

# Welcome

Ласкаво просимо  
To the Royal Borough of Kingston  
upon Thames



## Homes for Ukraine And Family Scheme - Guidance and further information



THE ROYAL BOROUGH OF  
**KINGSTON**  
UPON THAMES

Керівництво та додаткова інформація



<b>Вступ</b>	<b>4</b>
<b>Ваш імміграційний статус</b>	<b>4</b>
Біометричний дозвіл на проживання (BRP)	4
Електронні візи (eVisa)	4
Схема продовження перебування українців (Ukraine Permission Extension Scheme)	4
<b>Як відкрити банківський рахунок</b>	<b>5</b>
<b>Освіта</b>	<b>5</b>
Сімейна Інформаційна Служба:	5
Освіта в дитячому садку та догляд за дітьми	5
Початкова Освіта (Вік 5-11)	5
Середня Освіта (Вік 11-16)	6
Як податись?	6
Українська недільна школа Святої Марії	6
Освіта після 16	6
<b>Як вивчити англійську мову</b>	<b>7</b>
Інформація щодо курсів ESOL:	7
<b>Пошук роботи</b>	<b>8</b>
<b>Бібліотеки в Кінгстон</b>	<b>9</b>
<b>Отримання медичної допомоги</b>	<b>9</b>
Що таке мій GP?	10
Як стати на облік до лікаря	10
Як записатися на прийом	11
Як забронювати перекладача на прийом до лікаря	11
Що робити, якщо ваша лікарня закрита	12
Доступ до ліків з аптеки	12
Підтримка під час вашої вагітності	12
Стоматологічна допомога	13
<b>Що робити, якщо я перебуваю в надзвичайній ситуації або стурбований станом дорослого або дитини?</b>	<b>14</b>
Надзвичайні ситуації	14
Не надзвичайні ситуації	14
Повідомлення про злочини, не пов'язані з надзвичайними ситуаціями:	15
Що робити, якщо ви стурбовані благополуччям дитини:	15
Що робити, якщо ви стурбовані благополуччям дорослої людини:	15
<b>Підтримка психічного здоров'я</b>	<b>15</b>
Barnardos	15
Червоний Хрест	16
Церква All Saints в Кінгстоні	16
Mind в Кінгстоні	16
Kingston iCope	16
Samaritans	16
Безкоштовна консультація від Refugee Action Kingston	16

<b>Домашнє насильство та насильство щодо жінок і дівчат</b>	<b>17</b>
Кінгстонський Центр Боротьби з Домашнім Насильством	17
Kingston One Stop Shop	17
<b>Расизм і Дискримінація</b>	<b>17</b>
<b>Юридична консультація</b>	<b>18</b>
Ukraine Advice Project UK	18
Цивільна Юридична Консультація	18
Civil Legal Advice (CLA) – це національна консультаційна служба для Англії та Уельсу, що фінансується за рахунок юридичної допомоги. Ви можете попросити безкоштовну послугу перекладу, якщо англійська мова не є вашою рідною мовою, і навіть запросити безкоштовний зворотний дзвінок.	18
<b>Визначні місця</b>	<b>19</b>
Чим можна зайнятись в Кінгстон	19
Події та пам'ятки Лондона	19
Автобусні тури по центру Лондона	20
Eventbrite	20
Visit Britain	20
<b>Українські організації та представництва в Лондоні</b>	<b>20</b>
The HUB	20
Ukrainian Institute London	20
Ukrainian Social Club	21
Союз Українців у Великій Британії (AUGB)	21
<b>Підтримка та активності у Кінгстоні</b>	<b>21</b>
Save the World Club	21
Connected Kingston	21
Транспорт в Кінгстоні і Лондоні	21
Потяги	22
<b>Подальші Запити</b>	<b>22</b>

## Вступ

Вітаємо і ласкаво просимо до Королівського району Кінгстон-на-Темзі. Цей путівник надасть вам добірку корисної інформації, яку вам знадобиться після прибуття в Кінгстон.

## Ваш імміграційний статус

### Біометричний дозвіл на проживання (BRP)

Біометричний дозвіл на проживання (BRP) – це дозвіл на проживання, який містить біографічні дані мігранта, біометричну інформацію, показує його імміграційний статус та його права під час перебування у Великобританії.

Усі пластикові картки BRP дійсні до 31 грудня 2024 року. Ми радимо вам зберігати ваш BRP навіть після дати закінчення його дії, і взяти його з собою, якщо ви подорожуєте за межами Великої Британії.

### Електронні візи (eVisa)

UK Visas and Immigration (UKVI) розробляють електронну імміграційну систему. Це означає, що фізичні документи (включно з BRP) будуть замінені онлайн записом вашого імміграційного статусу. Також відомого як eVisa.

eVisa це онлайн запис вашого імміграційного статусу і умов вашого дозволу на в'їзд і перебування у Великій Британії. Вам необхідно створити UKVI акаунт, щоб мати доступ до вашої eVisa. [Щоб дізнатися більше деталей про eVisa і дізнатися, як її отримати, будь ласка перейдіть за посиланням.](#)

### Схема продовження перебування українців (Ukraine Permission Extension Scheme)

Якщо ви отримали дозвіл на перебування в Британії по одній з українських схем, ви можете податися на подальше продовження вашого перебування на 18 місяців згідно [Ukraine Permission Extension scheme](#). Подати заявку можна буде з 4 лютого 2025 року. Якщо вам потрібна додаткова допомога, будь ласка напишіть нам на [ukraine@kingston.gov.uk](mailto:ukraine@kingston.gov.uk).

## Як відкрити банківський рахунок

Ви маєте відкрити банківський рахунок в Великобританії. Для цього необхідно заповнити форму заявки. Зробити це можна особисто в банку або онлайн. Щоб відкрити банківський рахунок, вам потрібно буде надати документ, що посвідчує особу. Це повинно включати ваше повне ім'я, адресу та дату народження.

Ми можемо допомогти вам відкрити банківський рахунок. Будь ласка, надішліть електронний лист на [ukraine@kingston.gov.uk](mailto:ukraine@kingston.gov.uk), якщо ви бажаєте записатися на особистий прийом для подальшої підтримки.

## Освіта

Освіта для дітей безкоштовна і обов'язкова. В Англії діти повинні навчатися у віці від 5 років до 16 років, а особи у віці від 16 до 18 років повинні бути або на денній формі навчання, або на роботі (з освітнім компонентом).

### Сімейна Інформаційна Служба:

Сімейна Інформаційна Служба надає інформацію батькам, майбутнім батькам, опікунам та фахівцям, щоб допомогти підтримати дітей до їх 20-річчя або 25-річчя, якщо дитина має інвалідність. З ними можна зв'язатися, надіславши електронний лист на [fis@achievingforchildren.org.uk](mailto:fis@achievingforchildren.org.uk).

### Освіта в дитячому садку та догляд за дітьми

У віці від 3 до 4 років діти можуть отримати безкоштовну ранню освіту. Деякі 2-річні діти також мають право. Ранню освіту можна здобувати в дитячій кімнаті або з вихователем. [Для отримання інформації про ясельну освіту та інший догляд за дітьми, будь ласка, відвідайте вебсайт AfC.](#)

### Початкова Освіта (Вік 5-11)

Інформацію про початкові та молодші школи в районі та про те, як подати заявку на місце вашої дитини, можна знайти за адресою [www.kingston.gov.uk/schools-education/changing-school-year/1](http://www.kingston.gov.uk/schools-education/changing-school-year/1)

Ви можете зв'язатися з командою прийому до шкіл за електронною поштою [kingston.admissions@achievingforchildren.org.uk](mailto:kingston.admissions@achievingforchildren.org.uk)

## Середня Освіта (Вік 11-16)

Інформацію про середні школи в районі та про те, як подати заявку на місце для вашої дитини, можна знайти за адресою

[www.kingston.gov.uk/schools-education/changing-school-year/1](http://www.kingston.gov.uk/schools-education/changing-school-year/1)

Ви можете зв'язатися з командою прийому до шкіл за електронною поштою [kingston.admissions@achievingforchildren.org.uk](mailto:kingston.admissions@achievingforchildren.org.uk)

### Як податись?

Якщо у вас виникли запитання чи труднощі з реєстрацією в школі, будь ласка, надішліть електронний лист на [ukraine@kingston.gov.uk](mailto:ukraine@kingston.gov.uk), щоб записатися на прийом до одного з наших кейс-працівників за адресою Guildhall 2, High Street, Kingston upon Thames, KT1 1EU.

## Українська недільна школа Святої Марії

St Mary's Supplementary School — недільна школа, яка проводиться щотижня в Кінгстоні. Тут пропонують широку навчальну програму, включаючи українську мову, історію, культуру тощо, а також надають безкоштовні обіди для учнів і проводять низку заходів, музичних та спортивних.

Школу Святої Марії було засновано в 1955 році з метою, щоб діти з України, які живуть у Сполученому Королівстві, могли дізнатися про свою країну. Відтоді в Лондоні було відкрито кілька шкіл. Навчальна програма призначена для дітей молодшого та середнього шкільного віку та включає всі основні аспекти вивчення мови - читання, письмо, говоріння та аудіювання.

Щоб зареєструвати дитину, будь ласка, зв'яжіться з директором школи Оксаною Коринецькою за адресою [o.korinetska@stmarysukrschool.co.uk](mailto:o.korinetska@stmarysukrschool.co.uk) або за телефоном +447535461742.

## Освіта після 16

Kingston College пропонує курси повної та неповної зайнятості для молодих людей віком від 16 років. Він пропонує широкий спектр курсів, які підходять для всіх учнів у різних предметних областях. Ви можете знайти більше інформації на їхньому веб-сайті за адресою: [bit.ly/Kingston-College](http://bit.ly/Kingston-College)

Контактні дані

телефон: 020 8546 2151

електронна пошта: [Admissions.Kingston@stcg.ac.uk](mailto:Admissions.Kingston@stcg.ac.uk)

Відвідайте [ucas.com](http://ucas.com), щоб дізнатися про університети Великобританії.

**Kingston Adult Education::** також може допомогти вам освоювати нові навички. Дізнайтесь більше на [www.kingston.gov.uk/adults-education](http://www.kingston.gov.uk/adults-education).

**The Open University:** Безкоштовні цифрові навички, поради щодо кар'єри та шаблони резюме з порталу Open University's Open Door to Success Open Learn DWP. Перейдіть за цим посиланням для отримання додаткової інформації: <https://www.open.edu/openlearn/dwp>

**Richmond and Hillcroft Community College** пропонує низку курсів, включаючи:

- Англійська мова, математика та наука
- Технології (IT)
- програма надання ноутбуку на час навчання

Перейдіть за цим посиланням для отримання додаткової інформації:  
<https://www.rhacc.ac.uk/free-digital-courses-kingston-residents>

## Як вивчити англійську мову

Навчання англійської мови для носіїв інших мов відоме як "ESOL" було розроблено, щоб допомогти вам розвинути мову, яка вам знадобиться для повсякденної взаємодії. Заняття ESOL пропонуються на різних рівнях - залежно від ваших мовних потреб. Будь ласка, перегляньте посилання нижче для різних варіантів ESOL у Кінгстоні.

### Інформація щодо курсів ESOL:

- Ви можете записатися на курси в Kingston College тут: [www.stcg.ac.uk/kingston-college/english-esol-efl](http://www.stcg.ac.uk/kingston-college/english-esol-efl).
- Ви можете зв'язатися з Kingston Adult Education: [https://www.kingston.gov.uk/adults-education](http://www.kingston.gov.uk/adults-education).
- Якщо у вас повний робочий день є обов'язки по догляду за дітьми, ви можете спробувати сімейні навчальні заняття в дитячих центрах. Щоб дізнатися про наявність і забронювати заздалегідь, надішліть електронний лист на [esol@kingston.gov.uk](mailto:esol@kingston.gov.uk)
- Вас можуть направити до Learn English At Home (LEAH). Щоб зробити це, будь ласка, зверніться до одного з наших кейс-працівників у зоні прийому

в Україні за адресою Guildhall 2 і попросить їх заповнити форму направлення LEAN.

- Richmond and Hillcroft Adult Community коледж пропонує уроки ESOL, а також багато інших предметів. Вас може направити ваш кейс-працівник із зони прийому гостей в Україні за адресою Guildhall 2. Їхній кампус Hillcroft розташований біля станції Surbiton: 12 South Bank, Surbiton KT6 6DW. Для отримання додаткової інформації відвідайте веб-сайт: <https://www.rhacc.ac.uk/>
- Ви можете займатися самостійним навчанням:
  - [OpenLearn](#) пропонує різні рівні безкоштовних курсів англійської мови, які можна проходити вдома у вільний час.
  - На [Youtube-каналі English with Ukrainians](#) є заняття на різноманітні теми.
  - Усі [курси англійської Babbel](#) є безкоштовними для українців.
  - [Ba Ba Dum](#) - це безкоштовна онлайн-гра для вивчення мови.

Для отримання додаткових варіантів ESOL та детальної інформації про вищезазначені заняття, будь ласка, відвідайте нашу приймальню у холі Guildhall 2 або напишіть нам за адресою [ukraine@kingston.gov.uk](mailto:ukraine@kingston.gov.uk).

## Пошук роботи

Рада Кінгстон буде повідомляти вас про будь-які ярмарки вакансій, що відбуваються, у нашому щомісячному інформаційному бюлетені «Kington Ukraine Network». Підпишіться на нашу щомісячну розсилку тут:

<https://www.kingston.gov.uk/ukraine-1/sign-newsletter>

**Connected Kingston:** надає онлайн-послуги з працевлаштування, навички та підтримку, а також надає безліч іншої інформації про громадські мережі підтримки охорони здоров'я та консультацій у Кінгстоні. Відвідайте веб-сайт за адресою [www.connectedkingston.uk](http://www.connectedkingston.uk)

**Thrive Kingston Career Coaching:** надає безкоштовні консультації з кар'єрного коучінгу для людей від 25 до 65 років, які або отримують універсальний кредит та / або мають прибуток менше 30 000 фунтів стерлінгів на рік. Зареєструйтеся через Stay Nimble професійна профорієнтація на зручний для вас час: <https://events.staynimble.co.uk/kingston-coaching>



**Way2Work:** допомагають молодим людям у Кінгстоні та Річмонді знайти місцеві можливості для навчання. Дізнайтеся більше на [www.way2work.org.uk](http://www.way2work.org.uk)

**Kingston JobCentre Plus:**

<https://www.jobcentrereame.com/jobcentre/kingston-jobcentre-plus/>

## **Бібліотеки в Кінгстон**

У Кінгстоні є сім бібліотек. Вони знаходяться в Hook, Kingston, New Malden, Old Malden, Surbiton, Tolworth і Tudor Drive. Знайти їх можна за посиланням <https://libraries.kingston.gov.uk/home>.

У них є онлайн-пропозиція та служба доставки книг додому для вразливої верстви населення. Більшість людей живуть в межах пішої доступності, тому, будь ласка, заходьте і подивіться!

**Наші бібліотечні послуги безкоштовні та відкриті для всіх мешканців будь-якого віку.**

- Позичайте книги та інші ресурси
- Користуйтеся комп'ютерами та безкоштовним Wi-Fi
- У нас є дитяча зона з книгами для будь-якого віку
- Ми проводимо різні заходи в наших бібліотеках та онлайн

Через нашу онлайн-бібліотеку ми також пропонуємо газети та журнали з усього світу. Маємо 84 журнали та газети з України, 28 з них українською мовою. Ви також можете отримати безкоштовні електронні та аудіокниги.

Відвідайте місцеву бібліотеку або напишіть на [libraries@kingston.gov.uk](mailto:libraries@kingston.gov.uk).

## **Отримання медичної допомоги**

Охорона здоров'я у Великобританії надається Національною службою охорони здоров'я, відомою як NHS. Багато послуг надаються безкоштовно, в тому числі наступні:

- Сімейні лікарі, звані лікарями загальної практики (GP)
- Лікарні

- Послуги по вагітності та пологах.

Зверніть увагу, що вам, можливо, доведеться заплатити за деякі послуги, такі як рецепти та стоматологічна допомога.

NHS також може допомогти з багатьма іншими речами, включаючи:

- Контрацепція
- Планування сім'ї
- Здорове харчування
- Психічне здоров'я

## **Що таке мій GP?**

Ваш GP - це ваша основна контактна особа в NHS. GP означає лікар загальної практики. Вони також відомі як сімейні лікарі.

Лікарі загальної практики - це висококваліфіковані лікарі, які навчаються у всіх аспектах загальної медицини. Вони можуть надати вам консультацію щодо вашого здоров'я. Вони також можуть направити вас до лікаря-спеціаліста за необхідності. Вони надають безкоштовні щеплення в рамках програми вакцинації NHS для дітей, дорослих і вагітних жінок. [Більше інформації за посиланням](#). Найкраще робити щеплення вчасно, але ви все одно можете наздогнати більшість вакцин, якщо ви/ваша дитина пропустите їх.

## **Як стати на облік до лікаря**

Щоб мати змогу звернутися до лікаря (GP), вам потрібно зареєструватися до нього у медичному закладі (GP practice). Загальна Практика - це, як правило, клініка або медичний заклад.

Щоб знайти найближчий медичний заклад, скористайтеся цим посиланням: [bit.ly/Find-GP](http://bit.ly/Find-GP)

Після того, як ви знайшли дані вашої Загальної Практики, вам потрібно зв'язатися з ними. Вони допоможуть вам зареєструватися.

Щоб зареєструвати вас, вони запитають особисті дані. Це включає ваше ім'я, дату народження та номер телефону. Вони також можуть попросити показати підтвердження вашої особи та підтвердження вашої адреси. Якщо у вас немає нічого з цього, вони не можуть відмовити вам у реєстрації.

Якщо вам потрібна допомога з реєстрацією до лікаря загальної практики, надішліть електронний лист на [ukraine@kingston.gov.uk](mailto:ukraine@kingston.gov.uk), щоб записатися на прийом до команди інтеграції Kingston.

### **Як записатися на прийом**

Щоб побачитись з лікарем загальної практики або з медсестрою, вам потрібно записатися на прийом. Ви можете зробити це, продзвонивши в свою Практику.

Ви можете попросити звернутися до лікаря чоловічої чи жіночої статі або медсестри. Ваша лікарня може запропонувати вам спочатку телефонну зустріч.

Можливо, вам доведеться почекати кілька днів для нетермінового прийому.

Якщо ви вважаєте, що вам потрібно терміново поговорити з лікарем, скажіть адміністратору, що вам потрібен екстрений прийом. Вони спробують побачити вас в цей день. Якщо лікар вважає, що ви занадто хворі, щоб прийти на прийом, вони можуть відвідати вас вдома.

Зустрічі з лікарем загальної практики зазвичай тривають 10 хвилин. Ви повинні записатися на окрему зустріч для кожного члена сім'ї, оскільки лікар загальної практики або медсестра зможуть бачити лише одного пацієнта на кожному прийомі. Будь ласка, переконайтеся, що ви прибули вчасно на зустріч або скасуйте її, якщо ви не можете бути присутніми.

Якщо вам потрібна допомога для реєстрації до лікаря (GP), ви можете записатися на прийом до одного з наших колег, надіславши електронний лист на [ukraine@kingston.gov.uk](mailto:ukraine@kingston.gov.uk).

### **Як забронювати перекладача на прийом до лікаря**

Якщо вам потрібен перекладач, ви повинні повідомити про це адміністратора медичного закладу під час запису на прийом.

Повідомте персонал медичної практики, якою мовою ви розмовляєте, і вони замовлять для вас перекладача або забронюють перекладача по телефону.

Важливо, щоб ви і лікар розуміли один одного, щоб він міг поставити точний діагноз вашої проблеми.

З вас не стягуватиметься плата, якщо вам потрібен перекладач.

Все, що обговорюється в консультації, є конфіденційним, включаючи все, що обговорюється в присутності перекладача.

### **Що робити, якщо ваша лікарня закрита**

Якщо ваша лікарня закрита, і це не надзвичайна ситуація, наприклад, незначна хвороба або травма (порізи, розтягнення або висип), ви можете відвідати, 'walk-in' health центри, відділення легких травм або центр невідкладної допомоги. Крім того, зателефонуйте за номером **111**, щоб поговорити з NHS про ваші симптоми або травму.

Відвідайте це посилання, щоб знайти найближчий медичний центр:  
[bit.ly/Find-Walk-In](http://bit.ly/Find-Walk-In)

### **Доступ до ліків з аптеки**

Ваш лікар може вважати, що вам треба приймати певні ліки, і випише вам рецепт. Віднесіть рецепт в аптеку. Можливо, вам доведеться заплатити за ці ліки.

Відвідайте це посилання, щоб знайти найближчу аптеку:  
[bit.ly/Find-Pharmacy](http://bit.ly/Find-Pharmacy)

Фармацевт також може дати безкоштовні поради щодо лікування незначних проблем зі здоров'ям, таких як застуда та кашель.

Ви можете придбати деякі ліки в аптеці без рецепта, включаючи деякі знеболюючі та ліки від кашлю; однак за ці ліки доведеться заплатити.

### **Підтримка під час вашої вагітності**

Якщо ви вагітні, є послуги, які ви можете відвідати для підтримки. Коли ви станете на облік до сімейного лікаря (GP), вони зможуть проконсультувати вас і зв'язати з акушеркою. Вони зможуть запропонувати вам курси, щоб підтримати вас.

В Кінгстоні є ряд послуг, до яких ви можете отримати доступ. До них відносяться:

- Курси по догляду за дитиною
- Місцеві дитячі центри

- Групи підтримки батьків
- Безкоштовний дитячий одяг та обладнання від Growbaby. Відвідайте [www.growbaby.org](http://www.growbaby.org)
- Служба 'Health Visiting Service', яка може надати консультацію батькам та опікунам дітей віком 0-5 років або якщо ви турбуєтеся про свою дитину

Відвідайте веб-сайт Connected Kingston, щоб дізнатись про це.

Для підтримки, коли ви чекаєте дитину:

[www.connectedkingston.uk/services/expecting-a-new-baby](http://www.connectedkingston.uk/services/expecting-a-new-baby)

Для підтримки, коли у вас новонароджена дитина:

[www.connectedkingston.uk/services/support-for-0-5-year-olds](http://www.connectedkingston.uk/services/support-for-0-5-year-olds)

### **Стоматологічна допомога**

Зазвичай вам доведеться платити за стоматологічну допомогу у Великобританії. У наступних випадках це буде безкоштовно:

- Якщо вам не виповнилося 18 років
- Якщо ви вагітні або народили дитину протягом останніх 12 місяців. Вам знадобиться сертифікат, який потрібно показати в цьому випадку (обговоріть отримання довідки зі своїм сімейним лікарем).
- Деякі процедури безкоштовні, наприклад, зняття швів або ремонт зубних протезів.

Знайдіть найближчу стоматологію за посиланням:

[www.nhs.uk/service-search/find-a-Dentist](http://www.nhs.uk/service-search/find-a-Dentist)

Якщо вам потрібна термінова стоматологічна допомога:

- Зателефонуйте своєму стоматологу
- Зателефонуйте NHS **111**

- Якщо це невідкладна ситуація, зверніться до найближчої лікарні з відділенням нещасних випадків та невідкладної допомоги (A&E)

## **Що робити, якщо я перебуваю в надзвичайній ситуації або стурбований станом дорослого або дитини?**

### **Надзвичайні ситуації**

Ви можете зателефонувати за номером **999** (безкоштовний телефон) в екстрених ситуаціях для цих служб:

- Швидка допомога
- Пожежна служба
- Поліція

Якщо ви або член сім'ї потрапили в аварію або маєте раптове серйозне захворювання, вам слід звернутися до найближчої лікарні з відділенням нещасних випадків та невідкладної допомоги (A&E - (Accident & Emergency), яке є безкоштовним для всіх.

Ваша місцева лікарня нещасних випадків та невідкладної допомоги:

Kingston Hospital  
Galsworthy Road, KT2 7QB  
Сайт: [www.kingstonhospital.nhs.uk](http://www.kingstonhospital.nhs.uk)  
Email: [khft.pals@nhs.net](mailto:khft.pals@nhs.net)  
Телефон: 020 8546 7711

### **Не надзвичайні ситуації**

Ви також можете отримати медичну допомогу щодо проблем, які не можуть чекати, зателефонувавши за номером неекстреної допомоги NHS, **111**.

Це безкоштовний сервіс, який працює 24 години на добу, 7 днів на тиждень.

Ви також можете перейти на <https://111.nhs.uk/>  
(тільки для оцінки осіб віком від 5 років).

Вас попросять надати деякі деталі, такі як ваше ім'я та адреса.

Якщо ви не володієте англійською мовою, вам потрібно буде або запросити перекладача англійською мовою на початку дзвінка, або попросити друга чи родича зателефонувати за вас, щоб попросити перекладача.

### **Повідомлення про злочини, не пов'язані з надзвичайними ситуаціями:**

Щоб повідомити про злочини та інші проблеми, які не потребують екстреного реагування, зателефонуйте за номером **101**. Ви також можете повідомити про інцидент, відвідавши сторінку [www.police.uk](http://www.police.uk)

### **Що робити, якщо ви стурбовані благополуччям дитини:**

Якщо ви турбуєтеся про благополуччям дитини, подзвоніть 020 8547 5008.

Якщо вам потрібно терміново поговорити з кимось у неробочий час або у вихідні, зателефонуйте до спеціальної команди 020 8770 5000.

Подзвоніть **999**, якщо ви вважаєте, що дитина або молода людина знаходиться в безпосередній небезпеці.

### **Що робити, якщо ви стурбовані благополуччям дорослої людини:**

Якщо ви турбуєтеся про власну безпеку або безпеку іншої особи, будь ласка, зв'яжіться з командою з питань доступу та захисту Кінгстонської ради за телефоном:

Телефон: 020 8547 5005.

Email: [safeguarding@kingston.gov.uk](mailto:safeguarding@kingston.gov.uk)

Ця послуга працює з понеділка по п'ятницю з 9 ранку до 5 вечора

## **Підтримка психічного здоров'я**

### **Barnardos**

Українська гаряча лінія Barnardos пропонує пряму безкоштовну гарячу лінію для підтримки українських сімей. Це включає доступ до перекладача. Це національна пропозиція [bit.ly/BarnardosUkraine](http://bit.ly/BarnardosUkraine)

## **Червоний Хрест**

Існує цілий ряд онлайн-ресурсів про здоров'я та благополуччя, а також підтримка для розшуку зниклих членів сім'ї на веб-сайті Червоного Хреста: [bit.ly/Red-Cross-Ukraine](http://bit.ly/Red-Cross-Ukraine)

## **Церква All Saints в Кінгстоні**

З 11:00 до 12:00 з понеділка по суботу ранкова група підготовлених слухачів доступна, якщо є щось, про що ви хочете поговорити конфіденційно.

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

Сайт: <https://www.allsaintskingston.co.uk/>

## **Mind в Кінгстоні**

Mind надає консультації дорослим у віці від 18 років, які мають помірні проблеми з психічним здоров'ям, наприклад, депресію, тривогу, панічні атаки.

Будь ласка, зателефонуйте 020 8255 3939 або перейдіть за посиланням [www.mindinkingston.org.uk](http://www.mindinkingston.org.uk)

## **Kingston iCope**

Ця служба надає цілий ряд короткострокових психологічних методів лікування, включаючи когнітивно-поведінкову терапію (відому як «КПТ») та консультування. Доступ до служби підтримки можна отримати різними способами, такими як особиста зустріч, телефон, групові курси та онлайн-допомога.

Будь ласка, зателефонуйте за номером 0203 317 7850 або перейдіть за посиланням [www.icope.nhs.uk/kingston](http://www.icope.nhs.uk/kingston)

## **Samaritans**

Якщо вам важко і ви хочете поговорити з кимось, ви можете поговорити з навченим волонтером Samaritans, зателефонувавши за номером 116 123.

Ви можете зв'язатися з волонтером 24 години на добу, кожен день року.

[www.samaritans.org/branches/kingston-upon-thames](http://www.samaritans.org/branches/kingston-upon-thames)

## **Безкоштовна консультація від Refugee Action Kingston**

Refugee Action Kingston надає безкоштовні консультаційні послуги. Ви можете зареєструватися, надіславши електронний лист на [admin@refugeeactionkingston.org.uk](mailto:admin@refugeeactionkingston.org.uk) чи попросити допомоги у офіцера з питань інтеграції у приймальні холу Guildhall 2. Вони проведуть оцінку вашого стану і, за необхідності, можуть направити до інших відповідних установ.



## **Домашнє насильство та насильство щодо жінок і дівчат**

Якщо ви боїтеся свого партнера або боїтеся за своїх дітей, підтримка доступна.

### **Кінгстонський Центр Боротьби з Домашнім Насильством**

Кінгстонський Центр Боротьби з Домашнім Насильством (DV Hub) надає безкоштовну, конфіденційну, незалежну підтримку всім, хто зазнає домашнього насильства. Для отримання додаткової інформації перейдіть за посиланням [www.kingston.gov.uk/domestic-sexual-violence](http://www.kingston.gov.uk/domestic-sexual-violence)

З Кінгстонським DV Hub можна зв'язатися за телефоном 0208 547 6046 або електронною поштою [kingstondvhub@refuge.org.uk](mailto:kingstondvhub@refuge.org.uk).

Національна гаряча лінія з питань домашнього насильства пропонує підтримку в неробочий час: Безкоштовний цілодобовий контактний номер 0808 2000 247 [www.nationaldahelpline.org.uk](http://www.nationaldahelpline.org.uk)

### **Kingston One Stop Shop**

Kingston One Stop Shop – це служба для всіх, хто зазнає домашнього насильства, що надає можливість отримати доступ до спеціалізованої підтримки. Kingston One Stop Shop працює щопонеділка з 9:30 до 12:30 у жіночому центрі церкви KingsGate, 161A Clarence Street, KT1 1QT.

## **Расизм і Дискримінація**

У Великобританії незаконно ставитися до когось інакше через їх стать, расу, релігію, вік, інвалідність або сексуальну орієнтацію.

Расизм неприйнятний у Великобританії. Серйозним злочином є нанесення шкоди, переслідування або словесне насильство над кимось через його расу або пошкодження його майна з цієї причини.

Розпал расової ненависті також суперечить закону. Неприпустимо дискримінувати іншу людину через її расу, етнічну приналежність або звідки

вона походить. До вас не слід ставитися по-іншому через вашу расу, коли ви подаєте заявку на роботу, шукаєте місце для життя, користуєтеся Національною службою охорони здоров'я (NHS) або просто купуєте щось у магазині.

Ви не повинні зазнавати расових утисків на роботі, в школі або в громадських місцях (коли інші люди роблять коментарі про вашу расу або про те, звідки ви родом, які є образливими або викликають у вас дискомфорт).

Якщо ви або хтось, кого ви знаєте, став жертвою расизму, повідомте про це владу:

- Подзвонивши **101**
- Подзвонивши **999** в екстрених випадках
- Повідомивши про це онлайн за адресою: [www.report-it.org.uk](http://www.report-it.org.uk)
- При особистій зустрічі у відділенні поліції

Не намагайтеся боротися з расизмом або расистськими нападниками самостійно. Залучайте владу. Якщо ви спробуєте вирішити це самостійно, ви можете постраждати або навіть потрапити в неприємності з поліцією.

## Юридична консультація

### Ukraine Advice Project UK

Ukraine Advice Project UK – це група волонтерів-юристів, які мають досвід імміграції та надання притулку. Вони можуть допомогти надати тим, хто тікає з України, безкоштовні юридичні консультації щодо британської імміграції, віз та притулку. Для отримання додаткової інформації, будь ласка, відвідайте: [advice-ukraine.co.uk](http://advice-ukraine.co.uk)

### Цивільна Юридична Консультація

Civil Legal Advice (CLA) – це національна консультаційна служба для Англії та Уельсу, що фінансується за рахунок юридичної допомоги. Ви можете попросити безкоштовну послугу перекладу, якщо англійська мова не є вашою рідною мовою, і навіть запросити безкоштовний зворотний дзвінок.

Вони можуть направити вас до місцевої служби, якщо це необхідно. Наприклад, якщо вам потрібне представництво в суді. Їхній веб-сайт дає додаткову інформацію про те, у чому вони можуть вам допомогти.

Ви можете зв'язатися з Цивільною Юридичною Консультацією за номером: 0845 345 4 345.

[www.gov.uk/civil-legal-advice](http://www.gov.uk/civil-legal-advice)

Ви також можете зв'язатися з Citizens Advice Kingston для отримання консультації за посиланням: <https://www.citizensadvicekingston.org.uk/>

## **Визначні місця**

Є багато цікавих місць, які можна побачити, і чим зайнятися як на місцевому рівні, так і в центрі Лондона.

## **Чим можна зайнятись в Кінгстон**

Кінгстон - прекрасна частина Лондона з великою кількістю заходів, культурних пам'яток тощо. Знайдіть останні події в Кінгстон:

[www.inkingston.co.uk/thingstodo](http://www.inkingston.co.uk/thingstodo)

Активності з дітьми: [bit.ly/Kingston-Activities](http://bit.ly/Kingston-Activities)

## **Підтримка молоді у сфері мистецтва**

Creative Youth – це місцева благодійна організація, яка працює з молоддю у сфері мистецтва. Вони можуть запропонувати простір протягом дня з Інтернетом для молоді або студентів для виконання роботи.

Вони також запропонували надати молодим людям та студентам досвід роботи, щоб допомогти їм полегшити роботу в громаді. Члени Creative Youth можуть надати неформальні поради щодо кар'єри, особливо для всіх, хто цікавиться мистецтвом.

Email: [hello@creativeyouthcharity.org](mailto:hello@creativeyouthcharity.org)

## **Події та пам'ятки Лондона**

Timeout - це веб-сайт, який розповість вам все про останні події та заходи в Лондоні. Відвідайте [www.timeout.com/london](http://www.timeout.com/london)

Visit London має список 10 найкращих визначних пам'яток Лондона:  
[bit.ly/Visit-London-Attractions](http://bit.ly/Visit-London-Attractions)

### **Автобусні тури по центру Лондона**

Big Bus Tours London забезпечує чудове знайомство з містом. Отримайте найкращі можливості фотографій знакових пам'яток з верхнього поверху автобуса. Для отримання додаткової інформації та вартості квитків, будь ласка, відвідайте: [www.bigbustours.com/en/london](http://www.bigbustours.com/en/london)

### **Eventbrite**

Ресурс Eventbrite — це веб-сайт, який рекламує місцеві події. Багато з них безкоштовні. Записатися на події можна тут:

<https://www.eventbrite.co.uk/>

### **Visit Britain**

Visit Britain — офіційний туристичний сайт Великобританії. Він дасть вам огляд основних визначних пам'яток та подій у Великобританії:

[www.visitbritain.com](http://www.visitbritain.com)

## **Українські організації та представництва в Лондоні**

### **The HUB**

Локація поблизу центру Кінгстона, де українська громада збирається кожні два тижні. Ласкаво просимо прийти і познайомитися з іншими українцями, пограти в настільні ігри, почитати книги або дізнатися про проекти для українців. Якщо ви хочете дізнатися більше, надішліть електронний лист на [ukraine@kingston.gov.uk](mailto:ukraine@kingston.gov.uk)

Адреса: 8 Surbiton Road, Kingston-upon-Thames, KT1 2HX

### **Ukrainian Institute London**

Ukrainian Institute London — це незалежна благодійна організація, яка підтримує українську культуру та формує розмову про Україну у Великобританії та за її межами. Вони залучають експертів, креативних людей, політиків та активних громадян до вивчення українських поглядів на глобальні виклики.

Веб-сайт: <https://ukrainianinstitute.org.uk/>

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

Електронна адреса: [info@ukrainianinstitute.org.uk](mailto:info@ukrainianinstitute.org.uk)

## **Ukrainian Social Club**

154 Holland Park Avenue, Лондон, W11 4UH

Клуб є українським громадським простором і має кафе та кухню. Протягом тижня вони проводять багато занять для дітей та дорослих і часто збирають українську громаду, щоб відзначити українські свята чи відзначити важливі дати в історії України.

<https://www.facebook.com/p/London-Ukrainian-Club-Karpaty-100057043556376/>

## **Союз Українців у Великій Британії (AUGB)**

Сайт: [www.augb.co.uk](http://www.augb.co.uk)

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

Зв'яжіться з цією організацією через форму нижче:

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdbx9ILd8P0dQp3ml3WWvHYvSPuqyxPJm-QU-n\\_xT1UiiT1oQ/viewform](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdbx9ILd8P0dQp3ml3WWvHYvSPuqyxPJm-QU-n_xT1UiiT1oQ/viewform)

## **Підтримка та активності у Кінгстоні**

### **Save the World Club**

Рятує як предмети, так і продукти харчування від звалища або спалювання. Ця їжа передається вразливим групам населення та сім'ям.

Предмети звідси можуть допомогти облаштувати нову оселю.

Будь ласка, відвідайте наших офіцерів з питань інтеграції у вітальні холу Guildhall 2, щоб дізнатися, чи маєте ви право на ваучери.

<https://www.savetheworldclub.org/>

### **Connected Kingston**

У нас є багато безкоштовних, сімейних і недорогих заходів у Кінгстоні, які допоможуть вам знайомитися з іншими людьми. **Connected Kingston** – це веб-сайт, який допомагає людям знаходити заходи, вступати до клубів, волонтерити та користуватися місцевими послугами в Кінгстоні. У верхній правій частині веб-сайту є функція перекладу.

У цьому ресурсі ви знайдете розділи про кризу вартості життя, збереження здоров'я, психічне здоров'я, працевлаштування та багато іншого.

Відвідайте [www.connectedkingston.uk](http://www.connectedkingston.uk) , щоб дізнатися більше.

### **Транспорт в Кінгстоні і Лондоні**

Для планування подорожей по Лондону легко використовувати Transport for

London's journey planner за цим посиланням: [www.tfl.gov.uk/plan-a-journey](http://www.tfl.gov.uk/plan-a-journey). Він надає вам варіанти пішохідних та велосипедних подорожей, а також громадського транспорту.

Існує кілька додатків, доступних для відстеження часу автобуса, наприклад London Live Bus Countdown.

Оплата громадського транспорту в Лондоні найдешевшим і найшвидшим способом - це за допомогою картки Oystercard. Ви можете отримати одну на більшості станцій. Відвідайте: [oyster.tfl.gov.uk](http://oyster.tfl.gov.uk)

## **Потяги**

Залежно від вашого віку та потреб ви можете мати право на Railcard, яка надає знижку на залізничні квитки. Щоб перевірити критерії та тарифи, перейдіть за посиланням нижче:

<https://tfl.gov.uk/fares/free-and-discounted-travel/national-railcard-discount>

На веб-сайті Ради Кінгстон також є інформація про місцеві пішохідні маршрути та громадський транспорт. Відвідайте веб-сайт тут:

[www.kingston.gov.uk/publictransportandwalking](http://www.kingston.gov.uk/publictransportandwalking)

## **Подорожі по всій країні**

На національні поїзди або автобуси квитки зазвичай набагато дешевше, якщо купувати заздалегідь.

Час і ціни на квитки відрізняються по всій Великобританії. Ви можете дізнатися більше інформації на веб-сайті національної залізниці: [www.nationalrail.co.uk](http://www.nationalrail.co.uk) або на місцевому залізничному чи автобусному вокзалі.

Подорож до материкової Європи доступна з Лондона Сент-Панкрас Інтернешнл.

Ви можете планувати свою подорож з Eurostar [www.eurostar.com](http://www.eurostar.com), міжнародне високошвидкісне залізничне сполучення, що з'єднує Великобританію з Францією, Бельгією та Нідерландами.

Більшість поїздів Eurostar подорожують через тунель між Великобританією та Францією.

## **Подальші Запити**

Ми сподіваємося, що цей інформаційний пакет допоможе вам оселитися в Кінгстоні.

Якщо вам потрібно зв'язатися з Командою Kingston United for Ukraine Arrivals та Командою Запитів Queries, будь ласка, надішліть електронний лист на [ukraine@kingston.gov.uk](mailto:ukraine@kingston.gov.uk) або офіцерів з питань інтеграції у приймальні холу Guildhall 2 High St, Kingston upon Thames KT1 1EU.