

# منتجات الدورة الشهرية المجانية بهایلاند

منتجات الدورة الشهرية المجانية متوفرة لجميع من هم بحاجة لها في هايلاند، سواء كنت تلتقطها لنفسك أو بالنيابة عن شخص آخر.

فيما يلي الطرق المختلفة للحصول عليها.

## 1. مؤسسات التعليم

يمكن للطلاب في هايلاند الحصول على منتجات الدورة الشهرية في مدرستهم أو الكلية أو الجامعة.

## 2. مراكز الالتقاط المجتمعية

تتاح منتجات الدورة الشهرية المجانية في مراكز الالتقاط المجتمعية المتواجدة في المباني العامة مثل مراكز هاي لايف هايلاند الترفيهية، والمكتبات العامة، ومراكز خدمة المجلس المحلي.

لمعرفة مكان مركز الالتقاط، استخدم تطبيق «PickUpMyPeriod»، أو الخريطة على موقع MyPeriodLive:

[www.myperiodlive.azurewebsites.net](http://www.myperiodlive.azurewebsites.net)

لتنزيل تطبيق «PickUpMyPeriod» قم بزيارة:

- متجر آبل: [www.apps.apple.com/gb/app/pickupmyperiod/id1500403938](http://www.apps.apple.com/gb/app/pickupmyperiod/id1500403938)
- جوجل بلاي: [www.bit.ly/Google-app-PickupMyPeriod](http://www.bit.ly/Google-app-PickupMyPeriod)

## 3. بنوك الطعام المحلية والحافظات المجتمعية

بالشراكة مع المبادرات الغذائية المجتمعية في الشمال الشرقي، نقدم أيضًا منتجات الدورة الشهرية بالمجان في العديد من بنوك الطعام في هايلاند وفي الحافظات المجتمعية. تفقد مجموعة الأغذية المحلية لمعرفة المتاح.

## 4. التوصيل للمنزل

بالتعاون مع المؤسسة الاجتماعية Hey Girls، يقدم مجلس هايلاند خدمة التوصيل للمنزل. يمكنك استخدام هذا الخيار إذا كان لديك رمز بريدي تابع لمجلس هايلاند وأنت إما:

- لا تستطيع الوصول السهل لهذه المنتجات في المدرسة أو الأماكن المجتمعية، أي إذا كنت مثلًا تعيش بعيدًا أو بسبب إعاقة أو حالة صحية ما؛ أو
  - تود الحصول على منتجات الدورة الشهرية القابلة لإعادة الاستخدام (أكواب الحيض أو الفوط القابلة لإعادة الاستخدام).
- يرجي العلم بأنه بشكل عام، تستغرق الطلبات بين 6 و 8 أسابيع.

للطلب، أكمل النموذج على الإنترنت على: [www.surveymonkey.co.uk/r/LZWYJC7](http://www.surveymonkey.co.uk/r/LZWYJC7)

## معلومات إضافية

لمزيد من المعلومات، قم بزيارة: [www.highland.gov.uk/freeperiodproducts](http://www.highland.gov.uk/freeperiodproducts)

لأي أسئلة أو تعليقات، يرجى التواصل على: [period.products@highland.gov.uk](mailto:period.products@highland.gov.uk)

لمزيد من المعلومات وللقائمة الكاملة للمواقع قم بزيارة:

[www.highland.gov.uk/freeperiodproducts](http://www.highland.gov.uk/freeperiodproducts)



Scottish Government  
Riaghaltas na h-Alba  
gov.scot

