



الوجبات التي أحدثت فرقاً لسكان كوينزلاند QUEENSLANDERS على مدار 60 عاماً

أنظر
الوصفة
بالداخل

كل متطوع يلعب دوراً

تعتمد Meals on Wheels على جيش من المتطوعين لتوصيل وجبات الطعام مع الابتسامات والدرشة والعلاقات الاجتماعية التي لا تقدر بثمن. هل يمكنك المساعدة؟ نحن نبحث عن:

- أعضاء في اللجنة
- منظمين / منسقين
- أشخاص للمساعدة في المطبخ
- سائقين للتوصيل ومساعدتي توصيل

تفضل بزيارة الموقع qmow.org أو اتصل بنا على الرقم 1300 90 97 90.

خيارات التمويل

قد يكون المحتاجون إلى خدمات Meals on Wheels مؤهلين لما يلي:

- برنامج الإعانة المنزلية من الكومنولث
Commonwealth Home Support Programme (CHSP)
- باقة الرعاية المنزلية (HCP) Home Care Package
- المخطط القومي للتأمين ضد الإعاقة
Disability Insurance Scheme (NDIS)
- رسوم الخدمة

اتصل بنا لمزيد من التفاصيل.



خدماتنا مرنة

تتسم خدماتنا بالمرونة - اختر خيار الدعم اليومي (من الاثنين إلى الجمعة) أو ترتيب قصير الأجل لتغطية المواقف، مثل سفر الشخص القائم على رعايتك.

كيف أبدأ؟

اتصل بأقرب خدمة Meals on Wheels لك وسيتمكنهم مساعدتك في هذه العملية.

للعثور على أقرب خدمة إليك، تفضل بزيارة الموقع qmow.org أو اتصل بنا على الرقم 1300 90 97 90.

أكثر من مجرد وجبات

نحن لا نقدم وجبات الطعام فقط، بل يأتي متطوعونا بابتسامة دافئة ودردشة ودية أيضاً؛ حيث تمنح كل وجبة يتم توصيلها فرصة لمتطوعينا للسؤال عن صحة عملائنا ورفاههم. هذا مهم جداً لأننا قد نكون الشخص الوحيد الذي يرونه في ذلك اليوم.



ابتسامة ووجه
ودود



نخلق روابط
مع المجتمع
المحلي



نخلق روابط
اجتماعية
مهمة



نسأل عن
الناس لنطمئن
عليهم

نقوم بالتوصيل دائماً

تقوم Meals on Wheels بالتوصيل للوجبات للآلاف من سكان كوينزلاند Queenslanders الذين لديهم مجموعة متنوعة من احتياجات الدعم منذ أكثر من 60 عامًا. وبالرغم من أننا نشتهر بتوصيل وجبات الطعام لكبار السن، إلا أننا نخدم أيضاً الأشخاص ذوي الإعاقة، والمرضى الذين يتعافون بعد العلاج في المستشفى أو المرضى، والذين يحتاجون إلى المساعدة. ونحن نعتبر خدمة أساسية فيما يتعلق بوباء كوفيد-19.

نوصل حوالي 2 مليون وجبة في
السنة



ندعم 15 ألف عميل في جميع أنحاء
الولاية



يدعمنا فريق من 10 آلاف متطوع



نخدم 140 مجتمعاً في أنحاء
Queensland



لذيذة ومغذية

إذا كنت أنت أو أي شخص تعرفه غير قادر على إعداد وجبات الطعام، فدعنا نقوم بذلك نيابة عنك! نحن نفخر بتقديم وجبات لذيذة ومتنوعة ومصممة لتلبية مجموعة متنوعة من الاحتياجات الغذائية.

يمكن أن تشمل وجباتنا:



حلوى و/أو
عصير



حساء



سلطة



سندوتشات



الوجبة
الرئيسية



الاحتياجات الغذائية الخاصة

نحن نلبي مجموعة من الاحتياجات الغذائية الخاصة ويمكننا أيضاً التعامل مع الكثير من أنواع الحساسية من الطعام.

تشمل بعضها:



الغذية
المناسبة
لمرضى
السكري



الغذية
الخالية من
الجلوتين



الغذية
منخفضة
البوتاسيوم



المهروس



القوام
المعدل

كعكة الموز

12 حصة

الإعداد 15 دقيقة

الطهي 45 دقيقة

المكونات

4 ثمرات موز ناضجة

2 ½ كوب دقيق ذاتي التخمر

1 ½ كوب سكر بني

150 جم زبدة

4 بيضات

¾ كوب حليب

1 ½ ملعقة صغيرة قرفة

1 ½ ملعقة صغيرة خلاصة الفانيليا

كريمة كثيفة وتوت موسمي (للتقديم)

الطريقة

1. قم بتسخين الفرن المزود بمروحة على درجة 170 مئوية (180 درجة مئوية للفرن التقليدي).

2. في قدر (أو وعاء يصلح للميكروويف)، قم بإذابة الزبدة والسكر. يرفع عن النار ويضاف إليه القرفة وخلاصة الفانيليا.

3. قم بهرس الموز وإضافته مع البيض إلى مزيج الزبدة.

4. قم بإضافة الدقيق المنخول وقلب معه الحليب برفق.

5. اسكب المزيج في صينية خبز مدهونة بالزبدة واخبزها لمدة 45 دقيقة تقريباً.

6. تحقق من نضج الكيك باستخدام سيخ خشبي صغير أو خلة أسنان. إذا خرجت لزجة، يجب الاستمرار في الطهي لفترة أطول.

7. تُقدّم مع الكريمة والتوت الموسمي. استمتع!