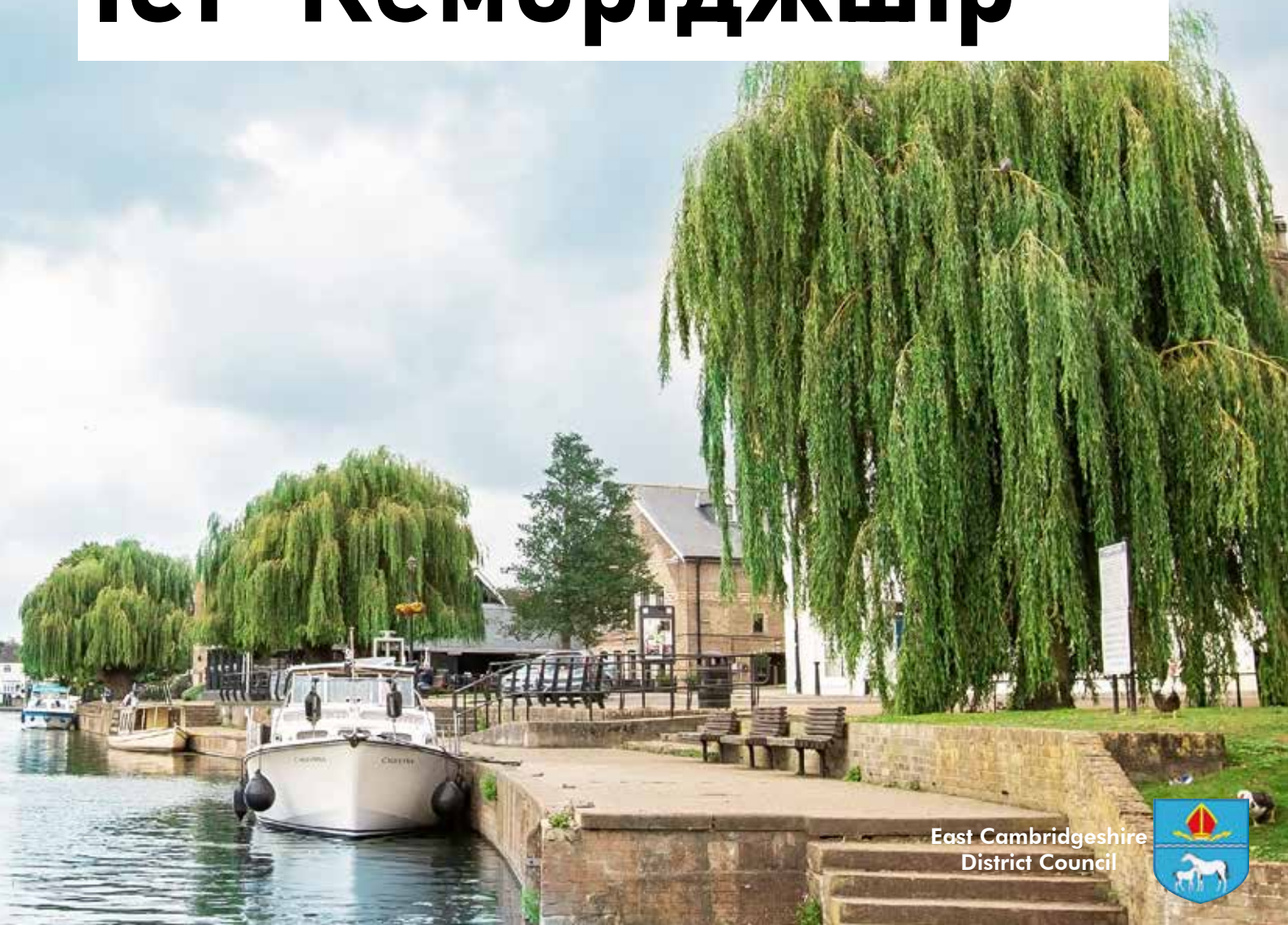


Ласкаво просимо в Іст-Кембріджшір



East Cambridgeshire
District Council



Раді вітати вас у Іст-Кембріджширі (East Cambridgeshire)! Сподіваємось, що ви швидко освоїтеся в нашому районі, і він стане для вас дружнім і безпечним місцем.

Рада району — це місцевий орган влади, офіс якого розташований у місті Ілі (Ely).



Якщо вам потрібна будь-яка допомога, обов'язково звертайтеся до нас.



Рада району Іст-Кембріджшир

The Grange, Nutholt Lane, Ely, Cambridgeshire, CB7 4EE

01353 665555 customerservices@eastcambs.gov.uk www.eastcambs.gov.uk

Цей посібник допоможе вам увійти в життя Іст-Кембріджшира. У ньому міститься інформація, перелік якої наведено поруч.

З переліком поширених запитань можна ознайомитися, перейшовши за посиланням:



Про Іст-Кембріджшир	Банки та отримання готівки	Працевлаштування	Транспорт
Консультації з питань житла та життя в громаді	Місцеві ради та члени парламенту	Шкільна освіта	Безпека
Супермаркети, ринки та продовольчі фонди	Громадські групи підтримки	Охорона здоров'я	Місця богослужіння
Одяг, меблі та предмети побуту	Комунальні послуги, телефони та WiFi	Бібліотеки	Вивчення англійської мови

www.eastcambs.gov.uk/content/support-ukraine

Про Іст-Кембріджшір

Офіс ради району розташований у місті Ілі, яке прославилось завдяки своєму прекрасному собору англіканської церкви.

На території району розташовані ринкові містечка Літлпорт (Littleport) і Соєм (Soham), а також 35 сіл і невеличких селищ.

Іст-Кембріджшір — сільський регіон, економіка якого значною мірою покладається на фермерство та сільське господарство. У районі колоритно поєдналися магазини, місцеві підприємства, школи, бібліотеки та заклади індустрії дозвілля.

Тут є хороша мережа WiFi, якою безкоштовно можна користуватися в Ілі, Соємі та Літлпорті. Сусідами Іст-Кембріджшіра є університетське місто Кембрідж (Cambridge) і столиця кінних перегонів Ньюмаркет (Newmarket), а до Лондона від Ілі можна дістатися поїздом протягом години.

Іст-Кембріджшір має зручне автомобільне, залізничне та автобусне сполучення. Це чудове місце для мандрівок, в якому можна знайти вражаючі краєвиди та парки.

Дізнайтеся більше:

www.exploreeastcambs.co.uk

На цьому вебсайті також можна знайти корисні посилання для знайомства з Іст-Кембріджшіром та його околицями:

www.visitely.org.uk



Деякі з



наших
найвизн
ачніших



пам'яток



Консультації з питань житла та життя в громаді

У Раді району Іст-Кембріджшира працює дружня команда консультантів із питань житла та життя в громаді, яка допоможе вам знайти житло.

Одним із наших обов'язків була перевірка придатності житла, в якому ви житимете, і надання щомісячної виплати в розмірі 350 фунтів стерлінгів для сімей, які приймають вас у себе. Після прибуття ви мали отримати платіж у розмірі 200 фунтів стерлінгів для придбання речей першої необхідності. Сподіваємося, що ці кошти стали вам у пригоді, і ви змогли придбати все необхідне. Цей платіж не потрібно повертати. Наша команда із житлових питань також може допомогти вам вирішити такі проблеми:

Доступ до соціальних виплат та пільг

Закон і судова система

Заборгованості та фінансові питання

Переобладнання та ремонт житла

Працевлаштування та пенсії

Допомога з орендою

Догляд за дітьми та їх виховання

Візи та імміграція

Посилання на джерела допомоги та підтримки у місцевій громаді

Ми працюємо з **понеділка по четвер із 8:45 до 17:00** та **в п'ятницю з 8:45 до 16:30**.

Телефон: **01353 665555**, зв'язок у неробочий час (в екстрених випадках): **07710 978900**

Ел. пошта: **customerservices@eastcambs.gov.uk**

Відвідайте: Центр обслуговування громадян (Customer Service Centre), розташований за адресою: The Grange, Nutholt Lane, Ely CB7 4EE

Адреса офісу Ради: www.eastcambs.gov.uk/maps/directions-council-offices

Або звертайтеся до нашої мобільної консультаційної служби з питань житла та життя в громаді, яка щотижня їздить районом. З розкладом руху автобусів можна ознайомитися тут:

www.eastcambs.gov.uk/housing/community-bus-timetable

Супермаркети, ринки та продовольчі фонди

Супермаркети

В Іст-Кембріджширі є багато супермаркетів, зокрема Aldi, Tesco, Sainsbury's, Iceland і Waitrose в Ілі; Asda в Соемі й Co-ops у Літлпорті й більшості великих сіл. Багато з цих супермаркетів мають відділи, в яких продаються продукти харчування зі Східної Європи.

Ринки

Ринок в Ілі працює у четвер, суботу та неділю. На ньому можна придбати свіжі фрукти та овочі, сир, хліб, рибу та інші продукти. Також щодня, крім понеділка, там можна замовити каву та їжу на винос.
www.elymarkets.co.uk

Магазини східноєвропейських продуктів

У великих містечках і селах є багато магазинів, в яких продаються продукти харчування зі Східної Європи. Магазини в Ілі, Соемі й Літлпорті пропонують багатий асортимент товарів.

Продовольчі фонди

Продовольчий фонд в Ілі (Ely Foodbank) належить до національної мережі продовольчих фондів, яку фінансує організація The Trussell Trust. Цей фонд надає набори продуктів харчування людям, які опинилися в скрутному становищі, щоб допомогти їм жити далі.
www.ely.foodbank.org.uk 01353 468626 (служба обміну текстовими повідомленнями) / info@elyfoodbank.org.uk 07988 629721 (прямий номер)

Foodbank Ely Distribution Centre

Countess Free Church
Chapel Street
Ely
CB6 1AD

ВТ 11:00–12:30
ПТ 13:00–14:30

Foodbank Soham Distribution Centre

St Andrew's Church
Fountain Lane
Soham

CB7 5ED
ЧТ 11:30–12:30

Foodbank Haddenham Distribution Centre

Holy Trinity Church
Church Lane
Haddenham

CB6 3TB
ПН 13:00–14:00

Одяг, меблі та предмети побуту

Окрім національних та місцевих роздрібних магазинів, у містечках та більших селах також є досить велика кількість благодійних магазинчиків вживаних товарів. Більші предмети вживаних меблів можна придбати в районі, зателефонувавши на номер:

Emmaus Cambridge, Green End, Landbeach, Cambridge, CB25 9FD

01223 863657 (10:00 - 16:00)

www.emmaus.org.uk/cambridge/

У Emmaus є інтернет-магазин, а на ринку в Ілі щонеділі відкривається фізичний.

Нові й вживані речі можна придбати в місцевих жителів через групу Ely Bay у Facebook або додаток Gumtree, або ж на автомобільних барахолках (гаражних розпродажах).

www.fordhamcarbootsales.co.uk

www.facebook.com/Kennettcarboot



Банки та отримання готівки

Більшість банків пропонують послугу онлайн-банкінгу. Місцеві банки зосереджені в Ілі. Пункти видачі готівки є в різних місцях по всьому району, зокрема в більшості супермаркетів. Сплачуючи покупки в супермаркетах, також можна попросити кешбек. Багато місцевих магазинів також пропонують можливість оплатити рахунки або відправити чи отримати грошовий переказ із-за кордону. Найближче відділення PayPoint можна знайти тут:

www.paypoint.com



Ради та члени парламенту

Рада графства Кембріджшір (Cambridgeshire County Council)

Рада графства Кембріджшір — це орган місцевого самоврядування найвищого рівня. Він забезпечує надання муніципальних послуг, зокрема, освіти, транспорту, доріг, спадщини, соціального забезпечення, бібліотек, стандартів торгівлі, а також вивезення та утилізації відходів.

www.cambridgeshire.gov.uk

Рада району Іст-Кембріджшір (East Cambridgeshire District Council)

Рада району Іст-Кембріджшір — це рада району нижчого рівня, яка охоплює місто Ілі, ринкові містечка Літлпорт і Соем та навколишні села. Вона відповідає за надання послуг на місцевому рівні, як-от надання житла, розгляд заявок на перепланування, ліцензування, збір податків та вивезення сміття.

www.eastcambs.gov.uk

Парафіяльні та містечкові ради

Кожна парафія чи містечко має власну раду, яка є органом місцевого самоврядування першого рівня. Вони є джерелом демократичного голосу громад, формуючи структуру для їх діяльності.

Контакти містечкових та парафіяльних рад в Іст-Кембріджшірі можна знайти за посиланням:

www.eastcambs.gov.uk/parish-councils/parish-councils

Член Парламенту

Стів Барклей (Steve Barclay) - Член Парламенту від Консервативної партії, він працює у Північному Іст-Кембриджському виборчому окрузі з 2010 року. Стіва було призначено канцлером герцогства Ланкастер і міністром Кабінету міністрів у 2021 році.

www.stevebarclay.net

Член Парламенту

Місцевий Член Парламенту від Іст-Кембріджшір — Люсі Фрейзер (Lucy Frazer). Вона є членом парламенту від партії консерваторів, який від імені своїх виборців може лобювати інтереси місцевих організацій та центрального уряду.

www.lucyfrazer.org.uk

Громадські групи підтримки

Є багато груп, які пропонують підтримку людям у районі Іст-Кембріджширі. Їх перелік можна знайти на нашому вебсайті:

www.eastcambs.gov.uk/content/support-ukraine

www.cambridgerefugees.org



Охорона здоров'я

Усі українці, які прибувають до Англії, можуть безкоштовно отримувати медичні послуги в межах системи NHS, зокрема консультації лікаря загальної практики та медсестер, послуги лікарні та центри невідкладної допомоги.

Лікар загальної практики (GP) — це перший лікар, якого ви зазвичай відвідуєте, звертаючись по медичну допомогу у Великій Британії. Якщо людина серйозно хвора або травмована, і її життя під загрозою, телефонуйте на номер 999.

Якщо виникла дійсно невідкладна ситуація, яка загрожує життю, також можна звернутися в найближчу лікарню з відділенням швидкої допомоги. Якщо ви зателефонували на номер 999, до лікарні вас може доставити карета швидкої допомоги. Не звертайтеся у відділення швидкої допомоги, якщо у вас виникло незначне захворювання чи травма.

Телефон для звернення по екстрену допомогу: 999

Якщо вам терміново потрібна медична допомога або консультація, але ваш стан не є небезпечним для життя, телефонуйте в службу NHS на номер 111.

Телефон для звернення по невідкладну медичну допомогу: 111

www.nhs.uk

Місцеві лікарні

Лікарня з відділенням швидкої допомоги та центром невідкладної допомоги
Лікарня Адденбрук (Addenbrooke's Hospital)
Cambridge University Hospitals NHS Foundation Trust, Hills Road, Cambridge, CB2 0QQ
01223 245151 www.cuh.nhs.uk

Лікарня для лікування легких травм
Відділення для лікування легких травм в Ілі (Ely Minor Injuries Unit)
Princess of Wales Hospital, Lynn Road, Ely, CB6 1DN
01353 656675 www.cpft.nhs.uk/service-detail/service/minor-injury-unit-87

Пологовий будинок
Жіноча консультація та пологовий будинок Розі (Rosie Women's and Maternity Hospital)
Cambridge University Hospitals, NHS Foundation Trust, Hills Road, Cambridge, CB2 0QQ
01223 217617
www.cuh.nhs.uk/rosie-hospital

Лікар загальної практики
Ми рекомендуємо біженцям ставати на облік у місцевих клініках загальної практики. Послуги лікаря загальної практики є безкоштовними. Хоча бажано мати при собі документи, що посвідчують особу, вони не є обов'язковими для встановлення на облік.

Якщо під час встановлення на облік або звернення в будь-яку з наших клінік Іст-Кембріджширі у вас виникли проблеми, зателефонуйте на номер 01353 665555 і зверніться до консультаційної команди з питань життя в громаді.

Найближчу клініку загальної практики можна знайти тут:

www.nhs.uk/service-search/find-a-gp

Психічне здоров'я

Організація Samaritans

надає підтримку людям, які пережили емоційне потрясіння або не можуть впоратися з переживаннями.

www.samaritans.org

Ел. пошта: jo@samaritans.org

Тел. 116 123

Ви також можете звернутися в такі організації:

Lifeline 0808 801 2121, Працює без вихідних з 11:00 до 23:00

SANeline 0300 304 7000, оПрацює без вихідних з 16:30 до 22:30.

Також можна звернутися в служби підтримки психічного здоров'я через **Трастові фонди Кембріджшира й Пітерборо (Cambridgeshire and Peterborough Foundation Trusts, CPFT)** або проконсультуватися зі своїм лікарем загальної практики.

www.cpft.nhs.uk

Sane Ukraine

Щоденні онлайн-консультації для роботи над травмами та розвитку емоційної стійкості для українців, які потребують практичної психологічної та емоційної підтримки.

www.saneukraine.org

Для отримання інформації про COVID-19, зокрема про те, як записатися на вакцинацію:

www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19

Місцеві амбулаторні клініки, в яких

проводять вакцинацію, можна знайти за посиланням:

www.thevaccinators.co.uk

Якщо ви отримали щеплення проти COVID-19 схваленою вакциною за кордоном, ви можете попросити внести у записи NHS відповідні відомості. Для отримання інформації про те, як це зробити, відвідайте:

www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/coronavirus-vaccination/tell-nhs-about-coronavirus-vaccinations-abroad

Найактуальнішу інформацію щодо національної програми вакцинації можна знайти тут:

generalpracticebulletin.createsend1.com/t/d-l-fldhuhk-tkeikirtu-j/



Аптеки

Щоб знайти найближчу до вас аптеку або отримати консультацію в клініці загальної практики, ви можете відвідати вебсайт NHS Choices.

www.nhs.uk/service-search/pharmacy/find-a-pharmacy

Стоматологічні послуги

Ви можете стати на облік у стоматологічній клініці як пацієнт NHS. Найближчу стоматологічну клініку можна знайти тут:

www.nhs.uk/service-search/find-a-dentist

Якщо вам потрібна невідкладна стоматологічна допомога:

1. Зателефонуйте своєму стоматологу
2. Зателефонуйте на номер служби NHS 111
3. Якщо у вас виникла невідкладна ситуація, зверніться до найближчої лікарні з відділенням швидкої допомоги.

Слух і зір

У більшості великих містечок і сіл є магазини оптики. У більшості з них також можна знайти послуги з перевірки слуху.

Патронажний лікар та шкільна медсестра

Якщо у вас є дитина до віку 19 років, можна звернутися за порадою про здоров'я до

патронажного лікаря або шкільної медсестри, подзвонивши за номером 0300 029 50 50

або відправивши текстове повідомлення на номер 07520 649 887

Інформація про Програму Здорова Дитина можна знайти за адресою:

www.cambscommunity-services.nhs.uk/what-we-do/children-young-people-health-services-cambridgeshire/cambridgeshire-0-19-healthy-child-programme



Шкільна освіта та навчання

Щоб віддати дітей у школу, що відповідає їхньому віку, зверніться в Раду графства Кембріджшир.

Рекомендуємо переглянути вебсторінку GOV.UK. Вона містить загальну інформацію для батьків про процес зарахування до школи та подання заявки на місце в школі.

www.gov.uk/schools-admissions

Якщо у вас є маленька дитина (до 5 років), Інформаційна служба із сімейних питань Ради графства Кембріджшир

може допомогти знайти для неї місце в дитячому садку.

Якщо ваша дитина має додаткові потреби в навчанні, для їх задоволення слід звернутися до Ради округу.

Ваша дитина отримає додаткову підтримку, яка дозволить їй досягти необхідного рівня для приєднання до освітнього процесу, наприклад, додаткові курси англійської мови.

Ці можливості не тільки дозволять дитині якнайшвидше включитися в навчальний процес, але й допоможуть адаптуватися всій родині.

Рада графства Кембріджшир

www.cambridgeshire.gov.uk/residents/children-and-families/schools-learning/education-system

Вивчення англійської мови

Безкоштовні та неформальні курси

Англомовне кафе Ely (EELC) зустрічається двічі на тиждень у пабі High Flyer у вівторок і п'ятницю з 11 ранку. Зустрічі дружні, веселі та неформальні, а також безкоштовні. Волонтери готові допомогти у всіх аспектах англійської мови та культури. Кількість місць обмежена, тому краще записуватися через електронну пошту -

info@elyenglishlanguagecafe.co.uk

Офіційні курси

Загальні курси англійської мови будуть зосереджені на практичних навичках англійської, що допоможе вам спілкуватися в повсякденних ситуаціях, підвищуючи впевненість спілкування з англомовними та покращуючи ваше володіння англійською мовою.

Для отримання додаткової інформації відвідайте

www.lyonslanguages.com/part-time-english-tuition



Комунальні послуги, телефони та WiFi

Питання постачання води, газу та

електроенергії слід обговорити з власником будинку.

На момент заселення в орендованому житлі вже повинні працювати системи водопостачання й водовідведення та електрика. Не всі будинки є газифікованими, але власник будинку з газовими приладами зобов'язаний надати вам сертифікат газової безпеки.

Якщо у вас виникли проблеми, зверніться до постачальника, зазначеного в договорі оренди, і він визначить спосіб оплати рахунків за електрику та воду. Газ і електрика можуть бути дорогими, тому вимикайте опалення, виходячи з дому, а вмикаючи опалення, закривайте вікна — це допоможе вам заощадити кошти.

Обов'язково вимикайте світло та електроприлади, коли ви ними не користуєтесь. Це також допомагає захистити навколишнє середовище, оскільки зменшується кількість відходів і рівень забруднення. Запах газу може бути ознакою небезпечного витoku газу. негайно зателефонуйте на номер 0800 111 999, якщо ви вважаєте, що у вашому будинку стався витік газу

Водопостачання та водовідведення

З питань водопостачання та водовідведення звертайтеся у відповідну службу:

Anglian Water: 03457 145 145

www.anglianwater.co.uk

Телефони

Мережа мобільного зв'язку в Іст-Кембріджширі є досить потужною. Більше інформації про послуги мобільного зв'язку можна отримати, звернувшись до одного з національних постачальників, наприклад Vodafone, Tesco, Virgin або O2. Компанія Vodafone готова запропонувати 200 000 українських біженців SIM-карти з 20 ГБ безкоштовного інтернету на шість місяців, а також безкоштовні дзвінки й SMS.

WiFi

У графствах Кембріджшир та Пітерборо можна скористатися безкоштовним доступом до відкритої мережі CambWifi, яка працює в більш ніж 200 громадських будівлях і громадських просторах.

Доступ до захищеної мережі безкоштовний і простий, що дозволяє людям зручно працювати, отримувати доступ до державних послуг, робити покупки та сплачувати рахунки в інтернеті, а також підтримувати зв'язок із сім'єю та друзями.

Для отримання детальної інформації відвідайте вебсайт:

www.connectingcambridgeshire.co.uk



Бібліотеки

В Ілі, Соемі, Літлпорті, Літл-Даунхемі (Little Downham), Хадденхемі (Haddenham), Бервеллі (Burwell) й Боттішемі (Bottisham) є місцеві бібліотеки.

Доступ до бібліотеки, як і користування комп'ютерами та мережею Wi-Fi, є безкоштовним.

У бібліотеці можна:

- Отримати доступ до приміщення для занять
- Скористатися мережею WiFi, комп'ютером з Інтернетом та принтером
- Переглянути асортимент книг та взяти щось для себе (до 12 штук одночасно)
- Читати електронні газети багатьма мовами

Для отримання додаткової інформації відвідайте вебсайт:

Також можна знайти зупинку мобільної бібліотеки:

www.cambridgeshire.gov.uk/library

www.cambridgeshire.gov.uk/residents/libraries-leisure-culture/libraries/mobiles/find-a-mobile-library-stop

Транспорт

В Іст-Кембріджширі є зручна мережа поїздів й автобусів.

Автобуси

З інформацією про автобуси в Іст-Кембріджширі можна ознайомитися тут:

www.bustimes.org/localities/ely-cambs

Потяги

В Ілі, Літлпорт і Соемі є залізничні вокзали.

З розкладом поїздів можна ознайомитися тут:

www.thetrainline.com/stations

Аеропорт

Найближчий аеропорт — Станстед (Stansted), розташований приблизно в 50 хвилинах їзди від Ілі.

Соціальний транспорт

Цим транспортом можна скористатися, якщо вам потрібно кудись дістатися, але поруч з вами немає зупинки громадського транспорту, або ви не можете ним скористатися через стан здоров'я чи обмеження рухливості:

www.eastcambs.gov.uk/roads-transport/community-transport



Безпека

За дотриманням закону слідкує поліція, яка однаково ставиться до всіх жителів і забезпечує їхню безпеку. Якщо ви стали жертвою злочину або запідозрили його скоєння, негайно зверніться до поліції. Офіцери поліції зобов'язані виконувати свої обов'язки відповідно до стандартів професійної поведінки. Якщо ви не задоволені роботою поліції, ви можете подати скаргу.

Щоб повідомити про злочин та інші проблеми, які не потребують негайного реагування, телефонуйте на номер 101 або відвідайте вебсайт:

Інші корисні номери телефонів:

www.police.uk

Поліція, швидка та пожежна бригада: 999 для надзвичайних ситуацій (безкоштовний телефон, працює цілодобово)

Національна гаряча лінія боротьби із домашнім насильством (National Domestic Violence Helpline): 0808 2000 247 (безкоштовний телефон, працює цілодобово) Створена організаціями Women's Aid та Refuge

Телефон довіри Фонду ЛГБТ-спільноти (LGBT Foundation helpline): 0345 3 30 30 30

Організація CrimeStoppers — якщо у вас є інформація про злочин, ви можете подзвонити на номер 0800 555 111 та залишити анонімне повідомлення.





Місця богослужінь

У Великій Британії проживає багатоконфесійне суспільство. Багато людей, вперше опинившись тут, стверджують, що у своєму місці богослужіння вони отримали підтримку та допомогу, а також знайшли друзів, які допомогли їм адаптуватися та відчувати себе ніби вдома.

В Ілі та навколишніх містечках і селах є багато церков і каплиць.

У Кембріджі є мечеті, синагоги та інші місця богослужінь. Найближча православна церква розташована в Кембріджі:

www.stathanasios.uk



Працевлаштування

Щоб влаштуватися на роботу у Великій Британії, вам знадобиться номер соціального страхування (номер NINO або NI), який буде надруковано на BRP (біометричній посвідці на проживання). Це унікальний набір букв і цифр для ідентифікації кожної особи. За цим номером фіксуються сплачені вами податки та внески у Фонд соціального страхування, з яких фінансуються

медичні та інші державні послуги, якими ви користуєтесь. Без номера NI ви не зможете працювати або отримувати соціальні виплати. Щоб отримати допомогу з працевлаштування:

- Відвідайте місцевий центр зайнятості (Jobcentre Plus) — у ньому вам допоможуть знайти роботу або організують навчання, щоб допомогти їй знайти
- Переглядайте місцеві та національні газети або вебсайти з підбору кадрів, на яких публікують вакансії
- Зареєструйтеся в агентстві з підбору кадрів, яке зможе знайти для вас роботу.
- Питайте друзів і родичів про вакансії в компаніях, в яких ті працюють.
- Дізнавайтесь про вакансії, звертаючись у місцеві компанії
- Ваш консультант із працевлаштування Jobcentre Plus може допомогти організувати навчання для набуття певних навичок, які допоможуть вам знайти роботу Дізнайтеся більше, перейшовши за посиланням:



www.eastcambs.gov.uk/content/finding-job

www.jobcentrejobs.co.uk

Більше корисної інформації

Програма «Дім для України» — Поширені запитання:

www.eastcambs.gov.uk/content/support-ukraine

Ласкаво просимо: посібник для українців, які прибувають на територію Великої Британії — GOV.UK

www.gov.uk/government/publications/welcome-a-guide-for-ukrainians-arriving-in-the-uk

Ласкаво просимо — посібник для біженців, які нещодавно прибули у Велику Британію:

www.gov.uk/government/publications/welcome-a-guide-for-new-refugees

