

# Вас вітає Морі!

Версія українською мовою





«Бажаю вам самого сердечного та привітного прийому в окрузі Морі. Це місце може здатися вам дивним на перших порах — так далеко від вашого дому і близьких, яких ви залишили; але я сподіваюсь, що тут ви матимете мир, щастя та дружбу, аж поки не настане час, коли ви зможете знову возз'єднатися зі своїми родинами та друзями.

Тут ви в безпеці і з друзями».

**Член Ради Марк Макрей**

Член комітету Ради Морі



«У цьому довіднику розповідається, як будуть співпрацювати державні служби Морі, бізнес, волонтерські організації та наші місцеві громади, щоб організувати ваш прийом і підтримати вас у цей важкий час.

Ми будемо разом наполегливо працювати над тим, щоб ваше перебування в нашій громаді було гостинним, безпечним і приємним. Наші спільні зусилля та самовідданість, які висвітлюються в цьому довіднику, забезпечать вам таку підтримку, якої ви потребуєте».

**Родді Бернс**

Голова адміністрації Ради Морі



## Зміст

Як отримати гроші?	5
Як відкрити банківський рахунок?	5
Доступ до соціальної допомоги	6
Проживання	8
Пожежна безпека	8
Пошук роботи	9
Вивчення англійської мови	10
Послуги NHS	11
Служби психологічної підтримки	14
Освіта	21
Для приміток	23

Уряди Великобританії та Шотландії пропонують вітальні пакети для українців, які прибувають до Великобританії.

Після прибуття в Шотландію ви отримаєте вітальний пакет від уряду Шотландії.

З вітальним пакетом від уряду Великобританії можна ознайомитися на наступній вебсторінці:



[www.gov.uk/government/publications/welcome-a-guide-for-ukrainians-arriving-in-the-uk](https://www.gov.uk/government/publications/welcome-a-guide-for-ukrainians-arriving-in-the-uk)

Буклети «Вітаємо вас в Шотландії» та «Путівник по законодавству Шотландії» доступні англійською, українською та російською мовами. Щоб отримати доступ, проскануйте відповідний QR-код.



  
Англійською  
мовою  
[www.moray.gov.uk/downloads/file142403.PDF](http://www.moray.gov.uk/downloads/file142403.PDF)



  
Українською  
мовою  
[www.moray.gov.uk/downloads/file142402.pdf](http://www.moray.gov.uk/downloads/file142402.pdf)



  
Російською  
мовою  
[www.moray.gov.uk/downloads/file142401.PDF](http://www.moray.gov.uk/downloads/file142401.PDF)



## Як отримати гроші?

Якщо ви вперше прибули у Великобританію, вам видадуть 200 фунтів готівкою. Ви отримаєте гроші під час прийому в Раді Морі. Як тільки нам повідомляють про ваше прибуття, ми запрошуємо приймаючі сторони, щоб підготувати такі зустрічі. **На цій зустрічі вам потрібно буде показати свій паспорт/проїзні документи**, тому візьміть їх з собою.

Для отримання соціальної допомоги вам необхідно відкрити банківський рахунок у Великобританії. Соціальна допомога — це щомісячні виплати, які допомагають покрити ваші витрати на проживання, такі як проїзд і харчування.

## Як відкрити банківський рахунок?

Вам потрібно відкрити рахунок у банку Великобританії.

Для цього ви маєте завітати в банк особисто. **Необхідно показати документ що посвідчує особу.** У ньому мають бути вказані ваше прізвище, ім'я, адреса та дата народження.

## Доступ до соціальної допомоги

### Money Advice Moray

Група фінансових консультантів Ради Морі (Money Advice Moray) допомагає громадянам, надаючи консультації з питань фінансів і соціальних виплат. Ці послуги безкоштовні, конфіденційні та неупереджені. Група може надати наступну допомогу:

- управління рахунками та боргами (це можуть бути борги за пальне, кредитні картки, позики тощо);
- оскарження рішень щодо допомоги особам з обмеженими можливостями, якщо ви вважаєте рішення неправильним;
- перевірка з метою отримання всіх державних соціальних виплат і пільг, на які ви маєте право;
- заповнення заявок на соціальну допомогу;
- управління вашими бюджетами (грошами, які отримуєте і витрачаєте).

Якщо ви хочете обговорити свою ситуацію з консультантом або записатися на прийом, телефонуйте:



Money Advice Moray  
**0300 123 4563**

*Фінансові консультації та програми максимізації доходу фінансуються спільно Радою Морі та Європейським соціальним фондом.*

### Social Security Scotland

Агентство Social Security Scotland забезпечує надходження соціальних виплат в Шотландії особам, яким вони призначені. Ми працюємо по всій Шотландії, пропонуючи підтримку людям з низькими доходами, з обмеженими можливостями, опікунам, молоді, яка починає працювати; а також допомагаємо людям сплачувати за опалення будинків.

Ми створили нову службу локальної доставки, щоб люди по всій країні, звертаючись за соціальною допомогою, могли отримати індивідуальну підтримку.

Щоб забронювати прийом у консультанта групи підтримки клієнтів, зателефонуйте за номером:



Social Security Scotland  
**0800 182 2222**

Ось деякі з соціальних виплат, які ми пропонуємо:

### **Допомога Best Start Grant у зв'язку з вагітністю та народженням**

**дитини:** одноразова виплата в сумі до 642,35 фунтів, за якою можна звернутися в період з 24 тижня вагітності до дати, коли дитині виповниться шість місяців. Надається сім'ям, які отримують певні соціальні виплати.

### **Допомога Best Start Grant на дошкільне виховання**

**дитини:** одноразова виплата в сумі 267,65 фунтів, що надається на дитину у віці від двох до трьох з половиною років сім'ям, які отримують певні соціальні виплати.

**Допомога Best Start Grant на дітей шкільного віку:** одноразова виплата в сумі 267,65 фунтів на дитину, яка йде в перший клас початкової школи. Надається сім'ям, які отримують певні соціальні виплати.

### **Допомога Best Start Foods на придбання продуктів харчування:**

карта з передоплатою, яка надходить у період вагітності і до дати, коли дитині виповнюється три роки. Надається сім'ям, які отримують певні соціальні виплати, для придбання корисних для здоров'я продуктів харчування.

**Допомога на поховання:** виплата, яка допомагає покрити витрати на поховання у важкий для людини час. Надається особам, які

отримують певні соціальні виплати та відповідають за оплату поховання.

### **Допомога у зв'язку з**

**працевлаштуванням:** виплата в сумі 267,65 фунтів особам у віці від 16 до 24 років, які отримують певні соціальні виплати протягом шести місяців. Призначена для покриття витрат, пов'язаних з початком трудової діяльності.

### **Допомога для молодих**

**опікунів:** щорічна виплата в сумі понад 326,65 фунтів особам у віці 16, 17 або 18 років, які в середньому не менше 16 годин на тиждень піклуються про людей, що отримують соціальну допомогу для осіб з обмеженими можливостями від Міністерства праці та пенсійного забезпечення.

### **Допомога на дитину в**

**Шотландії:** нова, унікальна для Шотландії соціальна виплата в сумі 80 фунтів, що надаватиметься кожні чотири тижні батькам і опікунам, які матимуть на неї право. Призначена для покриття витрат на догляд за кожною дитиною віком до 6 років.

До кінця 2022 року цю виплату планують поширити на всіх дітей віком до 16 років.



## Допомога дітям з обмеженими

**можливостями:** виплата, яка дає додаткові кошти на покриття витрат на догляд за дитиною з обмеженими можливостями або проблемами зі здоров'ям.

## Допомога дорослим з обмеженими

**можливостями:** виплата, що забезпечує додаткові надходження людям з проблемами зі здоров'ям або з обмеженими можливостями, які впливають на якість повсякденного життя. Виплата допомоги дорослим з обмеженими можливостями почалася в якості пілотного проекту з 21 березня 2022 року в Данді, Перт-енд-Кінроссі та Вестерн-Айлсі. З 29 серпня 2022 року планується поступове поширення цієї допомоги на всю країну.

Щоб отримати додаткову інформацію та дізнатися, як подати заяву, відвідайте вебсторінку:



[www.mygov.scot/browse/benefits/social-security-scotland](https://www.mygov.scot/browse/benefits/social-security-scotland)

## Проживання

Запрошуюча сторона надасть вам житло як мінімум на шість місяців. Перед вашим приїздом житло господарів пройде перевірку на відповідність стандартам безпеки.

Якщо ви не задоволені своєю запрошуючою стороною, зв'яжіться з групою з питань розселення за наступною електронною адресою:



[refugeeresettlementteam@moray.gov.uk](mailto:refugeeresettlementteam@moray.gov.uk)

У разі екстреної ситуації зв'яжіться зі службою екстреної допомоги, зателефонувавши за номером: **999**.

## Пожежна безпека

Усі будинки в Шотландії мають бути обладнані взаємопов'язаною пожежною сигналізацією. Взаємозв'язок означає, що якщо спрацює одна сигналізація, вмикаються і всі інші.

Пожежно-рятувальна служба Шотландії пропонує безкоштовне відвідування будинків для консультацій з питань пожежної безпеки. Щоб замовити візит, надішліть лист на електронну адресу:



[N.ABMPreventionandProtection@firescotland.gov.uk](mailto:N.ABMPreventionandProtection@firescotland.gov.uk)



## Пошук роботи

Одним з підрозділів Міністерства праці та пенсійного забезпечення є центр зайнятості Jobcentre Plus.

Він відповідає за допомогу людям працездатного віку в пошуку роботи. Окрім того, він відповідає за надання певних видів соціальної допомоги людям працездатного віку.

Щоб дізнатися докладніше, відвідайте вебсторінку:



[www.gov.uk/contact-jobcentre-plus](https://www.gov.uk/contact-jobcentre-plus)

Управління її Величності з питань податків і митних зборів (HMRC) також може надати інформацію про реєстрацію для отримання номера соціального страхування:



[www.gov.uk/apply-national-insurance-number](https://www.gov.uk/apply-national-insurance-number)

Докладніша інформація про соціальні виплати та фінансову підтримку під час пошуку роботи, у тому числі про подання заяви на єдину соціальну виплату, розміщена на вебсайті уряду Великобританії:



[www.gov.uk/browse/benefits/looking-for-work](https://www.gov.uk/browse/benefits/looking-for-work)



[www.understandinguniversalcredit.gov.uk/support-for-those-fleeing-the-conflict-in-ukraine/](https://www.understandinguniversalcredit.gov.uk/support-for-those-fleeing-the-conflict-in-ukraine/)

Ось ще декілька вебсайтів, які пропонують вакансії в державному та некомерційному секторі (благодійні організації):

Вакансії в NHS:



<https://jobs.scot.nhs.uk/>

Вакансії в державному секторі, у тому числі в місцевих органах влади, і в некомерційному секторі:



[www.myjobscotland.gov.uk/](https://www.myjobscotland.gov.uk/)

Вакансії в поліції:



[www.scotland.police.uk/recruitment/police-staff/](https://www.scotland.police.uk/recruitment/police-staff/)

## Вивчення англійської мови

6 червня почала діяти муніципальна 12-тижнева програма з двома заняттями на тиждень.

Уроки проводяться в режимі онлайн зі щомісячним очним відвідуванням розмовного кафе, де учні можуть зібратися разом, щоб у неформальному середовищі попрактикувати англійську мову.

Прямі запити можна надсилати: Ангхараду Мюррею, регіональному менеджеру з питань освіти Просвітньої асоціації робітників (WEA):



[amurray@wea.org.uk](mailto:amurray@wea.org.uk)

**UHI Moray** — це університет Північно-Шотландського нагір'я та островів, який також організував курси англійської мови у своєму корпусі в Елгіні. Ці курси допоможуть вам вивчити англійську мову, яка потрібна для досягнення ваших цілей у навчанні, роботі або повсякденному житті.

Ви отримаєте високоякісне навчання навичкам читання, письма, умінню слухати, розуміти та говорити, що дасть вам можливість розвинути свої комунікативні навички.

Курси також можуть відкрити вам можливості для кращого

працевлаштування або переходу на інші курси в рамках університету UHI Moray.

В університеті передбачені групи для всіх рівнів — від «нульових» початківців до осіб, які вільно володіють мовою і, можливо, захочуть її удосконалити.

### Початківці — рівень нижче середнього

Ці заняття допоможуть вам покращити англійську мову для використання в побуті та на роботі. Ви будете працювати над своїми навичками читання, граматикою, а також удосконалювати вимову та розмовні навички.

### Рівень від середнього до просунутого

Ці популярні групи призначені для покращення поточного рівня мови і переходу від середнього до просунутого рівня з подальшим отриманням сертифіката. Ви також матимете можливість підготуватися до екзаменів, які проводяться в центрах, акредитованих державою.

Більшість груп починають заняття в серпні, і ми будемо раді отримати вашу заяву. Інформацію про подання заяви можна знайти на нашому вебсайті:



[www.uhimoray.ac.uk](http://www.uhimoray.ac.uk)

## одяки від студентів

«Курс дійсно допомагає мені вдосконалити мої розмовні навички та вміння читати англійською мовою. Граматика теж на високому рівні».

«Викладач дуже нас підтримує, допомагаючи нам в усьому та відповідаючи на всі запитання студентів».

## Послуги NHS

Група з питань розселення біженців служби охорони здоров'я NHS Grampian проводить оцінку потреб з охорони здоров'я та допомагає реєструватися у лікарів загальної практики від імені прибулих. Тимчасово захищені особи можуть спілкуватися телефоном зручною для себе мовою і з залученням перекладачів.

Оцінка потреб з охорони здоров'я проводиться для того, щоб ви знали, куди звертатися за медичною допомогою. Це анкета, яка охоплює низку питань про здоров'я, зокрема наявні захворювання, ліки, історію вакцинації, стоматологію, оптометрію та психіатричну допомогу.

Група зв'яжеться з вами або з приймаючою вас особою, щоб домовитися про телефонне інтерв'ю для оцінки ваших потреб з охорони здоров'я, реєстрації у лікаря загальної практики, а також для відповідей на запитання, які у вас можуть виникнути.



[gram.refugeeresttlement@nhs.scot](mailto:gram.refugeeresttlement@nhs.scot)

## Реєстрація у лікаря загальної практики

Лікар загальної практики, якого ще називають GP, є першим лікарем, до якого зазвичай ви будете звертатись у разі типових проблем зі здоров'ям у Великобританії. Лікар загальної практики може надати медичну консультацію, поставити діагноз і призначити ліки. Він може бути вашим першим фахівцем на шляху вирішення багатьох проблем фізичного та психічного здоров'я. Клініка лікаря загальної практики також відповідає за координацію та управління вашим довгостроковим медичним обслуговуванням і може видати направлення, якщо вам необхідні більш спеціалізовані медичні послуги.

Право зареєструватися у лікаря загальної практики надається всім, і для цього вам не потрібно підтвердження адреси, імміграційного статусу, наявності посвідчення особи чи номера NHS (вас можуть попросити показати посвідчення особи, але це не обов'язково). Ми настійно рекомендуємо вам зареєструватися у лікаря загальної практики якнайшвидше після прибуття. Якщо у вас є посвідчення особи, воно допоможе правильно вписати ваше прізвище та ім'я у ваші записи NHS.

Дізнатися про порядок реєстрації в клініці лікаря загальної практики в Шотландії можна на вебсторінці:



[www.nhsinform.scot/  
care-support-and-rights/  
nhs-services/doctors/  
registering-with-a-gp-  
practice](http://www.nhsinform.scot/care-support-and-rights/nhs-services/doctors/registering-with-a-gp-practice)

Приймаюча вас особа має порадити найближчу до вашого нового будинку клініку лікаря загальної практики та допомогти вам зареєструватися.

## Доступ до ліків

Лікар загальної практики створює файл рецепта, за яким ліки видаються в комунальній аптеці. Тому, щоб отримати ліки, вам потрібно спочатку замовити рецепт у лікаря загальної практики. Сертифікований лікар загальної практики може вас проконсультувати.

Як тільки рецепт буде готовий, він буде:

- відправлений безпосередньо в місцеву аптеку, яку ви вибрали, АБО
- зберігатися в клініці лікаря загальної практики, щоб ви могли його забрати та відвезти у вибрану аптеку.

*Зверніть увагу, що від моменту замовлення рецепта до його готовності для отримання проходить як мінімум три робочі дні.*

Довідатись про місцезнаходження місцевих аптек можна онлайн на сторінці:



[www.nhsgrampian.org/  
service-hub/](http://www.nhsgrampian.org/service-hub/)

*Скористайтесь фіолетовим пошуковим вікном у нижньому лівому куті «Місцеві послуги», виберіть «Аптеки» і пошукайте за поштовим індексом*

### У Шотландії рецепти безкоштовні.

Фармацевт може не тільки видати приписані вам ліки, але й дати вам безкоштовні поради щодо лікування легких захворювань, наприклад застуди та алергії на пилок. У разі необхідності фармацевт може надати вам безкоштовну медичну допомогу.

### Невідкладна медична допомога

Якщо з вами або членом вашої родини стався нещасний випадок або ви раптово тяжко захворіли, вам потрібно звернутися до найближчої лікарні з відділенням невідкладної допомоги. Невідкладна медична допомога у відділеннях реанімації та **інтенсивної терапії лікарень NHS безкоштовна** для всіх людей.

Якщо потрібна екстрена медична допомога, зателефонуйте за номером: **999** і викличте санітарний автомобіль для доставки хворого в лікарню. Ця послуга безкоштовна, але нею необхідно користуватися лише в екстрених випадках. Окрім

того, за можливості ви можете самі приїхати у відділення реанімації та інтенсивної терапії.

Місцева лікарня з відділенням реанімації та інтенсивної терапії знаходиться за адресою:



**Dr Gray's Hospital, West Road, Elgin, IV30 1SN.**

Докладнішу інформацію можна отримати телефоном за номером: **999** або на вебсайті Шотландської служби швидкої медичної допомоги:



[www.scottishambulance.com/our-services/  
emergency-care/when-  
should-you-call-999/](http://www.scottishambulance.com/our-services/emergency-care/when-should-you-call-999/)

### Невідкладні стани, не загрозливі для життя

У разі невідкладного стану, не загрозливого для життя, перш ніж телефонувати за номером 999, розгляньте інші варіанти допомоги. Альтернативними варіантами можуть бути:

### Фармацевт

- кашель і застуда;
- біль у горлі;
- розлади травлення;
- діарея або запор;
- тривалі тупі або раптові різкі болю;

- допомога, якщо у вас закінчилися ліки, які ви регулярно приймаєте

## NHS Inform

Служба NHS inform має настанови з самопомоги для низки хвороб і станів:



[www.nhsinform.scot/](http://www.nhsinform.scot/)



111

*111 — це безкоштовна гаряча лінія неекстреної медичної допомоги.*

Нею слід користуватися, коли місцева клініка лікаря загальної практики та місцева аптека закриті, а ви надто хворі, щоб чекати їхнього відкриття.

## Служби психологічної підтримки

Проблеми з психічним здоров'ям можуть бути самими різними — від неспокою, який ми всі відчуваємо в повсякденному житті, до важких хронічних захворювань. Ми розуміємо, що ви пережили дуже травматичний час і зазнали величезного психологічного стресу. Якщо вам важко, вам можуть допомогти служби психічного здоров'я, які працюють в усіх куточках країни. Якщо вам або комусь, хто вам дорогий, потрібна допомога, це найкраще зробити

через свого лікаря загальної практики.

Щоб завантажити посібник, відвідайте вебсторінку:



[www.moray.gov.uk/downloads/file142404.pdf](http://www.moray.gov.uk/downloads/file142404.pdf)

Якщо вам сутужно, але ви не хочете говорити про це з лікарем загальної практики, вам можуть допомогти низка організацій, що пропонують гарячі лінії для конфіденційного спілкування з кваліфікованим консультантом.

У посібнику є дані цих організацій, у тому числі:

## Служба з питань психічного благополуччя

Якщо ви почуваетесь роздратованими або потребуєте підтримки, зателефонуйте в:



**NHS 24** за номером **111**

## Сервіс «Breathing Space»



**0800 838 587**

*(графік роботи: з понеділка по четвер з 18:00 до 2:00, з 18:00 у п'ятницю до 6:00 у понеділок)*

## Сервіс «Samaritans»



116 123

*(працює щоденно, цілодобово)*

## Британське товариство Червоного Хреста

Британське товариство Червоного Хреста надає допомогу українцям у Великобританії:



[www.redcross.org.uk/  
get-help/get-help-as-a-  
refugee/help-for-refugees-  
from-ukraine](http://www.redcross.org.uk/get-help/get-help-as-a-refugee/help-for-refugees-from-ukraine)

Товариство підтримує людей, які прибули з України у Великобританію. Щоб дізнатися докладніше про Британське товариство Червоного Хреста або емоційну підтримку, зателефонуйте за номером:



0808 196 3651

*(дзвінки безкоштовні, лінія працює щоденно з 10:00 до 18:00)*

## Сервіс «Barnardo's»

Допомогу можна отримати, зателефонувавши на гарячу лінію Barnardo's, відкриту для всіх, хто тікає від конфлікту в Україні.



[www.barnardos.org.uk/  
what-we-do/helping-  
families/ukrainian-helpline](http://www.barnardos.org.uk/what-we-do/helping-families/ukrainian-helpline)

Звертайтеся, якщо вам потрібна наступна підтримка:

- терапія у кваліфікованого психотерапевта (сеанси телефоном або онлайн із залученням перекладачів);
- консультації з низки питань, наприклад з приводу житла, доступу до основних медичних послуг, освіти, працевлаштування тощо, які надаються через гарячу лінію нашою спеціально підготовленою групою підтримки;
- практична підтримка: доступ до цифрових пристроїв, щоб сім'ї залишалися на зв'язку з близькими в цей тривожний час, а також стимулюючі іграшки для дітей, життєво необхідні дитячі речі тощо.

Для всіх послуг передбачений доступ до перекладачів на/з української та російської мови.



0800 148 8586

*Графік роботи гарячої лінії Barnardo's: з понеділка по п'ятницю з 10:00 до 20:00, у суботу з 10:00 до 15:00*



## Сервіс «Parentline»

Гаряча лінія Parentline для сімей, які шукають притулку, та сімей біженців. Благодійна організація «Children 1st» може надати консультації батькам. Якщо ви живете в Шотландії, телефонуйте за номером:



**0800 028 2233**

або перегляньте вебсайт, щоб отримати консультацію та підтримку, або почніть вебчат.



[www.children1st.org.uk/  
help-for-families/parentline-  
scotland/guidance-advice/  
support-for-asylum-seeking-  
and-refugee-families/](http://www.children1st.org.uk/help-for-families/parentline-scotland/guidance-advice/support-for-asylum-seeking-and-refugee-families/)

*(графік роботи: щоденно, пн. — пт. з 9:00 до 21:00 і сб. — нд. з 9:00 до 12:00)*

Окрім того, наші фахівці розробили посібник для приймаючих сімей, щоб допомогти їм зрозуміти та підтримати вас у цей важкий час.



[www.aberdeencity.gov.uk/  
sites/default/files/2022-05/  
Ukraine%20Arrivals%20  
Psychological%20  
Wellbeing%20Pack%20-%20  
Host%20Families.pdf](http://www.aberdeencity.gov.uk/sites/default/files/2022-05/Ukraine%20Arrivals%20Psychological%20Wellbeing%20Pack%20-%20Host%20Families.pdf)

## Охорона материнства та відповідні послуги

Вам запропонують безкоштовний супровід вагітності та післяпологовий догляд. Швидше за все це буде організовано через вашого лікаря загальної практики. До пологових послуг входить медична допомога в період від початку вагітності до завершення послуг акушерки. Зазвичай це стається приблизно через 10 днів після пологів, але може тривати до 6 тижнів після пологів. Акушерки забезпечують індивідуальний супровід у період вагітності, пологів і післяпологовий період. Більшу частину цієї допомоги акушерки надаватимуть самі. Також вони будуть координувати надання родопомічної або іншої медичної допомоги за потреби.

Як тільки ви дізнаєтеся, що вагітні, ви повинні звернутися до лікаря загальної практики або акушерки. Важливо звернутися до цих фахівців якомога раніше, щоб організувати супровід вагітності (допологовий догляд) та отримати інформацію, необхідну для здорової вагітності.

Ви також маєте право на послуги патронажної медсестри. Патронажна медсестра — це кваліфікована медсестра або акушерка, яка пройшла додаткове навчання. Її задача — допомогти вам, вашій сім'ї та дітям до п'яти років залишатися здоровими.

Все, що вам потрібно знати про вагітність, пологи, народження дитини та пологові послуги NHS, можна знайти на вебсторінці:



[www.nhsinform.scot/  
ready-steady-baby](http://www.nhsinform.scot/ready-steady-baby)

## **Стоматологічна служба та послуги**

Ви маєте право на стоматологічну допомогу NHS, яка призначена для підтримки рота, зубів та ясен у здоровому стані.

Наразі більшість стоматологів NHS в окрузі Морі не можуть прийняти нових пацієнтів. Сервіс DIAL може проконсультувати вас і записати на прийом для надання невідкладної допомоги, якщо у вас з'явився біль, нариви, зламаний зуб тощо. Фахівці також можуть допомогти додати вас до списку очікування на прийом у клініці.

Інформаційна лінія стоматологічної консультації NHS Grampian (DIAL):



**0345 456 5990**

*(з понеділка по п'ятницю з 8:00 до 18:00)*

## Офтальмологічна допомога

До будь-якого офтальмолога, клініки яких зазвичай знаходяться в центрі населеного пункту, можна записатися на прийом, щоб перевірити зір або отримати консультацію з приводу окулярів або контактних лінз.

Шотландія є єдиною країною Сполученого Королівства, яка ввела безкоштовні стандартні перевірки зору за рахунок фінансування NHS. Перевірки доступні для всіх, хто зазвичай проживає у Великобританії, а також для прибулих із-за кордону. У деяких випадках NHS також надає ваучер на офтальмологічні послуги, який можна використати для придбання окулярів або контактних лінз.

Завантажити посібник з питань безкоштовних перевірок зору NHS можна на вебсторінці:



[www.nhshighland.scot.nhs.uk/publications/documents/fact%20sheets/guide%20to%20eye%20examinations%20scotland.pdf](http://www.nhshighland.scot.nhs.uk/publications/documents/fact%20sheets/guide%20to%20eye%20examinations%20scotland.pdf)

## Захист від інфекційних хвороб

Щеплення, які проводить NHS, безкоштовні для всіх. Це найкращий захист дітей і дорослих від інфекційних захворювань, таких як менінгіт, паротит, кір і краснуха. Поговоріть зі своїм лікарем

загальної практики, якщо вважаєте, що ви або ваша дитина пропустили якісь щеплення і слід забронювати прийом.

## Що робити, якщо мені потрібна екстрена допомога?



В екстрених ситуаціях ви можете зателефонувати за номером **999** (безкоштовно), щоб викликати такі служби:

- швидка допомога;
- пожежно-рятувальна служба;
- поліція;
- берегова охорона.

## Повідомлення про злочини, не пов'язані з екстреними ситуаціями

Щоб повідомити про злочини та інші проблеми, які не потребують надання екстреної допомоги, телефонуйте за номером:



**101**

Повідомити про будь-який інцидент також можна на вебсторінці:



[www.scotland.police.uk/secureforms/c3/](http://www.scotland.police.uk/secureforms/c3/)

## Якщо ви тривожитесь за безпеку дитини

Якщо ви непокоїтеся за безпеку дитини (тобто вважаєте, що для дитини існує ризик заподіяння значної шкоди), скористайтеся наступними контактними даними, щоб повідомити про свої підозри:



**01343 554 370**

*(у робочий час)*



**03457 565 656**

*(соціальна служба, для екстрених випадків у неробочий час)*



**101 (Поліцейська служба Шотландії),**

або надішліть лист на адресу:



**[childrensaccessteam@moray.gov.uk](mailto:childrensaccessteam@moray.gov.uk)**

## Якщо ви тривожитесь за безпеку дорослого

Якщо вас непокоїть те, що вам або комусь, кого ви знаєте, завдають шкоди:

- впевніться, що ця людина знаходиться у безпеці;
- якщо потрібна негайна допомога, зателефонуйте за номером: **999**;
- слухайте, спостерігайте та записуйте все, що чуєте та бачите, щоб ви могли потім це переказати.

## Кому я маю це розказувати?

Moray Community Care Access Team (група доступу до муніципальної медико-соціальної допомоги в окрузі Морі):



**01343 563 999**



**[accesscareteam@moray.gov.uk](mailto:accesscareteam@moray.gov.uk)**

Поліцейська служба Шотландії:



**101**



**[www.scotland.police.uk/contact-us](http://www.scotland.police.uk/contact-us)**

## Расизм і дискримінація

Різне ставлення до людей через їхню стать, расу, релігію, вік, обмежені можливості або сексуальну орієнтацію є порушенням законодавства.

Серйозним правопорушенням вважається заподіяння шкоди, переслідування, образливі вислови на адресу людей через їхню расу або пошкодження їхнього майна з цієї ж причини. Також порушенням закону визнається розпалювання расової ненависті.

Дискримінація людини через її расу, етнічну приналежність або країну походження неприйнятна.

До вас не має бути інакше ставлення через вашу расу, коли ви шукаєте роботу, житло, користуєтеся Національною службою охорони здоров'я (NHS) або просто купуєте щось у крамниці.

Ви не повинні зазнавати расистських переслідувань на роботі, у школі або в громадських місцях (де інші люди висловлюються про вашу расу або вашу країну, ображаючи вас або змушуючи почуватися незручно).

Якщо ви або хтось із ваших знайомих став жертвою расизму, повідомте про це представників влади:



телефонуйте за номером: **101**



телефонуйте за номером: **999** в екстрених випадках. Повідомте про це онлайн на адресу:



**[www.report-it.org.uk](http://www.report-it.org.uk)**



Прийдіть у поліцейську дільницю

Не намагайтеся протистояти расистам або проявам расизму самостійно. Залучіть органи влади.

Якщо ви спробуєте вирішити проблему самостійно, ви можете постраждати або навіть самі спричинити неприємності з поліцією.

## Освіта

Освіта для дітей є безкоштовною та обов'язковою. В окрузі Морі є 54 школи: вісім середніх та 46 початкових шкіл.

### Дошкільна освіта та догляд за дітьми

В окрузі Морі фінансується перебування дітей у закладах дошкільної освіти в об'ємі 1140 годин на рік. Це стосується всіх три- та чотирирічних дітей, а також дворічних дітей, яким надане таке право.

Інформація про відповідність вимогам, реєстрацію, вибір закладу-надавача послуг, а також про наявність місць доступна на вебсайті Ради Морі:



[www.moray.gov.uk/  
moray\\_standard/  
page\\_116586.html](http://www.moray.gov.uk/moray_standard/page_116586.html)

### Початкові та середні школи

За кожною школою в окрузі Морі закріпленний район, який визначає, де ви найімовірніше отримаєте місце. Найближча до вас школа може виявитися не тією школою, за якою закріпленний ваш район. Проглянути інтерактивну карту шкільних районів у Морі та знайти школу свого району можна на наступній вебсторінці:



[www.moray.gov.uk/  
moray\\_standard/  
page\\_114991.html](http://www.moray.gov.uk/moray_standard/page_114991.html)

Інформація про кожну початкову школу з посиланнями на опис школи та контактними даними доступна в режимі онлайн:



[www.moray.gov.uk/moray\\_  
standard/page\\_40556.html](http://www.moray.gov.uk/moray_standard/page_40556.html)

Інформація про кожну середню школу з посиланнями на опис школи та контактними даними також доступна в режимі онлайн:



[www.moray.gov.uk/moray\\_  
standard/page\\_40555.html](http://www.moray.gov.uk/moray_standard/page_40555.html)

## Служба «Additional Support Needs»

Наша служба допомагає дітям і підліткам, які потребують додаткової підтримки (як довгострокової, так і короткострокової), щоб вони могли максимально засвоїти шкільну програму та відчували себе залученими в процес навчання. У нас немає спеціалізованих шкіл, натомість ми пропонуємо розширені умови та вигоди в усіх наших середніх і восьми початкових школах. Ми сподіваємося, що ці діти та підлітки по можливості братимуть участь у загальноосвітньому процесі.

До нашої служби входять:

- група по роботі з дітьми з аутизмом;
- служба дошкільної освіти (EYES);
- служба «Англійська як друга мова» (EAL);
- група Морі з питань соціальної та емоційної поведінки (SEBN);
- служба сенсорного навчання (SES), яка охоплює такі напрямки, як порушення слуху, зору та психологія навчання.

Вашою першою інстанцією буде школа вашої дитини, яка може допомогти вам отримати доступ до додаткових ресурсів для підтримки дитини в школі.

## Служба «Англійська як друга мова»

Це спеціальна служба, яка допомагає двомовним учням полегшити доступ до загальноосвітнього процесу. Контактні дані служби:



01343 557921



[CentralSuppServices@moray.gov.uk](mailto:CentralSuppServices@moray.gov.uk)

## Шкільний транспорт

Дізнатися докладніше про те, хто має право на перевезення шкільним транспортом, та про порядок реєстрації можна на вебсайті Ради Морі:



[www.moray.gov.uk/moray\\_standard/page\\_1680.html](http://www.moray.gov.uk/moray_standard/page_1680.html)

## Шкільне харчування

Діти з першої по п'яту групу початкових шкіл отримують харчування в школі безкоштовно. З меню можна ознайомитися на вебсайті Ради Морі:



[www.moray.gov.uk/moray\\_standard/page\\_55519.html](http://www.moray.gov.uk/moray_standard/page_55519.html)

Меню та ціни на харчування в середніх школах можна проглянути на наступній вебсторінці:



[www.moray.gov.uk/moray\\_standard/page\\_84855.html](http://www.moray.gov.uk/moray_standard/page_84855.html)



**Для приміток**



223929