای رایگان مدرسه هستید یا خیر. در صورت لزوم، همین امروز می‌توانید اقدام کنید. با این سرویس هزینه‌های سالانه شما بیش از £500 کاهش می‌یابد و فرزندتان از مزایای دیگری مانند صبحانه رایگان و عضویت در باشگاه‌ها و فعالیت‌ها بهره‌مند می‌شود. همچنین، کوپن غذا ویژه تعطیلات به شما تعلق می‌گیرد. برای کسب اطلاعات بیشتر و ارائه درخواست به**camden.gov.uk/free-school-meals** مراجعه کنید یا با **020 7974 4444 (گزینه 9)** تماس بگیرید

**اگر پدر/مادر هستید یا فرزند زیر 4 سال دارید،** از طریق طرح NHS Healthy Start از کمک‌های ویژه خرید غذای سالم، شیر و ویتامین بهره‌مند شوید. برای ارائه درخواست به **healthystart.nhs.uk** مراجعه کنید یا با **0300 330 7010** تماس بگیرید

**اگر باردار یا دارای فرزند زیر 5 سال هستید،** درباره حمایت‌ها و فعالیت‌های رایگان مرکز کودکان و کانون خانواده محل خود، اطلاعات بیشتری کسب کنید. برای این کار به **families.camden.gov.uk** مراجعه کنید یا با **0800 389 5789** تماس بگیرید

در پایان، اگر دچار مشکل هستید و نمی‌دانید که به کجا باید مراجعه کنید، با شماره **020 7974 4444 (گزینه 9)** با شورای Camden تماس بگیرید. همچنین، می‌توانید با یکی از سازمان‌های «شبکه مشاوره Camden» تماس بگیرید. اطلاعات تماس آنها را در این نشانی بیابید: **camden.gov.uk/can**