

Ласкаво запрошуємо

До Королівського Округу
Кінгстон-на-Темзі



Дім для України
Вітальний набір

www.kingston.gov.uk/welcome-pack.

Також можна сканувати QR-код.





Дорогой украинский Друг,

Я пишу, чтобы поприветствовать вас от имени Королевского округа Кингстон-на-Темзе.

В нашем прекрасном округе очень разнообразное сообщество. Мы приветствуем и цествуем людей со всего мира.

Как округ, мы сделаем все, что в наших силах, чтобы оказать вам поддержку, пока вы здесь обосновываетесь.

Был составлен приветственный пакет, который поможет вам получить доступ к информации и поддержке по прибытии.

Мы знаем, что здесь много информации. Вы можете рассматривать его как руководство, которое поможет вам адаптироваться к жизни в Кингстоне. Взгляните на страницу содержимого, чтобы найти наиболее полезные для вас разделы.

С наилучшими пожеланиями

Йоган Йоганатан

Советник Йоган Йоганатан МВЕ

Мэр королевского округа Кингстон-на-Темзе

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support



Уважаемый принимающий,

Я пишу, чтобы поблагодарить вас за то, что вы открыли свой дом для украинской семьи, ищущей убежища от российского вторжения.

Приветственный пакет был разработан для того, чтобы помочь вашему гостю получить доступ к информации и поддержке. Полное руководство, включающее более подробную информацию о жизни в Кингстоне, будет выслано вашему гостю и вам самим по электронной почте. Хотя это руководство предназначено в первую очередь для вашего гостя, вы также можете найти некоторую информацию полезной. Руководство также будет доступно на украинском и русском языках.

Я хотел бы воспользоваться этой возможностью, чтобы поблагодарить вас за вашу доброту и великодушие.

С наилучшими пожеланиями

Йоган Йоганатан

Советник Йоган Йоганатан МВЕ

Мэр королевского округа Кингстон-на-Тэмзе

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support

Содержание

Содержание	4
Добро пожаловать в Кингстон	6
Что ожидать когда вы впервые придёте	6
Как я получу деньги?	7
Как открыть банковский счет	8
Мы можем помочь вам создать свой банковский счет. Пожалуйста, при необходимости обратитесь в службу поддержки Kingston Integration с просьбой помочь вам создать свой банковский счет.	8
Поиск работы	8
Поддержка молодых людей в области искусства	9
Проживание	9
Ваш спонсор предоставит вам жилье минимум на 6 месяцев.	9
Продление вашего пребывания в Великобритании	10
Как выучить английский язык	10
При необходимости мы можем организовать другие занятия	11
Получение медицинской помощи	11
Что такое мой GP?	11
Как записаться к врачу	12
Как записаться на прием	13
Как заказать переводчика для вашей встречи	14
Что делать, если ваша клиника закрыта	14
Доступ к лекарствам из аптеки	15
Поддержка во время беременности	15
Коронавирус (COVID-19)	16
Вакцинация против коронавируса	17
Стоматологическая помощь	17
Что мне делать, если я болен/больна или попал(а) в чрезвычайную ситуацию?	18
В случаях не требующих неотложной помощи	18
Что делать, если вы беспокоитесь о благополучии ребенка	19
Что делать, если вы беспокоитесь о благополучии взрослого человека:	20
Эта услуга работает с понедельника по пятницу с 9 утра до 5 вечера	20
Поддержка психического здоровья	20
Бесплатная консультация от Организации по делам беженцев Кингстон	21
Бытовое насилие и жестокость в отношении женщин и девочек	22
Расизм и дискриминация	23

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support

Образование	24
Дошкольное образование и уход за детьми В возрасте от 3 до 4 лет дети могут получить бесплатное дошкольное образование. Некоторые дети в возрасте от 2 лет также имеют право на участие. Раннее образование можно получить в детском саду или с няней.	24
Начальное образование (Возраст 5-11)	25
Среднее образование (Возраст 11-16)	25
Информацию о средних школах в округе и о том, как подать заявку на место для вашего ребенка, можно найти по адресу www.kingston.gov.uk/schools-education/changing-school-year/1	25
Вы можете связаться с приемной комиссией школы по электронной почте по адресу kingston.admissions@achievingforchildren.org.uk	25
Образование после 16 лет	25
Поддержание физической формы, активный образ жизни, социальные и волонтерские возможности:	26
У нас есть множество бесплатных и недорогих мероприятий в Кингстоне, которые помогут вам оставаться в хорошей форме и знакомиться с другими людьми. Connected Kingston - это веб-сайт, предназначенный для того, чтобы помогать людям находить мероприятия, вступать в клубы, быть волонтерами и ориентироваться в местных службах Кингстона.	26
Посетите www.connectedkingston.uk что бы узнать больше.	26
Украинские организации и учреждения в Лондоне:	27
Достопримечательности	27
Connected Kingston	28
Библиотеки в Кингстоне	28
События и достопримечательности в Лондоне	29
Автобусные туры по центру Лондона www.bigbustours.com/en/london	29
Чем заняться в Кингстоне	29
Transport in Kingston and London	29
Национальные поездки	30
Юридическая консультация	31
Гражданская юридическая консультация	31

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support

Добро пожаловать в Кингстон

Добро пожаловать в Кингстон. Мы здесь, чтобы поддержать вас.

Один из способов, которым мы можем вам помочь, - это через службу поддержки Kingston Integration. Мы свяжемся с вами, чтобы договориться о встрече с нашей командой в офисе Совета Кингстона в здании Гилдхолл 2..

Вы также можете запросить дополнительные встречи с командой.
Электронная почта: ukraine@kingston.gov.uk for an appointment.

Что ожидать когда вы впервые придёте

Когда вы придёте, наша "Приветственная команда Kingston Integration Welcome Team" организует для вас встречу в наших офисах..

На этой встрече вам будет предоставлен список для работы с командой. Этот список будет содержать важную информацию и доступную вам поддержку, которые помогут вам быстро освоиться.

Этот список охватит следующее:

1. Рекомендации по банковскому счету
2. Подача заявления на получение номера Национального страхования
3. Подача заявки на получение универсального кредита (раздел "Льготы", см. раздел "Как я получу деньги")
4. Подача заявления на получение пособий на ребенка
5. Подарочные карты на £200 и Oyster Card
6. Телефон и SIM-карта
7. 7. Регистрация на прием к врачу общей практики (см. раздел "Получение медицинской помощи")
8. Консультация по биометрическому виду на жительство - ваше

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support

- право на обучение и доступ к услугам
9. Поступление в школу и талоны на школьную форму
 10. Поступление в детский сад
 11. Занятия английским языком для взрослых и детей
 12. Вакцины против коронавируса
 13. Подключенный Кингстон - местные мероприятия и услуги
 14. Поддержка в трудоустройстве

Маловероятно, что вы охватите все эти области на своей первой встрече, но вам будет предоставлена возможность записаться на дальнейшую встречу.

После того как вы обустроитесь, вам или вашему домовладельцу позвонят из Муниципалитета, чтобы договориться о посещении вашего дома. Во время этого визита сотрудники проверят, продвигаетесь ли вы с вашим контрольным списком интеграции и есть ли какие-либо области, в которых вам нужна поддержка.

Как я получу деньги?

На этой первой встрече с приветственной командой Kingston Integration мы предоставим вам (и всем остальным членам вашей семьи в вашей группе) талон на 200 фунтов стерлингов. Мы также предоставим вам купон, который поможет оплатить расходы на школьную форму. Мы также выдадим вам проездной билет, который называется "Oyster card". Его можно использовать для поездок на автобусах и поездах Лондонского метро.

На нашей первой встрече мы поможем вам зарегистрироваться для получения "льгот". Льготы - это ежемесячные выплаты для покрытия ваших расходов на проживание, таких как проезд и питание.

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support

Пожалуйста, свяжитесь с нами по адресу: ukraine@kingston.gov.uk если мы не связались с вами, чтобы договориться о встрече.

Как открыть банковский счет

Вам нужно будет открыть банковский счет в Великобритании.

Для этого вам необходимо заполнить анкету. Вы можете сделать это лично в банке или онлайн. Чтобы открыть банковский счет, вам необходимо будет предоставить документ, удостоверяющий личность. В нем должны быть указаны ваше полное имя, адрес и дата рождения.

Мы можем помочь вам создать свой банковский счет. Пожалуйста, при необходимости обратитесь в службу поддержки Kingston Integration с просьбой помочь вам создать свой банковский счет.

Поиск работы

Kingston Work Match может предложить вам бесплатную консультацию по трудоустройству и помочь вам найти работу. Посетите www.kingstonworkmatch.org

Вы также можете найти бесплатные возможности для обучения на нашем веб-сайте. Посетите www.kingston.gov.uk/jobs-careers-volunteering

Kingston обучение для взрослых также сможет помочь вам освоить новые навыки: www.kingston.gov.uk/adults-education.

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support

Way2Work помогает молодым людям в Кингстоне и Ричмонде найти местные возможности для обучения. Узнайте больше на сайте www.way2work.org.uk

Поддержка молодых людей в области искусства

Creative Youth - это местная благотворительная организация, которая работает с молодежью в сфере искусства. Они могут предложить молодым людям или студентам рабочее место в течение дня с доступом в Интернет для выполнения работы.

Они также предложили предоставить молодым людям и студентам опыт работы, чтобы помочь им легко интегрироваться в общество. Члены клуба творческой молодежи могут предоставить неформальные советы по карьере, особенно для тех, кто интересуется искусством.

Эл. Почта: admin@creativeyouthcharity.org

Проживание

Ваш спонсор предоставит вам жилье минимум на 6 месяцев.

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support

Продление вашего пребывания в Великобритании

Чтобы заполнить заявление на получение визы для пребывания в Великобритании по Украинской схеме, посетите:
bit.ly/Ukraine-Scheme-Visa.

Вы можете сделать это, если:

- у вас есть паспорт гражданина Украины
- вы находитесь в Великобритании
- вы подали заявку по программе Ukraine Family Scheme или Ukraine Sponsorship Scheme (Homes for Ukraine) до прибытия в Великобританию
- решение по вашей заявке еще не утверждено, но вы получили письмо, в котором говорится, что вы можете поехать в Великобританию
- вам было выдано разрешение на въезд за границу на 6 месяцев, и теперь вы подаете заявление о продлении вашего пребывания

Как выучить английский язык

Мы можем организовать для вас сдачу экзамена по английскому языку. Это поможет нам организовать курс английского языка, соответствующий вашим потребностям.

Ваш курс английского языка будет первоначально организован Советом Кингстона. Это бесплатно для вас.

Наши занятия английским языком могут быть организованы по-разному, в том числе:

- Изучайте английский язык дома: индивидуальные занятия по английскому языку, очно или онлайн.

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support

- Kingston обучение для взрослых: Групповые занятия английским языком, очные или онлайн.

При необходимости мы можем организовать другие занятия

Получение медицинской помощи

Здравоохранение в Великобритании обеспечивается Национальной службой здравоохранения, известной как NHS. Это бесплатно для большинства сервисов. Возможно, вам придется заплатить за некоторые услуги, такие как рецепты и стоматологическая помощь.

Вы можете бесплатно получить доступ к следующим услугам:

- Семейные врачи, называемые врачами общей практики (GPs)
- Госпитали
- Услуги по материнству.

Национальная служба здравоохранения помогает тем, кто нуждается в медицинской помощи. Они также могут помочь во многих других ситуациях, в том числе:

- Контрацепция
- Планирование семьи
- Здоровое питание
- Психическое здоровье

Что такое мой GP?

Ваш "GP" - это ваш главный контакт в NHS. "GP" означает "Врач общей практики". Они также известны как семейные врачи.

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support

Врачи общей практики - это высококвалифицированные врачи, которые обучены всем аспектам общей медицины. Они могут дать вам совет по поводу вашего здоровья. Они также могут помочь вам связаться с врачами-специалистами.

Как записаться к врачу

Чтобы обратиться к врачу, вам необходимо зарегистрироваться в клинике. Врачебная практика обычно представляет собой клинику или медицинское учреждение.

Чтобы найти ближайшую практику, воспользуйтесь этой ссылкой: bit.ly/Find-GP

Как только вы найдете данные своего местного терапевта, вам необходимо связаться с ним. Они помогут вам зарегистрироваться.

Чтобы зарегистрировать вас, они запросят личные данные. Это включает в себя ваше имя, дату вашего рождения и номер вашего телефона. Они также могут попросить предъявить документ, удостоверяющий вашу личность, и подтверждение вашего адреса. Если у вас нет ни того, ни другого, они не могут отказать вам в регистрации.

Пожалуйста, обсудите свою регистрацию с врачом общей практики с приветственной командой Kingston Integration, если вам нужна помощь в регистрации.

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support

Как записаться на прием

Чтобы обратиться к терапевту или медсестре, вам необходимо записаться на прием. Вы можете сделать это, позвонив в свою клинику.

Вы можете обратиться к врачу общей практики или медсестре мужского или женского пола, и ваш лечащий врач сделает все возможное, чтобы учесть это. На начальном этапе ваша хирургия может предложить вам записаться на прием по телефону.

Возможно, вам придется подождать несколько дней для несрочной записи на прием.

Если вы считаете, что вам нужно срочно поговорить с врачом, скажите регистратору, что вам нужен срочный прием. Они попытаются увидеться с вами в тот же день. Если терапевт считает, что вы слишком больны, чтобы прийти на прием, он может навестить вас дома.

Прием к терапевту обычно длится 10 минут. Вы должны записаться на отдельный прием для каждого члена семьи, так как терапевт или медсестра смогут принять только одного пациента на каждом приеме. Пожалуйста, убедитесь, что вы пришли вовремя на назначенную встречу, или отмените ее, если вы не сможете присутствовать.

Если вам нужна поддержка для регистрации к врачу (терапевту), вы можете записаться на прием к одному из наших консультантов, отправив электронное письмо ukraine@kingston.gov.uk

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support

Как заказать переводчика для вашей встречи

Если вам нужен переводчик, вы должны сообщить об этом администратору при записи на прием.

Сообщите персоналу, на каком языке вы говорите, и они закажут для вас переводчика или вызовут переводчика по телефону.

Важно, чтобы вы и врач понимали друг друга, чтобы они могли поставить точный диагноз вашей проблемы.

С вас не будет взиматься плата, если вам потребуется переводчик.

Все, что обсуждается на консультации, является конфиденциальным, включая все, что обсуждается в присутствии переводчика.

Что делать, если ваша клиника закрыта

Если ваша клиника закрыта и ситуация не является неотложной, например, из-за незначительного заболевания или травмы (порезы, растяжения связок или сыпь), вы можете посетить приемный пункт, отделение мелких травм или центр неотложной помощи.

Перейдите по этой ссылке, чтобы найти ближайший к вам центр:
bit.ly/Find-Walk-In

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support

Доступ к лекарствам из аптеки

Ваш лечащий врач может попросить вас принимать лекарства и выпишет вам рецепт. Отнесите свой рецепт в аптеку. Возможно, вам придется заплатить за лекарства.

Перейдите по этой ссылке, чтобы найти ближайшую аптеку:
bit.ly/Find-Pharmacy

Фармацевт также может дать бесплатную консультацию по лечению незначительных проблем со здоровьем, таких как простуда и кашель.

Вы можете купить некоторые лекарства в аптеке без рецепта, в том числе некоторые обезболивающие и лекарства от кашля; однако за эти лекарства вам придется заплатить.

Поддержка во время беременности

Если вы беременны, есть службы, которые вы можете посетить для получения поддержки. Когда вы регистрируетесь у врача, он сможет проконсультировать вас и познакомить с акушеркой. Они смогут предложить вам курсы, чтобы поддержать вас.

В Кингстоне есть целый ряд услуг, к которым вы можете получить доступ. К ним относятся:

- Курсы по уходу за младенцами
- Местные детские центры
- Группы поддержки родителей
- Бесплатная детская одежда и оборудование от Growbaby.

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support

Посетите www.growbaby.org

- ‘Служба посещения врача’, которая может предоставить консультации родителям и лицам, осуществляющим уход за детьми в возрасте 0-5 лет, или если вы беспокоитесь о своем ребенке

Посетите веб-сайт Connected Kingston, чтобы найти их.

Для поддержки, пока вы ожидаете ребенка:

www.connectedkingston.uk/services/expecting-a-new-baby

Для поддержки, когда у вас есть новорожденный ребенок:

www.connectedkingston.uk/services/support-for-0-5-year-olds

Коронавирус (COVID-19)

- Многие люди в Кингстоне и Великобритании все еще заражаются коронавирусом. Помогите нам предотвратить заболевание людей, следуя приведенным ниже рекомендациям по охране здоровья.

- Получите вакцину
- Встречайтесь с людьми на улице, когда можете
- Откройте окно, если вы встречаете людей в помещении
- Надевайте маску на лицо в людных и закрытых помещениях
- Оставайтесь дома, если вы нехорошо себя чувствуете
- Регулярно мойте руки с мылом

Вакцинация против коронавируса

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support

Вы имеете право на бесплатную вакцинацию от COVID-19 через NHS. Вам не нужно платить. Посетите: www.nhs.uk/covid-vaccine чтобы записаться на прием.

Стоматологическая помощь

Обычно вам придется платить за стоматологическую помощь в Великобритании. В следующих случаях это будет бесплатно.

- Если вам не исполнилось 18 лет
- Если вы беременны или родили ребенка за последние 12 месяцев. В этом случае вам потребуется предъявить сертификат.
- Некоторые процедуры бесплатны, например снятие швов или ремонт зубных протезов.

Вам необходимо зарегистрироваться в стоматологии. Найдите ближайшую стоматологию: www.nhs.uk/service-search/find-a-Dentist

Если вам требуется срочная стоматологическая помощь, либо:

- Позвоните своему стоматологу
- Позвоните в NHS на 111
- Если это чрезвычайная ситуация, обратитесь в ближайшую больницу с отделением несчастных случаев и неотложной помощи (A & E).

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support

Что мне делать, если я болен/больна или попал(а) в чрезвычайную ситуацию?

У Вас можете позвонить по номеру 999 (бесплатный телефон) в экстренных случаях для получения следующих услуг::

- Скорая помощь
- Пожарная
- Полиция

Если с вами или членом вашей семьи произошел несчастный случай или внезапное серьезное заболевание, вам следует обратиться в ближайшую больницу с отделением неотложной помощи, которое является бесплатным для всех.

Ваша местная больница скорой и неотложной помощи находится:

Kingston Hospital

Galsworthy Road, KT2 7QB

Веб-сайт: www.kingstonhospital.nhs.uk

Электронная почта: khft.pals@nhs.net

Номер: 020 8546 7711

В случаях не требующих неотложной помощи

Вы также можете получить медицинскую помощь в случае проблем, которые не могут ждать, позвонив по номеру NHS, не относящемуся к

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support

экстренным службам, 111.

Это бесплатный сервис, работающий 24 часа в сутки, 7 дней в неделю.

Вы также можете посетить www.111.nhs.uk

(только для осмотра людей в возрасте от 5 лет и старше).

Вас попросят предоставить некоторые сведения, такие как ваше имя и адрес.

Если вы не говорите по-английски, вам нужно будет либо запросить переводчика на английском языке в начале разговора, либо попросить друга или родственника позвонить за вас, чтобы попросить переводчика.

Сообщение о преступлениях, не связанных с чрезвычайными ситуациями:

Чтобы сообщить о преступлениях и других проблемах, которые не требуют экстренного вмешательства, пожалуйста, позвоните по телефону 101. Вы также можете сообщить о происшествии, посетив www.police.uk

Что делать, если вы беспокоитесь о благополучии ребенка

Если вы беспокоитесь о благополучии ребенка, позвоните на телефон 020 8547 5008.

Если вам нужно срочно поговорить с кем-то в нерабочее время или в выходные дни, позвоните в службу поддержки в нерабочее время по телефону 020 8770 5000.

Позвоните по номеру 999, если вы считаете, что ребенку или молодому

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support

человеку угрожает непосредственная опасность.

Что делать, если вы беспокоитесь о благополучии взрослого человека:

Если вы беспокоитесь о своей собственной безопасности или безопасности другого человека, пожалуйста, свяжитесь с Отделом доступа и защиты Совета Кингстона по адресу:

Телефон: 02085475005.

Электронная почта: safeguarding@kingston.gov.uk

Эта услуга работает с понедельника по пятницу с 9 утра до 5 вечера

Поддержка психического здоровья

Barnardos

Barnardos Украинская горячая линия предлагает прямую бесплатную горячую линию для поддержки украинских семей. Это включает в себя доступ к переводчику.

bit.ly/BarnardosUkraine

Red Cross

На веб-сайте Red Cross имеется целый ряд онлайн-ресурсов по вопросам здоровья и благополучия, а также поддержка в поиске пропавших членов семьи: bit.ly/Red-Cross-Ukraine

All Saints Church in Kingston

С 11 утра до 12 вечера с понедельника по субботу утром доступна группа подготовленных слушателей, если есть что-то, о чем вы хотите поговорить конфиденциально.

Адрес: 14-16 Market Place, Kingston upon Thames KT1 1JP

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support

Mind in Kingston

Mind предоставляет консультации взрослым в возрасте 18 лет и старше, у которых есть умеренные проблемы с психическим здоровьем, такие как депрессия, тревога, панические атаки.

Пожалуйста, позвоните 0208 255 3939 или посетите:

www.mindinkingston.org.uk

Kingston iCope

Эта услуга предоставляет широкий спектр краткосрочных психологических методов лечения, включая Когнитивно-поведенческую терапию (известную как 'КПТ') и консультирование. Поддержка может быть доступна различными способами, такими как очная, телефонная, групповые курсы и онлайн-помощь.

Пожалуйста, позвоните 0203 317 7850 или посетите:

www.icope.nhs.uk/kingston

Samaritans

Если вы испытываете трудности и хотите с кем-то поговорить, вы можете поговорить с обученным волонтером Samaritans по телефону 116 123. Вы можете связаться с волонтером 24 часа в сутки, каждый день в году.

www.samaritans.org/branches/kingston-upon-thames

Бесплатная консультация от Организации по делам беженцев Кингстон

Центр действий по делам беженцев Кингстон предоставляет бесплатные консультационные услуги. Вы можете зарегистрироваться, отправив электронное сообщение admin@refugeeactionkingston.org.uk. Вы будете оценены и, при необходимости, можете быть направлены в другие соответствующие учреждения.

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support

Бытовое насилие и жестокость в отношении женщин и девочек

Если вы боитесь своего партнера или боитесь за своих детей, вам доступна поддержка.

Kingston Domestic Violence Hub

The Kingston Domestic Violence Hub (DV Hub) оказывает бесплатную, конфиденциальную, непредвзятую и независимую поддержку любому, кто сталкивается с насилием в семье. Для получения дополнительной информации см. www.kingston.gov.uk/domestic-sexual-violence

С Kingston DV Hub можно связаться по телефону 0208 547 6046 или по электронной почте kingstondvhub@refuge.org.uk С понедельника по пятницу, с 9 утра до 5.30 вечера.

Национальная горячая линия по вопросам домашнего насилия предлагает поддержку в нерабочее время:

Бесплатный телефонный звонок 24 часа в сутки на 0808 2000 247

www.nationaldahelpline.org.uk

Kingston One Stop Shop

Kingston One Stop Shop - это услуга, позволяющая любому, кто столкнулся с домашним насилием, получить доступ к специализированной поддержке. Центр работает каждый понедельник с 9:30 до 12:30 вечера в Women's Hub, KingsGate Church, 161A Clarence Street, KT1 1QT.

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support

Расизм и дискриминация

В Великобритании незаконно относиться к кому-либо по-разному из-за их пола, расы, религии, возраста, инвалидности или сексуальной ориентации.

Расизм в Великобритании неприемлем. Нанесение телесных повреждений, оскорбление или словесное оскорбление кого-либо из-за его расовой принадлежности или нанесение ущерба его имуществу по этой причине является серьезным преступлением.

Разжигание расовой ненависти также противозаконно. Недопустимо дискриминировать другого человека из-за его расы, этнической принадлежности или происхождения. К вам не должны относиться по-другому из-за вашей расы, когда вы устраиваетесь на работу, ищете жилье, пользуетесь услугами Национальной службы здравоохранения (NHS) или просто покупаете что-то в магазине.

Вы не должны подвергаться расовым домогательствам на работе, в школе или в общественных местах (когда другие люди делают оскорбительные или вызывающие у вас дискомфорт комментарии о вашей расе или о том, откуда вы родом).

Если вы или кто-то из ваших знакомых стал жертвой расизма, сообщите об этом властям по:

- Позвоните по 101
- Позвоните по 999 в экстремальном случае
- Сообщите об этом онлайн: www.report-it.org.uk
- Лично явиться в полицейский участок

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support

Не пытайтесь самостоятельно бороться с расизмом или расистскими нападающими. Привлеките к этому власти. Если вы попытаетесь решить это самостоятельно, вы можете пострадать или даже сами попасть в неприятности с полицией.

Образование

Образование для детей является бесплатным и обязательным. В Англии дети должны получать образование в возрасте от 5 до 16 лет, а лица в возрасте от 16 до 18 лет должны получать либо очное образование, либо работать (с образовательным компонентом).

Вы можете найти информацию о школах в Кингстоне и о том, как подать заявку на место для вашего ребенка на сайте: www.kingston.gov.uk/schools-education

Если у вас есть какие-либо вопросы или трудности с регистрацией в школу, пожалуйста, запишитесь на прием и обсудите это с приветственной командой Kingston Integration. Контакт по электронной почте: ukraine@kingston.gov.uk чтобы записаться на прием.

Дошкольное образование и уход за детьми

В возрасте от 3 до 4 лет дети могут получить бесплатное дошкольное образование. Некоторые дети в возрасте от 2 лет также имеют право на участие. Раннее образование можно получить в детском саду или с няней.

Для получения информации о дошкольном образовании и другой информации по уходу за детьми, пожалуйста, посетите

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support

bit.ly/Childcare-Info

Служба семейной информации: Со службой информации для семей можно связаться, отправив электронное письмо по адресу fis@achievingforchildren.org.uk

Начальное образование (Возраст 5-11)

Информацию о начальных, детских и младших школах в округе, а также о том, как подать заявление на получение места для вашего ребенка, можно найти на сайте www.kingston.gov.uk/schools-education/changing-school-year/1

Вы можете связаться с приемной комиссией школы по электронной почте по адресу kingston.admissions@achievingforchildren.org.uk

Среднее образование (Возраст 11-16)

Информацию о средних школах в округе и о том, как подать заявку на место для вашего ребенка, можно найти по адресу www.kingston.gov.uk/schools-education/changing-school-year/1

Вы можете связаться с приемной комиссией школы по электронной почте по адресу kingston.admissions@achievingforchildren.org.uk

Образование после 16 лет

Кингстонский колледж предлагает очные и заочные курсы для молодых людей в возрасте от 16 лет и старше. Он предлагает широкий спектр курсов, подходящих для всех учащихся в различных предметных областях. Вы можете найти более подробную информацию на их веб-сайте по адресу: bit.ly/Kingston-College

Посетите ucas.com чтобы узнать больше об университетах

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support

Великобритании.

Поддержание физической формы, активный образ жизни, социальные и волонтерские возможности:

У нас есть множество бесплатных и недорогих мероприятий в Кингстоне, которые помогут вам оставаться в хорошей форме и знакомиться с другими людьми. Connected Kingston - это веб-сайт, предназначенный для того, чтобы помогать людям находить мероприятия, вступать в клубы, быть волонтерами и ориентироваться в местных службах Кингстона.

Посетите www.connectedkingston.uk что бы узнать больше.

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support

Украинские организации и учреждения в Лондоне:

Украинский институт в Лондоне

Сайт: ukrainianinstitute.org.uk

Адрес: Ukrainian Institute London 79 Holland Park, London, W11 3SW

Эл. почта: info@ukrainianinstitute.org.uk

Ассоциация украинцев в Великобритании (AUGB)

Сайт: www.augb.co.uk

Адрес: AUGB Ltd (Head Office), 49 Linden Gardens, London, W2 4HG

Эл. почта: petro.rewko@augb.co.uk (Chairman)

Ukrainian restaurant Prosperity

Prosperity Restaurant, 59 York Street, Twickenham TW1 3LP

К кому я могу обратиться, если мне не комфортно жить со своим Спонсором?

Если вы недовольны своим спонсором, пожалуйста, свяжитесь с Контакт-центром по телефону 020 8547 5000 или по электронной почте ukraine@kingston.gov.uk обратитесь в службу прибытия и обработки запросов.

В случае чрезвычайной ситуации обратитесь в службу экстренной помощи по телефону 999.

Достопримечательности

Здесь есть много интересных мест, которые можно увидеть, и чем заняться как на местном уровне, так и в центре Лондона.

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support

Connected Kingston

Connectedkingston.org.uk это местный веб-сайт, на котором вы можете найти поддержку, услуги и мероприятия.

Вы можете использовать этот веб-сайт, чтобы найти бесплатные семейные мероприятия, местные прогулки и услуги. В правом верхнем углу веб-сайта есть функция перевода.

Библиотеки в Кингстоне

В Кингстоне есть семь публичных библиотек. Они находятся в Хуке, Кингстоне, Нью-Молдене, Олд-Молдене, Сурбитоне, Толворте и Тюдор-Драйв. Вы можете найти их онлайн на www.kingston.gov.uk/libraries.

У нас также есть онлайн-предложение и служба доставки на дом. Большинство людей живут в нескольких минутах ходьбы от библиотеки, поэтому, пожалуйста, заходите и посмотрите!

Наша библиотечная служба бесплатна и открыта для всех жителей всех возрастов.

- Заимствуйте книги и другие ресурсы
- Пользуйтесь компьютером и бесплатным Wi-Fi
- У нас есть детская зона с книгами для всех возрастов
- У нас есть мероприятия в наших библиотеках и онлайн

В нашей онлайн-библиотеке у нас также есть газеты и журналы со всего мира. У нас есть 84 журнала и газеты из Украины, и 28 на украинском языке. Вы также можете получить бесплатные электронные книги и аудиокниги.

Узнайте больше на нашем сайте: www.kingston.gov.uk/libraries

Посетите вашу местную библиотеку или напишите по электронной почте libraries@kingston.gov.uk.

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support

События и достопримечательности в Лондоне

Timeout - это веб-сайт, который расскажет вам все о последних событиях и мероприятиях в Лондоне. Visit www.timeout.com/london

В Visit London есть список из 10 лучших достопримечательностей Лондона: bit.ly/Visit-London-Attractions

Автобусные туры по центру Лондона www.bigbustours.com/en/london

Visit Britain - официальный туристический сайт Великобритании. Он даст вам обзор основных достопримечательностей и событий в Великобритании: www.visitbritain.com

Чем заняться в Кингстоне

Kingston is a beautiful part of London with plenty of activities, cultural attractions and more. Find the latest in Kingston: www.inkingston.co.uk/thingstodo

Activities with children: bit.ly/Kingston-Activities

Transport in Kingston and London

Можно легко планировать поездки по Лондону с помощью программы Transport for London [journey planner](#). Здесь можно прогуляться пешком, покататься на велосипеде и взять напрокат велосипед, а также воспользоваться общественным транспортом.

Посетите: www.tfl.gov.uk/plan-a-journey

Существует несколько приложений, доступных для отслеживания времени движения автобусов, например [London Live Bus Countdown](#).

Самый простой способ оплатить проезд в общественном транспорте Лондона - это получить карту Oyster.

Оплатить проезд в общественном транспорте в Лондоне дешевле и быстрее всего с помощью карты Oyster. Вы можете забрать его на большинстве станций. Посетите: oyster.tfl.gov.uk

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support

На веб-сайте Совета Кингстона также есть информация о местных пешеходных маршрутах и общественном транспорте. Посетите: www.kingston.gov.uk/publictransportandwalking

Национальные поездки

Билеты на национальные поезда или автобусы обычно намного дешевле, если покупать их заранее.

Время и цены на билеты варьируются по всей Великобритании. Более подробную информацию вы можете найти на веб-сайте национальных железных дорог: www.nationalrail.co.uk или на вашем местном железнодорожном или автобусном вокзале.

Добраться до континентальной Европы очень легко из лондонского международного вокзала Сент-Панкрас.

Вы можете спланировать свое путешествие с помощью Eurostar www.eurostar.com, - это международная высокоскоростная железнодорожная связь, соединяющая Соединенное Королевство с Францией, Бельгией и Нидерландами.

Большинство поездов Eurostar проезжают через туннель между Великобританией и Францией.

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support

Юридическая консультация

Консультационный проект для Украины в Великобритании

Консультационный проект для Украины в Великобритании это группа юристов-добровольцев, обладающих опытом в области иммиграции и предоставления убежища.

Они могут помочь предоставить тем, кто бежит из Украины, бесплатную юридическую консультацию по вопросам иммиграции в Великобританию, виз и убежища.

Посетите advice-ukraine.co.uk

Гражданская юридическая консультация

Гражданская юридическая консультация (CLA) - это национальная консультационная служба для Англии и Уэльса, финансируемая юридической помощью. Вы можете обратиться за бесплатным переводом, если английский не является вашим родным языком, и даже заказать бесплатный обратный звонок.

При необходимости они могут направить вас в местную службу. Например, если вам нужно представительство в суде.

Вы можете обратиться в Гражданско-правовую консультацию по телефону: 0845 345 4 345.

С понедельника по пятницу, с 9:00 до 20:00, в субботу, с 9 утра до 12:30
www.gov.uk/civil-legal-advice

Вы также можете обратиться за советом в местный Совет по делам граждан Кингстона или посетить его:

Телефон: 020 3166 0953

Адрес: Neville House, 55 Eden St, Kingston upon Thames, KT1 1BW

If you have any questions contact us.

Phone: 0208 547 5000. You will need to ask for the Ukraine Queries Team

Email: ukraine@kingston.gov.uk

Visit www.kingston.gov.uk/support-for-ukrainians for the latest community offers of support