

10 КРОКІВ ДО ПОСЕЛЕННЯ

5

Транспорт

6

Медицина (GP)

1

Номер телефону

Зателефонуйте в PARCA за номером 01733 563420 або перейдіть до PARCA, Northfield Road, PE1 3QH з 9:00 до 16:00 з понеділка по п'ятницю та отримайте безкоштовну SIM-карту Великобританії для використання у своєму мобільному телефоні.

2

Рахунок у банку

Щоб відкрити банківський рахунок, вам необхідно звернутися в банк і показати документи, які підтверджують:

- особистість;
- імміграційний статус;
- адрес проживання.

3

Фінансова підтримка

Ви можете отримати фінансову підтримку через універсальний кредит, поки шукаєте роботу або якщо не можете працювати. Універсальний кредит – це платіж, який сплачується щомісяця, і вам потрібно подати заявку на нього онлайн тут: <https://www.gov.uk/apply-universal-credit>.

Щоб отримати допомогу у створенні заявки онлайн, зателефонуйте за номером 0800 328 5644 (з понеділка по п'ятницю з 8:00 до 18:00).

Коли ви заповните онлайн заявку, веб-сайт повідомить вам, чи потрібно звернутися до місцевого центру зайнятості щоб подати заявку та отримати національний страховий номер.

4

Покупки

Ви можете придбати продукти для своєї сім'ї особи або онлайн. Якщо вам потрібна підтримка, Червоний Хрест надає практичну допомогу біженцям, вони можуть надати найнеобхідніше, зокрема: їжу, невелику суму готівки та засоби особистої гігієни. Телефонуйте до Червоного Хреста за номером 0808 196 3651 (працює щодня з 10:00 до 18:00). Як вам потрібен україномовний перекладач перекладач, зателефонуйте і кажіть: - Ukrainian.

АВТОБУС

По всьому місту є розгалужена мережа поїздів та автобусів.

Квиток на автобус можна придбати онлайн, за допомогою програми Stagesoach на смартфоні або при вході в автобус.

Вам не потрібно пред'являти посвідчення особи, щоб подорожувати по Великобританії, якщо ви не подорожуєте літаком.

Авто

Щоб керувати транспортним засобом на дорогах Великобританії, ви повинні мати водійське посвідчення та дійсне авто страхування.

Якщо ваше водійське посвідчення, видане в Україні, ви можете використовувати його для керування невеликими транспортними засобами (наприклад, мотоциклами, автомобілями та транспортними засобами вагою до 3500 кг або до восьми пасажирських місць) протягом року у Великобританії.

Щоб продовжити керувати автомобілем по закінченню 12 місяців ви повинні отримати тимчасові водійські права та скласти іспит з водіння у Великобританії. <https://www.gov.uk/apply-firstprovisional-driving-licence>

Постарайтеся зареєструватися до лікаря загальної практики якомога швидше після прибуття.

Лікар загальної практики – це перший лікар до якого ви звертаєтесь у зв'язку зі звичайними проблемами фізичного та психічного здоров'я. Вони можуть направити вас, якщо вам потрібні більш спеціалізовані послуги лікарні.

Кожен має право зареєструватися у лікаря загальної практики, і вам не потрібно підтвердити адресу, імміграційний статус, посвідчення особи чи номер NHS. Щоб знайти найближчу службу загальної практики, перейдіть за посиланням www.nhs.uk/nhs-services/gps/how-to-register-with-a-gp-surgery

Якщо у вас виникли проблеми із реєстрацією до лікаря загальної практики, зателефонуйте до Контактного центру NHS England за номером 0300 311 22 33

7

Пошук роботи

З першого дня приїзду ви маєте право працювати у Великобританії. Щоб працювати повний робочий день, вам має бути 18 років.

Щоб шукати роботу, ви можете використовувати безкоштовний державний веб-сайт під назвою «Find a Job» <https://www.gov.uk/find-a-job>

Ви також можете знайти роботу за допомогою таких способів:

- Відвідати місцевий офіс

Job Center Plus, який може допомогти вам знайти та подати заявку на місцеву роботу;

- Зареєструватися в кадровому агентстві;

- Відвідати місцеві підприємства, щоб запитати про роботу.

Peterborough Job Center Plus

розташований за адресою:

45 Bridge Street, Peterborough, PE1 1HF.

За додатковою інформацією телефонуйте: 0800 169 0190 (з понеділка по п'ятницю з 8:00 до 18:00).

ДОЗВІЛ НА РОБОТУ

Ви зможете використовувати свій Biometric Residence Permit, як доказ свого права працювати у Великобританії. Щоб підтвердити свій статус роботодавцю в цифровому вигляді, ви можете скористатися онлайн сервісом:

<https://www.gov.uk/prove-right-to-work>

8

Заявка на шкільну освіту для дітей 5 – 17 років

Якщо ваша дитина народилася після 1 вересня 2017 року і їй від 4 до 16 років, вам потрібно буде подати заявку на місце для неї в школі. Для цього необхідно заповнити анкету.

<https://www.peterborough.gov.uk/residents/schools-and-education/school-admissions>

admissions@peterborough.gov.uk

Отримавши вашу заявку, ми обробимо її якомога швидше та зв'яжемося з вами.

Дітям з особливими потребами може знадобитися додаткова підтримка і більшість отримує її у своїй школі.

Для дітей з особливими потребами можуть створюватися індивідуальні освітні плани з медичним обслуговуванням спеціальною освітньою групою.

9

Догляд за дитиною від 0 до 4 років

Більшість дітей яким не виповнилося 4 роки відвідуватимуть дитячі садки/дошкільні заклади, де діти зосереджуються на навчанні через гру.

<https://www.childcarechoices.gov.uk/>

Childcare Choices – це корисний веб-сайт, який допоможе вам визначитися з вашими можливостями.

Знайдіть більш детальну інформацію про місцеве забезпечення тут:

<https://fis.peterborough.gov.uk/kb5/peterborough/directory/family.page?familychannel=1>

ДОПОМОГА З ВИТРАТАМИ ДО ДИТИНИ

Ви можете отримати допомогу щодо догляду за дітьми залежно від ваших обставин, зокрема:

- Безкоштовні місця для дітей 3-4 років.

- Додатковий безкоштовний догляд за дитиною, якщо ви працюєте і вашій дитині 3 і 4 роки.

- Безкоштовний догляд за дітьми, якщо вашій дитині 2 роки і ви маєте дуже низький дохід

- Ви також можете отримати гроші зі своїх рахунків за догляд за дітьми, якщо працюєте або маєте Universal Credit.

За додатковою інформацією телефонуйте 01733 864446 або електронною поштою fis@peterborough.gov.uk

10

Уроки англійської мови

Якщо вам виповнилося 19 років і ви в'їхали до Великобританії за програмою «Ukraine Family Scheme» або за схемою місцевого спонсорства для України, ви зможете отримати доступ до уроків англійської мови для тих, хто володіє іншими мовами (ESOL).

Це буде повністю профінансовано або спільно (приблизно 50% внеску уряду) залежно від вашого віку, попереднього досвіду та обставин.

Існує кілька місцевих освітніх закладів, курсів, зокрема:

- City College <https://citycollegepeterborough.ac.uk/courses/english-for-speakers-of-other-languages-esol>

- Peterborough Regional College <https://peterborough.ac.uk/course/ESOLPTB1S/esol-parttime-evening/>

- PARCA – забронювати місце email: esol1@parcald.org

- GLADCA – забронювати місце email: hamaira.hanif@gladca.org

За будь-якими питаннями телефонуйте **01733 747474**

ІНФОРМАЦІЯ ПРО ЗДОРОВ'Я

1

Доступ до медичної допомоги NHS

Українським біженцям буде гарантований вільний доступ до медичної допомоги NHS на подібній основі, як і іншим жителям Великобританії.

2

Перевірка симптомів

Телефонуйте за медичної допомогою NHS 111

3

Доступ до аптек поблизу мене

Якщо ваш лікар захоче, щоб ви прийняли певні ліки, він надасть вам рецепт, який вам потрібно буде віднести до місцевої аптеки.

Лікар-терапевт зможе порадити вам, куди слід звернутися, щоб забрати ліки. Ви також можете знайти інформацію про розташування місцевих аптек онлайн за адресою: www.nhs.uk/service-search/pharmacy/find-a-pharmacy

Зазвичай за рецепти стягується невелика плата, яку вас попросять заплатити, коли ви заберете ліки в аптеці.

Однак рецепти надаються безкоштовно, якщо ви відповідаєте певним вимогам. Існують деякі відмінності в рецептах, які надаються залежно від того, де ви проживаєте у Великобританії, але загалом ваш рецепт буде безкоштовним, якщо ви:

- Вік 60 і більше
- Вік до 16 років
- Вік від 16 до 18 та на денній формі навчання
- Вагітна (або була дитина протягом попередніх 12 місяців)
- Стаціонар, який отримує допомогу в лікарні NHS

Цей список не є вичерпним; безкоштовні рецепти також можуть бути доступні, якщо у вас є певні медичні стани або тривала фізична вада. Якщо ви думаєте, що це може стосуватися вас, вам слід звернутися до свого лікаря, який зможе надати вам пораду.

ІНШІ ЛІКИ

Деякі дуже поширені ліки, такі як знеболюючі та ліки від кашлю, доступні у вільному продажу. Рецепт на ці види ліків вам не знадобиться, але вам доведеться заплатити за них самостійно.

4

ІМУНІЗАЦІЯ ДІТЕЙ

Запишіться на прийом до зареєстрованого лікаря загальної практики, щоб отримати доступ до дитячих вакцин.

Дізнайтеся більше тут:

www.nhs.uk/conditions/vaccinations/nhs-vaccinations-and-when-to-have-them/

1

ЯКЩО ВИ В НЕБЕЗПЕЗІ

Зателефонуйте за номером 999 або 112, щоб отримати доступ до екстрених служб, якщо ви відчуваєте, що ви / будь-яка особа, з вами з ким ви перебуваєте, перебуваєте в безпосередній небезпеці І/ АБО відбувається злочин. Цей номер покриває екстрену допомогу, пожежну та охорону здоров'я.

Для невідкладних потреб психічного здоров'я або кризи наберіть 111 і виберіть варіант 2 для служб психічного здоров'я.

5

ПІДТРИМКА ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я

УНІВЕРСАЛЬНА САМОПІДТРИМКА

Інформаційну підтримку як для дітей, так і для дорослих можна знайти за адресою: <https://www.keep-your-head.com/>

На сайті є Google Translate, тому мову можна переключити на українську у верхній частині сторінки.

- Самообслуговування молоді можна знайти тут: <https://www.kooth.com/>

ЗАПИТАННЯ ПІДТРИМКИ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я

Для більш серйозних потреб психічного здоров'я зверніться до свого лікаря, він направить вас.

Консультаційну підтримку можна отримати від Фонду Кембриджшира та Пітерборо. Фізичні особи повинні заповнити форму самонаправлення за адресою

<https://www.cpft.nhs.uk/psychological-wellbeing-service/>

і зазначте у формі направлення, якщо ви українець і потребуєте підтримки пов'язаної з кризою. Тоді сервіс буде працювати з вами за індивідуальним маршрутом.

2

ПОВІДОМЛЕННЯ ПРО ЗЛОЧИН

Якщо ви постраждали від злочину, скоєного на основі вашої особистості або вашої особи (інвалідність, раса або етнічна приналежність, релігія або переконання, сексуальна орієнтація та гендерна ідентичність), ви можете повідомити про це одним із нижченаведених способів:

- Телефонна поліція "101" (Не надзвичайний)
- Доповідь за адресою www.report-it.org.uk

ПІДТРИМКА ЖЕРТВ

Центр жертв і свідків у графстві Кембриджшир за номером

0800 781 6818 (з понеділка по п'ятницю з 8:00 до 19:00 та в суботу з 9:00 до 17:00).

Електронна пошта:

victimandwitnesshub@cambs.pnn.police.uk