

Sprijin financiar

Local Welfare Assistance Scheme (LWAS – Programul Local de Asistență Socială) ajută persoanele care au probleme financiare. Puteți să solicitați o subvenție direct online sau prin oficiul local Citizens Advice (Consiliere pentru Cetățeni).

Dacă aveți cel puțin șaisprezece ani, locuiți în Suffolk și puteți să demonstrați că aveți probleme financiare, este posibil să fiți eligibil(ă).

Accesați www.suffolk.gov.uk/LWAS

Credit unions (cooperativele de credit) oferă planuri de economii și împrumuturi etice

cu dobânzi și comisioane convenabile. Verificați dacă sunteți eligibil(ă):

Eastern Savings and Loans
www.eslco.co.uk

03336 000690

Suffolk Credit Union

www.suffolkcreditunion.onesuffolk.net

01473 265000

Suffolk Community Foundation (Fundația Comunitară Suffolk) oferă prin Surviving Winter Appeal (Inițiativa de Supraviețuire pe timp de Iarnă) sprijin pentru persoanele de toate vârstele cărora le este greu să își încălzească locuințele pe timp de iarnă prin fuel payments (ajutoare pentru încălzire).

În parteneriat cu Citizens Advice, oferim de asemenea ajutor și sprijin pentru îmbunătățirea stabilității financiare a persoanelor.

www.citizensadviceipswich.org.uk/surviving-winter

Tarifele sociale vă permit să plătiți prețuri mai mici la anumite facturi dacă beneficiați de anumite ajutoare sociale. Discutați cu furnizorii dvs. pentru a afla dacă sunteți eligibil(ă) pentru tarife mai scăzute la internet, telefonie mobilă, apă și energie electrică.

Este posibil să fiți eligibil(ă) pentru ajutor în ceea ce privește **costurile medicale NHS (Serviciul Național de Sănătate)**. Folosiți aplicația de verificare a eligibilității de pe site-ul www.nhsbsa.nhs.uk/check

Bibliotecile din Suffolk sunt spații primitoare tot anul, dar pe timp de iarnă oferă un adăpost călduros, cu băuturi fierbinți și rafturi cu donații.

www.suffolklibraries.co.uk/visit

Îmbunătățiți-vă perspectivele de carieră Suffolk Adult Learning Service (Serviciul de Educație pentru Adulți din Suffolk) ajută persoanele de peste nouăsprezece ani să găsească oportunitățile potrivite și să își îmbunătățească abilitățile necesare pentru angajare.

www.learnssuffolk.org/careers

Sprijin pentru familii

Organizația Home-Start in Suffolk este pregătită să sprijine familiile care au copii sub doisprezece ani și se confruntă cu dificultăți.

www.homestartinsuffolk.org

01473 621104

Programul Healthy Start (Început Sănătos) furnizează tichete cu care puteți cumpăra alimente sănătoase și lapte.

Este posibil să fiți eligibil(ă) dacă aveți un venit scăzut și sunteți însărcinată în peste zece săptămâni sau aveți un copil cu vârsta sub patru ani.

www.healthystart.nhs.uk

0300 330 7010

Warm Homes Suffolk (Locuințe Călduroase Suffolk)

Îi poate ajuta pe locuitorii cărora le este greu să își încălzească locuințele. În urma unei inspecții gratuite a locuinței, ați putea să beneficiați de:

- Izolare termică a mansardelor și pereților*
- Pachete de încălzire pe timp de iarnă, inclusiv etanșare împotriva curenților de aer și becuri economice
- Împrumuturi temporare de calorifere, în cazul în care vi se strică caloriferul

Dacă veniturile totale ale gospodăriei dvs. sunt de sub 31.000 £, locuința dvs. are o eficiență energetică scăzută și nu sunteți racordat(ă) la rețeaua de gaze, este posibil să puteți solicita și:

Copiii dvs. ar putea să aibă dreptul la **Mese Gratuite la Școală** dacă aveți un venit scăzut – verificați la adresa www.suffolk.gov.uk/freeschoolmeals

După înregistrare, pot să aibă acces și la **Programul de Activități și Mese în timpul Vacanțelor** care oferă activități gratuite în timpul vacanțelor de Paște, de Crăciun și de vară.

Aflați mai multe la adresa: info.suffolk.gov.uk/haf

- Panouri solare și încălzire cu energie din surse regenerabile, inclusiv pompe de căldură.

www.warmhomessuffolk.org

03456 037 686

Ulei de încălzire

Comandați regulat ulei de încălzire? Programul de cumpărare de ulei al Community Action Suffolk (Acțiune Comunitară Suffolk) oferă mai multe variante de plată pentru a vă ajuta să gestionați facturile gospodăriei dvs.

Sunați la **01603 881 888** sau vizitați www.communityactionsuffolk.org.uk/oilbuying

*sunt aplicabile criteriile de eligibilitate

Aveți grijă de dvs. și de alte persoane

Atunci când ne confruntăm cu dificultăți, sănătatea noastră mintală poate să fie afectată. Este important să solicităm sprijin. Discutați cu GP-ul (medicul de familie) sau accesați: infolink.suffolk.gov.uk/costofliving

Sprijin pentru victimele violenței în familie

Stresul financiar poate să pună și mai multă presiune asupra relațiilor noastre. Dacă sunteți de părere că este posibil să fiți o victimă a violenței în familie sau vă faceți griji cu privire la un membru/o membră a familiei, un prieten sau o prietenă, contactați Suffolk Domestic Abuse Helpline (Linia de Asistență pentru Violentă în Familie din Suffolk) care vă poate oferi sprijin și consiliere. Sunați la **0800 977 5690** sau accesați chatul web la adresa www.suffolkdahelpline.org.uk

Escroci

vor găsi întotdeauna moduri de a păcăli oamenii pentru a le lua banii. Apar din ce în ce mai multe escrocherii, astfel încât este important pentru noi înșine și pentru persoanele apropiate să dăm dovadă de vigilență. Accesați: www.suffolk.gov.uk/scams

Alte surse de sprijin

Pentru a primi sfaturi despre reducerea costurilor de trai de zi cu zi de la Anglia Care Trust, accesați www.angliacaretrust.org.uk **01473 622888**

Guvernul oferă mai multe tipuri de sprijin. Pentru a verifica dacă beneficiați de toate ajutoarele sociale la care aveți dreptul, vizitați: www.gov.uk/cost-of-living



Pentru informații despre sursele de sprijin pentru acoperirea costurilor de trai care sunt disponibile în comunitatea dvs. locală, accesați:

infolink.suffolk.gov.uk/costofliving

Dacă aveți întrebări despre aceste informații, sunați la **0345 606 6067**

Finanțat de:

