

Фінансова допомога

Місцева програма матеріальної допомоги (МПМД) допомагає людям, які мають фінансові труднощі. Звернутися за грошовою допомогою можна безпосередньо онлайн або через місцеву Службу консультування населення.

Якщо вам принаймні 16 років, ви живете у Саффолку і можете довести, що маєте фінансові труднощі, тоді ви можете претендувати на отримання допомоги.

Відвідайте сайт: www.suffolk.gov.uk/LWAS

Кооперативні ощадні асоціації пропонують досконалі кредитні та ощадні програми за доступними ставками. Перевірте, чи можете ви взяти участь у цих програмах:

Eastern Savings and Loans www.eslco.co.uk
03336 000690

Кооперативна ощадна асоціація Саффолку
www.suffolkcreditunion.onesuffolk.net

01473 265000

Ініціатива «Допоможемо пережити зиму» **громадського фонду Саффолку** надає допомогу людям будь-якого віку, які мають труднощі з опаленням власних домівок протягом зимових місяців, щодо оплати палива.

У співпраці зі Службою консультування населення ми також пропонуємо допомогу та підтримку, щоб забезпечити фінансову стабільність населення.

www.citizensadviceipswich.org.uk/surviving-winter

Соціальні тарифи означають, що ви оплачуєте деякі рахунки за нижчими цінами, якщо отримуєте певні пільги. Проконсультуйтеся зі своїми компаніями-постачальниками із приводу можливості оплати широкосмугового інтернету, мобільного зв'язку, водо- та електропостачання за нижчими тарифами.

Ви можете мати право на допомогу з оплатою **витрат на медичне обслуговування в Національній системі охорони здоров'я**. Перевірте, чи відповідаєте ви вимогам, на сайті за адресою: www.nhsbsa.nhs.uk/check

Бібліотеки Саффолку привітно вітають відвідувачів цілий рік, а взимку пропонують зігрітися та отримати гарячі напої та безкоштовні речі.

www.suffolklibraries.co.uk/visit

Підвищити шанси знайти роботу Служба навчання дорослих у Саффолку допомагає людям віком 19 років та старше знайти найкращі можливості та підвищити шанси працевлаштування.

www.learnssuffolk.org/careers

Допомога родинам

Ініціатива **Home-Start in Suffolk** готова підтримати родини з дітьми віком до 12 років у найскрутніші часи.

www.homestartinsuffolk.org

01473 621104

Ініціатива **Healthy Start** надає талони на купівлю здорових харчів та молока. Якщо у вас низький прибуток і ви вагітні більше 10 тижнів вагітності або ростите дитину молодше 4 років, ви можете мати право на отримання допомоги.

www.healthystart.nhs.uk

0300 330 7010

Ініціатива Warm Homes Suffolk

може допомогти мешканцям, які мають труднощі з опаленням домівок. Безкоштовне обстеження житла може дозволити отримати право на:

- ізоляцію мансарди та стін*
- пакети «Зігрійся взимку», включаючи безкоштовну герметизацію приміщень та економічні лампочки
- короткострокову оренду обігрівачів у разі несправності власних

Якщо загальний прибуток вашого домашнього господарства менший за 31 000 фунтів стерлінгів, ваша домівка має низький показник енергоефективності, не підключена до системи централізованого газопостачання, ви можете подати заявку на:

Ваші діти можуть мати право на **безкоштовне шкільне харчування**, якщо у вас низький прибуток, перевірте тепер на сайті за адресою: www.suffolk.gov.uk/freeschoolmeals

Після реєстрації ваші діти також можуть отримати доступ до **Програми заходів на канікулах та харчування**, яка організує безкоштовні заходи на великодніх, літніх та різдвяних канікулах.

Дізнатися більше можна на сайті за адресою: infolink.suffolk.gov.uk/haf

- отримання сонячних панелей та опалювання з поновлюваних джерел, включаючи встановлення теплових насосів.

www.warmhomessuffolk.org

03456 037 686

Пічне паливо

Ви регулярно замовляєте пічне паливо? Програма купівлі палива Громадської ініціативи Саффолку пропонує декілька варіантів оплати, щоб допомогти сплатити рахунки за домівку.

Зателефонуйте за номером **01603 881 888**

або відвідайте сайт за адресою:

www.communityactionsuffolk.org.uk/oilbuying

*у разі відповідності встановленим вимогам

Піклування про себе та інших

У скрутні часи може страждати наше психічне здоров'я. Важливо шукати підтримки. Зверніться до лікаря загальної практики або відвідайте сайт: infolink.suffolk.gov.uk/costofliving

Підтримка у разі побутового насильства

Через брак грошей наші стосунки можуть стати більш напруженими. Якщо ви вважаєте, що потерпаєте від побутового насильства, або турбуєтеся про родича/товариша, зверніться до Служби довіри для потерпілих від побутового насильства у Саффолку

за підтримкою та порадою за номером **0100 977 5690** або через веб-чат на сайті за адресою: www.suffolkdahelpline.org.uk

Шахраї

завжди знайдуть спосіб витягнути з людей гроші. З'являється більше шахрайських схем, ніж будь-коли раніше, тому важливо піклуватися про себе та близьких. Відвідайте сайт: www.suffolk.gov.uk/scams

Де ще можна знайти допомогу

За порадами щодо скорочення повсякденних витрат від фонду Anglia Care Trust відвідайте сайт за адресою: www.angliacaretrust.org.uk **01473 622888**

Уряд надає багато різних варіантів підтримки. Перевірте, чи отримуєте ви всі види грошової допомоги, на які маєте право, відвідайте сайт: www.gov.uk/cost-of-living



Щоб дізнатися про те, яка допомога з оплатою повсякденних витрат доступна на місцевому рівні, відвідайте сайт:

infolink.suffolk.gov.uk/costofliving

Якщо у вас виникають питання щодо цієї інформації, телефонуйте за номером **0345 606 6067**

Фінансування надають:

