



У партнерстві з Мережею Соціальної
Дії «Карітас»

Інформація та
рекомендації для тих,
хто планує приїзд до
Великої Британії за
програмою "Домівки
для України"

Березень 2023 року



Сердечно вітаємо Вас у Великій Британії. Ми розуміємо, що Ваша подорож сюди, ймовірно, була важкою і сповненою невизначеності, оскільки Вам довелося залишити звичний затишок Вашого будинку і близьких в Україні через війну.

Ніхто з нас не хотів би так починати нове життя, і ми не можемо навіть уявити біль і втрати, які Ви пережили. Ми висловлюємо наші найщиріші співчуття всім, хто постраждав від насильства і потрясінь війни.

Незважаючи на виклики, з якими Ви зіткнулися, ми хочемо, щоб Ви були впевнені, що Ви не одні і завжди можете розраховувати на нашу підтримку в ці нелегкі часи. Цей путівник - лише один із маленьких кроків, які допоможуть Вам зорієнтуватися та адаптуватися на новому місці. Ми сподіваємося, що з часом Ви відчуєте певний рівень комфорту та безпеки у Вашому перебуванні тут, у Великій Британії.

Для нас велика честь, що Ви приєдналися до нашої спільноти, і ми з нетерпінням чекаємо можливості познайомитися з Вами та підтримати Вас у будь-який спосіб. Будь ласка, не соромтеся звертатися до нас, якщо у Вас виникнуть будь-які питання або Вам знадобиться допомога в адаптації до життя у Великій Британії.



Вміст

Частина 1: Ласкаво просимо до SJOG та програми "Домівки для України"	01
1. SJOG та CSAN	01
1.1. SJOG Hospitaller Services	01
1.2. Історія організації SJOG Hospitaller Services	01
1.3. CSAN	02
2. Про програму "Домівки для України"	02
3. Про проєкт SJOG та CSAN "Домівки для України"	02
3.1. Хто може подати заявку на участь у програмі "Домівки для України"?	03
3.2. Які права матимуть громадяни України у Великій Британії?	03
4. Як я можу бути впевненим, що мій спонсор - безпечна людина?	04
5. Що робити в разі надзвичайної ситуації?	04
Частина 2: Перші кроки, отримання візи, знайомство зі спонсором, подорож до Великої Британії	05
6. Знайомство зі спонсором та перше спілкування	05
6.1. Що запитати у майбутнього спонсора?	06
7. Подання заяви на отримання візи	07
7.1. Якщо у Вас є дійсний український закордонний паспорт	07
7.2. Якщо у Вас закінчився термін дії українського закордонного паспорта з офіційним штампом про продовження	07
7.3. Якщо у вас немає дійсного українського закордонного паспорта або прострочений український закордонний паспорт з офіційним штампом продовження, виданим українським урядом	08
7.4. Що відбуватиметься у візовому центрі?	08
7.5. Допомога після того, як у вас є візовий обліковий запис у Великій Британії (UKVI)	09
8. Транспорт до та з Великої Британії	09
8.1. Підготовка до подорожі	10
8.2. Подорож з України до найближчого аеропорту	10
8.2.1. Якщо Ви хочете виїхати з Молдови	10
8.2.2. Якщо Ви хочете виїхати з Румунії	10
8.2.3. Якщо Ви хочете виїхати з Польщі	11
8.2.4. Якщо Ви хочете виїхати з Угорщини	11
8.3. Транспорт від українсько-польського кордону до аеропорту	11
8.4. Підготовка до польоту	12
8.5. Ввезення особистих речей до Сполученого Королівства	12
8.6. Польоти	12
8.6.1. З Польщі	12
8.6.1.1. Ryanair	12
8.6.1.2. Wizz Air	12
8.6.1.3. Easy Jet	12

8.6.2. З Румунії	13
8.6.2.1. Wizz Air	13
8.6.3. З Молдови	13
8.6.3.1. Wizz Air	13
8.7. Автобуси	13
8.8. Як дістатися машиною	13
8.9. Пороми (тільки для автомобілів)	14
8.10. Якщо Ви плануєте подорожувати потягом	14
8.10.1. Польща	14
8.10.2. Німеччина	14
8.10.3. Франція	14
8.10.4. Бельгія	14
8.10.5. Нідерланди	14
8.10.6. Румунія	14
8.10.7. Словаччина	15
8.10.8. Іспанія	15
8.10.9. Інші країни	15
8.11. Подорожі в межах Великої Британії	15
8.12. Подорожування з домашніми тваринами	15
Частина 3: Перші кроки перебування у Великій Британії	16
9. Перші кроки	16
9.1. Одноразова виплата	16
9.2. Британський Червоний Хрест та SIM-картки	16
9.3. Продовження терміну перебування у Великій Британії: BRP	16
9.4. Номер національного страхування	17
9.5. Банківські рахунки	17
9.6. Соціальні виплати Universal Credit / пенсія	18
9.6.1. Отримайте аванс на перший платіж	18
9.7. Отримання медичної допомоги	19
9.7.1. Підтримка ментального здоров'я	20
9.8. Освіта	20
9.8.1. Школа	20
9.8.2. Університет	21
9.8.3. Курси англійської мови	21
9.9. Транспорт	21
9.10. Вартість життя	21
9.10.1. Продовольчі банки	22
9.10.1.1. Отримання направлення	22

9.10.1.2. Якщо Ви не можете звернутися до Citizens Advice	23
9.10.1.3. Похід до продовольчого банку	23
9.10.1.4. Якщо Вам потрібно знову скористатися продовольчим банком	23
Частина 4: Як порозумітися зі спонсором	24
10. Комунікація	24
11. Конфліктні ситуації	24
12. Дотримання кордонів	25
13. Культурні відмінності	25
13.1 Комунікація	25
13.1.1. "Світська бесіда" (Small talk)	25
13.1.2. життя разом	25
13.2. Проживання в оселі спонсора	26
13.2.1. Опалення	26
13.2.2. Економія води	26
13.2.3. Сортування відходів	27
13.2.4. Питна вода	27
13.2.5. Їжа	27
13.2.6. Носіння взуття в будинку	28
13.3. Здоров'я	28
13.3.1. Лікарі загальної практики	28
13.3.2. Рецептурні ліки	28
13.3.3. Відвідування лікаря	28
13.4. Суспільство та культурні відмінності	28
13.4.1. Релігія	28
13.4.2. ЛГБТКІ+	29
13.4.3. Виховання дітей	29
13.4.3.1. Діти віком до 12 років залишаються вдома без нагляду	29
Частина 5: Безпека	30
14. Охорона та захист	30
15. Приватність і конфіденційність	31
16. Захист і турбота про Ваших дітей	31
17. Домашнє насильство	31
18. Сексуальне насильство	32
19. Сучасне рабство та торгівля людьми	33
20. Служби екстреної допомоги	34
20.1. Поліція	34
20.2. Пожежа	34

21. Повідомлення про воєнні злочини в Україні	34
Частина 6: Підтримка	35
22. Допоміжні служби та організації	35
22.1. Правова допомога та імміграційні послуги:	35
22.2. Підтримка ментального здоров'я:	36
22.3. Культурні та громадські організації:	37
22.4. Залишатися на зв'язку зі своєю культурою та громадою	37
22.4.1. Підтримання зв'язку з близькими вдома	37
22.4.2. Парафіяльні спільноти	37
22.4.3. Групи в соціальних мережах	37
22.4.4. Українські організації у великій Британії	40
Частина 7: Що робити через 4-6 місяців після прибуття до Великої Британії	41
23. Умови проживання	41
23.1. Перебування зі спонсором після 6 місяців	41
23.2. Якщо Ваша спонсорська угода закінчується раніше, ніж через 6 місяців	41
23.3. Пошук іншого спонсора	41
23.3.1. Пошук власного спонсора	41
23.3.2. Підтримка місцевої ради	42
24. Переїзд в іншу область Великої Британії	42
25. Пошук роботи у Великій Британії	43
26. Оренда приватного житла	43
27. Пошук курсів англійської мови у Великій Британії	43
28. Корисні контактні телефони	44
29. Інші корисні ресурси, подібні до цього посібника	44
Заключне слово	45

Ласкаво просимо до SJOG та програми “Домівки для України”

1

SJOG TA CSAN

1.1. SJOG Hospitaller Services

- St John of God Hospitaller Services (Служба Госпітальєрів Святого Івана Богослова) - це національна благодійна організація у Великій Британії, яка допомагає людям жити повноцінним життям.
- Ми є частиною міжнародної родини з 500 000 співробітників, які працюють у 500 центрах допомоги в 50 країнах і щороку змінюють на краще життя понад 7 мільйонів людей.
- Наші основні напрямки роботи - безпритульність, сучасне рабство, підтримка людей з аутизмом, послуги для людей з фізичною інвалідністю, літніх людей та підтримка громад.
- Якщо Ви хочете дізнатися більше про організацію або наші інші проекти, будь ласка, відвідайте наш веб-сайт за посиланням <https://sjog.uk/>.

1.2. Історія організації SJOG Hospitaller Services

Наш засновник

SJOG надихається прагненням нашого засновника творити добро. Ми наслідуємо його приклад і продовжуємо додавати нові історії до його 500-річної спадщини.

Народившись у 1495 році, Джо Сідаде присвятив своє свідоме життя турботі про мало забезпечених і хворих, створюючи лікарні, які змінили тогочасну медичну практику. Маючи власний досвід лікування психічних захворювань, він боровся за зміну практики, за якої до людей ставилися б з любов'ю та співчуттям. Він піклувався про людей так, як ніхто інший, і незабаром люди пішли його шляхом, шляхом Госпітальєра. Його послідовники заснували релігійний орден і стали частиною всесвітнього руху.

SJOG
Hospitaller Services



2

ПРО ПРОГРАМУ “ДОМІВКИ ДЛЯ УКРАЇНИ”

“Домівки для України” - це програма, створена урядом Великої Британії для того, щоб допомогти Вам і Вашій родині безпечно прибути та адаптуватися до життя у Сполученому Королівстві. В рамках програми, будь-який мешканець Великої Британії може виступити у ролі спонсора і запропонувати Вам вільну кімнату у своїй оселі. Метою програми є надати Вам безпечний простір щонайменше на 6 місяців. За цією програмою Ваше перебування в Сполученому Королівстві може бути продовжено максимум до 3 років і дає Вам право працювати, навчатися і отримувати соціальні послуги та виплати.

3

ПРО ПРОЄКТ SJOG TA CSAN “ДОМІВКИ ДЛЯ УКРАЇНИ”

Проект SJOG та CSAN “Домівки для України” пропонує послуги з підбору, навчання та підтримки спонсорів та гостей.

Наша організація працює над тим, щоб налагодити зв'язок між людьми, які готові відкрити свої домівки в якості спонсорів, і тими, хто був змушений покинути свої домівки через війну в Україні. Ми прагнемо надати підтримку та ресурси, щоб допомогти Вам інтегруватися в життя у Великій Британії. Наша мета - створити позитивне і гостинне середовище як для гостей, так і для спонсорів, а також полегшити адаптацію до життя на новому місці.

1.3. CSAN

Натхненна життям і прикладом Ісуса Христа, організація CSAN була створена Конференцією католицьких єпископів Англії та Уельсу для розвитку соціальної діяльності Церкви в цих частинах Сполученого Королівства. CSAN поділяє місію Католицької Церкви.



Проект SJOG та CSAN "Домівки для України" пропонує:

- Підбір спонсорів та гостей відповідно до вимог обох сторін, таких як район проживання, кількість вільних кімнат, особливі потреби з огляду на здоров'я або інвалідність, дієтичні вподобання та наявність домашніх улюбленців
- Посередництво та переклад у проведенні перших відео зустрічей між спонсорами та гостями
- Інформаційні ресурси для спонсорів та гостей з України рідною мовою
- Онлайн-тренінги про процес хостингу
- Трансфер від місцезнаходження гостей до найближчого аеропорту до місця проживання спонсора
- "Вітальний бокс" для української родини
- Підтримка протягом першого місяця після приїзду
- Послуга повторного підбору спонсора
- Забезпечення підтримки з боку місцевих громад
- Багатомовна команда, яка розмовляє англійською, польською, українською та російською мовами і готова допомогти

3.1. Хто може подати заявку на участь у програмі "Домівки для України"?

1. Громадяни України, які проживали в Україні до 1 січня 2022 року. Програма також відкрита для найближчих родичів та членів сімей таких громадян України: (ці особи можуть бути інших національностей)
 - чоловік/дружина або цивільний партнер;
 - неодружений партнер (повинні прожити разом у стосунках не менше двох років);
 - діти до 18 років;
 - батьки, якщо Вам ще не виповнилося 18 років;
 - наречений(а) або майбутній цивільний партнер.
2. Діти, які в даний час перебувають за межами Великої Британії, можуть скористатися програмою, щоб возз'єднатися зі своїми батьками або законними опікунами, які в даний час проживають у Великій Британії, якщо вони є спонсорами дитини.
3. Програма також відкрита для дітей до 18 років, які не подорожують з батьками або законними опікунами і не планують приєднатися до них.

3.2. Які права матимуть громадяни України у Великій Британії?

По приїзду до Сполученого Королівства, Ви не матимете статусу біженця та не будете класифікуватися як біженець у Великій Британії відповідно до Женевської конвенції. Замість цього Ви отримаєте трирічний дозвіл на проживання у Великій Британії, після чого Вам потрібно буде подати заяву на інший тип візи. **Три роки дозволу на проживання за програмою "Домівки для України" не зараховуються до періоду проживання у Великій Британії необхідного для отримання громадянства.**

Ви матимете право отримувати соціальну виплату, доступ до системи охорони здоров'я та освіти, а якщо Ви працездатного віку, Вам буде дозволено працювати.

4

ЯК Я МОЖУ БУТИ ВПЕВНЕНИМ, ЩО МІЙ СПОНСОР - БЕЗПЕЧНА ЛЮДИНА?

Уряд Великої Британії проведе перевірку безпеки спонсора. В рамках візового процесу Вам необхідно буде надати інформацію про Вашого спонсора для проведення цих перевірок. Щоб забезпечити благонадійність спонсора, ми просимо спонсорів надати рекомендацію від когось, хто не є членом їхньої родини, наприклад, від члена громади, священника або будь-кого, хто добре їх знає. Це допоможе нам підтвердити особу спонсора та оцінити його придатність підтримувати осіб з України.

5

ЩО РОБИТИ В РАЗІ НАДЗВИЧАЙНОЇ СИТУАЦІЇ?

Ми сподіваємося, що Велика Британія стане дружнім, гостинним і безпечним місцем для Вас і Вашої родини. Якщо з якихось причин це не так, ми хочемо, щоб Ви якнайшвидше повідомили про це нам або місцевій раді. У Великій Британії є багато професійних організацій, які готові надати Вам допомогу, якщо виникне така потреба. Якщо Ви відчуваєте, що Ваша безпека або безпека будь-кого з Вашої родини перебуває під загрозою, Вам слід звернутися до служб екстреної допомоги за номером 999 або 112. Цей номер охоплює екстрену поліцію, пожежну та медичну служби. Якщо у Вас є побоювання або проблеми, які Вас турбують, але не становлять безпосередньої загрози Вашій безпеці, **Вам слід звернутися до місцевої ради**, яка зможе надати Вам подальшу консультацію.

Якщо Ваша домовленість зі спонсором припиняється з тих чи інших причин, або Ви переживаєте, що вона може припинитися, Вам слід зв'язатися з місцевою радою та якомога швидше повідомити її про це. Місцева рада може запропонувати Вам різні види підтримки. Наприклад, вони можуть запропонувати Вам пораду, тимчасовий притулок, або вони можуть запропонувати Вам поселення з новим спонсором.

Перші кроки, отримання візи, знайомство зі спонсором, подорож до Великої Британії

ЯК ЦЕ ПРАЦЮЄ?



6

ЗНАЙОМСТВО ЗІ СПОНСОРОМ ТА ПЕРШЕ СПІЛКУВАННЯ

Після того, як Ви зв'язалися з потенційним спонсором, Ви повинні визначитися, чи зможете Ви проживати в одній оселі з даним спонсором протягом 6 місяців:

- Призначте час для відеозв'язку зі спонсором через MS Teams, Zoom, WhatsApp тощо. Ми будемо посередниками на перших зустрічах, щоб допомогти Вам представитися та обговорити все, що може бути важливим для успішного проживання разом, або просто допомогти з перекладом.
- Поговоріть про спосіб життя Вашої та їх сімей, запитайте про їхнє теперішнє місцезнаходження.
- Не бійтеся ставити складні запитання на цьому етапі, якщо у Вас є сумніви.

6.1. Що запитати у майбутнього спонсора?

Щоб допомогти Вам вирішити, чи підходить Вам запропонований нами спонсор для довгострокового проживання разом за програмою "Домівки для України", пропонуємо обговорити наступні теми під час відео дзвінка з Вашими потенційними спонсорами:

- Якщо у Вас і у Вашого спонсора є маленькі діти - чи збігаються Ваші підходи до виховання дітей достатньою мірою, щоб жити в одному будинку (час відходу до сну, харчування, очікування щодо того, чи прийнятно залишати дітей вдома наодинці);
- Вакцинації та ставлення до них (наявність вакцинацій від Covid-19, вакцинація новонароджених дітей);
- Внесок за використання комунальних послуг (якщо спонсор очікує, що Ви будете брати участь в оплаті комунальних послуг);
- Транспорт у цьому районі - якщо Ваш спонсор живе за межами великого міста, запитайте його про доступні варіанти транспорту і про те, чи доступ до них обмежений;
- Чи є у Вас якісь зв'язки у Великій Британії або люди, яких Ви, ймовірно, захочете відвідати? Чи доступні ці місця з місця проживання Вашого спонсора?
- Яку роботу чи освіту Ви хотіли б отримати?
- Чи є якісь конкретні послуги або підтримка, які Ви б хотіли отримати по приїзду?
- Чи є у Вас члени родини або друзі, які хочуть приєднатися до Вас пізніше?
- Все, що Вам потрібно знати про домашніх тварин, якщо у Вашого спонсора є домашні тварини, або якщо Ви плануєте привезти своїх улюбленців з собою;
- Скільки людей проживають в помешканні спонсора;
- Релігійна приналежність спонсорів і повага до неї;
- Культурне походження і традиції;
- Дієтичні вподобання (чи є Ваш спонсор вегетаріанцем? Чи не буде він проти того, щоб Ви готували продукти тваринного походження на спільній кухні?)
- Алергії

ПОДАННЯ ЗАЯВИ НА ОТРИМАННЯ ВІЗИ

В SJOG "Домівки для України" ми надаємо інструкції, але не допомагаємо в оформленні візи. Зазвичай гості подаються на візу самостійно, але іноді спонсорам може знадобитися подати заяву на візу від імені гостя (гостей).

Це посилання на візову анкету на сайті уряду Великої Британії. Тут пояснюється, як працює візовий процес: <https://www.gov.uk/guidance/apply-for-a-visa-under-the-ukraine-sponsorship-scheme>.

Існують також організації, що пропонують допомогу, зокрема "Тут для доброго закону", яка має посібник із заповнення візової заяви: <https://www.hereforgoodlaw.org/ukraine>.

7.1. Якщо у Вас є дійсний український закордонний паспорт

Якщо у Вас є дійсний український закордонний паспорт, Ви можете скористатися додатком "UK Immigration: ID check", щоб підтвердити свою особу. Вам не потрібно відвідувати візовий центр, щоб здати біометричні дані або подати заяву на продовження перебування після прибуття до Великої Британії.

Якщо Ваш спонсор подає заяву від Вашого імені, Вам все одно потрібно буде скористатися додатком, щоб підтвердити свою особу. Після того, як Ваш спонсор створить Ваш обліковий запис онлайн, він отримає інструкції, як користуватися додатком.

При подачі заяви на візу за допомогою [програми ID Check](#), Ви створите обліковий запис у Службі Віз та Імміграції Великої Британії (UKVI). Вам потрібно буде використати дані свого облікового запису UKVI для [входу в сервіс View and Prove на GOV.UK](#), де Ви зможете отримати доступ до інформації про Ваш імміграційний статус (Вашої е-Візи).

7.2. Якщо у Вас закінчився термін дії українського закордонного паспорта з офіційним штампом про продовження

Ви можете використовувати штамп у Вашому паспорті або віньєтку з дозволом на в'їзд, прикріплену до Вашого паспорта (або інший документ, виданий Вам на кордоні). Це підтверджує Ваш імміграційний статус у Великій Британії та гарантує Вам доступ до пільг і послуг, на які Ви маєте право протягом цього періоду. Однак Ви **повинні подати заяву на продовження терміну перебування протягом 6 місяців з дати в'їзду до Сполученого Королівства**, щоб продовжувати жити і працювати у Великій Британії.

Ви не можете використовувати додаток "UK Immigration ID check", якщо термін дії Вашого паспорта закінчився, навіть якщо в ньому стоїть офіційний штамп продовження, виданий українським урядом.

Вам не потрібно відвідувати візовий центр для здачі біометричних даних. Замість цього, Ви **повинні здати біометричні дані протягом 6 місяців після прибуття до Великої Британії у закладі**, схожому на український ЦНАП - UKVCAS Service Point.

Під час подачі заяви Ви повинні надати копії обох документів:

- Сторінка Вашого простроченого паспорта
- Сторінка Вашого паспорта, термін дії якого закінчився, з відміткою про продовження терміну дії

Ви можете завантажити ці документи в електронному вигляді за допомогою додатку для завантаження документів від комерційного партнера після того, як Ви заповнили свою заяву. Це буде зроблено компаніями TLS Contact або VFS Global. Ви можете завантажити додаток з веб-сайту TLS Contact або VFS Global під час подання заяви. Якщо Вам потрібна допомога у завантаженні копій документів, Ви можете записатися на прийом до візового центру.

7.3. Якщо у вас немає дійсного українського закордонного паспорта або прострочений український закордонний паспорт з офіційним штампом продовження, виданим українським урядом

Вам потрібно буде записатися на прийом до візового центру за межами Великої Британії. Це також стосується дітей. Візові центри працюють по всій Європі, в тому числі і в Україні:

[Будапешт, Угорщина](#)

[Кишинів, Молдова](#)

[Варшава, Польща](#)

[Бухарест, Румунія](#)

[Париж, Франція](#)

[Київ, Україна](#)

Ви можете завантажити свої документи онлайн перед візитом до візового центру. Під час онлайн-заяви Вас попросять завантажити копії будь-яких документів, що посвідчують особу, наприклад, таких:

- Українське національне посвідчення особи
- Поєднання офіційних документів - наприклад, водійського посвідчення з фотографією та свідоцтва про народження
- Сертифікат про надзвичайну ситуацію, виданий українським органом з березня 2022 року

Надання цих документів не є обов'язковим, але це може допомогти підтримати Вашу заявку, якщо Ви маєте таку можливість. Ви можете завантажити свої документи за допомогою додатку для завантаження документів від комерційного партнера. Це буде або TLS, або VFS, залежно від того, в яку країну Ви подаєте заявку. Ви можете завантажити додаток з веб-сайту TLS або VFS під час подання заяви.

7.4. Що відбуватиметься у візовому центрі?

Вам потрібно буде сфотографуватися та зняти відбитки пальців у візовому центрі. У дітей віком до 5 років відбитки пальців не беруть, але їм все одно потрібно записатися на прийом до візового центру і зробити цифрову фотографію.

У візовому центрі Вам дадуть:

- Паперовий документ, який називається віньєткою про дозвіл на в'їзд, що додається до Вашого паспорта або до Форми для проставлення візи (FAV), для використання під час подорожі до Великої Британії
- Лист з описом наступних кроків, включаючи отримання біометричного дозволу на проживання (BRP)
- Вам також потрібно підтвердити адресу, за якою Ви плануєте проживати у Великій Британії. Співробітники візового центру допоможуть Вам вибрати поштове відділення у Великій Британії, розташоване неподалік від Вашої адреси, де Ви зможете забрати Ваш BRP.

Після прибуття до Великої Британії Вам слід якомога швидше отримати біометричну посвідку на тимчасове проживання (BRP).

Якщо Ви не можете скористатися додатком і маєте дійсний український закордонний паспорт, Вам не потрібно відвідувати візовий центр для здачі біометричних даних. Замість цього Ви **повинні здати свої біометричні дані протягом 6 місяців після прибуття до Великої Британії**.

8

ТРАНСПОРТ ДО ТА З ВЕЛИКОЇ БРИТАНІЇ

Після того, як Ваша віза буде схвалена, у вас буде до 90 днів, щоб прибути до Великої Британії, починаючи з дня, який Ви вказали у Вашій заяві як запланований день подорожі. SJOG "Домівки для України" надають до 50 фунтів стерлінгів на кожну особу, яка подорожує, для покриття транспортних витрат для громадян України та членів їхніх родин від українського кордону до найближчого аеропорту у Великій Британії до оселі Вашого спонсора, а також Ви матимете можливість безкоштовного проїзду по Великій Британії протягом наступних 48 годин, щоб дістатися до житла спонсора.



7.5. Допомога після того, як у вас є візовий обліковий запис у Великій Британії (UKVI)

Якщо Вам потрібна допомога з переглядом або використанням Вашого облікового запису UKVI чи онлайн-сервісів, Ви можете звернутися до Центру вирішення проблем UKVI. Телефон: 0300 790 6268 з понеділка по п'ятницю (крім вихідних), з 8:00 до 20:00 в суботу та неділю, з 9:30 до 16:30. Якщо Ви не можете зв'язатися з британськими номерами 0300, використовуйте +44 (0)203 875 4669. **Ця послуга доступна лише англійською мовою.** Якщо Ви не розмовляєте англійською, Ви можете попросити друга або члена родини зателефонувати від Вашого імені.

Центр вирішення проблем надає підтримку по телефону та електронною поштою всім власникам облікових записів UKVI, а також може допомогти, якщо у Вас виникли технічні проблеми. Якщо Вам потрібен доступ до пристрою або Інтернету, у багатьох бібліотеках Великої Британії є комп'ютери, з яких Ви можете зайти в

Інтернет, а в деяких місцях - обладнання для друку. Будь ласка, відвідайте місцеву бібліотеку, щоб отримати доступ до цих можливостей.

8.1. Підготовка до подорожі

Поки Ви чекаєте на видачу візи, ми рекомендуємо Вам відвідати всіх необхідних лікарів і стоматологів в Україні перед приїздом до Великої Британії. Також важливо перевірити і зібрати всі документи, такі як дипломи про закінчення школи, коледжу, університету, трудову книжку тощо. Ми рекомендуємо перекласти ці документи на англійську мову до приїзду.

Перед поїздом до Польщі (або інших країн, звідки Ви полетите до Великої Британії) важливо перевірити, який транспорт доступний. Це може бути автобус, потяг або орендований приватний автомобіль. Існують ресурси, які показують черги на українсько-польському кордоні. Один з них - Telegram-канал "Чесна митниця" https://t.me/Customs_ier_kiev.

8.2. Подорож з України до найближчого аеропорту

8.2.1. Якщо Ви хочете виїхати з Молдови

Аеропорт Кишиніва

Як доїхати:

- Прямий потяг - №351/352 Київ → Унгени, Кишинів. Ходить тричі на тиждень. Регулярні автобуси з Києва та Одеси ходять щодня. З Одеси до Кишиніва автобуси зупиняються біля аеропорту в обох напрямках. Від залізничного вокзалу Кишиніва до аеропорту 30 хвилин на таксі (Uber чи Bolt там немає, є itaxi.md), або можна доїхати на автобусі №30 за 6 леїв готівкою чи картою.

Якщо Ви подорожуєте автомобілем:

- Парковка в аеропорту - <https://airport.md/ru/services/parking?checkin-warn>
- Купити віньєтку - <https://evinieta.gov.md/>

8.2.2. Якщо Ви хочете виїхати з Румунії

Аеропорт Сучави розташований за 85 км від Чернівців.

Як доїхати:

- Будь-яким поїздом до Чернівців + автобус Чернівці - Сучава.
- Подивіться розклад на сайтах за посиланнями, автобус їде близько 3 годин, з урахуванням кордону - це дійсно близько.
- Парковка в аеропорту Сучави - <https://aeroportsuceava.ro/uk/2016-01-29-10-35-29/parcare-cu-plata>

Клуж-Напока - ще один великий міжнародний аеропорт

- Поїзд Чернівці + автобус до Сучави + поїзд 6 годин до Клуж-Напоки. Поїзд ходить 3 рази на день - <https://www.cfrcalatori.ro/>
- Щоб дістатися автомобілем, використовуйте <https://www.roviniete.ro/ro/>
- Парковка в аеропорту Клуж-Напока - <https://www.airportcluj.ro/transport-si-acces/parcare/>

8.2.3. Якщо Ви хочете виїхати з Польщі

Як дістатися до Перемишля:

Потяги:

- № 36/35 Одеса → Перемишль
- 32/31 Дніпро, Запоріжжя → Перемишль
- № 53/54, № 705, № 715 Київ → Перемишль

Як дістатися з Перемишля до інших міст Польщі:

Потяги:

- IC №3602 Перемишль → Вроцлав (через Жешув, Краків)
- IC №3700 Перемишль → Познань (через Жешув, Краків, Катовіце, Ополе, Вроцлав)
- IC № 31104 Перемишль → Варшава
- IC № 105 Перемишль → Грац (через Краків, Катовіце, Остраву, Відень)
- IC № 37104 Перемишль → Зелена Гора (через Краків, Вроцлав)

Посилання на сайт для бронювання квитків на потяг: <https://www.intercity.pl/pl/>.

Як доїхати до Варшави:

Потяги:

- Прямий потяг 67/68 Київ → Варшава-Входня
- #53/54, #705, #715 Київ → Перемишль + С #31104 Перемишль → Варшава.
- #24 Київ → Хелм + IC #28106 Хелм → Варшава, Піла.

Міжнародні автобуси ходять щодня, а також є чартерні автобуси операторів. Таксі Uber вільно їздить по Варшаві. У Варшаві є два аеропорти.

В межах міста - Міжнародний аеропорт імені Фредеріка Шопена <https://lotnisko-chopina.pl/>

З центру міста до аеропорту Шопена ходять автобуси 148, 175, 188 і 331, а вночі - лише один, N32. Квиток в автобус можна купити за допомогою картки в автоматі. На таксі з центру можна дістатися приблизно за 25-30 хвилин без заторів.

Аеропорт Варшава-Модлін знаходиться за межами міста: <https://modlinairport.pl/>

8.2.4. Якщо Ви хочете виїхати з Угорщини.

Потяг:

- Потяг № 749 Київ → Будапешт-Келеті - є також два потяги з Мукачево Мукачево → Будапешт-Нюгаті
- 33 Мукачево → Захонь + IS 33 Захонь → Будапешт-Нюгаті

8.3. Транспорт від українсько-польського кордону до аеропорту

Залежно від того, куди Ви плануєте летіти у Великій Британії, є багато варіантів, як дістатися від українсько-польського кордону до аеропортів. Найпопулярніші з них - автобуси та потяги. Квиток на потяг легко придбати на залізничному вокзалі або онлайн. <https://www.pkp.pl/>. Також є автобусні компанії, які здійснюють рейси з України до польських міст та всередині Польщі. Найпопулярніша з них - FlixBus <https://www.flixbus.co.uk/>. Інші популярні перевізники: Busfor, Infobus, EuroAvtoBus, Pan Bus.

8.4. Підготовка до польоту

Ви повинні пройти онлайн-реєстрацію на рейс за 24 години (якщо Ви не вибрали місця) або за 48 годин (якщо Ви вибрали місця) до вильоту. Це можна зробити як на комп'ютері, так і на смартфоні. Якщо у Вас виникли проблеми з реєстрацією, Вам слід повідомити про це координаторів проекту SJOG "Домівки для України", і вони зможуть допомогти.

8.5. Ввезення особистих речей до Сполученого Королівства

Існує можливість привезти особисті речі до Великобританії за допомогою приватних служб доставки, які зазвичай беруть 1,5-2 фунти за 1 кілограм. Їх можна легко знайти в популярних серед українців групах на Facebook. Наприклад, "Українці в Лондоні", "Українці в Манчестері" тощо. Радимо бути обережними з приватними перевізниками.

8.6. Польоти

8.6.1. З Польщі

8.6.1.1. Ryanair

З Жешува:

- Брістоль
- Іст-Мідлендс
- Лондон Лутон
- Лондон Станстед
- Манчестер

З Катовіце:

- Единбург
- Лондон Станстед
- Манчестер

З Кракова:

- Белфаст Інтернешнл
- Бірмінгем
- Борнмут
- Брістоль
- Іст-Мідлендс
- Единбург
- Глазго
- Лідс
- Бредфорд
- Ліверпуль
- Лондон Станстед
- Манчестер
- Ньюкасл

З Варшава Модлін:

- Бірмінгем
- Брістоль
- Единбург
- Глазго
- Лідс
- Бредфорд
- Ліверпуль
- Лондон Станстед
- Манчестер

8.6.1.2. Wizz Air

З Жешува:

- Лондон Лутон

З Кракова:

- Бірмінгем
- Лідс
- Лондон Гатвік
- Лондон Лутон

З Катовіце:

- Брістоль
- Лідс
- Ліверпуль
- Лондон Лутон

З Варшава Шопен:

- Бірмінгем
- Единбург
- Лідс
- Ліверпуль
- Лондон Лутон

8.6.1.3. Easy Jet

З Кракова:

- Белфаст
- Брістоль

- Лондон Гатвік
- Ліверпуль
- Лондон Лутон

- Манчестер

8.6.2. 3 Румунії

8.6.2.1. Wizz Air

3 Бухареста:

- Бірмінгем
- Единбург
- Лідс
- Ліверпуль
- Лондон Гатвік
- Лондон Лутон

3 Клуж-Напока:

- Бірмінгем
- Лідс
- Ліверпуль
- Лондон Лутон

3 Бакау:

- Лондон Лутон

3 Константи:

- Лондон Лутон

3 Крайова:

- Бірмінгем
- Лондон Лутон

3 Ясс:

- Ліверпуль
- Лондон Лутон

3 Сату-Маре:

- Лондон Лутон

3 Сібіу:

- Лондон Лутон

3 Тімішоара:

- Лондон Лутон

3 Таргу-Муреш:

- Лондон Лутон

8.6.3. 3 Молдови

8.6.3.1. Wizz Air

3 Кишиніва:

- Лондон Лутон

8.7. Автобуси

Жешув, Краків, Катовіце, Варшава

Sindbad, Polonia transport, Agat, Autokar Polska, PKS Warmia, Eurobus (27,5 год)

Ціна £50- £80, Варшава понад £100 з людини

Всі зупиняються в таких містах, як Дувр, Портсмут, Саутгемптон.

8.8. Як дістатися машиною

З 27 липня 2022 року нові тимчасові правила ЄС гарантують, що люди, які виїжджають з України, можуть продовжувати користуватися своїми українськими водійськими посвідченнями без необхідності обмінювати їх на посвідчення ЄС або складати новий іспит з водіння. Новий Регламент встановлює конкретні правила щодо прострочених, втрачених і викрадених українських водійських посвідчень, щоб зменшити адміністративний тягар для тих, хто проживає в ЄС у режимі тимчасового захисту. Цифрові водійські посвідчення, видані в Україні (DIIA), також можуть бути визнані після того, як Україна зробить доступними та впровадить інструменти верифікації.

[BlaBlaCar](#) - можна знайти можливості спільного використання автомобілів для подорожей по Європі. Кожна поїздка є платною, але це завжди доступний варіант.

Група на Facebook "[Liftshare - Табори біженців Кале і Дюнкерк](#)" - це активна група, в якій багато волонтерів майже щодня перетинають кордон з Кале/Великої Британії. Можливо, Вам потрібно буде приєднатися до групи і запитати, чи може хтось Вас підвезти (це завжди безкоштовна поїздка, можливо, з невеликими витратами на бензин).

8.9. Пороми (тільки для автомобілів)

DFDS пропонує українцям безкоштовний проїзд на поромах, що прямують до Великої Британії (Кале - Дувр, Дюнкерк - Дувр, Дьєп - Ньюхейвен, Амстердам - Ньюкасл - всі ці сполучення призначені лише для автомобільного руху і не приймають піших пасажирів). Будь-яку поїздку потрібно бронювати щонайменше за 48 годин.

8.10. Якщо Ви плануєте подорожувати потягом

Ми надаємо посилання на корисний ресурс, створений Reset, зі списком пропозицій щодо того, які варіанти транспорту доступні в різних країнах Європи. Наведений нижче [список](#) є актуальним станом на 20 грудня 2022 року.

8.10.1. Польща

Поїздки на потягах для українців більше не є безкоштовними, однак, залізничні квитки в Польщі набагато дешевші, ніж у Великій Британії, і є способи подорожувати дуже дешево. Ви можете знайти квитки [тут](#). Шукайте сполучення, позначені як TLK, які пропонують найдешевші квитки.

8.10.2. Німеччина

Українці можуть отримати безкоштовний квиток для проїзду через Німеччину, який можна використати для подальшої подорожі до наступних країн: Бельгії, Люксембургу, Нідерландів, Данії, Парижу та Марселя у Франції (ICE, TGV та Thalys), Австрії, Швейцарії, Словаччини та Італії/Південного Тіроля. Більше інформації [тут](#).

8.10.3. Франція

SNCF пропонує 1 безкоштовну поїздку Францією та сусідніми європейськими країнами за умови пред'явлення українського паспорта або посвідчення особи, більше інформації [тут](#).

Eurostar пропонує [безкоштовний проїзд](#) до лондонського вокзалу Сент-Панкрас з таких станцій Paris Nord, Lille Europe.

8.10.4. Бельгія

Безкоштовний проїзд далі для тих, хто прибуває з [квитком Deutsche Bahn's Help Ukraine](#)

Eurostar пропонує [безкоштовний проїзд](#) до лондонської станції Сент-Панкрас з Брюсселя-Міді.

8.10.5. Нідерланди

Безкоштовний [одноденний квиток](#) на голландську залізницю

Eurostar пропонує [безкоштовний проїзд](#) до лондонського вокзалу Сент-Панкрас з наступних станцій: Центральний вокзал Роттердама, Центральний вокзал Амстердама.

8.10.6. Румунія

Безкоштовний "[Квиток допомоги Україні](#)" можна придбати на залізничних вокзалах.

8.10.7. Словаччина

[Безкоштовні залізничні подорожі](#) для українців. Інформація на сайті доступна лише словацькою та українською мовами.

8.10.8. Іспанія

Renfe пропонує [безкоштовний проїзд](#) залізничною мережею Іспанії.

8.10.9. Інші країни

[Trainline](#) має хороший і актуальний список того, що пропонують різні країни.

8.11. Подорожі в межах Великої Британії

[National Express](#) пропонує безкоштовні поїздки в межах Великої Британії.

Залізничні компанії [пропонують безкоштовні поїздки](#) протягом перших 48 годин після в'їзду до Великої Британії.

[Ви можете отримати безкоштовний проїзд на поїзді або автобусі в Північній Ірландії](#) протягом 7 днів після прибуття.

8.12. Подорожування з домашніми тваринами

Можна подорожувати з домашніми тваринами в поїздах, також можна подорожувати з домашніми тваринами, користуючись сайтами спільного використання автомобілів, однак, Вам потрібно буде попередньо проконсультуватися з водієм.

[На цій сторінці](#) Ви знайдете детальний посібник щодо подорожування з домашніми тваринами з України до Великої Британії.

Співробітники вітальних пунктів зможуть надати підтримку після прибуття до Великої Британії та вирішити будь-які нагальні проблеми. Це може бути допомога в організації подальшої подорожі або відповіді на будь-які питання, які можуть виникнути до того моменту, як за Вами приїде спонсор. У вітальних пунктах Вам допоможуть, забезпечивши доступ до зони відпочинку, вбиральні, телефону, місця для зарядки телефону та послуг перекладача. Крім того, вони можуть надати будь-яку необхідну негайну допомогу, включаючи їжу, напої, медикаменти (без рецепта) та інші необхідні речі, а також направити Вас до державних служб і органів, що надають консультації.

Перші кроки перебування у Великій Британії

9

ПЕРШІ КРОКИ

9.1. Одноразова виплата

Ви маєте право отримати від місцевої ради одноразову виплату у розмірі 200 фунтів стерлінгів на кожну людину. Для цього Вам потрібно зв'язатися з місцевою радою, щоб повідомити про Ваш приїзд і домовитися про отримання цієї виплати. Якщо Ви не володієте англійською мовою, Ви можете попросити Вашого спонсора допомогти Вам, зв'язавшись з місцевою радою за Вас.

9.2. Британський Червоний Хрест та SIM-картки

Ви маєте право на безкоштовну сім-карту, проплачену на 6 місяців, та фінансову допомогу у розмірі 50 фунтів стерлінгів від Британського Червоного Хреста. Щоб оформити цю допомогу, будь ласка, зателефонуйте за номером 08081963651. Ви можете подати заяву на цю допомогу, якщо зателефонуєте з 10:00 до 18:00 протягом **14 днів після прибуття до Великої Британії**. **Ви зможете надати свою інформацію лише англійською мовою.** Якщо Ваших мовних навичок недостатньо, зверніться за допомогою до друзів або спонсора. SJOG Hospitaller Services співпрацює з Vodafone, і Ви також зможете отримати безкоштовну сім-карту від нас після прибуття до Великої Британії.

9.3. Продовження терміну перебування у Великої Британії: BRP

Штамп, який Ви отримали при в'їзді до Великої Британії, підтверджує Ваше право на перебування в країні, **але він дійсний лише протягом перших 6 місяців**. Щоб продовжити своє перебування до 3 років, дозволених за цією програмою, Вам потрібно буде подати заяву на отримання [біометричної посвідки на тимчасове проживання](#) (BRP). Для цього Вам потрібно буде надати біометричну інформацію, включаючи фотографію обличчя та зразок відбитків пальців.

Якщо Ви цього не зробите, Ви втратите право на проживання та роботу у Великій Британії, а будь-які соціальні виплати, які Ви отримуєте, будуть припинені.

Якщо Ви використовували додаток "UK Immigration: ID Check" під час подання заяви на візу або відвідали візовий центр, щоб здати біометричні дані, то Ви автоматично подали заяву на отримання BRP в рамках цієї процедури і зможете отримати його після прибуття до Великої Британії у призначеному для вас поштовому відділенні.

Детальну інформацію про те, як це зробити і які документи потрібно взяти з собою, Ви знайдете у Вашому листі з дозволом на в'їзд до Великої Британії.

Якщо Ви не використовували додаток "UK Immigration: ID Check" при подачі заяви на візу, то Вам потрібно подати заяву на BRP за наступним посиланням:

<https://apply.visas-immigration.service.gov.uk/product/ukraine-scheme-brp>

Це потрібно зробити протягом 6 місяців після прибуття, але ми радимо зробити це якомога швидше, оскільки це може полегшити інші справи. Якщо Вам потрібно виїхати з країни і в'їхати назад, то **настійно рекомендується** спочатку отримати BRP, оскільки це значно спрощує процедуру.

При подачі на BRP, Ви побачите список адрес найближчих до Вас біометричних центрів, де Ви зможете надати свої дані особисто. Подача заяви на отримання BRP і запис на прийом - це два окремі кроки, які вимагають від Вас створення облікового запису. Ви можете скористатися послугами перекладача. Це може виглядати так, ніби з Вас стягується плата за послуги, але потім вона буде вирахувана, тому Ви нічого не сплачуєте. Ви повинні з'явитися особисто з паспортом та QR-кодом, який міститься в електронному листі, надісланому Вам для призначення зустрічі. Майте також електронний лист з дозволом на поїздку на телефоні.

9.4. Номер національного страхування

Номер національного страхування (NI або NINo) - це своєрідний "ідентифікаційний номер", який необхідний, якщо Ви плануєте працювати у Великій Британії, або якщо Вам потрібно отримати пенсію. Ваш NI номер - це унікальне буквено-цифрове позначення, яке використовується для відстеження Вашого особистого прибуткового податку та внесків на національне страхування. Переконайтеся, що у Вас є тільки один номер NI.

Якщо Ви нещодавно подали заяву на візу, відвідайте свій імміграційний обліковий запис eVisa, щоб перевірити, чи Ви вже маєте номер NI. Ви можете переглянути свій номер NI, увійшовши до свого облікового запису та скориставшись послугою "Переглянути та підтвердити" (View and Prove). Детальніше про те, як увійти, дивіться в розділі [Імміграційний обліковий запис](#).

Якщо у вас його немає, Ви можете попросити центр зайнятості допомогти Вам оформити його або зробити це самостійно на сайті, перейшовши за наступним посиланням: <https://www.gov.uk/apply-national-insurance-number>

Заповніть онлайн-форму, в якій потрібно вказати Вашу адресу у Великій Британії, яка буде адресою Вашого спонсора, якщо Ви перебуваєте тут за програмою "Домівки для України". Після заповнення форми на Вашу електронну пошту буде надіслано номер заяви, який повідомить Вас про те, що Ваша заява знаходиться в процесі обробки. Протягом 3 днів номер NI має бути надісланий Вам поштою на адресу спонсора.

Якщо Ви подали заяву на отримання соціальних виплат до того, як подали заяву на отримання номера національного страхування, Вам буде видано номер національного страхування в рамках процесу отримання соціальних виплат.

9.5. Банківські рахунки

Вам потрібно буде відкрити банківський рахунок у Великій Британії. Банки можуть запросити паспорт, біометричний дозвіл на проживання, водійське посвідчення або інше визнане посвідчення особи, а також адресу для підтвердження.

[Цей ресурс](#) описує різні варіанти банківських послуг, які будуть доступні Вам після прибуття до Великої Британії.

Ось ще один [корисний ресурс](#), який пояснює різні варіанти банківських послуг у Великій Британії та те, як відкрити рахунок.

9.6. Соціальні виплати Universal Credit / пенсія

Universal Credit - це система соціальної допомоги у Великій Британії, яка надає фінансову підтримку людям з низьким рівнем доходу або безробітним. Як громадянин України у Великій Британії, Ви маєте право на соціальні виплати Universal Credit доти, доки не знайдете роботу. Ваш місцевий цент зайнятості (Jobcentre Plus) зможе допомогти Вам дізнатися, які пільги Ви можете отримати, або Ви можете перевірити це [тут](#) (ця сторінка доступна лише англійською мовою). Більше інформації про різні пільги, на які Ви маєте право, можна знайти [тут](#).

Найближчий центр зайнятості до Вашого місця знаходження можна [знайти тут](#).

Ви можете подати заяву на соціальні виплати Universal Credit самостійно, або хтось із місцевої ради може допомогти Вам у цьому (це залежить від місцевої ради, іноді вони можуть допомогти, іноді Вам потрібно зробити це самостійно)

Ви можете подати онлайн-заяву на Universal Credit, який призначається для осіб працездатного віку (18 років і старше), щоб допомогти з витратами на проживання, якщо у вас низький дохід. Щоб подати заяву онлайн, Вам будуть потрібні:

- Реквізити рахунку в банку
- Адреса електронної пошти
- Номер телефону

Вам також потрібно буде підтвердити свою особу. Для цього Вам знадобляться деякі документи, що посвідчують особу, наприклад, Ваш паспорт:

- Паспорт
- Дебетова або кредитна картка

[Подайте заявку на Universal Credit](#)

Існує два способи отримати допомогу з оформленням Universal Credit. Ви можете зателефонувати на гарячу лінію Universal Credit або скористатися послугою "Допомога в оформленні заяви".

Дзвінки на гарячу лінію "Universal Credit" безкоштовні - Телефон: 0800 328 5644. Ви можете отримати безкоштовну підтримку від кваліфікованих консультантів, щоб подати заяву на отримання соціальних виплат Universal Credit.

Послуга "Допомога з оформлення" надається службою [Citizens Advice](#) і є конфіденційною. Вони не будуть ділитися Вашою особистою інформацією, якщо Ви не дасте на це згоду.

Під час подання заяви на отримання виплат Universal Credit Вам необхідно буде ввести дані свого банківського рахунку. Ви повинні використовувати власні банківські реквізити і переконатися, що тільки Ви маєте доступ до Вашого рахунку.

9.6.1. Отримайте аванс на перший платіж

Якщо Вам потрібна допомога для оплати рахунків або покриття інших витрат, поки Ви чекаєте на перший платіж Universal Credit, Ви можете подати заяву на отримання авансу. Максимальна сума, яку Ви можете отримати в якості авансу, дорівнює сумі Вашого першого передбачуваного платежу.

Ви можете подати заяву на авансовий платіж в особистому кабінеті або через свого тренера з працевлаштування в Центрі зайнятості (Jobcentre Plus).

Вам треба буде:

- Пояснити, чому Вам потрібен аванс
- Підтвердити свою особу (Ви зробите це, коли подасте заявку онлайн або по телефону з робочим тренером)
- Надати реквізити банківського рахунку для переказу авансу (поговоріть зі своїм тренером з працевлаштування, якщо Ви не можете відкрити рахунок)

Зазвичай Ви дізнаєтеся в той же день, чи зможете отримати аванс.

Цей аванс необхідно повернути, і Ви почнете повертати його з першого платежу. Ви можете вибрати, протягом скількох місяців Ви будете повертати аванс, в межах встановленого терміну. На нього не нараховуються відсотки - загальна сума, яку Ви повертаєте, залишається незмінною.

9.7. Отримання медичної допомоги

Як громадянин України у Великій Британії, Ви маєте право на отримання медичної допомоги через Національну службу охорони здоров'я (NHS). NHS - це державна система охорони здоров'я, що фінансується державою і забезпечує безкоштовне медичне обслуговування для всіх жителів Великої Британії.

Щоб отримати доступ до медичних послуг через NHS, Вам потрібно зареєструватися у лікаря загальної практики (GP). Це лікар, який відповідає за Ваше здоров'я в цілому і може направити Вас до спеціалістів у разі потреби.

З юридичної точки зору, Вам не потрібні жодні документи, щоб зареєструватися у сімейного лікаря.

На практиці деякі лікарні можуть попросити про це:

- Ваша картка NHS
- Підтвердження адреси (центр зайнятості зможе допомогти з цим)
- Паспорт, щоб підтвердити Вашу особу та перевірити тип візи



Але жодна лікарська практика не має права відмовити Вам у реєстрації через те, що Ви не можете надати ці документи, або через те, що у Вас є певний тип візи. Якщо це станеться, скажіть їм, що Ви піднімете це питання в NHS England. Якщо у Вас є зауваження або скарга на лікаря загальної практики, стоматолога, аптеку або окуліста, які Ви не можете вирішити на місці з керівником практики, будь ласка, зв'яжіться з NHS England за адресою england.contactus@nhs.net. Ви також можете зв'язатися з NHS England за телефоном **0300 311 22 33**.

Зареєструвавшись у сімейного лікаря, Ви зможете отримати доступ до низки медичних послуг, включаючи медичні консультації, рецепти та стаціонарне лікування. Деякі послуги, такі як стоматологічні та офтальмологічні, можуть потребувати додаткової оплати.

Ви можете знайти найближчий кабінет лікаря загальної практики, ввівши свій поштовий індекс [тут](#).

Більше інформації про те, як зареєструватися у сімейного лікаря, можна знайти [тут](#).

9.7.1. Підтримка ментального здоров'я

Окрім фізичного здоров'я, важливо також дбати про своє ментальне здоров'я. У Великій Британії існує цілий ряд послуг з охорони психічного здоров'я, включаючи терапію, консультування та групи підтримки. Доступ до цих послуг можна отримати через свого лікаря загальної практики або через незалежні організації. (Більше інформації про доступ до підтримки психічного здоров'я можна знайти в Розділі 22.2 цього посібника).

9.8. Освіта

9.8.1. Школа

Якщо у Вас є діти, які будуть відвідувати школу у Великій Британії, важливо ознайомитися з системою освіти та процесом вступу до школи.

Велика Британія має комплексну систему освіти, яка поділяється на чотири основні етапи:

- Ранній вік: Цей етап включає в себе ясла та дошкільну освіту для дітей у віці 3-4 років.
- Початкова освіта: Цей етап включає початкову школу для дітей віком 5-11 років.
- Середня освіта: Цей етап включає середню школу для дітей віком 11-16 років.
- Подальша освіта: Цей етап включає в себе освіту після 16 років, наприклад, навчання в коледжах, професійно-технічних училищах та університетах.

Шукаючи школу для своєї дитини, Вам потрібно враховувати такі фактори, як місце розташування, репутація та тип освіти, що пропонується. Ви можете шукати школи в Інтернеті або звернутися до місцевої ради за списком шкіл у Вашому районі.

Корисно відвідати школи, які вас цікавлять, і поспілкуватися з персоналом, щоб отримати уявлення про їхню культуру та програми.

Після того, як Ви знайшли школу, яку хочете, щоб Ваша дитина відвідувала, Вам потрібно буде подати заяву на отримання місця в ній. Цей процес залежить від школи та місцевої ради, але, як правило, Вам потрібно буде заповнити заяву та надати документи, що підтверджують особу Вашої дитини та її адресу.

Важливо подати заяву на місце в школі якомога швидше, оскільки місця можуть бути конкурентними і пропонуватися за принципом "хто перший прийшов, той і отримав".

Якщо Ваша дитина має особливі освітні потреби, наприклад, проблеми з навчанням або фізичну інвалідність, Вам може знадобитися надати додаткову інформацію та документи під час подачі заяви на місце в школі. Школа також може мати додаткові ресурси та підтримку для задоволення потреб Вашої дитини.

Більше інформації про освіту у Великій Британії можна знайти [тут](#).

Корисний ресурс, який пояснює шкільну систему у Великій Британії, можна знайти [тут](#).

9.8.2. Університет

Міністерство освіти підтвердило, що особи, які перебувають у Великій Британії за українськими візовими програмами, матимуть доступ до студентського фінансування і вважатимуться "домашніми студентами" для цілей оплати навчання в Англії. [Студентське фінансування](#) - це фінансовані урядом студентські позики для покриття витрат на навчання та проживання під час навчання в університеті. Університетам також буде надано додаткове фінансування для підтримки нинішніх студентів з України, які потребують допомоги у зв'язку з фінансовими труднощами.

Уряд Шотландії оголосив, що особи, які підпадають під три візові програми для українців, матимуть право на [безкоштовне навчання та підтримку витрат на проживання](#), а уряд Уельсу опублікував інформацію про [підтримку студентів вищих навчальних закладів, які шукають притулку від війни в Україні](#).

9.8.3. Курси англійської мови

Якщо Ви відчуваєте, що Вам потрібно покращити свій рівень англійської, Ви можете звернутись в центр зайнятості або місцеві коледжі, для того аби записатись на безкоштовні курси англійської мови. Залежно від рівня Ваших знань, Вас спрямують в групу, яка буде найбільше Вам підходити.

9.9. Транспорт

Транспорт може бути дорогим.

Дешевий вживаний велосипед можна знайти на Facebook Marketplace, Gumtree або Free Cycle.

Ви також можете звернутися до центру зайнятості за безкоштовним велосипедом.

Для придбання залізничних квитків зі знижкою є кілька різних варіантів дисконтних карт. Більше інформації можна знайти [тут](#).

Якщо Ви плануєте ввезти власний автомобіль до Великої Британії, Ви можете прочитати про умови ввезення [тут](#).

9.10. Вартість життя

Велика Британія вважається дорожчою країною, якщо порівнювати її з Україною. Наприклад, 1 кг яблук коштує на 80% дорожче, ніж в Україні. Ви можете знайти більше порівнянь вартості життя в країнах [тут](#).

Хоча Ви не можете змінити загальну вартість життя у Великій Британії, є багато способів скласти бюджет і заощадити гроші. Ось кілька порад щодо планування бюджету:

- Користуйтеся автобусами замість поїздів.
- Подайте заявку на дисконтну картку (Railcard) [тут](#), щоб отримати знижку до 30% на залізничні квитки.
- Aldi та Lidl - дешевші супермаркети, ніж Tesco, Sainsbury's або Waitrose. Порівняйте ціни в різних супермаркетах, щоб знайти найкращі пропозиції.

- У багатьох супермаркетах Великої Британії є "уцінена" секція для продуктів, термін придатності яких наближається до закінчення. Ви можете знайти продукти за зниженими цінами і заморозити їх.
- Отримуйте дисконтні картки (ClubCard) для кожного супермаркету, щоб мати доступ до знижок.
- Завітайте до благодійних магазинів, щоб придбати вживаний одяг, постільну білизну, кухонне приладдя.
- Існує також додаток [Too Good to Go](#), де Ви можете знайти їжу зі знижкою в ресторанах, коли вони хочуть позбавитися її наприкінці дня.
- **Real Junk Food Project.** Це організація, яка використовує продукти, які в іншому випадку були б викинуті з супермаркетів, ресторанів та інших незалежних постачальників їжі, для виробництва страв, які продаються в кафе та інших закладах харчування. Ви можете пошукати найближчий пункт **Real Junk Food Project** в Google mapі.
- **Olio.** Це мобільний додаток для обміну, дарування, отримання, або позичання речей у Вашій громаді безкоштовно, щоб зменшити побутові та харчові відходи. Це робиться шляхом з'єднання сусідів із запасними продуктами чи предметами домашнього вжитку з іншими людьми поблизу, які бажають забрати ці предмети.

[Цей ресурс](#) містить корисну інформацію про різні магазини у Великій Британії.

9.10.1. Продовольчі банки

Продовольчі банки (Food Banks) - це громадські організації, які можуть допомогти, якщо Ви не можете дозволити собі необхідну їжу, якщо Вам потрібна допомога з продуктами.

Зазвичай Вам потрібно отримати направлення до продовольчого банку, перш ніж Ви зможете ним скористатися. Це стосується всіх продовольчих банків, якими керує [Trussell Trust](#).

Ви можете отримати направлення для себе та всіх членів сім'ї, з якими Ви проживаєте.

Можливо, Ви зможете користуватися деякими продовольчими банками без направлення - наприклад, якщо ними керує церква. Зверніться до місцевого продовольчого банку, щоб дізнатися, чи потрібно Вам направлення.

Ви можете знайти найближчий продовольчий банк на цьому [сайті](#).

9.10.1.1. Отримання направлення

Ви можете звернутися до [служби підтримки населення](#) (Citizen's Advice) з проханням направити Вас до продовольчого банку. Зазвичай вони призначають зустріч, щоб Ви могли обговорити свою ситуацію з консультантом.

Консультант поставить Вам кілька запитань, щоб перевірити, чи маєте Ви право на отримання продовольчої допомоги. Якщо Ви маєте на це право, Вам видадуть ваучер до найближчого продовольчого банку.

Він також може перевірити, чи маєте Ви право на пільги, на які Ви зараз не претендуєте, і розповісти про іншу місцеву допомогу, яку Ви можете отримати. Радник може дати Вам пораду щодо планування бюджету та будь-яких боргів, які Ви маєте.

9.10.1.2. Якщо Ви не можете звернутися до Citizens Advice

Ви можете звернутися за направленням до іншої організації - наприклад, до свого сімейного лікаря, житлової асоціації або соціального працівника.

Ваша місцева рада може підказати Вам, як отримати направлення до продовольчого банку. Ви можете [знайти контактні дані місцевої ради](#) на GOV.UK.

Звернувшись до місцевої ради, запитайте, чи можуть вони також допомогти Вам з іншими необхідними витратами, такими як одяг і бензин. Вони можуть надати Вам допомогу з "фонду підтримки домогосподарств" або "програми соціальної допомоги".

9.10.1.3. Похід до продовольчого банку

Коли організація направляє Вас до продовольчого банку, вона видає Вам ваучер і повідомляє, де він знаходиться. Перевірте, чи ваучер дійсний лише в певний день - Ви можете запитати про це в особи, яка Вас направила.

Якщо продовольчим банком керує Trussell Trust, Ви можете [перевірити адресу на сайті Trussell Trust](#).

Продовольчий банк видасть Вам продуктовий набір. Зазвичай у ньому міститься достатньо їжі на 3 дні. Продовольчий банк також може надати Вам необхідні засоби гігієни, наприклад, зубну пасту або дезодорант.

Коли Ви відвідаєте продовольчий банк, повідомте їм, якщо у Вас є алергія або дієтичні потреби - вони зможуть Вам допомогти.

Можливо, продовольчий банк зможе доставити Вашу посилку, якщо:

- Ви живете в сільській місцевості і не можете дозволити собі подорожувати
- Ви хворі або маєте інвалідність і не можете подорожувати

Зв'яжіться з продовольчим банком, щоб дізнатися, чи можуть вони доставити.

Якщо продовольчим банком керує церква або інша релігійна група, вони все одно допоможуть Вам, навіть якщо Ви не є віруючим або сповідуєте іншу релігію.

9.10.1.4. Якщо Вам потрібно знову скористатися продовольчим банком

Вам потрібно буде отримати нове направлення, перш ніж Ви зможете знову скористатися продовольчим банком.

У деяких продовольчих банках є обмеження на кількість відвідувань - але все одно варто звернутися до них, якщо Вам дійсно потрібна їжа. Якщо Ви опинилися в такій ситуації, поговоріть [з консультантом](#).

Консультант поставить Вам кілька запитань про те, чому Вам все ще потрібно скористатися послугами продовольчого банку. Він направить Вас, якщо вирішить, що це найкращий спосіб допомогти Вам. Навіть якщо він не зможе Вас перенаправити, він надасть Вам пораду щодо боргів або проблем з пільгами, якщо Ви цього потребуєте.

ЧАСТИНА 4

Як порозумітися зі спонсором

10

КОМУНІКАЦІЯ

Незалежно від того, як Ви познайомилися зі своїм спонсором, дуже важливо з самого початку побудувати теплі та рівноправні стосунки.

Залишайте місце для того, щоб вислухати те, що важливо для Вашого спонсора, а також його домашні правила і звичаї, включаючи такі речі, як економія на рахунках за електроенергію. Проявляйте повагу і пам'ятайте про динаміку в оселі.

Якщо Ви не розмовляєте англійською або маєте обмежений рівень володіння англійською мовою, орієнтуватися в цих розмовах буде складніше. Можливо, в деяких розмовах Вам доведеться користуватися електронною поштою або повідомленнями, оскільки Вам обом буде легко перекладати текст за допомогою програм-перекладачів, таких як [Google Translate](#) або [Say Hi](#). Ці програми також виконують голосовий переклад, коли Ви можете говорити в телефон, а програма відповідатиме Вам Вашою рідною мовою.

11

КОНФЛІКТНІ СИТУАЦІЇ

Щоб запобігти конфлікту на ранніх стадіях, Ваш спонсор повинен чітко пояснити Вам правила внутрішнього розпорядку та поведінку, яку він очікує від Вас під час проживання в його будинку, наприклад, не запрошувати гостей, не користуватися певними кімнатами в певний час, коли спонсор не бажає, щоб його турбували. Сподіваємося, що Ваш спонсор зможе чітко пояснити Вам свої правила та особисті кордони. У свою чергу, Ви повинні бути уважними і поважати ці правила і пам'ятати, що завжди краще запитати прямо, якщо Ви в чомусь не впевнені (Чи можу я вмикати обігрівач в моїй кімнаті і на скільки годин на день? Чи можна приймати душ після 23:00? Чи є якісь правила внутрішнього розпорядку, про які Ви хотіли б, щоб я знав?). Чітке і чесне спілкування - це ключ до забезпечення успішного проживання для обох сторін.

Національна сімейна медіація та Асоціація сімейних медіаторів України проводять безкоштовну медіацію конфліктів: [Медіація "Домівки для України" - Національна сімейна медіація \(nfm.org.uk\)](#).

Незважаючи на всі зусилля, іноді щось може піти не так. Часто розмова за чашкою чаю може вирішити багато проблем, але бувають випадки, коли проблеми важко вирішити. Якщо Ваші стосунки зі спонсором зіпсувалися, Ви повинні якомога швидше повідомити про це нам і місцевим органам влади, а також звернутися за підтримкою до друзів, сім'ї або інших організацій, які зможуть запропонувати психологічну допомогу у зв'язку з розривом стосунків.

ДОТРИМАННЯ КОРДОНІВ

Як людина, яка була змушена покинути свою країну, рятуючись від війни, Ви можливо пережили травму і, можливо, пережили дуже болісний досвід. Пам'ятайте про те, скільки особистої інформації Ви надаєте спонсору. Обмін деякою інформацією може допомогти зблизитися зі спонсором і дозволити йому зрозуміти, через що Вам довелося пройти. Можливо, Ваш спонсор захоче поділитися з Вами особистою інформацією у відповідь. Однак Ваш спонсор не є терапевтом, і надмірна відкритість та очікування великої емоційної підтримки від спонсора може погіршити ваші стосунки та викликати напругу.

Кордони - це те, що Ви зі спонсором визначите в процесі спільного життя. Можливо, Ваш спонсор не захоче їсти разом з Вами або підвозити Вас на своєму автомобілі. Якщо він не готовий до цього, Вам потрібно буде поважати і приймати його кордони. Ваш спонсор може вважати, що, надавши житло, він вже допоміг Вам, і може не захотіти йти далі. Інші спонсори будуть раді допомогти Вам заповнити всі документи, відкрити банківський рахунок, записатися до сімейного лікаря, розділити з Вами трапезу, підвезти Вас на своїй машині або навіть дозволити позичити свою машину. Ступінь підтримки варіюється від спонсора до спонсора, і знадобиться час, щоб побачити, як Ваші стосунки розвиватимуться. Але завжди краще покладатися на себе і не очікувати, що Ваш спонсор буде допомагати Вам на кожному етапі Вашого облаштування у Великій Британії. Це допоможе уникнути розчарувань і фрустрації, а також запобігти конфліктам.

КУЛЬТУРНІ ВІДМІННОСТІ

13.1 Комунікація

13.1.1. "Світська бесіда" (Small talk)

У Великій Британії світські бесіди часто використовують як спосіб налагодити контакт. Це може відрізнятися від української культури, де світські бесіди не так поширені у повсякденному житті, а розмови, як правило, більш прямі. Може бути корисно думати про світські бесіди не як про ознаку нещирості чи відсутності інтересу, а як про спосіб встановлення зв'язку з британцями. Пам'ятайте, що світська бесіда часто є способом налагодити зв'язки і показати зацікавленість у комусь, а не відсутність інтересу. Намагайтеся не робити поспішних висновків і не припускати, що Ваш співрозмовник нещирий або незацікавлений. Натомість намагайтеся бути відкритим, розуміти та цінувати різні способи спілкування та побудови соціальних зв'язків у Великій Британії.

13.1.2. Життя разом

У Великій Британії люди, як правило, ввічливі у спілкуванні і частіше використовують такі фрази, як "будь ласка" і "дякую". Майте на увазі, що у Великій Британії прохання "Можете передати сіль?" ("Can you pass the salt?") буде вважатися досить грубим, а "Можете, будь ласка, передати сіль?" ("Can you please pass the salt?") буде вважатися ввічливим. В Україні ввічливою формою звернення буде просто запитання, тоді як у Великій Британії слова "будь ласка" та "дякую" є надзвичайно важливими у спілкуванні.

У Великій Британії манери вважаються дуже важливими, і Ваші спонсори можуть не розуміти прямих способів спілкування або формулювань, які поширені в Україні. Намагайтеся враховувати ці відмінності та адаптувати свій стиль спілкування, якщо це необхідно.

13.2. Проживання в оселі спонсора

13.2.1. Опалення

Будинки у Великій Британії, як правило, холодніші порівняно з українськими, особливо взимку. Ви можете виявити, що температура всередині помешкання не така тепла, як Ви звикли.

У багатьох британських будинках системи центрального опалення не завжди ввімкнені, щоб заощадити на рахунках за електроенергію. Це може бути несподіванкою для людей, які звикли мати постійно теплий дім.

Перебуваючи у Великій Британії, пам'ятайте про практику енергозбереження. У Великій Британії прийнято вмикати опалення за розкладом протягом дня, щоб заощадити на рахунках за електроенергію. Найкраще обговорити це зі спонсором, дотримуватися їхніх правил і поважати їхній спосіб життя, навіть якщо це спричиняє незручності. Багатошаровий одяг, теплий джемпер у будинку або купівля теплої ковдри можуть допомогти зігрітися під час проживання у холодному будинку.

13.2.2. Економія води

У Великій Британії важливо пам'ятати про споживання води через високу вартість та намагання зберегти природний ресурс. Це може відрізнятися від того, до чого Ви звикли в Україні, де витрати на воду та енергію можуть бути нижчими і на них не акцентується увага.

Будьте уважні до використання води під час прийняття душу та чищення зубів, намагайтеся скоротити тривалість процедури та закривайте кран, коли чистите зуби.

Також важливо пам'ятати про інші види водокористування, такі як використання посудомийної та пральної машин, намагайтеся запускати їх тільки тоді, коли вони заповнені.



Поговоріть зі спонсором про те, як Ви використовуєте воду, і про будь-які проблеми, які у Вас можуть виникнути. Можливо, вони зможуть дати Вам поради, як заощаджувати воду, а також нададуть більше інформації про вартість і правила використання води.

Ставтеся з повагою до навколишнього середовища, економія води важлива не тільки з фінансових причин, але й з екологічних міркувань, оскільки вода є обмеженим ресурсом, і її збереження є важливим для сталого розвитку.

Важливо пам'ятати, що ці звички можуть потребувати певного часу, але з часом і зусиллями Ви навчитеся заощаджувати воду і зробите свій внесок у захист навколишнього середовища, а також допоможете зменшити витрати на воду.

13.2.3. Сортування відходів

Сортування та переробка відходів є важливою частиною повсякденного життя у Великій Британії. Незважаючи на те, що в Україні переробка відходів набуває все

більшої популярності, у Великій Британії система та правила можуть відрізнятися. Будьте готові вивчити нові способи сортування сміття та правильної утилізації вторинної сировини.

Правила переробки сміття можуть відрізнятися в різних регіонах Великої Британії: в одних районах вимагають, щоб певні матеріали були очищені перед тим, як викидати їх у сміттєвий бак, а в інших - такої вимоги немає. Обов'язково запитайте у Вашого спонсора або перевірте на сайті місцевої ради правила переробки сміття у Вашому регіоні.

Слідкуйте за розкладом днів вивозу сміття та викидайте відходи та сміття у відповідні дні. Невиконання цієї вимоги може призвести до штрафу.

Будьте відкриті та готові вчитися й адаптуватися до нових правил і практик переробки відходів у Великій Британії. Це не тільки корисно для довкілля, але й є важливою частиною місцевої культури.

Варто пам'ятати, що переробка сміття - це безперервний процес, який вимагає часу, зусиль і звикання. Розуміючи та пам'ятаючи про правила та практику переробки відходів у Великій Британії, Ви можете зробити свій внесок у захист довкілля та стати частиною громади.

13.2.4. Питна вода

У Великій Британії водопровідна вода вважається безпечною для пиття, і Ви можете заощадити гроші, якщо питимете її замість бутильованої. Адаптація до нових умов може зайняти деякий час, але з часом Ви звикнете до того, що питимете воду з-під крана і не турбуватиметеся про купівлю бутильованої води.

13.2.5. Їжа

У Великій Британії Ви можете натрапити на польські крамниці та супермаркети, де продаються такі звичні для нас продукти, як вареники, сметана та кисломолочний сир. Такі магазини є досить поширеними у більшості британських міст.

Можливо, Вам буде корисно відвідати ці магазини спочатку, поки Ви ще звикаєте до різних продуктів харчування та товарів, доступних у Великій Британії. Це дозволить Вам знайти знайомі та комфортні продукти, які допоможуть Вам почуватися як вдома.

Крім того, у великих містах у деяких супермаркетах може бути польський відділ, де Ви знайдете продукти, схожі на ті, до яких Ви звикли в Україні.

Будьте відкриті до вивчення та куштування нових продуктів, але не соромтеся шукати ці магазини та знайомі продукти, якщо це допоможе Вам почуватися комфортніше.

13.2.6. Носіння взуття в будинку

У Великій Британії вважається досить поширеним носити взуття в будинку, і це може відрізнятися від того, до чого Ви звикли в Україні. Щоб почуватися комфортніше, Ви можете взяти з собою пару капців і ходити в них у будинку.

13.3. Здоров'я

Корисний посібник про те, як працює Національна система охорони здоров'я (National Health Service, NHS), можна знайти [тут](#).

Більше інформації про питання, пов'язані зі здоров'ям, можна знайти [тут](#).

13.3.1. Лікарі загальної практики

Спосіб вирішення будь-яких медичних проблем у Великій Британії та Україні дуже схожий. Еквівалентом лікаря загальної практики (GP) в Україні є "сімейний лікар".

13.3.2. Рецептурні ліки

У Великій Британії існує суворіше регулювання щодо доступності ліків. Це може відрізнятися від того, до чого Ви звикли в Україні, де може бути більше ліків, які можна купити без рецепта.

У Великій Британії навіть легкі антибіотики, наприклад, для лікування простого болю в горлі або легкої інфекції, можуть вимагати рецепта від лікаря.

Ви також повинні знати, що деякі безрецептурні препарати можуть бути недоступні або мати іншу назву, ніж та, до якої Ви звикли в Україні.

Якщо Ви приймаєте ліки, що відпускаються за рецептом, обов'язково візьміть їх з собою в кількості, достатній для того, щоб вистачило на два місяці, щоб встигнути зареєструватися у лікаря загальної практики і отримати ліки у Великій Британії, для чого може знадобитися оцінка лікаря-спеціаліста, що може зайняти певний час.

13.3.3. Відвідування лікаря

В Україні частіше звертаються до лікаря з легкими симптомами і отримують низку безрецептурних ліків.

У Великій Британії поширеним підходом до лікування є лікування легких симптомів за допомогою безрецептурних препаратів, таких як парацетамол і відпочинок, замість того, щоб призначати конкретні ліки.

Можливо, Вас здивує той факт, що медичні працівники у Великій Британії часто рекомендують самопоміччю та самоконтроль при незначних проблемах зі здоров'ям.

13.4. Суспільство та культурні відмінності

13.4.1. Релігія

Релігійний ландшафт у Сполученому Королівстві різноманітний, і країна має довгу історію релігійної толерантності. Християнство є найбільшою релігією у Великій Британії, основними конфесіями якої є Англійська церква, Шотландська церква та Римо-Католицька церква. Є також велика кількість мусульманського населення, а також індійські, сикхські, буддистські та єврейські громади. В останні роки зросла кількість людей, які визначають себе як атеїсти, агностики або не мають жодної релігійної приналежності. Свобода віросповідання захищена законом, а уряд проводить політику, спрямовану на заохочення релігійної толерантності та захист прав релігійних меншин. По всій країні є багато культурних споруд для різних релігій, а релігійні фестивалі та свята відзначаються різними громадами.

13.4.2. ЛГБТКІ+

Велика Британія загалом більш толерантно ставиться до ЛГБТКІ+ спільноти, а кількість учасників публічних маршів ЛГБТКІ+ зростає з кожним роком.

У Великій Британії важливо знати, що ставлення до ЛГБТКІ+ спільноти загалом є більш толерантним, а будь-яка дискримінація чи нечутливість до них є неприйнятною і може бути незаконною.

Будьте шанобливі, відкриті та пам'ятайте про різні погляди та переконання, з якими Ви можете зіткнутися у Великій Британії, і не забувайте спілкуватися з людьми з повагою та розумінням того, що деякі люди можуть бути менш обізнані або менш знайомі з цією темою.

Важливо пам'ятати, що культурне ставлення до ЛГБТКІ+ спільноти може сильно відрізнятись в різних країнах, тому важливо усвідомлювати і поважати культурний контекст, в якому Ви перебуваєте, перебуваючи у Великій Британії. Важливо також зазначити, що у Великій Британії існують закони, які захищають права та добробут ЛГБТКІ+ спільноти.

13.4.3. Виховання дітей

У Великій Британії жінкам дозволено публічно годувати дітей груддю. Багато людей у Великій Британії висловлюють думку, що дітям слід дозволяти падати, адже це - досвід навчання, однак, до 12 років дітей зазвичай супроводжують дорослі, коли вони відвідують початкову школу або виходять на вулицю. Діти повинні регулярно відвідувати школу. Британці вважають, що діти повинні мати достатню кількість годин сну, і тому заохочують їх лягати спати раніше, принаймні до того часу, поки вони не підуть до старшої школи в 11 років. Понад 90% англійських дітей носять шкільну форму. Існує широка згода, що форма покращує дисципліну і зосередженість, а також нівелює відмінності між різними класами населення. Шкільні календарі у Великій Британії розділені на три семестри, причому більшість шкіл мають додаткові канікули в середині кожного семестру, що означає, що діти, як правило, мають шість канікул на навчальний рік.

Фотографувати в громадських місцях, навіть інших людей або дітей, без дозволу тих, хто на фотографії (або їхніх батьків, якщо мова йде про дітей), законно, але варто ввічливо запитати дозволу, і не слід фотографувати незнайомих, не спитавши їх попередньо. Британські батьки, як правило, пояснюють своїм дітям, чому вони не повинні чогось робити, замість того, щоб просто встановлювати для них правила. Британці заохочують дітей займатися спортом та/або грати на музичних інструментах. Очікується, що британські діти будуть поводитися стримано і ввічливо. Британським батькам не дозволяється надмірно карати своїх дітей, і в цілому фізичні покарання не схвалюються. Більшість британських батьків обмежують доступ своїх дітей до цукру, смаженої їжі та солі з міркувань здоров'я. Вони заохочують своїх дітей споживати щонайменше 5 порцій фруктів і овочів на день.

13.4.3.1. Діти віком до 12 років залишаються вдома без нагляду.

У Великій Британії заборонено залишати дітей без нагляду, якщо їм не виповнилося 12 років. Якщо спонсор погодився доглядати за Вашою дитиною, це не проблема. Якщо ж Ви залишите дитину саму і відлучитеся навіть на півгодини (не домовившись про це попередньо), це може призвести до непорозумінь.

Безпека

14

ОХОРОНА ТА ЗАХИСТ

Охорона та захист є ключовими компонентами успішного хостингу.

У Вашій місцевій владі буде рада з питань захисту, і коли Ви зустрінетесь з нею, обов'язково запитайте про те, як Ви можете повідомити про проблеми, пов'язані з захистом, що стосуються Вашого спонсора, якщо це необхідно.

Насильство може набувати різних форм:

- Фізичне насильство
- Домашнє насильство
- Сексуальне насильство
- Психологічне або емоційне насильство
- Фінансові або матеріальні зловживання
- Сучасне рабство
- Дискримінаційне насильство
- Організаційне або інституційне зловживання

Ознаки жорстокого поводження та нехтування включають:

- Агресивні прояви без видимої причини
- Занедбаний вигляд
- Раптові зміни ваги
- Раптові зміни в характері, наприклад, поява безпорадності, депресії або плаксивості
- Фізичні ознаки, такі як синці, рани, переломи або інші незагоєні травми

Якщо Ви підозрюєте, що вас експлуатують, Ви можете повідомити про це на [гарячу лінію з питань сучасного рабства та експлуатації](#).

Якщо у вас є сумніви щодо безпеки Вашого спонсора або Ви стурбовані його поведінкою, Вам слід негайно звернутися до місцевої влади. Якщо це надзвичайна ситуація, звертайтеся за номером 999.

Переконайтеся, що Ви обговорили зі спонсором, як зв'язатися з екстреними службами після прибуття. В Україні номери екстрених служб відрізняються, тоді як у Великій Британії 999 - для екстрених випадків, 101 - для неекстрених звернень до поліції, а 111 - для неекстреної медичної допомоги. Якщо Ви не розмовляєте англійською, Ви можете назвати назву мови, якою Ви володієте (англійською), щоб оператор зв'язку знайшов перекладача.

ПРИВАТНІСТЬ І КОНФІДЕНЦІЙНІСТЬ

Кожна людина має право на гідне та приватне життя. Якщо Ви живете в чужому домі, ви, ймовірно, зіткнетесь з особистою інформацією.

Ось деякі сфери, в яких Вам слід пам'ятати про конфіденційність:

1. Фотографування та публікація фотографій.

Перед тим, як фотографувати чи публікувати фотографії, обов'язково запитайте дозволу у спонсора. Поважайте їхнє рішення. Звичайно, Ви теж маєте право на приватність.

2. Ділитися приватною інформацією.

Ні Ви, ні Ваш спонсор не зобов'язані відповідати на запитання, якщо вони вважаються надто приватними. Якщо Ви не хочете говорити про те, що пережили, тікаючи від війни, ввічливо поясніть це і рухайтесь далі. Якщо Вашому спонсору незручно відповідати на особисті питання про себе, поважайте це. Якщо Ви все ж натрапили на особисту інформацію, не діліться нею з іншими людьми.

3. Незручні ситуації.

Ви повинні переконатися, що Ви ненавмисно не ставите ні себе, ні Вашого спонсора в незручне становище, прикладом цього може бути відвідування ванної кімнати вночі або переодягання для комфорту в спекотну погоду або ввечері. Переконайтеся, що у Вас і Вашого спонсора є достатній рівень приватності. Наприклад, переконайтеся, що Ви стукаєте і отримуєте дозвіл, перш ніж заходити в кімнати, які Вам не виділили. Завжди стукайте в зачинені двері ванної кімнати, щоб переконатися, що вони вільні, перш ніж увійти.

Пам'ятайте про особистий простір і поважайте один одного.

ЗАХИСТ І ТУРБОТА ПРО ВАШИХ ДІТЕЙ

У Великій Британії дуже серйозно ставляться до добробуту всіх дітей. Пам'ятайте про такі речі, як залишення дитини вдома без нагляду на тривалий час, шльопання дитини або крик на неї. Таке ставлення до дітей може мати серйозні юридичні наслідки у Великій Британії.

ДОМАШНЄ НАСИЛЬСТВО

Домашнє насильство є серйозним злочином у Великій Британії. Будь-яка особа будь-якої статі, яка проявляє насильство або жорстокість по відношенню до свого партнера, чоловіка або іншого члена родини, незалежно від того, перебувають вони у шлюбі, проживають разом або розлучені, може бути притягнута до кримінальної відповідальності.

Домашнє насильство може включати широкий спектр форм поведінки і не обмежується фізичним насильством; воно може включати емоційне, психологічне, контролююче або примусове поведіння, сексуальне та/або економічне насильство.

Домашнє насильство може продовжуватися і загострюватися після розриву стосунків, тому важливо звернутися за допомогою при першій же можливості.

СЕКСУАЛЬНЕ НАСИЛЬСТВО

Сексуальне насильство та сексуальні злочини вважаються серйозним злочином у Сполученому Королівстві. Сексуальні злочини включають зґвалтування і сексуальні домагання, а також такі злочини, як оголення, коли між злочинцем і жертвою може не бути контакту.

Зґвалтування та сексуальне насильство є руйнівними злочинами, які можуть мати довготривалий і тяжкий вплив на постраждалих людей. Якщо Ви хочете повідомити про злочин, Ви можете звернутися до поліції за номером 999 в екстрених випадках або 101 в неекстрених ситуаціях.

Домашнє насильство може мати значний вплив на дітей та молодь, і сім'ї можуть потребувати підтримки з боку служби у справах дітей, щоб захистити дітей від ризику заподіяння шкоди, допомогти їм залишатися в безпеці та подолати травми, яких вони зазнали внаслідок насильства.

Якщо Вам загрожує небезпека або Ви хочете повідомити про злочин, Ви можете звернутися до поліції за номером 999 в екстрених випадках або 101 в неекстрених ситуаціях.

Ви не зобов'язані повідомляти в поліцію, якщо не хочете цього робити. Якщо Ви зазнали насильства в будь-який час, існують служби, які надають різні види підтримки, до яких Ви все ще можете звернутися, наприклад, до свого сімейного лікаря.

Додаткову інформацію та допомогу також можна отримати у службах підтримки, зокрема, у таких:

- Жінки можуть безкоштовно зателефонувати на [Національну безкоштовну лінію допомоги з питань домашнього насильства](#), яка працює під егідою "Притулку" ("Refuge"), за номером 0808 2000 247 у будь-який час доби. Персонал запропонує конфіденційну, неупереджену інформацію та підтримку
- Поговорити з лікарем, медичним працівником або акушеркою
- Чоловіки можуть зателефонувати на Men's Advice Line за номером 0808 8010 327 (з понеділка по п'ятницю з 10:00 до 20:00) або відвідати веб-чат на [Men's Advice Line](#) (середа з 10:00 до 11:30 та з 14:30 до 16:00), щоб отримати неупереджену інформацію та підтримку
- Чоловіки також можуть зателефонувати до [ManKind](#) за номером 0182 3334 244 (з понеділка по п'ятницю, з 10:00 до 16:00)
- Якщо ви ідентифікуєте себе як ЛГБТК+, ви можете зателефонувати до [Galop](#) за номером 0800 999 5428 для отримання емоційної та практичної підтримки
- В екстрених випадках телефонуйте 999

Ви також можете звернутися за підтримкою електронною поштою. Важливо, щоб Ви вказали, коли і чи безпечно відповідати і на яку електронну адресу:

- Жінки можуть писати на helpline@womensaid.org.uk. Співробітники відповідатимуть на ваш лист протягом 5 робочих днів
- Чоловіки можуть писати на info@mensadvice.org.uk
- ЛГБТК+ особи можуть писати на help@galop.org.uk

19

СУЧАСНЕ РАБСТВО ТА ТОРГІВЛЯ ЛЮДЬМИ

Британський народ радий запропонувати Вам теплий прийом у Сполученому Королівстві. Однак, як і скрізь, може існувати невелика кількість людей, які прагнуть експлуатувати вразливих людей.

Сучасне рабство може торкнутися людей різного віку, статі та раси і включає в себе цілий ряд різних форм експлуатації. Існує чотири основні види сучасного рабства - трудова експлуатація, кримінальна експлуатація, сексуальна експлуатація та підневільна хатня праця. Щоб дізнатися більше, прочитайте [посібник про сучасне рабство та ідентифікацію жертв](#), щоб дізнатися, як розпізнати ознаки.

Більше інформації про ризики сучасного рабства можна знайти [тут](#).

Корисний ресурс, який допоможе Вам не потрапити в небажану ситуацію, можна знайти [тут](#).

Ви також можете знайти інформацію на сайті www.ukrainianswelcome.org. На цьому сайті зібрані корисні веб-сайти, телефони довіри та інша інформація, в тому числі про те, куди звертатися, якщо Ви відчуваєте небезпеку. Більше інформації про те, що таке сучасне рабство і як поліція бореться з цим злочиним, можна знайти на сайті [Policing Slavery](#).

Якщо у вас є побоювання, що Вас або когось із Ваших знайомих можуть експлуатувати, є люди, які можуть Вам допомогти. Ви можете звернутися до них:

- Поліція за номером 999
- Телефонуйте на гарячу лінію з питань сучасного рабства та експлуатації за номером 08000 121 700 або онлайн на сайті [Modern Slavery Helpline](#).

Ви не зобов'язані повідомляти в поліцію, якщо не хочете цього робити. Якщо Ви зазнали сексуального насильства або зловживань у будь-який час, існують служби, які надають різні види підтримки, до яких Ви все ще можете звернутися. Ви можете:

- Поговоріть зі своїм лікарем (терапевтом);
- Відвідайте Центр перенаправлення жертв сексуального насильства (Sexual Assault Referral Centre, SARC). Такі центри пропонують широкий спектр послуг, таких як кризова допомога, екстрена контрацепція та тестування на інфекції, що передаються статевим шляхом. SARC також може збирати докази, які можуть бути корисними, якщо Ви вирішите подати заяву в поліцію. Ви можете попросити зібрати ці докази, навіть якщо вирішите не звертатися до поліції. Важливо, щоб ці докази були зібрані якомога швидше після нападу, оскільки судово-медичні докази зникають і зношуються. SARC також може направити вас до інших служб підтримки, таких як незалежні консультації або служби психічного здоров'я. Більше інформації про SARC та про те, як знайти найближчий SARC, можна знайти на [веб-сайті NHS](#).
- Зверніться до волонтерської організації, яка може надати пораду та підтримку, наприклад, Rape Crisis, The Survivors Trust, Safeline або the Male Survivors' Partnership.
- Ви також можете зателефонувати на гарячу лінію Партнерства чоловіків (Male Survivors' Partnership), які пережили зґвалтування: 0808 800 5005, на гарячу лінію Фонду допомоги постраждалим (The Survivors Trust's helpline): 0808 801 0818 або на гарячу лінію Кризової служби допомоги жертвам зґвалтування (Rape Crisis's helpline): 0808 802 9999.

20

СЛУЖБИ ЕКСТРЕНОЇ ДОПОМОГИ**20.1. Поліція**

Поліція існує для того, щоб допомагати Вам, оскільки її завданням є забезпечення безпеки людей і дотримання закону. Ви не повинні боятися звертатися до неї, якщо Ви стали жертвою злочину, побачили, що відбувається злочин, або для отримання загальної допомоги, наприклад, якщо Ви загубилися.

Щоб повідомити про злочин, потрібно зателефонувати за вказаними нижче номерами телефонів:

- 999 - це номер, за яким потрібно телефонувати в екстрених випадках. Наприклад, якщо Ви стали жертвою нападу або бачите, що відбувається злочин. Попросіть "поліцію", коли додзвонитесь.
- 112 - загальний номер екстреного виклику, який можна безкоштовно набрати з більшості мобільних телефонів, а в деяких країнах і зі стаціонарних телефонів, щоб зв'язатися з екстреними службами - швидкою допомогою, пожежною службою, поліцією.
- 101 - за цим номером телефонують у менш термінових ситуаціях. Наприклад, якщо Ваше майно було пошкоджено.

Якщо Ви не задоволені послугами, які Ви отримали від поліції, Ви можете поскаржитися безпосередньо до відповідного поліцейського підрозділу або управління, або до [Незалежного офісу з питань поведінки поліції](#), який відповідає за нагляд за системою розгляду скарг на дії поліції в Англії та Уельсі, або до Комісара з питань поліцейських розслідувань та перегляду в Шотландії. Роль цих інституцій полягає в тому, щоб неупереджено, незалежно від поліції, розслідувати дії та поведінку поліцейських.

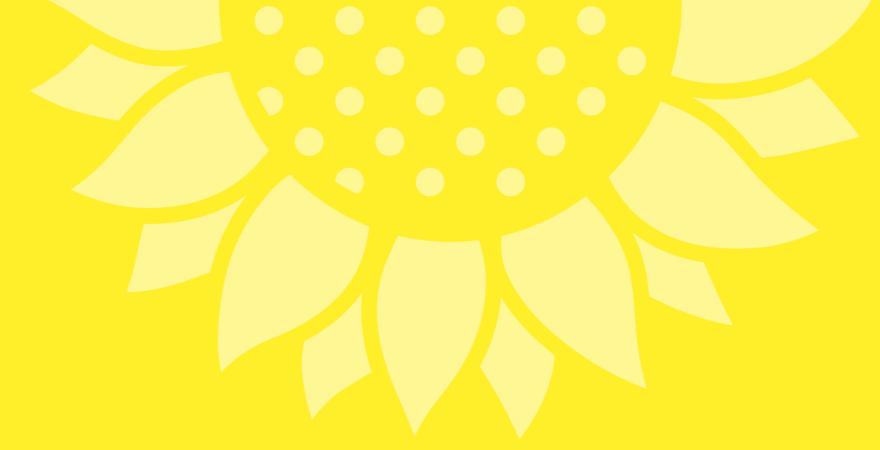
20.2. Пожежа

Якщо Вам потрібно повідомити про пожежу, телефонуйте 999.

21

ПОВІДОМЛЕННЯ ПРО ВОЄННІ ЗЛОЧИНИ В УКРАЇНІ

Столична поліція підтримує розслідування Міжнародного Кримінального Суду щодо можливих воєнних злочинів, геноциду та злочинів проти людяності в Україні. Якщо Ви особисто стали жертвою або свідком будь-якого злочину, Ви можете надати додаткову інформацію до Відділу з розслідування воєнних злочинів столичної поліції. Повідомити про воєнний злочин можна за [посиланням](#).



Підтримка

22

ДОПОМІЖНІ СЛУЖБИ ТА ОРГАНІЗАЦІЇ

У Великій Британії існує багато служб підтримки та організацій, які можуть допомогти українським переселенцям у вирішенні різноманітних питань, включаючи юридичну допомогу та імміграційні служби, фінансову допомогу та пільги, підтримку психічного здоров'я та благополуччя, культурні та громадські організації та багато іншого.

22.1. Правова допомога та імміграційні послуги:

Якщо Вам потрібна допомога з юридичними або імміграційними питаннями, існують організації, які можуть її надати. Це можуть бути юридичні фірми, юридичні консультації та імміграційні служби. Правова допомога - це безкоштовна юридична допомога, що надається урядом тим, хто не може дозволити собі оплатити послуги адвоката. Щоб мати право на правову допомогу, Ви повинні відповідати певним критеріям.

- <https://t.me/YurSterlingLaw> - Телеграм-канал про імміграцію та юридичні питання у Великій Британії
- [Citizens Advice](#) - це організація, яка може надати Вам конфіденційну інформацію, щоб допомогти Вам вирішити будь-які юридичні, боргові, споживчі, житлові та багато інших проблем у Сполученому Королівстві. Ця мережа незалежних благодійних організацій пропонує конфіденційні консультації онлайн, по телефону та особисто, безкоштовно, з будь-яких питань
- Гаряча лінія з питань віз та імміграції у Великої Британії: +44 808 164 88 10
- [Ukraine Advice Project](#) пропонує безкоштовну послугу для зв'язку громадян України, які потребують безкоштовної юридичної консультації з питань імміграції, віз та притулку у Великої Британії, з кваліфікованими та регульованими юристами.
- [Центр трудових прав](#) має рекомендації для людей, які постраждали від війни в Україні, і пропонує імміграційну підтримку.
- Проєкт "Діти-мігранти" [Дитячого правового центру "Корам"](#) пропонує одноразові консультації спеціаліста-юриста електронною поштою з усіх питань, що стосуються дітей та молоді з числа мігрантів, шукачів притулку та переміщених осіб, незалежно від того, чи живуть вони окремо, чи в сім'ї. Електронна пошта: mcpadvice@coramclc.org.uk

- <https://t.me/UAConsulUK> - Офіційний Telegram-канал консульства України в Лондоні
- <https://t.me/ukukrainiancommunity> - актуальна інформація для людей, які прибувають до Великої Британії.

22.2. Підтримка ментального здоров'я:

Якщо у Вас виникли проблеми з психічним здоров'ям, важливо якомога швидше звернутися по допомогу. Існує багато організацій та ресурсів для підтримки Вашого психічного здоров'я та благополуччя, включаючи Національну службу охорони здоров'я (NHS), благодійні фонди та незалежні організації, такі як:

- [Sane Ukraine](#) пропонує безкоштовні онлайн-сесії підтримки з питань травми та життєстійкості щодня о 19:30 за українським часом. Вони діляться інформацією про конкретні сесії на [своїй сторінці у Facebook](#).
- Ви можете зателефонувати на лінію підтримки Британського Червоного Хреста в Україні, щоб отримати емоційну підтримку по телефону, дивіться [цю сторінку](#) для отримання додаткової інформації.
- Ресурс про те, як говорити з дітьми про війну, можна знайти тут [англійською, українською](#) та [російською](#) мовами.
- [Рада у справах біженців](#) надає підтримку у сфері психічного здоров'я біженцям та шукачам притулку.

Більше інформації про доступ до підтримки психічного здоров'я можна знайти [тут](#).

<https://t.me/kolomeua> - телеграм-канал, що допомагає підтримувати психічне здоров'я під час війни.

Кілька корисних ресурсів про те, як подбати про своє психічне здоров'я під час війни:

- lifelineukraine.com
- [Психологічна підтримка в умовах війни \(dovidka.info\)](#)
- [Куди звернутися по безкоштовну психологічну допомогу - перелік організацій | ZMINA](#)

22.3. Культурні та громадські організації:

У Великій Британії існують культурні та громадські організації, які можуть надати підтримку та ресурси для українських переселенців. Ці організації можуть пропонувати цілий ряд послуг, таких як мовні курси, культурні заходи та групи соціальної підтримки. Вони можуть бути чудовим ресурсом для налагодження зв'язків з іншими членами Вашої громади та збереження почуття культурної ідентичності.

Корисний список українських організацій у Великій Британії можна знайти [тут](#), але ми заохочуємо Вас шукати українські організації на місцях, ми допоможемо Вам знайти свою спільноту підтримки на новому місці, надавши Вам список українських організацій у Вашому регіоні після прибуття.

22.4. Залишатися на зв'язку зі своєю культурою та громадою

Для українських переселенців у Великій Британії може бути важливим залишатися на зв'язку зі своєю культурою та громадою, щоб відчувати почуття приналежності та знайомства. Існує кілька способів зробити це:

22.4.1. Підтримання зв'язку з близькими вдома

Бути далеко від близьких може бути важко, особливо під час війни. Існує багато способів підтримувати зв'язок з близькими вдома, зокрема за допомогою телефонних дзвінків, відеодзвінків і соціальних мереж.

22.4.2. Парафіяльні спільноти

Якщо Ви сповідуєте певну релігію, Вам може бути важливим знайти місце поклоніння і спільноту на новому місці. У Великій Британії можуть існувати релігійні установи або духовні спільноти, які можуть надати Вам підтримку та настанови.

У нашому проєкті ми співпрацюємо з католицькими громадами та парафіями. Ми прагнемо зв'язати Вас з членами громади, щоб Ви мали з ними дружні стосунки. Відвідувати церкву при цьому не обов'язково.







22.4.3. Групи в соціальних мережах

Рекомендуємо приєднатися до відповідних груп у соціальних мережах за пошуком "Українці в Лондоні", "Українці в Манчестері", "Українці в [вказіть назву Вашого міста чи села]".



НИЖЧЕ НАВЕДЕНО СПИСОК КОРИСНИХ TELEGRAM-КАНАЛІВ:

UkraineNow	Офіційна інформація про війну	https://t.me/s/UkraineNow?before=15591
Українська Волонтерська Служба	Загальна евакуація	https://t.me/VolunteerCountry
Допомагаємо виїхати Helping to leave	Загальна евакуація	https://t.me/huiivoiine
Українці та Велика Британія	Чат для українців у Великобританії	https://t.me/HomesforUkraineUnited
🇺🇦🇬🇧 Українці в Англії / Українці в Англії / Англія: Підтримка українців / Homes for Ukraine 🇺🇦🇬🇧	Чат для українців у Великобританії	https://t.me/UA_England
Англія: Підтримка українців / Homes for Ukraine	Чат для українців у Великобританії	https://t.me/UK_Ukraine_Help
Евакуація.City	Загальна евакуація	https://t.me/evacuation_city
Евакуація Донецька область 🇺🇦	Загальна евакуація	https://t.me/evakuatsiya
🇺🇦 ВОДІЇ ДОПОМОГА ВОЛОНТЕРИ ЕВАКУАЦІЯ 🇺🇦	Загальна евакуація	https://t.me/avtodopomaga
🇺🇦🇬🇧 Українці в Лондоні/Українці у Лондоні	Чат для українців у Великобританії	https://t.me/LondonUkraine
Евакуація_Україна_Закордон	Загальна евакуація	https://t.me/saveukreineevacuation
UKSUPPORTSUKRAINE	Інформаційний портал для українців у Великобританії	https://t.me/uksupportsukraine
Англія: Підтримка українців. Будинки для біженців в Україні	Чат для українців у Великобританії	https://t.me/Refugees_in_UK
UK Homes for Ukraine підтримка українців	Чат для українців у Великобританії	https://t.me/UKforUkraine
Trafalgar Girls Допомога українцям у Великій Британії	Чат для українців у Великобританії	https://t.me/londonukrainehelpgroup
🇺🇦🇬🇧 Орога: допомога українцям у Великій Британії	Інформаційний портал для українців у Великій Британії	https://t.me/oporauk

 Українці у Великій Британії 	Інформаційний портал для українців у Великій Британії	https://t.me/naym_greatbritain
 Українці у Великій Британії /Українці у Великій Британії	Інформаційний портал для українців у Великій Британії	https://t.me/chatUkraineUK
Ліга Мастерс. Українці в Англії	Інформаційний портал для українців у Великій Британії	https://t.me/masters_league_aoe
 UK для Ukrainians 	Інформаційний портал для українців у Великій Британії	https://t.me/UKforUKRAINIANS
UK Scotland - українці в Шотландії - ukrainians in Scotland	Чат для українців у Великобританії	https://t.me/UkrainiansInScotland
ОПОРА: житло у Великій Британії	Чат про проживання	https://t.me/opora_housing
Житло Англія UA	Чат про проживання	https://t.me/house_uauk
Житло у Великобританії Робота у Великобританії @Ukrainian.uk	Чат про житло/роботу	https://t.me/rent_uk
Jobs/Робота 	Чат про роботу	https://t.me/oleksemployment
Робота у Великобританії @Ukrainian.uk	Чат про роботу	https://t.me/job_uk
Робота Англія UA	Чат про роботу	https://t.me/jobs_uauk



22.4.4. Українські організації у Великій Британії

Союз українців у Великій Британії

<https://www.facebook.com/AUGB.SUB>
<https://en-gb.facebook.com/augblondon/>
<https://augb-london.business.site/>

Лондонський український клуб "Карпати"

<https://www.facebook.com/London-Ukrainian-Club-Karpaty-464037640332880/>

Український інститут у Лондоні

<https://ukrainianinstitute.org.uk/about-us/>

ООН в Україні

<https://www.unhcr.org/ua/en>

Посольство України в Лондоні

<https://uk.mfa.gov.ua/en>

Посольство Великої Британії в Україні

<https://www.gov.uk/world/organisations/british-embassy-kyiv>

Український центр підтримки

<https://www.ukrainianwelcomecentre.org/home>
<https://www.facebook.com/UkrainianWelcomeCentre>

Український культурний центр AUGB Манчестер

<http://www.augb-manchester.org.uk/?fbclid=IwAR1KchCnkOg7hNqsOgcrQ6EYfWYed0Wf-eEMdA0NjMYHUxBistPZq4OPn6c> <https://www.facebook.com/UkrClubDniproMcr>

Союз Українок у Великій Британії

<https://www.augb.co.uk/about-us-and-our-community/association-of-ukrainian-women-in-great-britain>

Українсько-британський міський клуб

<https://ubcc.co.uk/>

Британсько-українське товариство

<https://www.facebook.com/britishukrainiansociety/>

Що робити через 4-6 місяців після прибуття до Великої Британії

23

УМОВИ ПРОЖИВАННЯ

23.1. Перебування зі спонсором після 6 місяців

Можливо, Ваш спонсор буде радий, якщо Ви залишитеся з ним ще на 6 місяців. Якщо це так, це, ймовірно, буде найкращим варіантом для Вас, поки Ви не будете готові рухатися далі.

Не всі спонсори можуть продовжувати пропонувати житло через 6 місяців. У такому випадку ми радимо Вам розробити зі спонсором план, як Ви будете діяти після проживання разом.

23.2. Якщо Ваша спонсорська угода закінчується раніше, ніж через 6 місяців

Існує окремий процес, якщо Ваша спонсорська підтримка закінчується або знаходиться під загрозою закінчення, або Ви стурбовані тим, що вона може закінчитися до того, як пройде 6 місяців.

Зверніться до місцевої ради, щоб якомога швидше повідомити їм про це, тому що вони можуть допомогти Вам знайти нового спонсора. Існує дві ситуації, коли рада допоможе Вам знайти нового господаря:

- Рада вирішить, що Вам не підходить або небезпечно залишатися у нинішнього спонсора
- Якщо Ваш спонсор не пройшов перевірку

Якщо Ви не дотримуетесь цього процесу і переїжджаєте до нового спонсора без згоди ради, Ваш спонсор може не отримати виплати у розмірі 350 фунтів стерлінгів за те, що надає Вам притулок.

23.3. Пошук іншого спонсора

Якщо Ви не можете продовжувати проживання з Вашим нинішнім спонсором, але також не готові переїжджати у власне житло, Ви можете знайти нового спонсора. Існує кілька способів, якими Ви можете це зробити.

23.3.1. Пошук власного спонсора

У Вас є вибір, хто буде Вашим новим спонсором. Можливо, Ви вже знаєте когось, хто міг би прийняти Вас, наприклад, через:

- Вашу місцеву релігійну групу
- Інші громадські групи
- Вашу роботу
- Вашого нинішнього спонсора

Після того, як Ви знайшли собі нового спонсора, Вам слід звернутися до місцевої ради, щоб вона провела необхідну перевірку і затвердила угоду. Це має відбутися до того, як Ви переїдете до нового спонсора.

Якщо Ви вже отримуєте соціальні виплати Universal Credit або інші виплати, Вам слід [повідомити Департамент праці та пенсій](#) про будь-яку зміну Вашої адреси, щоб гарантувати, що Ви продовжуватимете отримувати належні виплати.

Є багато інших організацій, які можуть допомогти, зокрема благодійні фонди та громадські групи у Вашому регіоні.

23.3.2. Підтримка місцевої ради

Ваша місцева рада може допомогти Вам знайти спонсора в цьому районі. Ви можете знайти свою місцеву раду за [посиланням](#). Вони також можуть направити Вас до місцевих благодійних організацій та інших громадських груп, які можуть Вам допомогти.

Існують також організації, які пропонують допомогу в пошуку спонсорів для людей, що приїжджають з України, у Великій Британії в рамках програми "Домівки для України". Ці [організації](#) також можуть допомогти Вам знайти нову родину. Ви завжди можете звернутися до нас, щоб ми підібрали Вам нову родину. Однак, ми не можемо гарантувати, що це буде той самий район і що ми зможемо швидко знайти для Вас нового спонсора.

24

ПЕРЕЇЗД В ІНШУ ОБЛАСТЬ ВЕЛИКОЇ БРИТАНІЇ

Якщо Ви хочете переїхати в іншу область Великої Британії, обов'язково повідомте про це місцеву раду. Громадські групи, місцеві благодійні організації та місцеві ради мають спеціальні веб-сайти, на яких Ви можете отримати більше інформації про регіон, перш ніж приймати рішення про переїзд.

Якщо Ви хочете переїхати в новий район, Вам потрібно зв'язатися з місцевою радою Вашого поточного місця проживання перед переїздом. Потім вони зв'яжуться з радою в новому районі, куди Ви хочете переїхати, щоб провести необхідні перевірки і підтвердити, що Ваші нові умови проживання підходять Вам.

Якщо у Вас є дитина віком від 4 до 16 років, важливо враховувати наявність шкільних місць у районі, куди Ви плануєте переїхати. Ми рекомендуємо Вам також звернутися до шкільної приймальної комісії у Вашій [місцевій раді](#).

25

ПОШУК РОБОТИ У ВЕЛИКІЙ БРИТАНІЇ

Пошук роботи у Великій Британії може бути непростим завданням, але існують ресурси, які допоможуть Вам у пошуку роботи. Ось кілька кроків, які Ви можете зробити, щоб збільшити свої шанси на працевлаштування.

Корисний ресурс про пошук роботи у Великій Британії можна знайти [тут](#).

Список організацій, які допомагають українцям знайти роботу у Великій Британії, можна знайти [тут](#).

26

ОРЕНДА ПРИВАТНОГО ЖИТЛА

Якщо Ви плануєте орендувати власне житло, переконайтеся, що Ви знаєте свої права та обов'язки як орендаря.

Держава опублікувала посібник, який допоможе Вам зрозуміти, [як орендувати житло в Англії](#). Це допоможе Вам, коли Ви будете готові і зможете переїхати з оселі спонсора до незалежного житла.

Посібник пояснює, що Ви можете мати право на житлову субсидію або соціальні виплати Universal Credit, які можуть допомогти з орендною платою. Посібник також містить онлайн-калькулятор, за допомогою якого можна визначити, чи можете Ви дозволити собі жити в районі, в якому Ви бажаєте. Цей посібник тепер доступний [українською](#) мовою.

Інформація про оренду в [Шотландії](#), [Уельсі](#) та [Північній Ірландії](#) доступна лише англійською мовою.

Корисний посібник про те, як орендувати житло у Великобританії, можна знайти [тут](#).

27

ПОШУК КУРСІВ АНГЛІЙСЬКОЇ МОВИ У ВЕЛИКІЙ БРИТАНІЇ

Ви можете знайти інформацію про курси підвищення кваліфікації, освітні курси для дорослих, включаючи англійську мову для носіїв інших мов (ESOL), звернувшись безпосередньо до місцевої ради або місцевого коледжу підвищення кваліфікації. Ви також можете здійснити пошук курсів. Департамент освіти також опублікував більше [ресурсів, які допоможуть дітям вивчати англійську](#) мову.

Навчання англійської мови для носіїв інших мов: [ESOL \(English for Speakers of Other Languages\)](#)

28

КОРИСНІ КОНТАКТНІ ТЕЛЕФОНИ**Контакти Візової та імміграційної служби Великої Британії**

Якщо Вам потрібна допомога, Ви можете зателефонувати на безкоштовну гарячу лінію:

Телефон: + 44 808 164 8810

Телефон: +44 (0)175 390 7510 (якщо Ви не можете зв'язатися з номерами 0808 у Великобританії)

З понеділка по п'ятницю, з 9:00 до 17:30.

Двомовна адвокаційна служба в громаді

(для прийому у лікаря загальної практики, отримання інформації та послуг з охорони здоров'я в громаді)

Електронна пошта: huh-tr.advocacy.communityrequests@nhs.net

Телефон: 020 7683 4024

Гаряча лінія підтримки Barnardo

Консультування з цілого ряду питань, включаючи житло, працевлаштування, терапію та підтримку.

Телефон: 0800 148 8586

Посольство України у Великій Британії

Посольство України часто може надати допомогу громадянам України у Великій Британії. Ви можете зв'язатися з Посольством України в Лондоні за телефоном 020 7727 6312 або електронною поштою emb_gbh@mfa.gov.uk.

29

ІНШІ КОРИСНІ РЕСУРСИ, ПОДІБНІ ДО ЦЬОГО ПОСІБНИКА

Корисний посібник, подібний до того, що Ви щойно прочитали, можна знайти [тут](#).

Посібник про Ваші перші кроки у Великій Британії можна знайти [тут](#).

Посібник Червоного Хреста для людей, які прибувають до Великої Британії, можна знайти [тут](#).

Посібник, розроблений групою дослідників з Інституту досліджень надрозмаїття (IRIS) при Бірмінгемському університеті [тут](#).

Довідник про організації, які допомагають українцям у Лондоні, можна знайти [тут](#).

Цей посібник було створено на основі офіційних урядових рекомендацій щодо програми "Домівки для України".

Заключне слово

Під час адаптації до життя у Великій Британії важливо дбати про своє фізичне та ментальне здоров'я. Це може включати пошук способів боротьби зі стресом, регулярні фізичні вправи та здорове харчування. Також корисно встановити розпорядок дня і поставити перед собою цілі, які допоможуть Вам відчувати себе більш цілеспрямованим і зосередженим.

Однією з найважливіших речей, яку Ви можете зробити для підтримки Вашого переходу до життя у Великій Британії, - це створити мережу людей, які Вас підтримують. Це можуть бути друзі, сім'я та члени громади, які можуть запропонувати Вам поради та заохочення, коли Ви будете орієнтуватися в новому середовищі. Ви також можете звернутися за професійною підтримкою, наприклад, до психотерапевта або консультанта, якщо Вам важко дається перехідний період.

Загалом, важливо бути терплячим до себе і дати собі час, щоб пристосуватися до нового оточення. Пам'ятайте, що часом відчувати себе пригніченим або невпевненим - це нормально, і це нормально - звертатися за допомогою, коли вона Вам потрібна. З часом і підтримкою Ви станете на ноги і почнете будувати повноцінне життя у Великій Британії.

Ми сподіваємося, що цей посібник стане для вас цінним ресурсом на початку Вашої подорожі до Великої Британії, а ми, співробітники SJOG Hospitaler Services, готові підтримати Вас на кожному кроці цього шляху. Бажаємо Вам комфорту та безпеки на новому місці, а Ваш досвід тут буде сповнений надії та нових можливостей. Ласкаво просимо до Великобританії.





Saint John of God Hospitaller Services

Suite 1-3, Yarn, Lingfield House
Lingfield Point, Darlington
Co Durham DL1 1RW

Tel: 01325 373700

Email: enquiries@sjog.org.uk

Registered Charity No. 1108428

Company No. 05324279

www.sjog.uk

