

IL-COVID-19 KAXXI TA' SOLIDARJETÀ GHAJNUNA GHALL-BENESSERI TAL-FAMILJI FIL-BŻONN

GHALFEJN?

IL-COVID-19 KAXXI TA' SOLIDARJETÀ qed jiġu proposti bħala forma ta' appoġġ ta' emergenza għall-familji fil-bżonn matul dan il-perjodu ta' sfida. L-għan tal-kaxxi huwa li jipprovdu xelta ta' oġġetti bażiċi għal dawk il-familji li f'daqqa waħda sabu ruħhom f'qagħda mwiegħra finanzjarja, jew li l-qagħda finanzjarja tagħhom marret għall-aġar kawża tal-pandemija tal-COVID-19.

IL-COVID-19 KAXXI TA' SOLIDARJETÀ huma inizjattiva kumplementari għar-riċerka li Caritas Malta ilha tagħmel mill-2012 dwar baġit essenzjali minimu għal ħajja diċenti (**Minimum Essential Budget for a Decent Living - MEBDL**). Il-lista tal-oġġetti fil-kaxxi u kemm jiswew qed jiġu pprezentati bħala gwida għal dawk li qed jipprovdu assistenza ta' emergenza għall-familji li sfaw vulnerabbli minħabba l-COVID-19 u għal kull min qed jikkunsidra kif jista' jagħti appoġġ lid-diversi sforzi ta' għajjnuna li qed jiġu mwettqa. L-għan aħħari huwa li jiġi assigurat li l-familji kollha jkollhom il-bżonnijiet bażiċi għall-għixien u għall-benesseri anke f'dawn iż-żminijiet diffiċli.

GHAL MIN?

Qed jiġu proposti erba' kaxxi differenti mmirati għal familji b'forom differenti: **żewġ adulti u żewġt itfal; żewġ adulti, tifel jew tifla u tarbija; adult wieħed u żewġt itfal; u żewġ anzjani.**

X'FIHOM?

Il-kontenut tal-kaxxi maħsub biex joffri support lill-familji halli jkunu jistgħu jipproduċu ikliet sempliċi u snacks għal madwar 14-il jum. Ikopri wkoll oġġetti essenzjali għall-kura personali, kura tad-dar u relatati mal-bżonnijiet tal-iskola u attivitajiet oħra tat-tfal ukoll għal madwar 14-il jum, jew anke aktar f'ċerta każi. Il-prinċipji ta' għixien sostenibbli kienu parti integrali mill-ħsieb wara l-kontenut tal-kaxxi.

Fil-kaxxi kollha nsibu ikel li jzomm għal tul ta' żmien, kif ukoll ħxejjex u frott frisk li ma jeħżienx daqshekk malajr (eż. patata, basal, tuffieħ). Mal-ikel ipprovdut ikun irid jiġi miżjud ikel ieħor frisk u bażiku biex jinholqu ikliet sani u kompleti għas-sostenn tal-familji. Fil-kaxxi hemm ukoll materjal tat-tindif tad-dar u tal-ħasil tal-ħwejjeg, u varjetà ta' prodotti għall-kura personali. Xi wħud minn dawn jinħlew wara ftit żmien u oħrajn jibqgħu (eż. deterġenti, sapun, toothpaste, maskri tal-wiċċ, stikk, pilloli li jtaffu l-uġiġħ, vs. xkupilja tal-ħasil tas-snien, termometru diġitali). Il-kaxxi jinkludu wkoll affarjiet ta' igiene femminili u kura dentali għall-anzjani. Meta wieħed iqis l-ispejjeż kbar li jinholqu meta jkun hemm tarbija fid-dar, tnejja pakkett speċjali għat-trabi u l-kura tagħhom (eż. ikel tat-trabi, ħalib tat-trab, ħrieqi, pilloli sterilizzanti eċċ.). Ġew inklużi wkoll xi oġġetti bażiċi tal-iskola u tal-passatempo biex it-tfal ikunu jistgħu jagħmlu xogħolhom tal-iskola u biex ikunu jistgħu jzommu ruħhom okkupati b'mod kreattiv. (Għal iktar dettal ara l-Listi tal-Oġġetti fil-Kaxxi.)



COVID-19 KAXXI TA' SOLIDARJETÀ

INKOPRU L-BAŻIKU*



- Ikel (li ma jithassarx)
- Haxix u Frott (frisk)
- Tindif u Ħasil
- Kura Personali
- Kura tat-Trabi
- Oġġetti tal-iskola u Passatempo

GHAJNUNA GHALL-BENESSERI TAL-FAMILJI FIL-BŻONN

SPIŻA GħAL KULL KAXXA

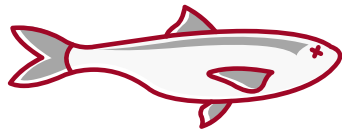
2 Adulti u 2 Tfal €185.19 	2 Adulti, Tifel/Tifla u Tarbija €248.08 
1 Adult u 2 Tfal €165.03 	2 Anzjani €132.12 
Ikel, inkluż Haxix u Frott (frisk)    	2 Adulti, Tifel/Tifla u Tarbija €83.40 
Kura Personali u tad-Dar    	2 Adulti, Tifel/Tifla u Tarbija €69.67 
Tarbija, Oġġetti tal-iskola u Passatempo    	2 Adulti, Tifel/Tifla u Tarbija €95.01 

IKEL GHAS-SAHHA U L-VERSATILITÀ

L-oġġetti tal-ikel fil-kaxxi ġew magħżula biex joffru varjetà ta' nutrijenti, waqt li josservaw gosti u drawwiet tal-ikel komuni, il-versatilità u l-prezz. Ikel ipproċessat hafna ġie evitat kemm jista' jkun; filwaqt li ġew inklużi hxejjex u frott friski bħala sorsi għonja ta' nutrijenti li jagħtu l-enerġija u l-protezzjoni. B'dan l-ikel wieħed jista' johloq platti bbażati fuq l-għagin jew ross, sopop differenti, pulpetti, insalati, dips biex jakkumpanjaw ħaxix jew galletti, kisi jew mili għall-ħobż, kif ukoll ikliet ħfief jew deżerti sempliċi. Biż-żieda ta' xi ikel ieħor frisk u li mhux għoli fil-prezz, bħal irkotta, jogurt, bajd, tigieġ u ħaxix u frott tal-istaġun, u ta' xi ftit ingredjenti komuni oħra, jista' jinħoloq sett ta' ikliet ibbilanċjati għall-familja.



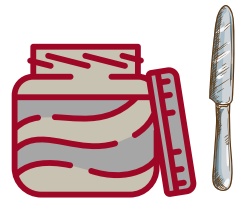
Il-fażola u l-legumi huma għonja fil-proteini, il-vitami B, il-ħadid, il-potassju, il-fosfru u l-manjeżju u jistgħu jintużaw f'insalati, sopop, stuffatijiet, pulpetti, dips u pastini (muffins).



Is-sardin huma għonja fil-proteini, il-vitami B u l-vitamina D, il-kalċju u l-aċidi grassi omega-3 u jistgħu jintużaw fi zlazi għal mal-għagin, dips, jew mgħafga bħala mili jew kisi għall-ħobż pitta jew it-toast.



Il-ħafur huwa sors tajjeb ta' fibra, fosfru, manjeżju u żingu u jista' jintuża għall-kolazzjon, biex iħaxxen is-sopop, jew għall-bars tal-ħafur jew blalen bi żbib bħala snack ħelwin.



Peanut Butter huwa sors tajjeb ta' proteini, vitamini B, vitamina E, potassju, manjeżju u xaħm mhux saturat u jista' jintuża biex iddellek bih, jew fi zlazi, smoothies, deżerti jew ħelu.

TINDIF U HASIL SOSTENIBBLI

Minbarra materjali tat-tindif tad-dar jew tal-ħasil tal-ħwejjeg, ġew inklużi l-hall u l-bikarbonat tas-soda biex bihom jinħolqu deterġent għat-tindif u għad-diżinfettar aktar naturali jew li jiswew anqas flus minn dawk li nixtru lesti. Meta tħallathom mal-ilma, ma' xulxin, jew ma' xi likwidu tal-ħasil tal-platti jew meraq tal-lumi, jistgħu jinħolqu soluzzjonijiet differenti għall-użu u uċuh differenti.

BIKARBONAT TAS-SODA

- Jinnewtralizza l-irwejjah: Jista' jintuża biex jassorbi l-irwejjah mill-arja (eż. fil-frigġ jew l-armarju taż-żraben), biex jagħti riħa friska lit-twapet, u biex jelimina r-riħa tal-għaraq u jinnewtralizza r-riħa tal-kimiċi waqt il-ħasil tal-ħwejjeg.
- Mezz tat-tindif tal-uċuh mingħajr ma tobrox: Jista' jintuża mraxxax fuq sponża jew ċarruta niedja biex tnaddaf l-uċuh tal-kċina, il-fran, is-sinkijiet u l-banjjiet

ĦALL

- Ineħhi l-ġebbla: Jgħin biex titneħħa l-ġebbla kawża tal-ilma tqil (ogħli fil-karbonat tal-kalċju).
- Ineħhi t-tbajja: Jista' jgħin biex jitneħħew tbajja' żejtnija u tbajja' minn uċuh metalliċi.
- Biex irattab it-tessuti: Jista' jiġi miżjud mal-ħasla tal-ħwejjeg biex irattab it-tessuti flok prodotti oħra b'iktar kimiċi.
- Diżinfettant: Jista' jintuża bħala diżinfettant bażiku (mhux effektiv kontra COVID-19). Imla 100ml ħall abjad distillat fi flixkun tal-isprej. Sprejja fuq l-uċuh tal-kċina, il-frigġ minn ġewwa u l-viti. Halli għal 10 minuti, imbagħad imsaħ b'ċarruta ratba nadifa.

Il-BIKARBONAT TAS-SODA u l-ĦALL jistgħu jithalltu mal-MERAQ TAL-LUMI biex jagħmlu paste għat-tindif tal-madum u kmamar tal-banju.

KEMM JISWEW?

L-ispiża tal-erba' kaxxi tvarja minhabba x-xelta differenti tal-oġġetti li hija bbażata fuq in-numru ta' nies fid-dar u l-età tagħhom. F'ċerta każi ma kienx jagħmel sens li jiddaħhlu oġġetti ta' piż jew daqs iżgħar għax ikun hemm adult wieħed fid-dar (e.ż. pakkett taċ-ċereali tal-kolazzjon, pakkett tal-għazz) għax bħala prezz ma jaqbillekx. F'dan il-każ, l-oġġett għandu jservi iktar f'dik it-tip ta' familja. Il-kaxxa għad-djar fejn hemm tarbija tiswa l-aktar minhabba d-diversi spejjeż ta' ikel u kura tat-trabi. Ta' min isemmi li minkejja l-prezz kemmxejn għoli, termometru digitali kien meqjus essenzjali għal kull familja; iżda jekk użat bil-galbu dan għandu jservi għal tul ta' żmien sew. Ġew inklużi wkoll maskri tal-wiċċ li jintużaw iktar minn darba għal kull persuna fid-dar.

Oġġetti fil-Kaxxi	2 Adulti u 2 Tfal	2 Adulti, Tifel jew Tifla u Tarbija	1 Adult u 2 Tfal	2 Anzjani
Ikel, inkluż Haxix u Frott (frisk)	€ 95.81	€ 83.40	€ 82.90	€ 73.29
Kura Personali u tad-Dar	€ 71.92	€ 69.67	€ 64.67	€ 58.83
Tarbija, Oġġetti tal-Iskola u Passatempi	€ 17.46	€ 95.01	€ 17.46	n/a
Total Finali	€ 185.19	€ 248.08	€ 165.03	€ 132.12

L-ISPIŻA TAL-OĖĖGETTI FIL-KAXXI: DISTRIBUZZJONI TAL-%

2 ADULTI U 2 TFAL

Il-Kura Personali u tad-Dar jammontaw għal **38.8%**, filwaqt li t-Tarbija, Oġġetti tal-Iskola u Passatempi jammontaw għal **9.5%**.

51.7%

L-ogħla perċentwal
huwa għall-Ikel,
inkluż Hxejjex
u Frott

38.3%

L-ogħla perċentwal
huwa għat-
Tarbija, Oġġetti tal-
Iskola u Passatempi

2 ADULTI, TIFEL JEW TIFLA U TARBIIJA

L-Ikel, inkluż Haxix u Frott (frisk) jammontaw għal **33.6%**, filwaqt li l-Kura Personali u tad-Dar jammontaw għal **28.1%**.

1 ADULT U 2 TFAL

Il-kura Personali u tad-Dar jammontaw għal **39.2%**, filwaqt li t-Tarbija, Oġġetti tal-Iskola u Passatempi jammontaw għal **10.6%**

50.2%

L-ogħla perċentwal
huwa għall-Ikel,
inkluż Hxejjex
u Frott

55.5%

L-ogħla perċentwal
huwa għall-Ikel,
inkluż Hxejjex
u Frott

2 ANZJANI

Il-Kura Personali u tad-Dar jammontaw għal **44.5%**



2 Adulti u 2 Tfal

IL-LISTA TAL-OĠĠETTI FIL-KAXXA GĦAL 2 ADULTI U 2 TFAL

Ikel li jżomm	Kwantità	Tindif u Hasil	Kwantità
Ċereali tal-kolazzjon plain (flakes, puffs eċċ.)	1 pkt. kbir	Rollijiet tal-karti tal-kċina	1 pkt.
Porridge oats	1 pkt. med.	Sponož	1 pkt.
Ħalib UHT	3x1 litru	Deterġent tal-ħasil tal-platti	1 med.
Meraq tal-laring 100% (no added sugar)	1x2 litru	Boroż taż-żibel organiku	1 roll (20-25)
Tonn taż-żejt tal-bott	4 kbar	Boroż taż-żibel irriċikabbli	1 roll (20-25)
Sardin tal-laned	1 landa	Boroż taż-żibel mis-suwed	1 roll (20-25)
Qamħirrun ħelu tal-bott	3 żġhar	Deterġent tal-ħasil tal-ħwejjeġ	1 med.
Ċicri tal-bott	1 bott	Bleach	1 kbir
Baked beans	1 kbir	Bikarbonat tas-soda	1 kbir
Fażola bajda tal-bott	1 kbir	Ħall abjad	1x5 litru
Piżelli tal-bott	4 żġhar		
Corned Beef (light, low salt)	2 laned żġhar		
Ħawħ tal-bott	2 kbar	Kura Personali	Kwantità
Tadam shiħ tal-bott	1 kbir	Sapun / likwidu tal-ħasil tal-idejn	1 med.
Zalza tat-tadam għall-ġaġin	1 kbir	Ġel tad-doċċa	1 med.
Kunserva tat-tadam tal-bott (low salt)	1 kbir	Toothpaste	1 kbir
Pakkett legumi mħallta għas-soppa	1 pkt.	Xkupilja tas-snien	4
Pakkett għazz	1 pkt.	Toilet paper	1 pkt. x10
Pakkett għaġin (pref. ismar)	2x500g	Sanitary pads	1 pkt. x16
Pakkett spaghetti (pref. ismar)	2x500g	Plasters	1 kaxxa
Tortellini	1x500g	Aspirina	1 kaxxa
Ross (ismar)	1x500g	Termometru diġitali	1
Pakkett galletti plain	2 żġhar	Maskri protettivi	4
Pakkett galletti wholegrain	2 żġhar		
Blancmange (3 mħallta)	1 pkt.	Oġġetti tal-Iskola u Passatempo	Kwantità
Peanut butter	1 vażett	Lapes / temprina / gomma / riga	1 pkt.
Żejt taż-żebbuġa	1x500ml	Kolla	1 żġhir
Salad cream (light)	1x500ml	Lapsijiet tal-kulur	1 sett x12
Żerriegħa tal-ġulglien	1 kontenitur	Felt pens tal-kulur	1 sett x12
Għasel	1 żġhir	Watercolours	1 kaxxa (x12)
Żbib	1 pkt.	Pniezel	1 pkt.
Te	1x120 bags		
Kafè fil-vażett	1 vażett med.		
Ħobż pitta	1 pkt. x 6		
Ħaxix u Frott frisk (maħzun sew)	Kwantità		
Basal	2 kilo		
Tewm	3 sa 4		
Patata	2.5 kilo		
Karrotti	1 kilo		
Tuffieħ	2 kilo		
Laring	2 kilo		
Lumi	2		



2 Adulti, Tifel jew Tifla u Tarbija

IL-LISTA TAL-OGĠETTI FIL-KAXXA GĦAL 2 ADULTI U 1 TIFLA/TIFEL U 1 TARBIIJA

Ikel li jżomm	Kwantità	Tindif u Hasil	Kwantità
Ċereali tal-kolazzjon plain (flakes, puffs eċċ.)	1 pkt kbir.	Rollijiet tal-karti tal-kċina	1 pkt.
Porridge oats	1 med. pkt.	Sponož	1 pkt.
Ħalib UHT	3x1 litru	Deterġent tal-platti	1 med.
Meraq tal-laring 100% (no added sugar)	1x2 litru	Boroż taż-żibel organiku	1 roll (20-25)
Tonn tal-bott	2 kbar	Boroż taż-żibel irriċikabbli	1 roll (20-25)
Sardin tal-laned	1 landa	Boroż taż-żibel mis-suwed	1 roll (20-25)
Qamħirrun ħelu tal-bott	3 żghar	Deterġent tal-hasil tal-hwejjeġ	1 med.
Ċiċri tal-bott	1 bott	Bleach	1 kbir
Baked beans	1 kbir	Bikarbonat tas-soda	1 kbir pkt.
Fażola tal-bott	1 kbir	Ħall abjad	1x5 litru
Pizelli tal-bott	4 żghar		
Corned Beef (light, low salt)	2 żghar		
Ħawħ tal-bott	1 kbir	Kura Personali	Kwantità
Tadam shiħ tal-bott	1 kbir	Sapun / likwidu tal-hasil tal-idejn	1 med.
Zalza tal-ghaġin tat-tadam	1 kbir	Gel tad-doċċa	1 med.
Kunserva tat-tadam tal-bott (low salt)	1 kbir	Toothpaste	1 kbir
Pakkett ta' legumi għas-soppa	1 pkt.	Xkupilja tas-snien	3
Pakkett għazz	1 pkt.	Toilet paper	1 pkt. x10
Pakkett għaġin (pref. ismar)	1x500g	Sanitary pads	1 pkt. x16
Pakkett spaghetti (pref. ismar)	1x500g	Plasters	1 kaxxa
Pakkett tortellini	1x500g	Aspirina	1 kaxxa
Pakkett ross (ismar)	1x500g	Termometru diġitali	1
Pakkett galletti plain	2 żghar	Maskri protettivi	4
Pakkett galletti wholegrain	2 żghar		
Blancmange (3 mħallta)	1 pkt.	Ogġetti tal-iskola u Passatempo	Kwantità
Peanut butter	1 vażett	Lapes / temprina / gomma / riga	1 pkt.
Żejt taż-żebbuġa	1x500ml	Kolla	1 żghir
Salad cream (light)	1x500ml	Lapsijiet tal-kulur	1 set x12
Żerriegħa tal-gulġlien	1 kontenitur	Pinen tal-kulur	1 set x12
Għasel	1 żghir	Watercolours	1 kaxxa (x12)
Żbib	1 pkt.	Pniezel	1 pkt.
Te	1x120 bags		
Kafè fil-vażett	1 vażett med.		
Ħobż pitta	1 pkt. x 6		
Ħaxix u Frott frisk (mahżun sew)	Kwantità	Kura tat-Trabi	Kwantità
Basal	1 kilo	Ħalib tat-trab tal-bott	2 x 500ml
Tewm	2 sa 3	Ikel tat-trabi fil-vażett	16
Patata	2 kilo	Gallettini tat-trabi	1 pkt.
Karrotti	1 kilo	Likwidu sterilizzanti	500ml
Tuffieħ	2 kilo	Sapun likwidu tat-trabi	1 med.
Laring	1 kilo	Shampoo tat-trabi	1 med.
Lumi	2	Sponož tat-trabi	2
		Krema idratanti tal-ġilda	1 vażett
		Ħrieqi disposable	1 pkt. x 42
		Wipes	1 pkt. x 72
		Ingwent għar-raxx tal-ħrieqi	1 tubu
		Gel ta' meta t-trabi qed jaqsmu s-snien	1 tubu
		Paracetamol	1 flixkun
		Soluzzjoni tal-ilma bil-melħ	1 med.
		Likwidu għat-tneħħija tat-tbajja'	1 med.





1 Adult u 2 Tfal

IL-LISTA TAL-OĠĠETTI FIL-KAXXA GĦAL 1 ADULT U 2 TFAL

Ikel li jżomm	Kwantità	Tindif u Hasil	Kwantità
Ċereali tal-kolazzjon plain (flakes, puffs eċċ.)	1 pkt Kbir.	Rollijiet tal-karti tal-kċina	1 pkt.
Porridge oats	1 pkt med.	Sponož	1 pkt.
Ħalib UHT	3x1 litru	Deterġent tal-platti	1 med.
Meraq tal-laring 100% (mingħajr zokkor miżjud)	1x2 litru	Boroż taż-żibel organiku	1 roll (20-25)
Tonn tal-bott	2 kbar	Boroż taż-żibel irriċikabbli	1 roll (20-25)
Sardin tal-laned	1 landa	Boroż taż-żibel mis-suwed	1 roll (20-25)
Qamħirrun ħelu tal-bott	3 żgħar	Deterġent tal-ħasil tal-ħwejjeg	1 med.
Ċiċri tal-bott	1 tin	Bleach	1 kbir
Baked beans	1 kbir	Bikarbonat tas-soda	1 kbir pkt.
Fażola tal-butir tal-bott	1 kbir	Ħall abjad	1x5 litru
Pizelli tal-bott	4 żgħar		
Corned Beef (light, low salt)	2 żgħar		
Ħawħ tal-bott	2 kbar	Kura Personali	Kwantità
Tadam shiħ tal-bott	1 kbir	Sapun / likwidu tal-ħasil tal-idejn	1 med.
Zalza tal-ghagin tat-tadam	1 kbir	Ġel tad-doċċa	1 med.
Kunserva tat-tadam tal-bott (low salt)	1 kbir	Toothpaste	1 kbir
Pakkett legumi għas-soppa	1 pkt.	Xkupilja tas-snien	3
Pakkett ghazz	1 pkt.	Toilet paper	1 pkt. x10
Pakkett għagin (pref.ismar)	1x500g	Sanitary pads	1 pkt. x16
Pakkett spaghetti (pref. ismar)	1x500g	Plasters	1 kaxxa
Pakkett tortellini	1x500g	Aspirina	1 kaxxa
Pakkett ross (ismar)	1x500g	Termometru diġitali	1
Pakkett galletti plain	2 żgħir	Maskri protettivi	3
Pakkett galletti wholegrain	1 żgħir		
Blancmange (3 mħallta)	1 pkt.	Oġġetti tal-Iskola u Passatempi	Kwantità
Peanut Butter	1 vażett	Lapes / temprina / gomma / riga	1 pkt.
Żejt taż-żebbuġa	1x500ml	Kolla	1 żgħir
Salad cream (light)	1x500ml	Lapsijiet tal-kulur	1 set x12
Żerriegħa tal-ġulglien	1 kontenitur	Pinen tal-kulur	1 set x12
Għasel	1 żgħir	Watercolours	1 kaxxa (x12 paints)
Żbib	1 pkt.	Pniezel	1 pkt.
Te	1x120 bags		
Kafè fil-vażett	1 vażett med.		
Ħobż pitta	1 pkt. x 6		
Ħaxix u Frott frisk (mahżun sew)	Kwantità		
Basal	1 kilo		
Tewm	2 sa 3		
Patata	2 kilo		
Karrotti	1 kilo		
Tuffieħ	2 kilo		
Laring	1 kilo		
Lumi	2		



2 Anzjani

IL-LISTA TAL-OĠĠETTI FIL-KAXXA GĦAL 2 ANZJANI

Ikel li jżomm	Kwantità	Tindif u Hasil	Kwantità
Ċereali tal-kolazzjon wholegrain	1 pkt. med	Rollijiet tal-karti tal-kċina	1 pkt.
Halib UHT	2x1 litru	Sponož	1 pkt.
Meraq tal-laring 100% (no sugar added)	1x2 litru	Deterġent tal-platti	1 med.
Tonn tal-bott	2 kbir	Boroż taż-żibel organiku	1 roll (20-25)
Sardin tal-laned	1 landa	Boroż taż-żibel irriċikabbli	1 roll (20-25)
Ċiċri tal-bott	1 bott	Boroż taż-żibel mis-suwed	1 roll (20-25)
Baked beans	1 kbir	Deterġent tal-ħasil tal-ħwejjeġ	1 med.
Fażola tal-bott	1 kbir	Bleach	1 kbir
Piżelli tal-bott	4 żġhar	Bikarbonat tas-soda	1 kbir pkt.
Corned Beef (light, low salt)	2 żġhar	Ħall abjad	1x5 litru
Ħawħ tal-bott	2 kbar		
Tadam sħiħ tal-bott	2 kbar		
Kunserva tat-tadam tal-bott (low salt)	1 kbar	Kura Personali	Kwantità
Pakkett legumi għas-soppa	2 pkt.	Sapun / likwidu tal-ħasil tal-idejn	1 med.
Pakkett għagin (pref. ismar)	1x500g	Ġel tad-doċċa	1 med.
Pakkett spaghetti (pref. ismar)	1x500g	Toothpaste	1 kbir
Pakkett għagin tal-brodu	1 pkt.	Xkupilja tas-snien	2
Pakkett ross (ismar)	1x500g	Pilloli għat-tindif tad-dentatura	1 pkt.
Pakkett galletti plain	1 żġhar	Toilet paper	1 pkt. x10
Pakkett galletti (ismar)	1 żġhar	Plasters	1 kaxxa
Blancmange (3 mħallta)	1 pkt.	Aspirina	1 kaxxa
Ġamm (low sugar)	1 vażett	Termometru diġitali	1
Żejt taż-żebbuġa	1x500ml	Maskri protettivi	2
Salad cream (light)	1x500ml		
Żerriegħa tal-gulġlien	1 kontenitur		
Karawett bil-qoxra	1 pkt.		
Għasel	1 żġhir		
Te	1x120 bags		
Kafè fil-vażett	1 vażett med.		
Ħaxix u Frott frisk (maħzun sew)	Kwantità		
Basal	2 kilo		
Tewm	3 sa 4		
Patata	1.5 kilo		
Karrotti	1 kilo		
Tuffieħ	1 kilo		
Laring	1 kilo		
Lumi	2		



SEJHA GHALL-AZZJONI

**Permezz tal-inizjattiva
KAXXI TA' SOLIDARJETÀ, l-attivitajiet varji li
qed timplimenta, u b'kollaborazzjoni ma'
entitajiet oħra, Caritas se tkompli fil-missjoni
tagħha li tissalvagwardja l-benesseri u
d-dinjità umana ta' dawk l-aktar vulnerabbli.**

**Individwi, familji u organizzazzjonijiet huma
mhegga biex jagħtu support lil dawk ta'
madwarhom li huma l-aktar milquta u biex
jappoggaw entitajiet impenjati jassistu lil
dawk li qed ibatu.**

**Int tista' tagħti donazzjoni biex tgħin fl-għoti
ta' KAXXI TA' SOLIDARJETÀ u biex tappoġġa
r-Rispons ta' Emergenza għal Covid-19
tal-Caritas.**

**Jekk jogħġbok ikkuntattja lil Caritas Malta
fuq help@caritasmalta.org**

 Find us on
Facebook Caritas Malta

 **caritasmalta.org**



Caritas
MALTA

Prof. Suzanne Piscopo - Università ta' Malta

André Bonello - Head of Research and Advocacy - Caritas Malta

© 2020