Ukraine FAQ Document

Published by Refugee Resettlement Coordinator

Folkestone and Hythe District Council

Version 1.0

October 2023

English Language & Ukrainian Language (Google Translate)

Source: F&HDC Ukraine Newsletter June 2022 – October 2023

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Contents - Зміст

DFDS Free Travel for Refugees - DFDS Безкоштовні подорожі для біженців 5

GP Surgeries - Лікарі загальної практики 5

Access to Dentists for Ukrainians in Folkestone and Hythe District - Доступ до стоматологів для українців у Фолкстоні та Хайті 10

NHS Dentistry Information - Стоматологічна інформація NHS 12

Refugee Host Support (English-only) - Підтримка приймаючої сторони біженців (Тільки англійська) 13

Barnardos Charity Support - Благодійна підтримка Barnardos 16

English Classes at Canterbury, Concorde - Курси англійської мови в Кентербері, Конкорд 18

English Classes in Dover with Kent Adult Education - Курси англійської мови в Дуврі з Кентом для дорослих 18

Community Fridge - Громадський холодильник 19

Kent and Medway Help for Ukrainians 20

Open University: Free online resources for Ukrainians settling in the UK and Ireland - Відкритий університет: безкоштовні онлайн-ресурси для українців, які поселяються у Великобританії та Ірландії 20

Work Advice – CXK Inspiring People to Thrive - Поради щодо роботи – CXK надихає людей на процвітання 21

NHS Vaccine hesitancy information - Інформація щодо вагань щодо вакцини NHS 21

Free Ukrainian/Russian Translation Service “Mosty-movy” - Служба безкоштовного перекладу з української на російську мову «Мости-мови» 21

Opora Website - Сайт Opora 23

DBS for non-UK nationals – DBS для громадян, які не є громадянами Великобританії 24

ASPIRE East Kent - ASPIRE Східний Кент 25

Порада через KCC - Якщо вас оподатковують двічі 27

Statement of comparability - Заява про порівнянність 28

Funding for churches to support Ukrainian families and other refugees - Фінансування церков для підтримки українських родин та інших біженців 29

KCC: Free school transport - KCC: Безкоштовний шкільний транспорт 29

Thrive for Mental Health Support - Процвітайте для підтримки психічного здоров’я 30

Ukrainian language support for children - Підтримка української мови для дітей 31

IMPORTANT: Recycling and non-recycling information - ВАЖЛИВО: інформація про переробку та не переробку 32

British Red Cross Information - Інформація Британського Червоного Хреста 34

Learning and Work Institute information - Інформація Інституту навчання та роботи 37

Runway Training: Employability Course for Ukrainians - курс працевлаштування для українців 44

KCC Facebook Page - Сторінка KCC у Facebook 46

SEK Group: Cost of Living Support - підтримка вартості життя 47

How to rent easy guide - Як орендувати простий посібник 48

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Department for Transport Advice - Департамент транспортних консультацій 49
Local Sources of Help - Місцеві джерела допомоги 50
Homes of Ukraine support, benefits, move on options and keeping safe and well (English-only) - Homes of Ukraine підтримка, пільги, перехід на варіанти та утримання в безпеці та здоров'ї (Тільки англійська) 55
Housing Support: AMRP - Житлова підтримка 56
Housing Support: Entitled to - Житлова підтримка: має право 57
Porchlight Open Door - Відкриті двері під'їзного світла 58
Homes for Ukraine fraudulent letters - Домівки для України шахрайські листи 59
Free After School Classes for Ukrainian Students - Безкоштовні позашкільні заняття для українських студентів 61
F51: Shred Club 62
Just Giving Page - Просто надаю сторінку 62
Council Tax 1 - Міський податок 64
Council Tax 2 - Міський податок 64
Opora Support - Підтримка 66
Revenue & Benefits information - Інформація про доходи та переваги 67
Government of Ukraine announcement - Повідомлення Уряду України 68
Free vitamins - Безкоштовні вітаміни 70
NHS Prescription Prepayment Certificate - Сертифікат попередньої оплати за рецептом NHS 72
Barnardo's Ukrainian Support Helpline - Українська лінія підтримки Barnardo 73
Kew for £1 - Кью за £1 75
Waterplus information - Інформація 75
South Kent Mind - Розум Південного Кента 78
Guests leaving their children unaccompanied in the UK - Гості, які залишають своїх дітей без супроводу у Великобританії 78
Moving On or Moving In - Переїзд або переїзд 79
BRP advice - порада 80
Taxing a Ukrainian vehicle - Оподаткування українського автомобіля 80
New Housing Loss Prevention Advice Service - Консультаційна служба щодо запобігання втраті нового житла 81
Homes for Ukraine guidance update: Learn to speak, read and write English - Оновлення посібника Homes for Ukraine: Навчіться говорити, читати та писати англійською 82
Welfare Team - Команда добробуту 86
Eat well, spend less useful information - Добре харчуйтеся, витрачайте менше корисної інформації 91
Trading Standards Guidance - Рекомендації щодо торгових стандартів 95
Baby Basics, Folkestone - Baby Basics, Фолкстон 97
SEK Cost of Living Support - Підтримка вартості життя в SEK 97
District Mobile Food Service Launched - Запущена районна мобільна служба харчування 99

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Ukrainian Refugee Help information - Інформація 103
Social Events and English Classes - Світські заходи та уроки англійської мови 104
Important Dates - Важливі дати 104
Supporting Organisations Contact Details and Safeguarding - Контактні дані організацій підтримки та захист 105

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

DFDS Free Travel for Refugees - DFDS Безкоштовні подорожі для біженців

I can confirm that DFDS can offer free travel for Ukraine refugees to enter the UK with DFDS, however our France-Dover route is not suitable for foot passengers, and they cannot accept to board them regardless of the situation.

The Dieppe-Newhaven route accepts foot passengers and is offering free travel for Ukraine refugees already. This is also the case for their Amsterdam-Newcastle route.

Free car travel is offered on all routes. The host of refugee(s) needs to send an email to ukraine@dfds.com to obtain free travel.

Я можу підтвердити, що DFDS може запропонувати українським біженцям безкоштовний проїзд до Сполученого Королівства за допомогою DFDS, однак наш маршрут Франція-Дувр не підходить для піших пасажирів, і вони не можуть прийняти їх на борт незалежно від ситуації.

Маршрут Дьєпп-Ньюгафен приймає піших пасажирів і вже пропонує безкоштовний проїзд для українських біженців. Це також стосується їх маршруту Амстердам-Ньюкасл.

На всіх маршрутах пропонується безкоштовний проїзд на автомобілі. Приймаюча особа (біженців) повинна надіслати електронний лист на ukraine@dfds.com, щоб отримати безкоштовний проїзд.

GP Surgeries - Лікарі загальної практики

A comprehensive list of all GP Surgeries within the East Kent area.

Повний список усіх лікарень загальної практики в районі Іст-Кент.

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Central Surgery
86 Cheriton Road, Folkestone, Kent, CT20 2 QH
01303 220707

Folkestone Health Centre,
15-25 Dover Road, Folkestone, Kent, CT20 1JY
01303 228888

Guildhall Street Surgery
65-69 Guildhall Street, Folkestone, Kent, CT20 1EJ
01303 851411

Manor Clinic
31 Manor Road, Folkestone, Kent, CT20 2SE
01303 851122

The New Surgery
128 Canterbury Road, Folkestone, Kent, CT19 5SR
01303 243516

Sandgate Road Surgery
180 Sandgate Road, Folkestone, Kent, CT20 2HN
01303 851241

White House Surgery
The White House, 1 Cheriton High Street, Folkestone, Kent, CT19 4PU
01303 275434

Sun Lane Surgery
5 Sun Lane, Hythe, Kent, CT21 5JY
01303 267102

Oaklands Health Centre
Stade Street, Hythe, Kent, CT21 6BD
01303 235300
Orchard House Surgery
Bleak Road, Lydd, Kent TN29 9AE
01797 320307

Martello Health Centre
20 Chapel Road, Dymchurch, Romney Marsh, Kent, TN29 0TD
01303 875700

Church Lane Health Centre

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Church Lane, New Romney, Kent, TN28 8ER
01797 364756

Oak Hall Surgery
41-43 High Street, New Romney, Kent, TN28 8BW
01797 362106

New Lyminge Surgery
Greenbanks, Lyminge, Folkestone, Kent, CT18 8NS
01303 863160

The Surgery
Church Road, Lyminge, Folkestone, Kent, CT18 8HY
01303 862109

Hawkinge And Elham
74 Canterbury Road, Hawkinge, Folkestone, Kent, CT18 7BP
01303 232300

Elham Surgery
Old Road, Elham, Canterbury, Kent, CT4 6UH
01303 840213

White Cliffs Medical Centre
143 / 145 Folkestone Road, Dover, Kent, CT17 9SG
01304 201705

Buckland Medical Practice
Buckland Medical Centre, Brookfield Place, Buckland Avenue, Dover, Kent, CT16 2AE
01304 206353

High Street Surgery
100 High Street, Dover, Kent, CT16 1EQ
01304 206463

Peter Street Surgery
Peter Street, Dover, CT16 1EF
01304 216890

Pencester Surgery
10-12 Pencester Road, Dover, Kent, CT16 1BW
01304 240553

St James' Surgery
2 Harold Street, Dover, Kent, CT16 1SF
01304 225559

The High Street Surgery

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

43 Sandwich Road, Whitfield, Dover, Kent, CT16 3LT
01304 820756

Lydden Surgery
114 Canterbury Road, Lydden, Dover, Kent, CT15 7ET
01304 832160

Dr Bahadur T
Tara, The Droveway, St Margarets Bay, Dover, Kent, CT15 6BT
01304 852291

Dr Marianne Ford
38 Manor Road, Deal, Kent, CT14 9BX
01304 367495

Balmoral Surgery
Canada Road, Walmer, Deal, Kent, CT14 7EQ
01304 373444

St Richards Road Surgery
227 St Richard's Road, Deal, Kent, CT14 9LF
01304 364111

The Cedars Surgery
24 Marine Road, Walmer, Deal, Kent, CT14 7DN
01304 373341

Golf Road Surgery
22 Golf Road, Deal, Kent, CT14 6PY
01304 369777

Shepherdswell Surgery
Mill Lane, Shepherdswell, Kent, CT15 7QQ
01304 201705

Elvington Surgery
Community Centre, St. Johns Road, Elvington, Elvington, Kent, CT15 7QQ
01304 830708

Aylesham Medical Practice
Queens Road, Aylesham, Canterbury, Kent, CT3 3BB
01304 840415

Wingham Surgery
2 North Court Road, Queens Road, Aylesham, Canterbury, Kent, CT3 1BN
01227 720205

Littlebourne Surgery

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Court Hill, Littlebourne, Canterbury, Kent, CT3 1TX
01227 721515

Bridge Health Centre
Patrixbourne Road, Bridge, Canterbury, Kent, CT4 5BL
01227 831900

New Dover Road Surgery
10 New Dover Road, Canterbury, Kent, CT1 3AP
01227 462311

Canterbury Health Centre
26 Old Dover Road, Canterbury, Kent, CT1 3JH
01227 452444

Canterbury Health Centre
26 Old Dover Road, Canterbury, Kent, CT1 3JH
01227 931999

Chartham Surgery
Parish Road, Parish Road, Chartham, Canterbury, Kent, CT4 7JU
01227 738224

The Old School Surgery
Bolts Hill, Chartham, Canterbury, Kent, CT4 7JY
01227 738282

Sellindge Surgery
Main Road, Sellindge, Ashford, Kent, TN25 6JX
01303 812180

Willesborough Health Centre
Bentley Road, Willesborough, Ashford, Kent, TN24 0HZ
01233 621626

Sydenham House Medical Centre
Mill Court, Ashford, Kent, TN24 8DN
01233 645851

Hamstreet Surgery
Hamstreet, Ashford, Kent, TN26 2NJ
01233 730190

New Hayesbank Surgery
Cemetery Lane, Bybrook, Kennington, Ashford, Kent, TN24 9JZ
01233 624642

Musgrove Park Medical Centre

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Musgrove Park Medical Centre, Beaver Road, Ashford, Kent, TN23 7SP
01233 625527

Kingsnorth Medical Practice
Ashford Road, Kingsnorth, Ashford Road, Kingsnorth, Ashford, Kent, TN23 3ED
01233 610140

Hollington Surgery
Blue Line Lane, Ashford, Kent, TN24 8UN
01233 622361

Wye Surgery
Oxenturn Road, Wye, Ashford, Kent, TN25 5AY
01233 884585

Access to Dentists for Ukrainians in Folkestone and Hythe District - Доступ до стоматологів для українців у Фолкстоні та Хайті

Senior Commissioning Manager (Dental):

"I'm afraid that there is no specific scheme for people from Ukraine, they access NHS dentistry in the same way as any other patient, though we do understand the challenges currently in doing so. The Kent Dental Helpline (0300 123 4412) can advise patients where local practices are and contact details, however due to the way capacity within dental practices can change daily it is usually necessary for patients to ring different practices on successive days in order to secure an appointment.

If somebody has an urgent need then it is important to specify this at the time of making the call as some practice will hold time specifically for those with an urgent need. Another option in this situation would be to contact on of the following practices which provide additional sessions outside of their normal contracted hours for those with an urgent need:

- *Chopra & Associates, Ashford, 01233 637018*
- *Chopra & Associates, Canterbury, 01227 453416*
- *Franklin House Dental Practice, Gillingham, 01634 853030*
- *The Post Office Practice, Lower Stoke, 01634 272933*
- *Chopra & Associates, Sittingbourne, 01795 477224*
- *Chopra & Associates, Swanscombe, 01322 386688*
- *Tankerton Dental Centre, Whitstable, 01227 282829*

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Our Consultant in Dental Public Health is currently undertaking a review of dental provision in Kent which will determine the priority for future commissioning of services. We anticipate that this will identify a need for further increased dental provision in the county, however it will take some time to determine exactly which areas and then tender for new services."

Доступ до стоматологів для українців у районі "Фолкстон та Хайт"

Старший виконавчий менеджер (з питань стоматології):

"Боюся, що не існує спеціальної схеми для людей з України. Вони мають доступ до стоматології NHS так само, як і будь-який інший пацієнт. Проте, ми розуміємо, що наразі це питання є проблемним. Гаряча лінія стоматології Кенту (0300 123 4412) може порадити пацієнтам де знаходяться місцеві стоматологічні кабінети та надати контактні дані. Однак у зв'язку з тим, що можливості прийому у стоматологічних кабінетах можуть змінюватися щодня, пацієнтам, як правило, необхідно дзвонити у різні кабінети щоб записатися на прийом.

Якщо у когось є невідкладна потреба, важливо вказати це під час дзвінка, оскільки деякі кабінети мають резервний час спеціально для тих, хто має термінову потребу. Другий варіант: звернутися до одного з наведених нижче відділень, які можуть надавати послуги поза межами їх робочого часу у випадках, які потребують невідкладної допомоги.
Chopra & Associates, Ashford, 01233 637018

- *Chopra & Associates, Canterbury, 01227 453416*
- *Franklin House Dental Practice, Gillingham, 01634 853030*
- *The Post Office Practice, Lower Stoke, 01634 272933*
- *Chopra & Associates, Sittingbourne, 01795 477224*
- *Chopra & Associates, Swanscombe, 01322 386688*
- *Tankerton Dental Centre, Whitstable, 01227 282829*

Наш консультант із охорони здоров'я з питань стоматології наразі проводить огляд стоматологічних послуг у Кенті, який визначить пріоритетні моменти для майбутнього запуску послуг. Ми очікуємо, що це визначить потребу в подальшому розширенні надання стоматологічних послуг в окрузі. Однак, цей процес потребує часу для того щоб визначити райони, а потім провести тендер на нові послуги."

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

NHS Dentistry Information - Стоматологічна інформація NHS

Following contact between NHS Communities Health NHS Foundation Trust staff and their Dentistry Team recently, I have been provided with the following information:

"I was notified that they have now reduced their fleet of vehicles so at present unfortunately I don't think that they would be able to assist now, but the details I gave out about how to find a Dentist or what to do if you are struggling to find one can be found here."

Find a dentist - NHS

Find a dentist near you on the NHS website. Check your local dentist's opening times, services, facilities, reviews and ratings.

www.nhs.uk

Після нещодавнього контакту між співробітниками NHS Communities Health NHS Foundation Trust та їх командою стоматологів мені надали таку інформацію:

«Мені повідомили, що зараз вони скоротили свій парк транспортних засобів, тому, на жаль, наразі я не думаю, що вони зможуть допомогти зараз, але подробиці, які я надав про те, як знайти стоматолога або що робити, якщо ви хто намагається знайти його, можна знайти тут».

Знайти стоматолога - NHS

Знайдіть найближчого стоматолога на веб-сайті NHS. Перевірте час роботи місцевого стоматолога, послуги, зручності, відгуки та оцінки.

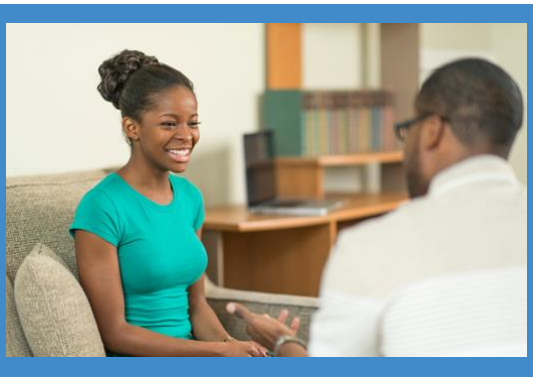
www.nhs.uk

Refugee Host Support (English-only) - Підтримка приймаючої сторони біженців (Тільки англійська)

Prevent refugee placements from breaking down

For some families, taking in a refugee family can be difficult and eventually leads to the breakdown of a placement. This is heart breaking for all involved and finding a new placement can take valuable time.

We've taken 25 years of experience and used it to develop an innovative wrap around support service especially designed to support those that are housing refugees in their homes. This service can prevent placement breakdowns by giving hosts;



Access to 24/7 Support

Hosts will have unlimited access to Accredited and Qualified Counsellors or Psychotherapists, including critical incident support. They'll also have

access to an online Cognitive Behavioural Therapy programme to provide guided self-help.

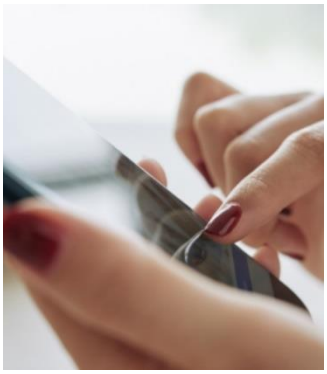
Online Support Groups

Our online support groups allow hosts to chat to hosts that are going through the same things as them. It can help to chat about the positives and negatives and get advice and insight to help hosts continue to move in the right direction.

Legal & Financial Advice

Our Advice Lines provide everything from Legal Assistance to Financial Advice**.** We'll help with household budgeting, borrowing, debt management and saving or investing. We can even help with career guidance and life coaching!

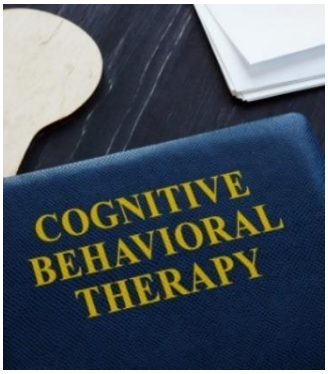
Every Membership Includes:



24/7 Assistance

Unlimited 24/7 365 access to Accredited and Qualified Counsellors or Psychotherapists - including cover for partners and dependents.

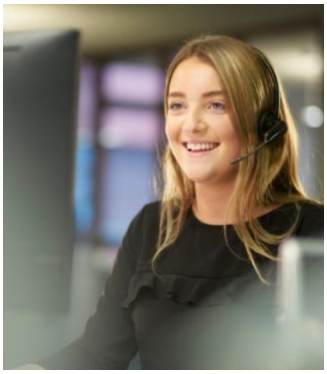
Find out more



Silvercloud Online CBT

Cognitive Behavioural Therapy to help overcome common mental health problems.

Find out more



Advice Lines

Additional support services including financial advice, legal advice, consumer advice, career advice, mediation & more.

Find out more

Stay Connected

The Stay Connected groups allow you to connect virtually with

Training Podcasts

Informative podcasts with experiences of those who have worked with refugees.

Digital Wellbeing & App

Online platform with a range of coach-led or self-directed programmes.

other hosts and share help and advice.

Find out more

Find out more

Find out more

If you have further questions about Refugee Host Support, please get in touch with us on contactus@refugeehostsupport.co.uk

Refugee Host Support, Craftsman House, De Salis Drive, Hampton Lovett, Droitwich, Worcs WR9 0QE, United Kingdom

Unsubscribe Manage preferences

OLKESTONE AND HYTHE

Believe in children Barnardo's

Barnardos Charity Support - Благодійна підтримка Barnardos

The conflict and ongoing violence in Ukraine has caused families to forcibly leave their homes, in search of safety, with many arriving to the UK.
Call our free helpline on: 0800 148 8586

During this very distressing and uncertain time, children and adults will need continued support.

In response to this, following discussion with the Association of Ukrainians in Great Britain, we have set up the **Ukrainian Support Helpline** to provide a holistic support service. The Helpline is available to anyone fleeing the conflict in Ukraine.

Get in touch if you need support with:

- Therapy with a qualified psychotherapist – delivered via the phone or online, with access to interpreters
- Advice on a range of issues e.g., housing, accessing key health services, education, employment and more via our trained helpline support workers
- Practical support - access to digital devices to ensure families stay connected to loved ones during this worrying time, as well as stimulating toys for children, vital baby items and more (subject to demand)

All services include access to interpreters in Ukrainian and Russian.

The Helpline is open:

- Monday – Friday 10.00am-8.00pm

- Saturday 10.00am-3.00pm

You can phone us on: 0800 148 8586

You can email us at: **ukrainiansupport@barnardos.org.uk**

Благодійна підтримка Barnardos

Конфлікт і насильство, що продовжується, в Україні змушують сім'ї залишати свої будинки в пошуках безпеки, і багато з них прибувають до Великобританії.
Зателефонуйте до нашої безкоштовної лінії підтримки за номером: 0800 148 8586

У цей дуже тривожний і невизначений час дітям і дорослим буде потрібна постійна підтримка.

У відповідь на це, після обговорення з Асоціацією українців у Великобританії, ми створили **Гарячу лінію підтримки українців**, щоб забезпечити комплексну підтримку. Гаряча лінія доступна всім, хто рятується втечею від конфлікту в Україні.

Зв'яжіться з нами, якщо вам потрібна така підтримка:

- Терапія з кваліфікованим психотерапевтом — здійснюється за телефоном або онлайн, з доступом до послуг перекладачів
- Консультації з цілого ряду питань, наприклад, житло, доступ до основних медичних послуг, освіти, працевлаштування тощо через наших навчених співробітників служби підтримки

- Практична підтримка — доступ до цифрових пристроїв, щоб сім'ї могли залишатися на зв'язку з близькими в цей тривожний час, а також стимулюючі іграшки для дітей, життєво важливі дитячі товари та багато іншого

Усі послуги включають доступ до перекладачів українською та російською мовами.

Гаряча лінія працює:

- понеділок-п'ятниця з 10:00 до 20:00

- субота з 10:00 до 15:00

Нам можна зателефонувати за номером: 0800 148 8586

Нам можна написати електронного листа: **ukrainiansupport@barnardos.org.uk**

Concorde International

English Classes at Canterbury, Concorde - Курси англійської мови в Кентербері, Конкорд

Website: https://www.concorde-int.com/

Please contact Ken on 01227 451035 or email admissions@concorde-int.com

Курси англійської мови в Кентербері - Concorde

Веб-сайт: https://www.concorde-int.com/

Будь ласка, зв’яжіться з Кеном за номером 01227 451035 або електронною поштою admissions@concorde-int.com

English Classes in Dover with Kent Adult Education - Курси англійської мови в Дуврі з Кентом для дорослих

TONE AND HYTHE DISTRICT

Please contact the Folkestone Centre on 03000 418999 or via email fkstnaec@kent.gov.uk. They will then be able to look initial assessments. Once you have completed an initial assessment and the tutor has established which level course is suitable, you will be given information on what you need regarding timings and sessions available.

Курси англійської мови в Дуврі – Кент для дорослих

Будь ласка, зв'яжіться з центром Folkestone за номером 03000 418999 або електронною поштою fkstnaec@kent.gov.uk. Потім вони зможуть переглянути початкові оцінки. Після того, як ви завершите початкове оцінювання та репетитор визначить, який рівень курсу підходить, вам буде надано інформацію про те, що вам потрібно щодо часу та доступних сесій.

Community Fridge - Громадський холодильник

Wood Avenue Library, 17 Wood Ave, Folkestone CT19 6HS

Monday 10.00-16.30 (closed for lunch 13.00-14.00)
Tuesday CLOSED
Wednesday 09.30-13.00
Thurs and Friday 10.00 -16.30 (closed for lunch 13.00-14.00)
Saturday 10.00-13.00
Sunday CLOSED

Бібліотека Wood Avenue, 17 Wood Ave, Folkestone CT19 6HS

Понеділок 10.00-16.30 (зачинено на обід 13.00-14.00)
Вівторок ЗАКРИТО
Середа 09.30-13.00
Чт і п'ятниця 10.00 -16.30 (зачинено на обід 13.00-14.00)

Субота 10.00-13.00
Неділя ВИХІДНО

Kent and Medway Safeguarding Adults Board

Kent and Medway Help for Ukrainians

Please see following information - Перегляньте наступну інформацію:
Kent and Medway SAB - Useful Resources for the Public (kmsab.org.uk)

Ukrainian - Українська: Stop Adult Abuse leaflet - Ukrainian (kmsab.org.uk)
Russian - Російська: Kent and Medway Safeguarding Adults Board (kmsab.org.uk)

The Open University | OpenLearn

Open University: Free online resources for Ukrainians settling in the UK and Ireland - Відкритий університет: безкоштовні онлайн-ресурси для українців, які поселяються у Великобританії та Ірландії

Please see following link:

Відкритий університет: безкоштовні онлайн-ресурси для українців, які поселяються у Великобританії та Ірландії

Перегляньте наступне посилання:

Free online resources for Ukrainians settling in the UK and Ireland - OpenLearn - Open University

---

CXK inspiring people to thrive

THE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Work Advice – CXK Inspiring People to Thrive - Поради щодо роботи – CXK надихає людей на процвітання

"For those who are aged 25+ we can offer the National Career Service, it's a free service that provides professional, advice and guidance to help people move forward with their careers."

Поради щодо роботи – CXK надихає людей на процвітання

"Для тих, хто старше 25 років, ми можемо запропонувати Національну кар'єрну службу. Це безкоштовна послуга, яка надає професійні поради та вказівки, щоб допомогти людям просуватися вперед у своїй кар'єрі."

NHS Vaccine hesitancy information - Інформація щодо вагань щодо вакцини NHS

Please find following information:

Будь ласка, знайдіть наступну інформацію:

NHS_KENT_A5_LEAFLET_1_V4_EXPANDED.pdf

NHS_KENT_A5_LEAFLET_2_MYTHS_V4_EXPANDED.pdf

Free Ukrainian/Russian Translation Service "Mosty-movy" - Служба безкоштовного перекладу з української на російську мову «Мости-мови»

FOLKESTONE AND HYTHE DIS

Are you lost for words?

Don't be. There are more than a hundred Russian and Ukrainian speakers in the UK who are ready to help you communicate with your Ukrainian guests. With your consent, we can participate in a conversation between you and your guests, interpret and explain, and overcome the language barrier. We call ourselves "**Mosty-Movy**" which means "language bridges" in Ukrainian. Free of charge and discreet, we turn language barriers into language bridges. Get in touch and allow us to help you build language bridges and lasting friendships.

Have a look at our website **www.mosty-movy.org** or get in touch with us at **Reg@mosty-movy.org**. We will be delighted to help you. That's what we do.

Не можете підібрати слова?

Не панікуйте. У Великобританії більше сотні російсько- і україномовних волонтерів, кі готові допомогти Вам спілкуватися з українським гостями. З Вашої згоди ми беремо участь в спілкуванні між Вами та Вашими гостями, перекладаємо та допомагаємо подолати мовний бар'єр.

Ми - «Мовні Мости». Ми перетворюємо мовні бар'єри на мовні мости безкоштовно.

Зв'яжіться з нами та дозвольте нам допомогти Вам побудувати мовні мости та міцну дружбу. Заходьте на наш веб-сайт **www.mosty-movy.org** або зв'яжіться з нами написавши на електронну скриньку **Reg@mosty-movy.org**. Ми будемо раді Вам допомогти.

Opora Website - Сайт Opora

https://opora.uk/

Opora supports Ukrainians fleeing the war in rebuilding their lives sustainably in the United Kingdom through:

- Information channels and active community support groups with over 32k active Ukrainian arrivals in the UK
- Support for Ukrainian refugee-led businesses through business advice, webinars and business grants scheme
- Guides to life in the UK to assist Ukrainians with post-arrival steps, access to medicine, mental health support, education, rent and more
- Online platform for Ukrainians to match with sponsors across the UK with over 28k registered users, as a more structured and safer alternative to social media
- Leveraging the platform and ever-growing network of partners to offer direct offers of assistance from funded travel, baby supplies, mental health support and employment offers from national businesses across multiple industries

Through our extensive online community, we actively analyse the lived experience of our Ukrainian beneficiaries and can pre-empt arising needs.

ОПОРА підтримує українців, що залишили країну через війну з метою відновлення свого життя у Сполученому Королівстві (UK).
Наші ресурси та ініціативи:

- Інформаційні канали та групи активної підтримки з понад 32 тис активних українців, які прибули до UK
- Бізнес-консультації, вебінари та схеми грантів для українського бізнесу, який розпочинають чи продовжують українці в UK
- Гіди щодо життя у UK, які допомагають українцям зробити перші кроки після прибуття, отримати доступ до медицини, підтримки психічного здоров'я, освіти, оренди тощо
- Онлайн-платформа для комунікації українців з потенційними спонсорами в UK з понад 28 тис зареєстрованими користувачами, як більш структурована та безпечніша альтернатива соцмережам
- Використання та оновлення платформи Опора, постійний зріст мережі партнерів, щоб запропонувати прямі пропозиції допомоги (фінансування транспорту до UK, товарів для дітей, підтримки психічного здоров'я, пропозицій щодо працевлаштування від національних підприємств у різних галузях)

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Завдяки нашій великій онлайн-спільноті ми активно аналізуємо життєвий досвід наших українських користувачів і намагаємось випереджувати виникаючі потреби.

Disclosure & Barring Service

DBS for non-UK nationals – DBS для громадян, які не є громадянами Великобританії

From KCC: The DBS process is slightly different for non-UK nationals.

Ukrainian nationals undertaking paid work in the UK would need to proceed via ID Verification Route 1a.

Further details of the ID they would need to provide can be found using the link below.

https://www.gov.uk/government/publications/dbs-identity-checking-guidelines/id-checking-guidelines-for-standardenhanced-dbs-check-applications-from-1-july-2021#applicants-who-arent-a-national-of-the-uk

They would also need to provide a Certificate of Good Conduct from Ukraine. Details of how to obtain this can be found using the link below.

https://www.gov.uk/government/publications/criminal-records-checks-for-overseas-applicants/countries-q-z#ukraine

Otherwise, the process would be the same as usual from the DBS point of view. They would also need to prove their 'Right to Work in the UK', but this would be separate to the DBS process.

Процес DBS дещо відрізняється для негромадян Великобританії.

Від KCC: Громадяни України, які працюють у Великій Британії за оплату праці, повинні будуть продовжувати маршрут перевірки ідентифікаційного номера 1а.

Додаткову інформацію про ідентифікатор, який вони повинні надати, можна знайти за посиланням нижче.

KESTON AND THE DISTRICT COUNCIL

https://www.gov.uk/government/publications/dbs-identity-checking-guidelines/id-checking-guidelines-for-standardenhanced-dbs-check-applications-from-1-july-2021#applicants-who- не-громадянин-Великобританії

Їм також потрібно буде надати довідку про несудимість з України. Детальну інформацію про те, як це отримати, можна знайти за посиланням нижче.

https://www.gov.uk/government/publications/criminal-records-checks-for-overseas-applicants/countries-q-z#ukraine

В іншому випадку процес буде таким самим, як і зазвичай, з точки зору DBS. Їм також потрібно буде підтвердити своє «право на роботу у Великобританії», але це буде окремо від процесу DBS.

ASPIRE East Kent - ASPIRE Східний Кент

ASPIRE is an innovative FREE programme to help improve health, wellbeing, and job prospects.

We offer a range of workshops and activities including vegetable growing, healthy cookery courses, an NHS weight loss programme, exercise classes, healthy walks, leisure centre membership, accredited training courses and job application and CV workshops. There's also a chance to practise for job interviews.

The project is based in the Bechange community hub in Aylesham, with participants joining from across East Kent. The centre features a fantastic community garden and well-equipped kitchen for training in growing and preparing healthy food, and 1:1 advice on wellbeing, weight loss and employability.

Laura Campbell, ASPIRE co-ordinator, explained: "We help people get back into employment, to feel better, be healthier, improve themselves and their lives. ASPIRE team leader Ivan Kent added that some people have progressed really well, going on to volunteer at the project themselves as well as finding new work.

A new webpage has been launched giving details of what activities are on offer, eligibility, and a video with testimonies by project participants. To find out more visit www.bechange.org.uk/about-aspire/ and fill in the project contact form at the bottom of the page.

ASPIRE — це інноваційна БЕЗКОШТОВНА програма, яка допомагає покращити здоров'я, добробут і перспективи роботи.

Ми пропонуємо низку семінарів і заходів, включаючи вирощування овочів, курси здорової кулінарії, програму схуднення NHS, заняття фізичними вправами, здорові прогулянки, членство в центрі дозвілля, акредитовані навчальні курси, а також семінари для заявок на роботу та резюме. Також є можливість потренуватися на співбесіді.

Проект базується в центрі спільноти Bechange в Ейлешамі, до якого приєднуються учасники з усього Східного Кента. У центрі є фантастичний громадський сад і добре обладнана кухня для навчання вирощуванню та приготуванню здорової їжі, а також індивідуальні поради щодо добробуту, схуднення та працевлаштування.

Лаура Кемпбелл, координатор ASPIRE, пояснила: «Ми допомагаємо людям повернутися до роботи, почуватися краще, бути здоровішими, покращити себе та своє життя. Керівник команди ASPIRE Іван Кент додав, що деякі люди дуже добре просунулися, продовжуючи самі працювати волонтерами в проекті, а також знаходячи нову роботу.

Було запущено нову веб-сторінку, яка містить детальну інформацію про те, які заходи пропонуються, право на участь, а також відео зі свідченнями учасників проекту. Щоб дізнатися більше, відвідайте www.bechange.org.uk/about-aspire/ і заповніть контактну форму проекту внизу сторінки.

GOV.UK

Порада через KCC - Якщо вас оподатковують двічі

You may be taxed on your foreign income by the UK and by the country where your income is from.

You can usually claim tax relief to get some or all of this tax back. How you claim depends on whether your foreign income has already been taxed.

Please find details as follows: Tax on foreign income: If you're taxed twice - GOV.UK (www.gov.uk)

Ваші іноземні доходи можуть оподатковуватися Сполученим Королівством і країною, звідки ви походить.

Зазвичай ви можете вимагати податкових пільг, щоб повернути частину або весь податок. Спосіб подання заявки залежить від того, чи ваш іноземний дохід уже оподатковувався.

Податок на іноземні доходи: якщо ви оподатковуєтеся двічі - GOV.UK (www.gov.uk)

Statement of comparability - Заява про порівнянність

I have become aware of the following service:

If you need to evidence the level of your overseas qualification for employment, study, professional registration, or another reason please find further information on how to do so, as follows: Statement of Comparability (enic.org.uk)

The cost for this service is £49.50 + VAT

Мені стало відомо про наступну послугу:

Якщо вам потрібно підтвердити рівень вашої закордонної кваліфікації для працевлаштування, навчання, професійної реєстрації або з іншої причини, будь ласка, знайдіть додаткову інформацію про те, як це зробити, наведену нижче: Заява про порівнянність (enic.org.uk)

Вартість цієї послуги становить £49,50 + ПДВ

Funding for churches to support Ukrainian families and other refugees - Фінансування церков для підтримки українських родин та інших біженців

Please see here for details of some grant funding for churches supporting Ukrainian families.

Будь ласка, перегляньте тут подробиці деяких грантів для церков, які підтримують українські родини.

Supporting refugees in England - CUF

If you are aware of others looking for grant funding for this kind of work, you may like to consider partnering with a church to be eligible to apply to this grant scheme.

Якщо ви знаєте, що інші шукають грантове фінансування для такої роботи, ви можете розглянути можливість партнерства з церквою, щоб отримати право подати заявку на цю грантову схему.

KCC: Free school transport - KCC: Безкоштовний шкільний транспорт

Parents can apply for school transport via the link below

Free school transport - Kent County Council

If the application is successful there will be a wait for the bus passes to arrive.

If the family is here under Homes for Ukraine and not the Family Scheme KCC local support team may be able to support with a temporary bus pass.

If this is the case, then please email ukrainefolkestoneandhythe@kent.gov.uk with the name and address of the family and a member of the team will contact them.

Батьки можуть подати заявку на шкільний транспорт за посиланням нижче

Безкоштовний шкільний транспорт - Рада округу Кент

Якщо заявка буде успішною, ми чекатимемо, доки прибудуть автобусні квитки.

Якщо сім'я перебуває тут за програмою Homes for Ukraine, а не за програмою Family Scheme, місцева команда підтримки KCC може надати тимчасову проїзну на автобус.

Якщо це так, надішліть електронний лист на ukrainefolkestoneandhythe@kent.gov.uk, вказавши ім'я та адресу сім'ї, і член команди зв'яжеться з ними.

Thrive LDN

Thrive for Mental Health Support - Процвітайте для підтримки психічного здоров'я

"Thrive LDN have new training and resources to support the mental health of newly arrived people from Ukraine (see below), specifically those from Ukraine but with application to supporting anyone with a refugee background."

«Thrive LDN має нові тренінги та ресурси для підтримки психічного здоров'я новоприбулих людей з України (див. нижче), зокрема тих, хто прибув з України, але із застосуванням для підтримки будь-кого з біженським походженням».

https://thriveldn.co.uk/resources/supporting-wellbeing-of-displaced-ukrainians/#trauma_informed_practice_trainingRWNz4Q2IZSf8g9czVe9Q8%3D&reserved=0

Kent Libraries, Registration & Archives

Ukrainian language support for children - Підтримка української мови для дітей

There are a small number of eBooks in Ukrainian language that you can access as follows: https://kent.overdrive.com/

From this link you can also download the Libby App onto a phone, tablet, or access in a web browser to access free eBooks and audio books.

You can join at your local library. You will need a library card number and a pin number to access.

There are only a few Ukrainian language titles at present, but more are hoping to be added, as well as trying to stock more physical dual language books within the libraries throughout our local district.

Є невелика кількість електронних книг українською мовою, до яких ви можете отримати доступ за посиланням: https://kent.overdrive.com/

За цим посиланням ви також можете завантажити програму Libby App на телефон, планшет або отримати доступ до безкоштовних електронних та аудіокниг у веб-браузері.

Ви можете приєднатися до місцевої бібліотеки. Для доступу вам знадобиться номер бібліотечного квитка та пін-код.

Наразі є лише кілька книжок українською мовою, але ми сподіваємося, що їх буде додано більше, а також намагаємось накопичити більше фізичних двомовних книжок у бібліотеках нашого району.

Cheriton Library	64 Cheriton High Street, Folkestone, Kent, CT19 4HB	03000 41 31 31	♿		
Folkestone Library	2 Grace Hill, Folkestone, Kent, CT20 1HD	03000 41 31 31	♿		
Hythe Library	1 Stade Street, Hythe, Kent, CT21 6BQ	03000 41 31 31	♿		
Lydd Library	Skinner Road, Lydd, Romney Marsh, Kent, TN29 9HN	03000 41 31 31	♿		
Lyminge Library	Station Road, Lyminge, Folkestone, Kent, CT18 8HS	03000 41 31 31	♿		
New Romney Library	82 High Street, New Romney, Kent, TN28 8AU	03000 41 31 31			
Sandgate Library	Sandgate High Street, Sandgate, Folkestone, Kent, CT20 3RR	01303 248563	♿		
Wood Avenue Library	Wood Avenue, Folkestone, Kent, CT19 6HS	03000 41 31 31	♿		

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

IMPORTANT: Recycling and non-recycling information - ВАЖЛИВО: інформація про переробку та не переробку

You must put everything that can be recycled into the right bin - otherwise the crew won't pick it up.

Bin	Recyclable items
Purple lid bin or purple box	• Clean cans • Tins • Glass jars and bottles • Empty aerosol cans • Clean tin foil • Plastic containers • **No plastic bags, wrappers, or Tetra Pak**

Bin	Recyclable items
Black box	• Clean paper • Cardboard • Shredded paper • **No books or paper with a metallic finish**
Green food bin	• Food waste, raw or cooked
Brown lid bin	• Garden waste e.g., hedge clippings, grass cuttings

What can't be recycled

Place the following items in the green lid rubbish bin:

- plastic film, wrappers, or bags
- other non-recyclable waste, e.g., nappies
- Tetra Pak

Ви повинні складати все, що можна переробити, у відповідний контейнер, інакше персонал не забере це.

Кошик для вторинної переробки

Контейнер з фіолетовою кришкою:

Чисті банки

Скляні банки та пляшки

Порожні аерозольні балончики

Чиста олов'яна фольга

Пластикові контейнери

Без поліетиленових пакетів, обгорток або Tetra Pak

Чорний ящик:

Чистий папір

Картон

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Подрібнений папір

Ніяких книг або паперу з металевим покриттям

Еко їжа:

Харчові відходи, сирі або приготовані.

Коричневий контейнер із кришкою:

Садове сміття, наприклад, обрізки живої огорожі, скошена трава.

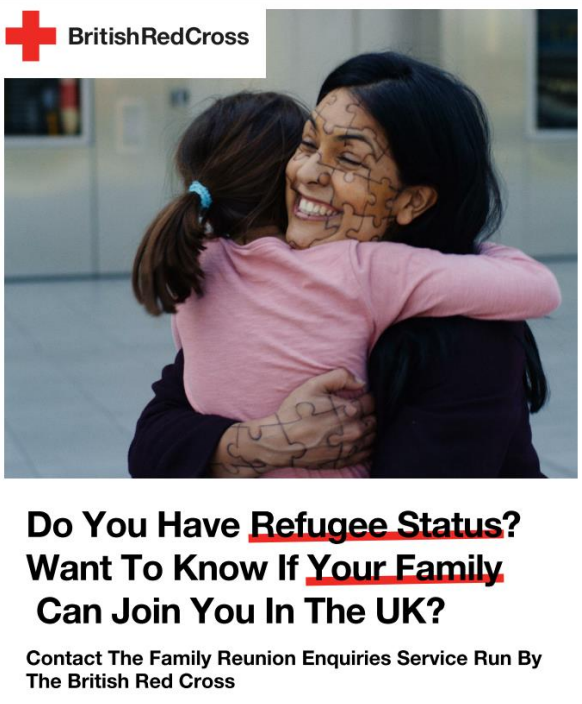
Сміття, яке не можна переробити:

Покладіть у контейнер для сміття із зеленою кришкою такі предмети:

пластикову плівку, обгортки або пакети, інші відходи, які не підлягають переробці, наприклад, підгузники, Тетра Пак (упаковка з молока, соку та ін).

BritishRedCross

British Red Cross Information - Інформація Британського Червоного Хреста



SHEPWAY AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Email: *FRAdvice@redcross.org.uk*

Call Or WhatsApp: *07834 496 781*

The power of kindness

What Does The Family Reunion Enquiries Service Do?

We Can:

- Give You Information About Who Can Apply For Family Reunion; How To Make The Application; How Much The Process Costs; & How Long The Process Takes
- Receive Your Calls *Monday - Friday 9AM - 5PM*
- Respond To Your Emails *Monday - Friday 9AM - 5PM*
- Refer You To British Red Cross Immigration Advisers - Subject To Capacity
- Give You Details Of Other Organisations Who May Be Able To Support You Make The Application
- Use Interpreters If You Need One

We Cannot:

- Make The Family Reunion Or Visa Application For You
- Replace Your Lawyer
- Give You Money Towards The Costs Of The Application

Family Reunion Enquiries Service
07834 496 781 (Mon - Fri 9AM - 5PM)
FRAdvice@redcross.org.uk (Mon - Fri 9AM - 5PM)

У вас є статус біженця?

Хочете знати, чи ваша родина може приєднатися до вас у Великобританії?

Зверніться до Служби возз'єднання сімей, яку проводить Британський Червоний Хрест.

Електронна адреса: FRAdvice@redcross.org.uk

Телефонуйте або WhatsApp: 07834 496781

Що робить Служба запитів про возз'єднання сімей?

Ми можемо:

- Надати вам інформацію про те, хто може подати заявку на возз'єднання сім'ї; Як оформити аплікацію; Скільки коштує процес; і скільки часу займає процес.

- Прийом дзвінків з понеділка по п'ятницю з 9:00 до 17:00.

- Відповідайте на ваші електронні листи з понеділка по п'ятницю з 9:00 до 17:00.

- Направити вас до імміграційних консультантів Британського Червоного Хреста - Залежно від можливостей.

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

- Надайте інформацію про інші організації, які можуть допомогти вам у складанні заявки.

- Використовуйте перекладачів, якщо вони вам потрібні.

Ми не можемо:

- Подайте заявку на возз'єднання сім'ї або візу.

– Замініть свого адвоката.

- Дати вам гроші на вартість програми.

Служба запитів про возз'єднання сімей

07834 496781 (з понеділка по п'ятницю з 9:00 до 17:00)

FRAdvice@redcross.org.uk (з понеділка по п'ятницю з 9:00 до 17:00)

BritishRedCross

Refugee Support

The British Red Cross supports refugees, asylum seekers and people with insecure immigration status in a range of ways.

We provide information, advice, advocacy and practical help for people who are affected by asylum and immigration issues by:

- Providing understanding for their situation
- Giving advice and information relevant to their issues
- Helping with access to legal advice and asylum support
- Developing understanding of social care services, welfare and benefits
- Helping with access to housing and homelessness advice services
- Signposting to education and employment services
- Providing practical destitution support
- Improving their access to health care
- International Family Tracing
- Family Reunion Travel Assistance

If you or someone you know, needs this kind of support, then please, call **0300 333 5393** or email **southeastrs@redcross.org.uk**

For help, contact	0300 333 5393 southeastrs@redcross.org.uk
እባክዎ እገዛ በሚከተለው መንገድ ያግኙ	
لطلب المساعدة ، يرجى التواصل	
برای کمک، لطفا تماس بگیرید	
برای کمک، لطفا به تماس شوید	
د مرستې لپاره، مهرباني وکړئ اړیکه ونیسئ	
ሓገዝ በዚ ዝስዕብ ኽርከብ ይከኣል	
مدد کے لیے، رابطہ کریں	
بۆ یارمەتی، تکایە پەیوەندی بکەن بە	
Щоб отримати допомогу, зв'яжіться	

Британський Червоний Хрест підтримує біженців, шукачів притулку та людей із незахищеним імміграційним статусом різними способами.

Ми надаємо інформацію, консультації, адвокацію та практичну допомогу людям, яких торкаються проблеми притулку та імміграції, шляхом:
- Забезпечення розуміння їхньої ситуації.
- Надання порад та інформації, що стосуються їх питань.
- Допомога з доступом до юридичної консультації та підтримки притулку.
- Розвиток розуміння соціальних послуг, соціального забезпечення та пільг.
- Допомога з доступом до житла та надання консультацій по безпритульності.
- Вказівки до служб освіти та зайнятості.
- Вказівки до служб освіти та зайнятості.
- Надання практичної допомоги бідним.
- Покращення їх доступу до медичної допомоги.
- Міжнародний розшук родини.
- Допомога в дорозі на возз'єднання сім'ї.

Якщо вам або комусь із ваших знайомих потрібна така підтримка, будь ласка, зателефонуйте за номером 0300 333 5393 або надішліть електронний лист на адресу southeastrs@redcross.org.uk

Будь ласка, поговоріть зі мною, якщо ви хочете, щоб вас направили до організації Британського Червоного Хреста. Дякую.

Learning and Work Institute information - Інформація Інституту навчання та роботи

I met with L&WI earlier this week, and they have shared the following useful information with me. Please see following:

ESOL Map
Please see link to map which shows available and suitable provision in your area
ESOL map

Resources for Volunteers, English Language Learners, and Conversation Clubs
Learning and Work Institute worked with Learning Unlimited to research and develop a new set of resources aimed at volunteers supporting adult English language learners and organisations using volunteers in this role. These resources are free to use for all.
here

Teaching and learning materials – ESOL for refugees

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

These resources aim to help ESOL practitioners better meet the early integration needs of refugees who are New to ESOL i.e., working below, or at the very beginning of, Entry Level 1.
here

EDUCATION & TRAINING FOUNDATION

Course outline

Teaching ESOL in the post-16 sector: develop your practice (L5 module)

Length and Type

10 x 2 hour webinars delivered over 10 weeks (one session each week), plus independent study of 1 hour a week.

Who is it for?

New and experienced teachers of ESOL within the post-16 sector, especially those who have had no previous Level 5 subject specialist training.

Entry requirements: N/A (It is presumed that those participating will possess good literacy skills)

Aims

On this course, you will:

- explore approaches to understanding and responding to the language learning needs, motivations and barriers of different learner groups, e.g. refugees and asylum seekers
- explore approaches to teaching all four literacy skills (speaking, listening, reading and writing), grammar and vocabulary
- develop your linguistic knowledge (to support the analysis of learners' English language skills) and awareness of different theories of language learning
- explore approaches to teaching basic literacy and working with learners New to ESOL.
- consider how to integrate digital technology into ESOL classes.

Outline of content and learning outcomes

	Outline of content	Learning objectives
Session 1	The ESOL learner and the ESOL teacher Second Language acquisition and learner centred methodologies.	In this session you will: • analyse the roles and responsibilities as an ESOL practitioner • understand and be able to respond to the language learning needs, motivations and barriers of different learner groups, e.g. refugees and asylum seekers • understand theories and principles relating to language acquisition and learning.

1

Session 2	Teaching speaking	In this session you will: • identify the components of spoken English and communicative competence • explore frameworks for staging a speaking lesson • analyse a range of speaking activities.
Session 3	Teaching Lexis Making use of learners' emergent language	In this session you wi: • develop your language awareness of lexis • develop strategies for the effective teaching and learning of lexis • examine frameworks for the use of learners' emergent language to promote learning in ways that are empowering, motivating and meaningful for learners.
Session 4	Teaching grammar Using concept questions, metalanguage and giving instructions	In this session you will: • develop your language awareness of English grammar • develop strategies for the effective teaching and learning of grammar • be able to communicate effectively with ESOL learners in the use of metalanguage, concept questions and giving instructions.
Session 5	Teaching Reading and Listening	In this session you will: • understand the processes involved in the development of receptive skills • develop strategies for developing listening and reading skills.
Session 6	Assessment: initial, diagnostic, formative and summative	In this session you will: • understand the use of assessment approaches to meet the needs ESOL learners • analyse different questioning techniques • understand the ESOL qualification landscape.
Session 7	Planning for ESOL lessons Responding to Learner needs	In this session you will: • apply theories, principles and models of learning, communication and assessment to plan inclusive teaching and learning for ESOL learners • develop strategies to adapt teaching and learning and respond to the needs of learners.
Session 8	Teaching basic literacy	In this session you will: • understand factors that influence literacy and language acquisition, learning and use • explore the use of teaching approaches and resources to meet the literacy and language needs of ESOL learners • develop strategies and teaching approaches to deliver inclusive literacy teaching and learning.
Session 9	Sourcing, creating and developing ESOL	In this session you will: • examine and analyse ESOL resources

2

	resources including ESD Preparation for Teach Meet	• explore ESD materials • use authentic materials to create an ESOL resource which responds to the needs of individual learners • prepare for your final teach meet activity through small group discussions.
Session 10	Reflection & ESOL Teach Meet	In this session you will: • use your learning from the course to present a 5 minute teaching and learning activity for ESOL learners • be able to evaluate and improve own practice in teaching literacy, ESOL and language.

Expected Impact

By the end of this course, participants will be able to more confidently analyse the English Language needs of their ESOL learners and plan teaching and learning activities to help them develop their language awareness and the four English language skills of reading, writing, speaking and listening.

Format

- Course Padlet
- A PowerPoint presentation
- Flipped learning (self-supported study tasks)
- Further reading and resources (Links to relevant resources)
- Polls
- Breakout rooms
- Chat functions
- Menti

Pre course activities

Download the course Reflective Diary and follow the guidance on pages two and three to **self-assess against the ETF Professional Standards and record your reflections.**

Bring your ideas on the following: How do you currently (or might you) support the learning of ESOL students?

- If you are currently working with ESOL students, please bring a group profile of your students -
- If you currently do not have an ESOL group of students, please look at the group profile on week 1 of the Padlet.

SOUTH EAST ESOL CAPACITY BUILDING PROGRAMME 2023-24

On behalf of the South East Strategic Partnership for Migration (SESPM), Learning & Work Institute (L&W) is coordinating a **capacity building programme for the ESOL workforce** to support refugees. Driven by the Homes for Ukraine scheme, the programme provides **grant funding** to support the delivery of a range of

learning and development opportunities for:

In-service teachers | Volunteers | New entrants to ESOL teaching

You can find further details below of the courses that are offered under each of these strands.

All courses are provided at no cost to eligible participants.

HOW TO APPLY

If you are interested in joining one or more of the courses offered through the programme, please complete an **Expression of Interest form.**

We will send out further information on the courses you have indicated, including details of how to apply, in due course.

Please respond as soon as possible, as this will help us to get the programme underway.

SCAN ME

1. PROFESSIONAL DEVELOPMENT FOR IN-SERVICE TEACHERS

ETF Level 5 module: Teaching ESOL in the post-16 sector

What is it?
In-service training for post-16 tutors who wish to develop their practice to work with ESOL learners.

The course is delivered as 10 x 2 hour webinars over 10 weeks, plus independent study of 1 hour per week.

Who is it for?

New and experienced teachers working with ESOL learners within the post-16 sector, especially those who have had no previous Level 5 subject specialist training.

There are no formal entry requirements – participants will possess good literacy skills.

General CPD offer

What is it?

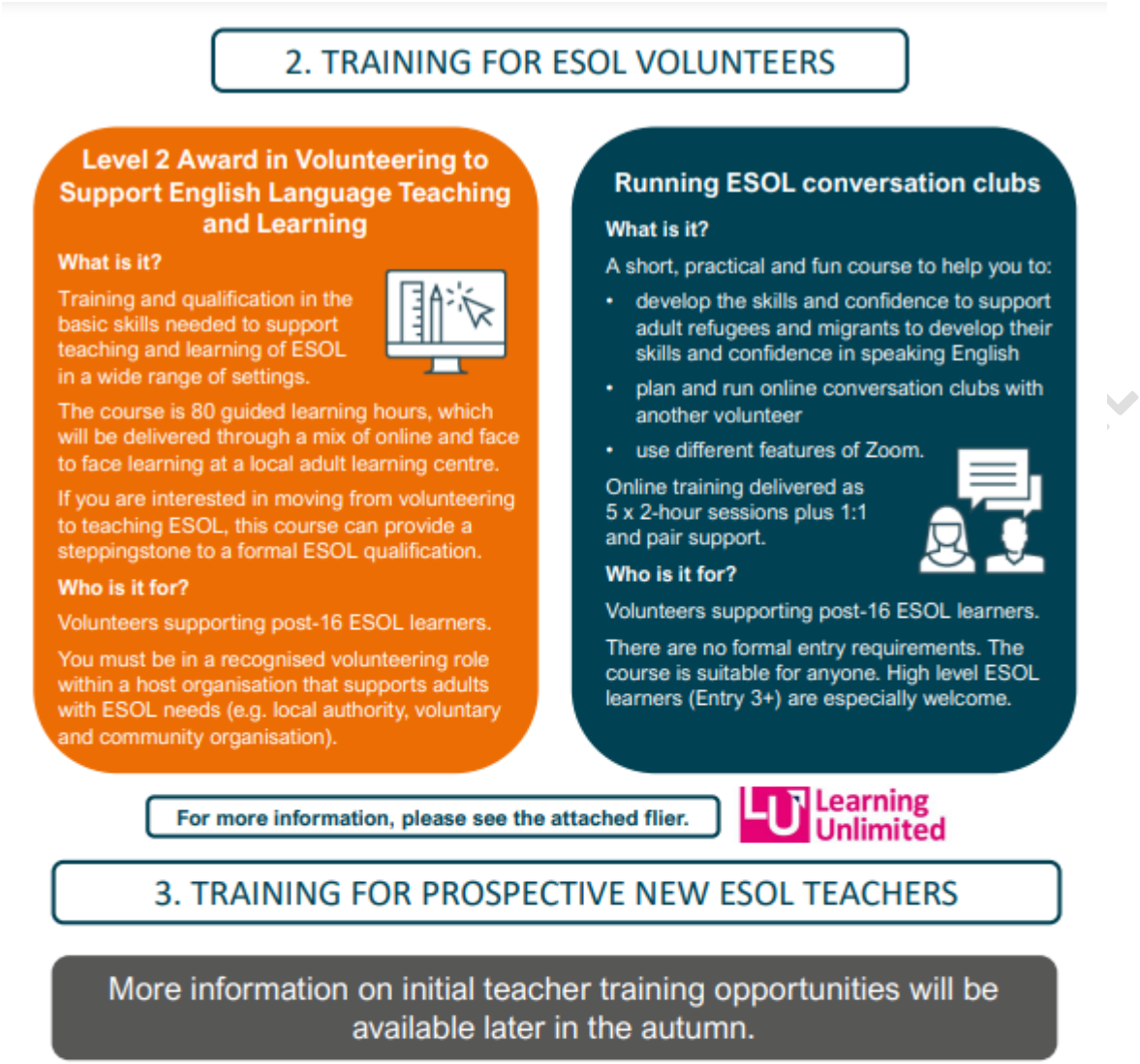
A flexible and blended CPD programme which is responsive to a range of identified challenges for ESOL practitioners. Short courses will include:

- Literacy for ESOL learners
- Trauma informed practice
- Working with mixed level groups
- Phonics for ESOL
- Moving from EFL to ESOL

Who is it for?

New and current ESOL teachers.

L&W LEARNING AND WORK INSTITUTE | South East Strategic Partnership for Migration | Funded by UK Government



FURTHER INFORMATION

If you have any queries about any aspect of this programme, please email southeastESOL@learningandwork.org.uk.

L&W LEARNING AND WORK INSTITUTE | South East Strategic Partnership for Migration | Funded by UK Government

Раніше цього тижня я зустрівся з L&WI, і вони поділилися зі мною наступною корисною інформацією. Перегляньте наступне:

Карта ESOL
Будь ласка, перегляньте посилання на карту, яка показує доступні та відповідні умови у вашому регіоні
ESOL map

Ресурси для волонтерів, тих, хто вивчає англійську мову, і розмовних клубів
Learning and Work Institute співпрацював з Learning Unlimited для дослідження та розробки нового набору ресурсів, спрямованих на волонтерів, які підтримують дорослих, які вивчають англійську мову, і організації, які використовують волонтерів у цій ролі. Ці ресурси є безкоштовними для всіх.
here

Навчальні та навчальні матеріали – ESOL для біженців
Ці ресурси спрямовані на те, щоб допомогти фахівцям ESOL краще задовольнити потреби ранньої інтеграції біженців, які є новими в ESOL, тобто працюють на початковому рівні 1 або на самому початку.
here

The Open University OpenLearn Free learning from The Open University

Free course: Introduction to Ukrainian language and culture - Вільний курс: Вступ до української мови та культури

Introduction to Ukrainian language and culture - OpenLearn - Open University

"This free online course is for everybody who is interested in finding out about Ukraine and its people and wants to get a first insight into its rich cultural heritage."

«Цей безкоштовний онлайн-курс призначений для всіх, хто хоче дізнатися більше про Україну та її народ і хоче отримати перше уявлення про її багату культурну спадщину».

Viber

Ukrainians in the South of England Group - Група «Українці на півдні Англії»

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Olessia Kyrylenko (Ukrainians in the South of England Group) has asked me to make you aware of the following:

"I would like to ask you to add a link of my Viber group of Ukrainians in the South of England to the periodic letters.

https://invite.viber.com/?g2=AQBlQXAfqS6kVE9Y8qHVOKDX%2BWuH9cxHJCEoxs6L33qd6%2FhNXAA1eqSY%2Br%2FYTx%2B1

Олеся Кириленко (група «Українці південної Англії») попросила мене повідомити вам про наступне:

«Прошу додати до періодичних листів посилання моєї Viber групи українців Південної Англії.

https://invite.viber.com/?g2=AQBlQXAfqS6kVE9Y8qHVOKDX%2BWuH9cxHJCEoxs6L33qd6%2FhNXAA1eqSY%2Br%2FYTx%2B1

Runway Training: Employability Course for Ukrainians - курс працевлаштування для українців

Runway Training offers a **free 3-day course** for Ukrainians aimed at improving their Employability skills.

The participants will
1. Get valuable advice regarding possible avenues of job search
2. Get help with creating their winning CV
3. Find out how to prepare for a job interview
4. Learn about the induction process
5. Practice problem-solving skills
6. Meet new people and get inspiration from real success stories

The information is presented in Ukrainian and English (with translation).
After completing the course all the participants get 10 free online English lessons with a tutor based on individual language needs.
If interested, please send a message to swap@runwaytraining.co.uk and find out the dates for your location.

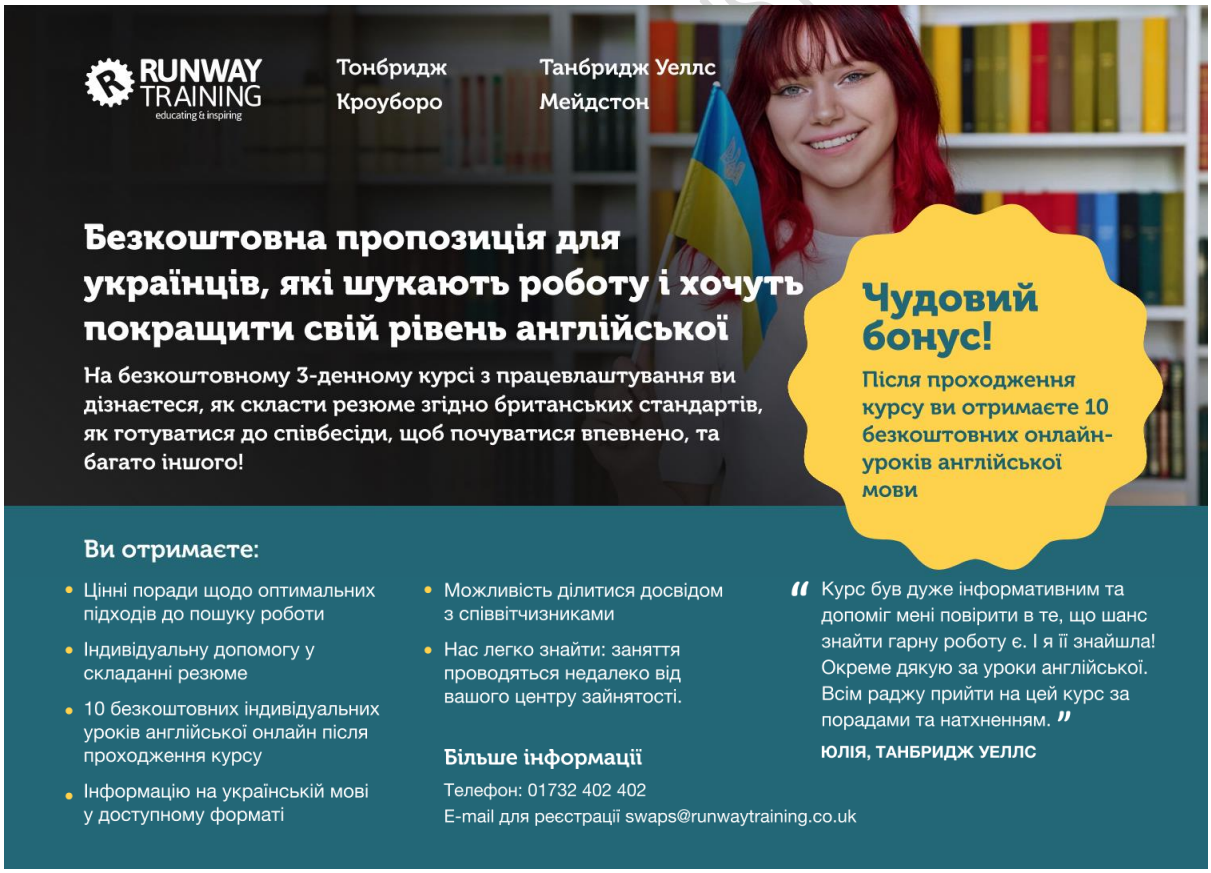
FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Компанія Runway Training пропонує безкоштовний **3-денний** курс для українців, який має на меті познайомити їх з особливостями процесу працевлаштування в Великобританії.

Протягом курсу учасники

1. Дізнаються, де і як шукати роботу
2. Отримати допомогу у написанні резюме
3. Дізнаються як підготуватися до співбесіди, щоб воно пройшло блискуче
4. Отримають інформацію про етапи інтеграції нового співробітника
5. Обговорять підходи до вирішення труднощів на робочому місці
6. Познайомляться з новими людьми та отримають натхнення діяти, незважаючи на труднощі

Інформація подається українською мовою та англійською (з перекладом).
Після закінчення курсу учасниками надається можливість отримати 10 безкоштовних індивідуальних уроків англійської онлайн.
За детальною інформацією щодо місця і дати проведення курсу пишіть на електронну адресу swap@runwaytraining.co.uk



FOLKESTONE AND HYTHE

KCC Facebook Page - Сторінка KCC у Facebook

"The Kent County Council Homes for Ukraine Facebook Group is now live!

We are very happy to announce that Kent County Council have created our very own Facebook group where we will be sharing information, guidance, upcoming events, and links to webinars, all focused on supporting hosts and guests alike. This group is also another method of communicating with the KCC Homes for Ukraine team, as ensuring your full support is our top priority.

Please go to www.facebook.com/HomesForUkraineKent to visit the group and like, follow and share!"

«Група Ради округу Кент Homes for Ukraine на Facebook вже працює!

Ми дуже раді повідомити, що Рада округу Кент створила нашу власну групу на Facebook, де ми будемо ділитися інформацією, вказівками, майбутніми подіями та посиланнями на вебінари, і все це зосереджено на підтримці господарів і гостей. Ця група також є ще одним способом спілкування з командою KCC Homes for Ukraine, оскільки забезпечення вашої повної підтримки є нашим головним пріоритетом.

Будь ласка, перейдіть на сторінку www.facebook.com/HomesForUkraineKent, щоб відвідати групу, поставити лайк, підписатися та поділитися!»

SEK Social Enterprise Kent

SEK Group: Cost of Living Support - підтримка вартості життя

DISTRICT COUNCIL

Connect Well East Kent
If you would like to speak to someone for further information & advice, or if you are not sure what you would be eligible for, feel free to give our Connect Well Team a call on 0300 302 0178
or scan the QR code to visit their website.

SEK Social Enterprise Kent

Карта підтримки вартості життя
Ця карта покаже вам служби, доступні локально для підтримки:
- Інформація та поради
- Банки їжі/Підтримка
- Теплі береги

Документ про підтримку вартості життя
Бажаєте ознайомитися з інформацією в більш зручний час?
За цим посиланням ви зможете завантажити повний список послуг, які можуть допомогти.

Connect Well East Kent
Якщо ви хочете поговорити з кимось, щоб отримати додаткову інформацію та пораду, або якщо ви не впевнені, на що ви маєте право, не соромтеся зателефонувати нашій команді Connect Well за номером 0300 302 0178 або відскануйте QR-код, щоб відвідати їх веб-сайт .

How to rent easy guide - Як орендувати простий посібник

HM Government have produced the following guide (Ukrainian)
Як винаймати житло в оренду Для «чайників» (publishing.service.gov.uk)
The English and Ukrainian Version is now available via the Folkestone and Hythe District Council website as follows: https://www.folkestone-hythe.gov.uk/community/support-for-Ukraine

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Уряд Її Величності підготував наступний посібник (українською мовою)
Як винаймати житло в оренду Для «чайників» (publishing.service.gov.uk)
Англійська та українська версії тепер доступні на веб-сайті районної ради Фолкстона та Гайту: https://www.folkestone-hythe.gov.uk/community/support-for-Ukraine

---

Department for Transport

Department for Transport Advice - Департамент транспортних консультацій

Please see vehicle registration advice issued by the Department for Transport

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Перегляньте рекомендації щодо реєстрації транспортних засобів, видані Департаментом транспорту

Department for Transport

Urgent Guidance: Vehicle Registration

It has come to our attention that some Ukrainian arrivals on the Ukraine Family and Homes for Ukraine visa schemes who have brought vehicles to the UK may not be aware of the need to register those vehicles with the DVLA. The separate process of applying for an extension under Temporary Admission (using the C110 form) allows relief from paying import duties on a vehicle that has been brought into the UK for up to 3 years. However, this does not remove the need to register a foreign plated vehicle with the DVLA after 6 months. This guidance sets out how to do that.

Vehicle Registration for Ukrainian plated vehicles in the UK

Registering a foreign plated vehicle is separate to the process of applying for an extension under Temporary Admission. Applying via C110 for import duty relief does not exempt you from registering a vehicle with the DVLA after six months.

You can only continue to use a vehicle with foreign number plates without registering it in the UK if all the following apply:

- you are visiting and do not plan to live here;
- the vehicle is registered and taxed in its home country; and
- you only use the vehicle for up to 6 months in total - this can be a single visit, or several shorter visits over 12 months.

How do you register a Ukrainian plated vehicle?

Step 1: Vehicle Assessment

Vehicle assessment and registration is separate to the process of paying VAT and duty on a foreign plated vehicle. Even where a C110 exemption is provided, a foreign plated vehicle must still complete the UK vehicle registration process.

To register a foreign plated vehicle, it must first be assessed for roadworthiness. There are two different processes to do this, depending on the type of vehicle brought into the UK. Approval for **EU compliant** vehicles, and approval for **Non-EU compliant** vehicles.

How to tell if a vehicle is EU compliant or not EU compliant: an EU compliant vehicle will have a plate or sticker on the vehicle, which will have the manufacturers name, and underneath this the EU type approval number (starting 'e' e.g. e1*2007/46*2341), below which is the vehicle's 17-digit VIN.

Local Sources of Help - Місцеві джерела допомоги

Type of Support	Local Organisation	Telephone	Email /website
Mental Health Services	Shepway Community Mental Health Team (Adult) Crisis 24hr	01303 227510 (Ash Eton) – 0300 555 1080	www.kmpt.nhs.uk
	Single Point of Access - Adult	0800 7839111	
	Kent Children & Young People Emotional Wellbeing Service	0800 0113474 (24hrs or crisis) Option 1, then option 3	Nem-tr.kentchildrenandyoungpeoplehealthservices@nhs.net
	Children & Young People Mental Health Local team - Cherry Tree House Out of hours	0300 300 1988 0800 9951000	
	Mental Health Matters Helpline	0800 107 0160	Mhm.org.uk
	Samaritans	116 123 (free to call)	jo@samaritans.org
	Release the pressure	0800 107 0160 Text **Kent** to 85258	Livewellkent.org.uk
	Folkestone Haven	07827 533871 Open Mon-Fri 6pm-11pm, Sat and Sun & Bank Holidays 12pm - 11pm	www.hestia.org/folkestone-and-hythe-district Folkestone.Haven@hestia.org Drop in for crisis and immediate support Above the Rainbow centre in town
	The Kent Autistic Trust	01634 405168 Family Support	office@kentautistic.com Wendy@kentautistic.com (children) Emilymay@kentautistic.com (adults)
Health Visitors	NHS	0300 1231240 Closed bank holidays	kentchft.shepwayDutyHV@nhs.net
Domestic Abuse Support	Home-Start	01303 244836	www.homestartshepway.org.uk Hello@homestartshepway.org.uk

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

	Rising Sun	01227 452852	admin@risingsunkent.com
	NCDV	0800 970 2070 Text: **NCDV** to 60777	office@ncdv.org.uk
Walk-In Minor injuries	Royal Victoria Hospital	01303 852727 8am – 8pm including Bank Holidays	
Emergency services	Emergency	999	
	Non-emergency	101	
	Health Non-emergency	111	
Front Door (Early Help and Social Services)	Working Hours Out of Hours Team	03000 411111 03000 419191	
Food Bank/other support	Rainbow Centre	01303 850733 10am -1pm Mon to Fri Closed Bank holidays	enquiries@rainbow-centre.org foodbank@rainbow-centre.org
Community Hubs Support with shopping, loneliness & isolation	Folkestone Community Hub Hythe Community Hub Romney Marsh Community Hub	01303 316186 Open 10am-3pm Monday to Friday 01303 269602 9.30am-3.30pm Mon to Fri, Sat 11am-2pm 01797 363888 9am-4pm Mon-Fri	www.folkestone-hythe.gov.uk/community-hubs The hubs provide a space for those aged 50+ to get support & advice or simply to have a chat over a cup of tea. **Closed from 23 Dec to 3 Jan** communitysupport@ageukskc.org.uk sm@ageukhl.org.uk hello@rmch.org.uk
Gambling Support		Free 0808 802 0133	www.gamcare.org.uk
Citizens Advice	Shepway	**01303 241435**	www.shepwaycab.co.uk admin@citizendsadviceshepway.org.uk Open Mon, Tue & Thu 9.30-12.30
Folkestone & Hythe	General	01303 853000	Open 10am-4pm Mon-Fri Live chat online: 10am – 5pm Mon-Fri

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

District Council			

Shepway Community Mental Health Team (Adult)

Криза 24 години
01303 227510 (Еш Ітон) –

0300 555 1080 www.kmpt.nhs.uk
Єдина точка доступу - дорослий 0800 7839111
Служба емоційного благополуччя дітей та молоді Кента 0800 0113474 (цілодобово або в кризовій ситуації)
Варіант 1, потім варіант 3 Nem-tr.kentchildrenandyoungpeoplehealthservices @nhs.net
Психічне здоров'я дітей і молоді

Місцева команда - Cherry Tree House
У неробочий час 0300 300 1988

0800 9951000

Телефон довіри з питань психічного здоров'я 0800 107 0160 Mhm.org.uk

Самаритяни 116 123 (дзвінки безкоштовні) jo@samaritans.org

Скиньте тиск 0800 107 0160
Надішліть повідомлення Kent на номер 85258 Livewellkent.org.uk
Folkestone Haven 07827 533871
Працює пн.-пт. з 18.00 до 23.00, суббота, неділя та святкові дні з 12.00 до 23.00
www.hestia.org/folkestone-and-hythe-district
Folkestone.Haven@hestia.org

Завітайте в разі кризи та негайної підтримки

Над Райдужним центром у м
The Kent Autistic Trust 01634 405168

Підтримка сім'ї office@kentautistic.com

Wendy@kentautistic.com (діти)
Emilymay@kentautistic.com (дорослі)

Медичні відвідувачі NHS 0300 1231240
Вихідні дні державних свят kentchft.shepwayDutyHV@nhs.net

Home-Start Support Home-Start 01303 244836. Домашнє насильство
www.homestartshepway.org.uk

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Hello@homestartshepway.org.uk
Висхідне сонце 01227 452852
admin@risingsunkent.com
NCDV 0800 970 2070
Текст: NCDV на номер 60777
office@ncdv.org.uk
Вхід Легкі травми
Royal Victoria Hospital 01303 852727
8:00 – 20:00, включаючи державні свята
Екстрені служби Екстрена служба 999
Невідкладна 101
Здоров'я Нешвидка 111
Парадні двері
(Рання допомога та соціальні послуги) Графік роботи

Команда в неробочий час 03000 411111

03000 419191
Банк їжі/інша підтримка Rainbow Center 01303 850733
10:00 – 13:00 з пн. по пт
Закрито у святкові дні. enquiries@rainbow-centre.org

foodbank@rainbow-centre.org
Центри спільноти

Підтримка в покупках, самотності та ізоляції

Центр спільноти Фолкстоун

Центр спільноти Hythe

Центр громади Ромні Марш

01303 316186
Працює з 10:00 до 15:00 з понеділка по п’ятницю

01303 269602
9.30-15.30 пн.-пт., сб. 11.00-14.00

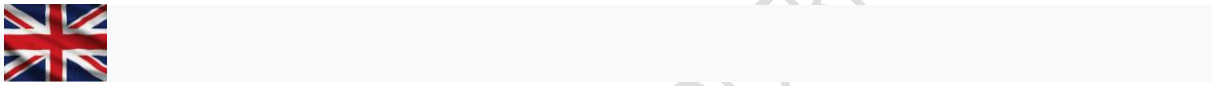
01797 363888
9:00-16:00 пн.-пт
www.folkestone-hythe.gov.uk/community-hubs
У хабах є місце для людей віком від 50 років, щоб отримати підтримку та поради або просто поспілкуватися за чашкою чаю.
Закрито з 23 грудня по 3 січня
communitysupport@ageukskc.org.uk

sm@ageukhl.org.uk

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

hello@rmch.org.uk

Безкоштовна підтримка азартних ігор 0808 802 0133 www.gamcare.org.uk
Громадська рада Шепвей 01303 241435
www.shepwaycab.co.uk
admin@citizendsadviceshepway.org.uk
Відкрито пн, вт і чт з 9.30 до 12.30
Генеральна рада району Folkestone & Hythe 01303 853000 Відкрито з 10:00 до 16:00 пн.-пт.
Онлайн чат:
10:00 – 17:00 пн.-пт



Homes of Ukraine support, benefits, move on options and keeping safe and well (English-only) - Homes of Ukraine підтримка, пільги, перехід на варіанти та утримання в безпеці та здоров'ї (Тільки англійська)

Safety, health and wellbeing
(if you feel unwell)

Find your nearest pharmacy for over the counter medications: www.nhs.uk/service-search/pharmacy/find-a-pharmacy

Register with a Doctor on the NHS website https://www.nhs.uk/nhs-services/gps/how-to-register-with-a-gp-surgery/

If you require urgent medical care: 111 for telephone advice or **999 in an emergency**.

Kent Fire and Rescue Service offers free Home Fire Safety visits to customers who are over 70, have long-term health issues, dementia, are pregnant or have young children, or who smoke. They can provide fire safety advice and identify any potential risks, test smoke alarms and install new ones where needed, discuss escape routes and more.

Schooling

School places are managed directly by the In Year Admissions Team. To apply for a school place for your child you should complete the In Year Admission form and send this directly to your preferred schools.

Email kentinyearadmissions@kent.gov.uk to find out which schools near you may have places available.

School transport is managed directly by the school transport team. For information

Should you need any ongoing support, please make contact with your Homes for Ukraine Team

Email: ukrainefolkestoneandhythe@kent.gov.uk
Follow us on Facebook:
Homes For Ukraine Kent | Facebook

Other contacts

www.kent.gov.uk/ukraine
Email: Ukraine@kent.gov.uk
Tel: 03000 412424

If you are a victim of crime

IN AN EMERGENCY
If you have been a victim of crime call 999 (101 to report a crime that is non urgent).

The Silent Solution system enables a **999** mobile caller to press **55** when prompted, to inform police there is a genuine emergency but they cannot speak.

Concerned about an adult?
To tell us about an adult safeguarding concern, either complete our online form or
Tel: 03000 41 61 61
Text relay: 18001 03000 41 61 61
Email: social.services@kent.gov.uk

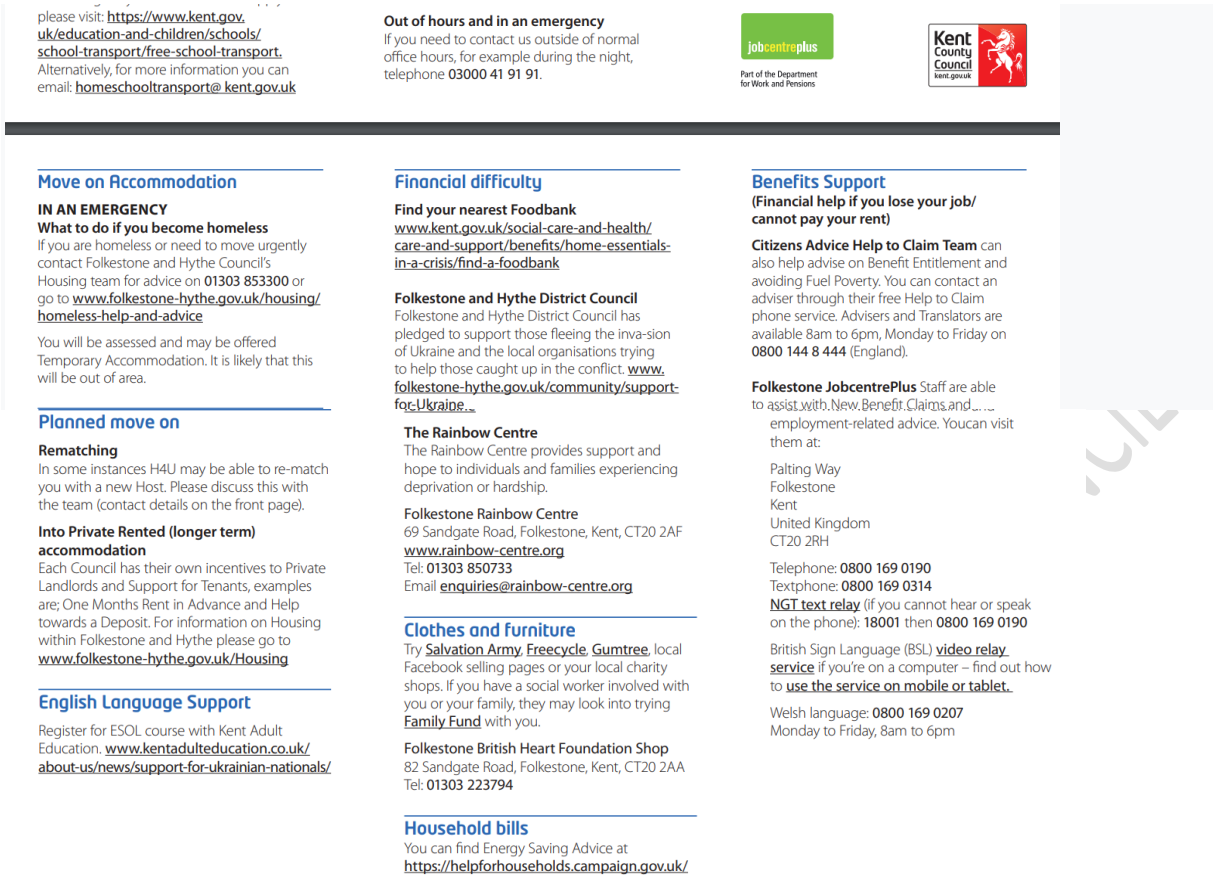
Concerned about a child?
Tel: 03000 41 11 11
Text relay: 18001 03000 41 11 11
Email: social.services@kent.gov.uk

Homes for Ukraine

FOLKESTONE & HYTHE

- Getting in touch if you need support
- Benefits
- Move on options
- Keeping safe and well

Kent Fire & Rescue Service
Department for Work & Pensions
Folkestone & Hythe District Council



please visit: https://www.kent.gov.uk/education-and-children/schools/school-transport/free-school-transport. Alternatively, for more information you can email: homeschooltransport@ kent.gov.uk

Out of hours and in an emergency
If you need to contact us outside of normal office hours, for example during the night, telephone 03000 41 91 91.

jobcentreplus
Part of the Department for Work and Pensions

Kent County Council kent.gov.uk

Move on Accommodation

IN AN EMERGENCY
What to do if you become homeless
If you are homeless or need to move urgently contact Folkestone and Hythe Council's Housing team for advice on **01303 853300** or go to www.folkestone-hythe.gov.uk/housing/homeless-help-and-advice

You will be assessed and may be offered Temporary Accommodation. It is likely that this will be out of area.

Planned move on

Rematching
In some instances H4U may be able to re-match you with a new Host. Please discuss this with the team (contact details on the front page).

Into Private Rented (longer term) accommodation
Each Council has their own incentives to Private Landlords and Support for Tenants, examples are; One Months Rent in Advance and Help towards a Deposit. For information on Housing within Folkestone and Hythe please go to www.folkestone-hythe.gov.uk/Housing

English Language Support

Register for ESOL course with Kent Adult Education. www.kentadulteducation.co.uk/about-us/news/support-for-ukrainian-nationals/

Financial difficulty

Find your nearest Foodbank
www.kent.gov.uk/social-care-and-health/care-and-support/benefits/home-essentials-in-a-crisis/find-a-foodbank

Folkestone and Hythe District Council
Folkestone and Hythe District Council has pledged to support those fleeing the inva-sion of Ukraine and the local organisations trying to help those caught up in the conflict. www.folkestone-hythe.gov.uk/community/support-for-Ukraine..

The Rainbow Centre
The Rainbow Centre provides support and hope to individuals and families experiencing deprivation or hardship.

Folkestone Rainbow Centre
69 Sandgate Road, Folkestone, Kent, CT20 2AF
www.rainbow-centre.org
Tel: 01303 850733
Email enquiries@rainbow-centre.org

Clothes and Furniture

Try Salvation Army, Freecycle, Gumtree, local Facebook selling pages or your local charity shops. If you have a social worker involved with you or your family, they may look into trying Family Fund with you.

Folkestone British Heart Foundation Shop
82 Sandgate Road, Folkestone, Kent, CT20 2AA
Tel: 01303 223794

Household bills

You can find Energy Saving Advice at https://helpforhouseholds.campaign.gov.uk/

Benefits Support

(Financial help if you lose your job/ cannot pay your rent)

Citizens Advice Help to Claim Team can also help advise on Benefit Entitlement and avoiding Fuel Poverty. You can contact an adviser through their free Help to Claim phone service. Advisers and Translators are available 8am to 6pm, Monday to Friday on **0800 144 8 444** (England).

Folkestone JobcentrePlus Staff are able to assist with New Benefit Claims and ... employment-related advice. Youcan visit them at:

Palting Way
Folkestone
Kent
United Kingdom
CT20 2RH

Telephone: **0800 169 0190**
Textphone: **0800 169 0314**
NGT text relay (if you cannot hear or speak on the phone): **18001** then **0800 169 0190**

British Sign Language (BSL) video relay service if you're on a computer – find out how to use the service on mobile or tablet.

Welsh language: **0800 169 0207**
Monday to Friday, 8am to 6pm

FOLKESTONE AND HYTHE

---

amrp RELOCATIONS

Housing Support: AMRP - Житлова підтримка

“We're a unique property lettings and tenancy management agent based in Ferryhill, County Durham and covering the whole of the Northeast of England. Homes offered by AMRP Relocations are available to households from across the UK and to our partner organisations around the country. We're helping to address the problem of empty properties in the Northeast and overcrowding or unaffordable housing and homelessness elsewhere in the country by enabling families to relocate more easily into private rented accommodation in the Northeast.

If you're struggling to find an affordable home, you're facing homelessness or you're already homeless, we have the answer.”

Please see their website: http://www.amrp.co.uk/

«Ми є унікальним агентом зі здачі в оренду нерухомості та управління орендою, що базується у Феррігіллі, графство Дарем і охоплює всю північно-східну Англію. Будинки, пропоновані AMRP Relocations, доступні домогосподарствам з усієї Великобританії та нашим партнерським організаціям по всій країні. Ми допомагаємо вирішити проблему порожнього майна на північному сході та перенаселеності або недоступного житла та бездомності в інших частинах країни, дозволяючи сім'ям легше переселятися в приватне орендоване житло на північному сході.

Якщо вам важко знайти доступне житло, ви стикаєтеся з бездомністю або ви вже бездомні, у нас є відповідь».

Перегляньте їх веб-сайт: http://www.amrp.co.uk/

---

entitledto
independent | accurate | reliable

Housing Support: Entitled to - Житлова підтримка: має право

"Welcome to entitledto's free benefits calculator. To find out what you might be able to claim enter your details and you'll receive an estimate of your entitlement to benefits.

Before you start, collect information about your income, savings, pensions and existing benefits for you and your partner, if you have one."

Please see their website: https://www.entitledto.co.uk/benefits-calculator/Intro/Home?cid=4a9eb9d9-22f4-4148-bcc7-d3bb707c283f

«Ласкаво просимо до безкоштовного калькулятора пільг Enitledto. Щоб дізнатися, на що ви можете претендувати, введіть свої дані, і ви отримаєте орієнтовну суму ваших прав на допомогу.

Перш ніж почати, зберіть інформацію про свої доходи, заощадження, пенсії та наявні виплати для вас і вашого партнера, якщо вони у вас є».

Перегляньте їх веб-сайт: https://www.entitledto.co.uk/benefits-calculator/Intro/Home?cid=4a9eb9d9-22f4-4148-bcc7-d3bb707c283f

---

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Porchlight Open Door - Відкриті двері під'їзного світла

Porchlight Open Door – це дружні зустрічі
в центрі вашої спільноти.
Наші щотижневі відвідування проводять наші теплі,
привітна команда. Вони тут, щоб слухати, дарувати
практичні поради щодо пільг, житла та боргів та допомогти
ви підключаєтеся до служб і мереж підтримки у вашому регіоні.

Ви також можете спробувати

різні види діяльності
щотижня для підвищення
ваше благополуччя, від
приготування до столу
від тенісу до малювання –
але тиску немає
брати участь. Ти можеш
просто зайдіть для чату.
Це абсолютно безкоштовно, і все
приймаються жінки віком від 18 років.

Наш центр у Фолкстоні – це безпечне місце для всіх жінок.
Щоб дізнатися, де і коли ми зустрінемося,
або для отримання додаткової інформації, будь ласка
електронною поштою pod@porchlight.org.uk

Kent County Council

Department for Levelling Up, Housing & Communities

Homes for Ukraine fraudulent letters - Домівки для України шахрайські листи

From KCC: It has come to our attention that unofficial letters are being circulated on social media.

Should you see this information then please disregard and be rest assured that any formal correspondence will be received from an approved source, directly from the Department of Levelling Up, Housing and Communities or a recognised Kent County Council mailbox.

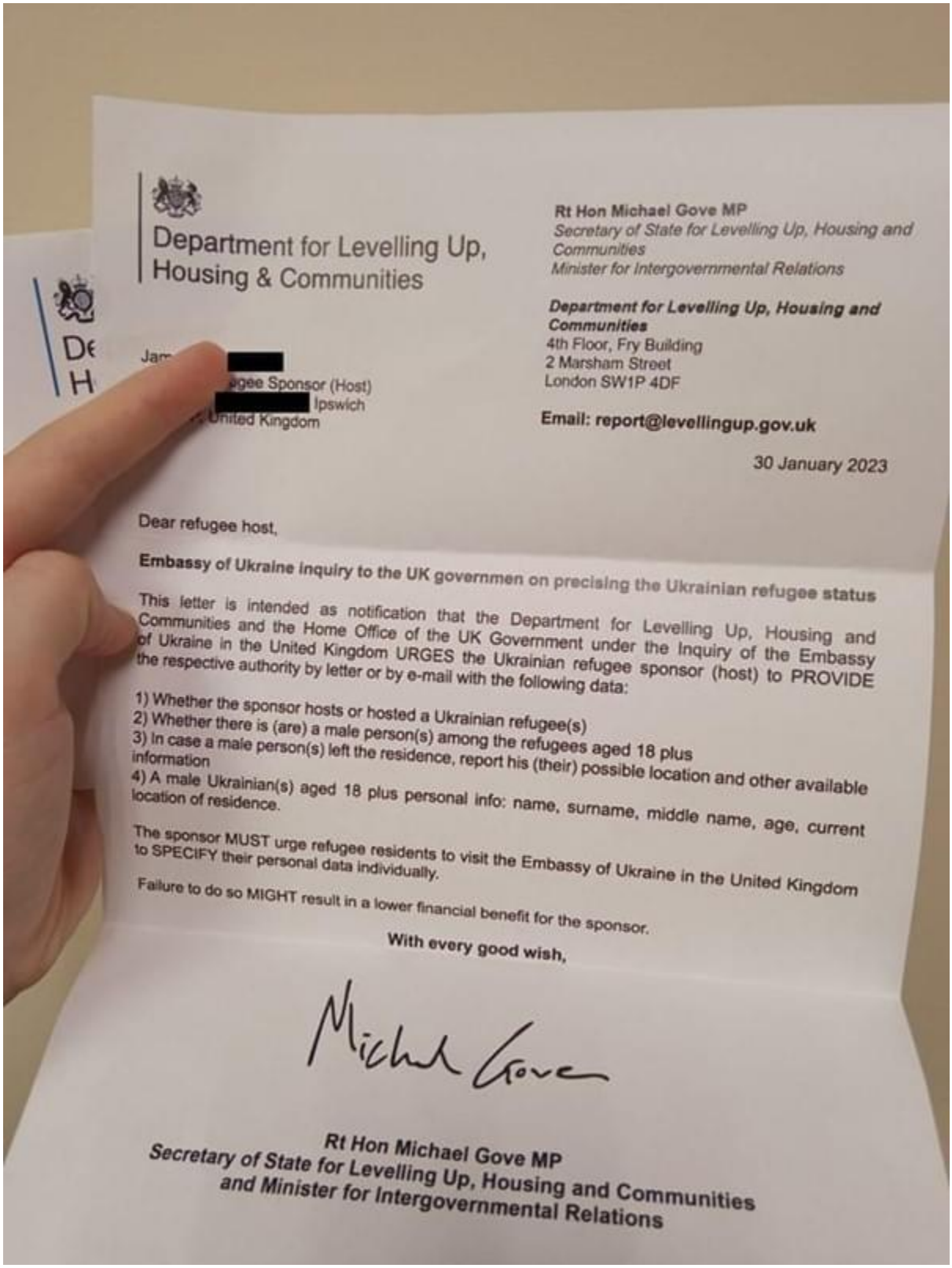
For any further questions please email: **ukraine@kent.gov.uk**

Від КСС: Нам стало відомо, що в соціальних мережах поширюються неофіційні листи.

Якщо ви бачите цю інформацію, будь ласка, не звертайте увагу на цю інформацію та будьте впевнені, що будь-яке офіційне листування буде отримано з затвердженого джерела, безпосередньо з Департаменту підвищення кваліфікації, житлово-комунального господарства та спільнот або визнаної поштової скриньки Ради округу Кент.

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

З будь-якими додатковими запитаннями звертайтесь електронною поштою: ukraine@kent.gov.uk



Department for Levelling Up, Housing & Communities

Rt Hon Michael Gove MP
Secretary of State for Levelling Up, Housing and Communities
Minister for Intergovernmental Relations

Department for Levelling Up, Housing and Communities
4th Floor, Fry Building
2 Marsham Street
London SW1P 4DF

Email: report@levellingup.gov.uk

30 January 2023

Jam [redacted]
[redacted]gee Sponsor (Host)
[redacted] Ipswich
[redacted] United Kingdom

Dear refugee host,

Embassy of Ukraine inquiry to the UK governmen on precising the Ukrainian refugee status

This letter is intended as notification that the Department for Levelling Up, Housing and Communities and the Home Office of the UK Government under the Inquiry of the Embassy of Ukraine in the United Kingdom URGES the Ukrainian refugee sponsor (host) to PROVIDE the respective authority by letter or by e-mail with the following data:

1) Whether the sponsor hosts or hosted a Ukrainian refugee(s)
2) Whether there is (are) a male person(s) among the refugees aged 18 plus
3) In case a male person(s) left the residence, report his (their) possible location and other available information
4) A male Ukrainian(s) aged 18 plus personal info: name, surname, middle name, age, current location of residence.

The sponsor MUST urge refugee residents to visit the Embassy of Ukraine in the United Kingdom to SPECIFY their personal data individually.

Failure to do so MIGHT result in a lower financial benefit for the sponsor.

With every good wish,

Michael Gove

Rt Hon Michael Gove MP
Secretary of State for Levelling Up, Housing and Communities
and Minister for Intergovernmental Relations

Free After School Classes for Ukrainian Students - Безкоштовні позашкільні заняття для українських студентів

COUNCIL

F51: Shred Club

Shred Club offers children aged 5-15 registered to these schools a £1 a month membership to access our skatepark floors once a week from 4pm-6pm Monday-Thursday, during term-time.

If your school has signed up to Shred Club, they will provide information of how to sign up.

Website: https://www.f51.co.uk/SHRED CLUB

Folkestone 51, Folkestone, CT20 1SD.

Клуб Shred пропонує дітям віком від 5 до 15 років, зареєстрованим у цих школах, членство вартістю 1 фунт стерлінгів на місяць, щоб мати доступ до поверхів скейтпарку один раз на тиждень з 16:00 до 18:00 з понеділка по четвер протягом семестру.

Якщо ваша школа зареєструвалася в Shred Club, вона надасть інформацію про те, як зареєструватися.

Веб-сайт: https://www.f51.co.uk/SHRED CLUB

Folkestone 51, Folkestone, CT20 1SD.

Just Giving Page - Просто надаю сторінку

“We need vehicles to save civilian lives from Ukrainian war front lines by evacuating them.

My name is Lena, I am Ukrainian and with my young son we made the difficult decision to leave our home nearly a year ago because of the war with Russia. In August we arrived at the UK under the Homes for Ukraine Scheme and thanks to our UK sponsor can stay safe here. My son and I are among the lucky ones, there are thousands more Ukraine civilians living daily with war right on their doorsteps. Many of these people chose to stay in their hometowns to try to resist the invader but they had no answer for the devastation caused by the constant bombing. There is now a huge effort

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

underway to evacuate these people, many of whom are badly injured or wounded, to safer areas in order to provide essential medical assistance and humanitarian aid. However, the evacuation process cannot succeed without suitable vehicles of which there is never enough of. I feel very lucky to have found a safe haven in the UK but every day my heart is filled with a great sadness when I think of my fellow Ukrainians struggling with life at home. Soon after my arrival in the UK I decided to try to help those Ukrainians trapped in the war zones and came upon the idea of raising funds to purchase and deliver 4 x 4 vehicles to paramedics and units that can do it. I have done this, so far, by organising Ukrainian Cultural events in the town where I now live, these events have been very well supported and as a result I have managed to get two 4 x 4 out to Ukraine. These events are very good, and they have succeeded in not only raising much needed funds for the vehicles, but they have introduced Ukraine, my homeland, to many British people who previously didn't know a great deal about the country. These events take a lot of organising and a huge amount of time to organise so I can only do about one every three months, so I am now looking at other ways to raise additional funds between these events."

Just Giving Page: [Crowdfunding to provide evacuation vehicles for Ukraine on JustGiving]

«Нам потрібна техніка, щоб рятувати мирне населення з передової української війни шляхом їх евакуації.

Мене звуть Лена, я українка, і ми з моїм маленьким сином прийняли важке рішення покинути наш дім майже рік тому через війну з Росією. У серпні ми прибули до Великої Британії за програмою Homes for Ukraine Scheme і завдяки нашому британському спонсору можемо залишатися тут у безпеці. Ми з сином серед щасливчиків, є ще тисячі мирних жителів України, які щодня живуть з війною прямо на порозі. Багато з цих людей вирішили залишитися у своїх рідних містах, щоб спробувати протистояти загарбникам, але вони не мали відповіді на руйнування, спричинені постійними бомбардуваннями. Зараз докладаються величезні зусилля для евакуації цих людей, багато з яких важко поранені або поранені, у безпечніші райони для надання необхідної медичної та гуманітарної допомоги. Однак процес евакуації не може бути успішним без відповідних транспортних засобів, яких ніколи не вистачає. Мені дуже пощастило, що я знайшов безпечний притулок у Великобританії, але щодня моє серце сповнюється великим сумом, коли я думаю про моїх співвітчизників-українців, які борються з життям вдома. Невдовзі після мого прибуття до Великобританії я вирішив спробувати допомогти тим українцям, які опинилися в зоні бойових дій, і прийшов до ідеї зібрати кошти для придбання та доставки транспортних засобів 4х4 до парамедиків та підрозділів, які можуть це зробити. Я зробив це, поки що, організовуючи українські культурні заходи в місті, де я зараз живу, ці заходи були дуже добре підтримані, і в результаті мені вдалося отримати два 4х4 в Україну. Ці заходи є дуже хорошими, і їм вдалося не лише зібрати такі необхідні кошти на транспортні засоби, але вони познайомили з Україною, моєю батьківщиною, багатьох британців, які раніше не знали багато про цю країну. Організація цих заходів потребує

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

багато часу та потребує багато часу, тому я можу проводити лише один раз на три місяці, тож зараз я шукаю інші способи зібрати додаткові кошти між цими подіями».

Просто даю сторінку: Crowdfunding to provide evacuation vehicles for Ukraine on JustGiving

---

Council Tax 1 - Міський податок

From Revenue and Benefits:
Updated information is now on the Council's website as follows:

https://www.folkestone-hythe.gov.uk/council-tax/council-tax-ukrainian-refugees

Please also find link for this page on the Support for Ukraine page as follows:

https://www.folkestone-hythe.gov.uk/community/support-for-Ukraine

Please note that if Council Tax is paid by card, the refund will always be returned to the card for which the payment is made. This is a legal requirement for all Council Tax accounts.

Від доходів і вигод:
Оновлена інформація розміщена на сайті Ради:

https://www.folkestone-hythe.gov.uk/council-tax/council-tax-ukrainian-refugees

Посилання на цю сторінку також можна знайти на сторінці «Підтримка України»:

https://www.folkestone-hythe.gov.uk/community/support-for-Ukraine

Будь ласка, зверніть увагу, що якщо місцевий податок сплачується карткою, відшкодування завжди повертатиметься на картку, на яку здійснено платіж. Це юридична вимога для всіх облікових записів місцевих податків.

Council Tax 2 - Міський податок

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

To qualify for a H4U reduction in council tax, a Ukrainian can be in their own home but must still be under the HFU scheme, The Council Tax regulation changes are listed below.

In most cases, if Ukrainians move into their own private accommodation, they will automatically come out of the H4U scheme, and not qualify for specific discounts under the programme. The Revenue and Benefits Team have confirmed this is the case across Kent having checked with other colleagues in other districts.

Regulation 2 amends the Discount Disregards Regulations to prescribe persons sponsored under the Government's Homes for Ukraine scheme as an additional class of persons to be disregarded.

Regulation 3 amends the Exempt Dwellings Order to ensure that a person being accommodated in an exempt dwelling under the Homes for Ukraine scheme does not affect the exempt status of the dwelling.

For further advice and assistance, please contact Folkestone and Hythe District Council Revenue and Benefits Team as follows:
Revenues.Benefits@folkestone-hythe.gov.uk
Benefits and council tax - 01303 853555

The guidance will be updated via the website shortly: https://www.folkestone-hythe.gov.uk/council-tax/council-tax-ukrainian-refugees

Щоб отримати право на зниження міського податку, українець може перебувати у власному домі, але все одно повинен перебувати під схемою HFU. Нижче наведено зміни в правилах місцевого податку.

У більшості випадків, якщо українці переїжджають у власне приватне житло, вони автоматично виходять зі схеми H4U і не мають права на певні знижки за програмою. Команда з доходів і пільг підтвердила, що це так у всьому Кенті, перевіривши це з іншими колегами в інших округах.

Положення 2 вносить зміни до Положення про ігнорування знижок, щоб визначити осіб, спонсорованих за схемою «Дімівки уряду для України», як додаткову категорію осіб, яких не потрібно брати до уваги.

Положення 3 вносить зміни до Наказу про звільнене від оподаткування житло, щоб гарантувати, що особа, яку поселяють у звільнене житло за схемою Homes for Ukraine, не впливає на звільнений статус житла.

Щоб отримати додаткову консультацію та допомогу, будь ласка, зв'яжіться з відділом доходів і пільг районної ради Фолкстоуна та Гайта:
Revenues.Benefits@folkestone-hythe.gov.uk
Пільги та комунальний збір - 01303 853555

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Незабаром інструкції будуть оновлені на веб-сайті: https://www.folkestone-hythe.gov.uk/council-tax/council-tax-ukrainian-refugees

---

Opora Support - Підтримка

Please see the following information and support available from Opora: https://opora.uk/

- Working in the UK - Your Rights (Ukrainian), (video from Association of Labour Providers): http://bit.ly/3DBPyIA
- Launched the Mental Health Support Group for Ukrainians: https://t.me/opora_mentalhealth
- How to create your CV without English, blog: http://bit.ly/3Yn1mXO
- Unlawful subletting, blog https://ua.opora.uk/blog/nelegalna-suborenda
- Success stories Strong in Spirit: https://ua.opora.uk/research-impact/silni-duhom
- Everything about BRP, blog: https://ua.opora.uk/blog/use-sho-mi-znayemo-pro-brp
- Proof of address in the UK: http://bit.ly/3DJCfWH
- Cover letter - what is it and how to write it: http://bit.ly/3X9ynFo
- How do you pay for gas and electricity and what to do if you get a large bill? http://bit.ly/3YqCIVB
- How to register to pay for electricity and gas in a rented apartment: http://bit.ly/3lfZ8dO
- How can Ukrainians find a sponsor to come to the UK: http://bit.ly/3JGIAWz
- Volunteering in the UK http://bit.ly/3HY0G5h
- Updated Housing Rent Guide http://bit.ly/3JPk31T
- What to consider when planning a move to a new part of the UK: http://bit.ly/3YwqsTH
- How can you align your work and childcare? http://bit.ly/3RDmvu1
- What is a notice period? http://bit.ly/3DLosit
- Benefits Live Event - https://opora.uk/benefits
- Newly Launched Employment Telegram Channel https://t.me/opora_employment

Перегляньте наведену нижче інформацію та підтримку, доступну від Opora: https://opora.uk/

• Working in UK - Your Rights (укр.), (відео від Асоціації постачальників праці): http://bit.ly/3DBPyIA

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

• Запустив Групу підтримки психічного здоров'я для українців: https://t.me/opora_mentalhealth
• Як створити своє резюме без англійської, блог: http://bit.ly/3Yn1mXO
• Незаконна суборенда, блог https://ua.opora.uk/blog/nelegalna-suborenda
• Історії успіху Сильні духом: https://ua.opora.uk/research-impact/silni-duhom
• Все про BRP, блог: https://ua.opora.uk/blog/use-sho-mi-znayemo-pro-brp
• Підтвердження адреси у Великобританії: http://bit.ly/3DJCfWH
• Мотиваційний лист – що це таке і як його писати: http://bit.ly/3X9ynFo
• Як ви платите за газ і електроенергію і що робити, якщо вам видається великий рахунок? http://bit.ly/3YqCIVB
• Як зареєструватися для оплати електроенергії та газу в орендованій квартирі: http://bit.ly/3lfZ8dO
• Як українцям знайти спонсора, щоб приїхати до Великобританії: http://bit.ly/3JGIAWz
• Волонтерство у Великобританії http://bit.ly/3HY0G5h
• Оновлений посібник з оренди житла http://bit.ly/3JPk31T
• Що слід враховувати, плануючи переїзд до іншої частини Великобританії: http://bit.ly/3YwqsTH
• Як ви можете поєднати свою роботу та догляд за дітьми? http://bit.ly/3RDmvu1
• Що таке термін повідомлення? http://bit.ly/3DLosit
• Benefits Live Event - https://opora.uk/benefits
• Нещодавно запущений телеграм-канал про працевлаштування https://t.me/opora_employment

---

Folkestone & Hythe District Council

Revenue & Benefits information - Інформація про доходи та переваги

Our Revenue and Benefits Team provided an overview at our Ukraine drop-in on 6th April. Those that were able to attend found out about the support F&HDC provides around the following:

- Housing Benefit – You can ask for a discretionary housing payment* (help with rent or moving costs) which is based on your income and expenditure.

  *Only those on housing benefit or housing element of UC can apply.

- Council Tax: Households have a discount applied under the H4U scheme.
- Household Support Fund (Such as Fuel and Supermarket vouchers).
- Home Essentials Fund (support for purchasing white goods - cooker / washing machine / fridge-freezer etc).
- A bed scheme which supports the purchase of beds and mattresses.

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

- A small supply of slow Cookers and heated blankets are available for low-income households.

Further information on the F&HDC website, as follows: https://www.folkestone-hythe.gov.uk/benefits-support

Find out what you could be entitled to by using the Better off calculator: https://betteroffcalculator.co.uk/login or https://betteroffcalculator.co.uk/calculator/new/step1

Наша команда з доходів і переваг надала огляд під час відвідування в Україні 6 квітня. Ті, хто мав змогу бути присутніми, дізналися про підтримку, яку F&HDC надає приблизно наступне:
• Допомога на житло – ви можете попросити оплату житла на власний розсуд* (допомога з орендою або витратами на переїзд), яка базується на ваших доходах і витратах.
*Подати заявку можуть лише ті, хто отримує житлову допомогу або житловий елемент UC.
• Міський податок: домогосподарства мають знижку, що застосовується за схемою H4U.
• Фонд підтримки сімей (наприклад, ваучери на паливо та супермаркет).
• Фонд першої необхідності (підтримка придбання побутової техніки - плита/пральна машина/холодильник-морозильник тощо).
• Схема ліжок, яка підтримує придбання ліжок та матраців.
• Для домогосподарств з низьким рівнем доходу доступна невелика кількість мультиварок і ковдр з підігрівом.
Додаткова інформація на веб-сайті F&HDC: https://www.folkestone-hythe.gov.uk/benefits-support

Дізнайтеся, на що ви можете мати право, скориставшись калькулятором Better off: https://betteroffcalculator.co.uk/login або https://betteroffcalculator.co.uk/calculator/new/step1

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Government of Ukraine announcement - Повідомлення Уряду України

"The Government of Ukraine has approved a resolution allowing the application for assistance during childbirth during temporary stay abroad.

During pre-war parents who had a baby while temporarily outside Ukraine can now remotely apply for childbirth assistance. Previously, women who gave birth to a child abroad could only receive help after returning to Ukraine.
The Government of Ukraine has approved a resolution allowing the application for assistance during childbirth during temporary stay abroad.
During pre-war parents who had a baby while temporarily outside Ukraine can now remotely apply for childbirth assistance. Previously, women who gave birth to a child abroad could only receive help after returning to Ukraine. Physical presence was required to personally address the social protection authority.
Currently, it is provided for the possibility of sending an application and documents about the birth of a child to the social protection authority of the population in Ukraine for this it is necessary:
✓open a bank account for social payments (such an account can be opened remotely without the need for personal visit);
✓fill out the application for the purpose of birth assistance
✓ add to the application issued by the competent authorities of the country of residence and legalized in the established order documents certifying the birth of a child;
✓submit by means of postal application and documents certifying the birth of a child to the social protection authority of the registered (declared) residence (stay) in Ukraine.
The social protection authority of the population, to which the application and documents will be sent, will fulfill the purpose of assistance. The appropriate funds will be transferred to a personal account opened in a banking institution. The deadline to apply for help is 12 months after the birth of a child. However, the term of appeal has been extended for the quarantine validity period and one month after its completion date (i.e. until 31.05.2023).”

Please follow link for more information: https://zakon.rada.gov.ua/laws

«Уряд України ухвалив постанову, якою дозволено оформлювати допомогу при пологах під час тимчасового перебування за кордоном.
У довоєнний час батьки, які народили дитину під час тимчасового перебування за межами України, тепер можуть дистанційно оформити допомогу при народженні дитини. Раніше жінки, які народили дитину за кордоном, могли отримати допомогу лише після повернення в Україну.
Уряд України ухвалив постанову, якою дозволено оформлювати допомогу при пологах під час тимчасового перебування за кордоном.
У довоєнний час батьки, які народили дитину під час тимчасового перебування за межами України, тепер можуть дистанційно оформити допомогу при народженні дитини. Раніше жінки, які народили дитину за кордоном, могли отримати допомогу лише після повернення в Україну. Фізична присутність була обов’язковою для особистого звернення до органу соціального захисту населення.
Наразі передбачена можливість направлення заяви та документів про народження дитини до органу соціального захисту населення в Україні, для цього необхідно:

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

✓ відкрити банківський рахунок для соціальних виплат (такий рахунок можна відкрити дистанційно без необхідності особистого візиту);
✓ заповнити заяву на призначення допомоги при народженні
✓ додати до заяви видані компетентними органами країни проживання та легалізовані в установленому порядку документи, що засвідчують народження дитини;
✓ подати поштою заяву та документи, що засвідчують народження дитини, до органу соціального захисту населення за зареєстрованим (заявленим) місцем проживання (перебування) в Україні.
Виконувати призначення допомоги буде орган соціального захисту населення, до якого будуть направлені заява та документи. Відповідні кошти будуть перераховані на особовий рахунок, відкритий в банківській установі. Термін звернення за допомогою – 12 місяців після народження дитини. Проте строк оскарження продовжено на період дії карантину та один місяць після його закінчення (тобто до 31.05.2023)».

Детальніше за посиланням: https://zakon.rada.gov.ua/laws

Free vitamins - Безкоштовні вітаміни

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Отримайте безкоштовні вітаміни для здорового старту тут

Використовуйте передплачену картку Healthy Start, щоб отримати:

Вітаміни здорового старту

Вітамінні краплі для немовлят і маленьких дітей від народження до 4 років.

Тепер KCC пропонує різноманітні прості способи отримати вітаміни Healthy Start. Отримавши картку Healthy Start, ви можете:

1. Заповніть нашу форму
2. Відскануйте QR-код (вище)
3. Відвідайте свій місцевий дитячий центр

www.healthystart.nhs.uk

@NHSHealthyStart

NHS Prescription Prepayment Certificate - Сертифікат попередньої оплати за рецептом NHS

If you know you'll have to pay for a lot of NHS prescriptions, it may be cheaper to buy a prescription prepayment certificate (PPC) – effectively a prescription "season ticket".

A PPC covers all your NHS prescriptions, including NHS dental prescriptions, no matter how many items you need.

But it does not cover the cost of other health items, such as the provision of wigs and fabric supports, which are only provided through the hospital service.

There are 3 PPC options to choose from:

- The 3-month PPC costs £31.25 and will save you money if you need more than 3 prescribed items in 3 months.
- The 12-month PPC costs £111.60 and will save you money if you need more than 11 prescribed items in a year.
- The hormone replacement therapy (HRT) PPC costs £19.30 and will save you money if you need more than 2 prescribed HRT items in a year.

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

For more information, please see following link: https://www.nhs.uk/nhs-services/prescriptions-and-pharmacies/save-money-with-a-prescription-prepayment-certificate-ppc/

Якщо ви знаєте, що вам доведеться заплатити за багато рецептів NHS, можливо, буде дешевше купити сертифікат попередньої оплати за рецептом (PPC) – фактично «абонемент» за рецептом.

PPC покриває всі ваші рецепти NHS, включаючи стоматологічні рецепти NHS, незалежно від того, скільки продуктів вам потрібно.

Але це не покриває витрати на інші предмети охорони здоров'я, такі як надання перук і тканинних опор, які надаються лише через лікарняні служби.

Є 3 варіанти PPC на вибір:

- 3-місячна PPC коштує 31,25 фунтів стерлінгів і заощадить ваші гроші, якщо вам знадобиться більше 3 призначених продуктів протягом 3 місяців.
- 12-місячна PPC коштує 111,60 фунтів стерлінгів і заощадить ваші гроші, якщо вам потрібно більше ніж 11 призначених пунктів на рік.
- Замісна гормональна терапія (ЗГТ) PPC коштує 19,30 фунтів стерлінгів і заощадить ваші гроші, якщо вам знадобиться більше 2 призначених препаратів ЗГТ на рік.

Для отримання додаткової інформації перегляньте таке посилання: https://www.nhs.uk/nhs-services/prescriptions-and-pharmacies/save-money-with-a-prescription-prepayment-certificate-ppc/

Barnardo's Ukrainian Support Helpline - Українська лінія підтримки Barnardo

Barnardo's Ukrainian Support Helpline

Barnardo's has announced continued funding for our Ukrainian Support Helpline until April 2024. This is a UK wide Helpline to support families fleeing the war in Ukraine. Since March 2022, the Helpline has received over 35,000 contacts for support.

The Helpline offers advice and signposting, as well as practical and therapeutic support.

Tier 1: One off contact to offer emotional support, advice and signposting

Tier 2: A dedicated Advisor works with the service user over a number of calls to identify their support needs, ensuring that the holistic needs of the family are met. Advisors can refer service

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

users to appropriate services and support them with practical needs. (Food, clothing, household items etc). Regular call backs can be arranged.
Tier 3 (Therapeutic support): In addition to Tier 2, a referral will be made to Barnardo's LINK service to offer virtual therapy to support with mental health and wellbeing. Sessions take place virtually online or via telephone. Sessions are available for children and adults, at a time that suits you.

The Helpline is open:

Monday – Friday 10.00am-8.00pm

Saturday 10.00am-3.00pm

You can freephone us on: 0800 148 8586

You can email us at: ukrainiansupport@barnardos.org.uk

Professionals can refer families to our Helpline using our online referral form:

How can you help?

- Please do refer families to our service who would benefit from additional support
- You can download our posters and social assets from our website. Please share these on your social channels, on your website and newsletters.
- Our team can present to your service or team meetings, as well as through webinars with service users. Our team can also attend in person events across UK.

If you would like any further information about the service please do reach out to us.
Best wishes,
Barnardo's Ukrainian Support Helpline

Barnardo's оголосила про продовження фінансування нашої української лінії підтримки до квітня 2024 року. Це лінія допомоги у Великобританії для підтримки сімей, які тікають від війни в Україні. З березня 2022 року на «Телефон довіри» надійшло понад 35 тис. звернень за підтримкою.
Гаряча лінія пропонує поради та вказівки, а також практичну та терапевтичну підтримку.
Рівень 1: Одноразовий контакт для надання емоційної підтримки, поради та вказівок
Рівень 2: спеціальний консультант працює з користувачем послуги протягом кількох дзвінків, щоб визначити його потреби в підтримці, гарантуючи задоволення цілісних потреб сім'ї. Консультанти можуть направляти

користувачів послуг до відповідних служб і підтримувати їх у практичних потребах. (Їжа, одяг, предмети побуту тощо). Можна організувати регулярні зворотні дзвінки.
Рівень 3 (Терапевтична підтримка): на додаток до Рівня 2, буде направлено до служби LINK Barnardo, щоб запропонувати віртуальну терапію для підтримки психічного здоров'я та благополуччя. Заняття відбуваються практично онлайн або по телефону. Заняття доступні для дітей і дорослих у зручний для Вас час.
Телефон довіри працює:
Понеділок – п'ятниця 10.00-20.00
Субота 10.00-15.00
Ви можете безкоштовно зателефонувати нам за номером: 0800 148 8586
Ви можете написати нам на адресу: ukrainiansupport@barnardos.org.uk
Професіонали можуть направляти сім'ї на нашу гарячу лінію за допомогою онлайн-форми направлення:
Як ви можете допомогти?
• Будь ласка, направляйте сім'ї до нашої служби, яким буде корисна додаткова підтримка
• Ви можете завантажити наші плакати та соціальні ресурси з нашого веб-сайту. Будь ласка, поділіться цим у своїх соціальних каналах, на своєму веб-сайті та в інформаційних бюлетенях.
• Наша команда може представити вашій службі або зустрічам команди, а також за допомогою вебінарів з користувачами послуги. Наша команда також може особисто відвідувати заходи по всій Великобританії.
Якщо вам потрібна додаткова інформація про послугу, зв'яжіться з нами.
Найкращі побажання,
Українська лінія підтримки Barnardo

Royal Botanic Gardens Kew

Kew for £1 - Кью за £1

Please note reduced price entry to Kew Gardens and Wakehurst: https://www.kew.org/about-us/press-media/kew-for-one-pound-universal-credit

Будь ласка, зверніть увагу на знижену ціну на вхід до садів Кью та Вейкхерста - див. посилання вище.

Water plus

Waterplus information - Інформація

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Економте воду та гроші.

Кілька корисних порад, які допоможуть вам економити воду вдома чи на роботі.

Використовуйте економічне налаштування.
Якщо ви використовуєте посудомийну машину, зішкребте залишки їжі у відро для сміття, а не промивайте його, використовуйте налаштування Eco та вмикайте, лише коли воно заповнене.

Тримайте воду в холодильнику.
Хочеш склянку холодної води? Тримайте глечик у холодильнику, а не чекайте, поки охолоне кран.

Наливай що треба.
Коли кип'ятіть чайник, просто наповніть необхідну кількість.

Використовуйте миску.
Якщо ви миєте посуд вручну, наповніть миску замість проточної води.

Слідкуйте за витоками.
Дірявий туалет витрачає 200-400 літрів води на день. Перевірте, чи немає води на підлозі, вологи на стелі.

Перевірте, чи не капає кран.
Дірявий кран, який капає одну краплю на секунду, може витрачати більше 11300 літрів на рік.

Коротше приймайте душ.
Скорочення часу прийняття душу на 1 хвилину може заощадити 10 літрів води.

Гаряче проти холодного.
Гаряча вода коштує в 2-4 рази дорожче холодної, враховуючи енерговитрати.

Вимкніть спринклери.
Шланги та спринклери можуть використовувати до 1000 літрів на годину, тому зведіть полив до мінімуму або подумайте про використання лійки.

Ручне прання.
Використовуйте відро та губку для миття вікон або транспортних засобів, а не мийку.

Збирайте дощову воду.
Використовуйте водонагрівачі на місці, щоб зібрати дощову воду для рослин і кущів.

Вибір рослин.
Намагайтеся вибирати рослини та кущі, стійкі до посушливих умов.

Супер порада: регулярно знімайте показання лічильника. Запис регулярних показань лічильника води, якщо доступ до нього безпечний, допоможе вам відстежувати, скільки води ви використовуєте, і полегшує виявлення будь-яких витоків.

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

South Kent Mind - Розум Південного Кента

South Kent Mind operates from Folkestone but can carry out telephone and online support for those digitally capable.

Their low cost (tiered to suit income) counselling service is run by trained individuals. The service is experiencing high demand, so waiting lists are long. They provide a host of preventative mental health support.

Details at: www.southkentmind.org.uk

South Kent Mind працює з Фолкстоуна, але може надавати телефонну та онлайн-підтримку для тих, хто має цифрові можливості.

Їхні недорогі консультаційні послуги (з урахуванням рівня доходу) надаються навченими особами. Послуга користується великим попитом, тому черги довгі. Вони забезпечують низку профілактичних заходів щодо психічного здоров'я.

Подробиці на: www.southkentmind.org.uk

Guests leaving their children unaccompanied in the UK - Гості, які залишають своїх дітей без супроводу у Великобританії

The purpose of the Homes for Ukraine scheme is for families to be sponsored together and parents always retain legal parental responsibility for their children. It is very clear when parents sign up for the Homes for Ukraine scheme that they must travel and stay with their child/ren and agree to this as part of the VISA application.

Should your guests be considering leaving their child in your care or are considering sending their child back to the UK without the parent, you must discuss the legal and safeguarding implications of these arrangements with our team to make sure you have the correct information and understand the steps you must take. Please can we ask

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

that you contact us at ukrainesafeguarding@kent.gov.uk or call 03000 419820 and request a call back from the safeguarding team.

Мета програми Homes for Ukraine полягає в тому, щоб родини отримували спільне спонсорство, а батьки завжди зберігали юридичну батьківську відповідальність за своїх дітей. Коли батьки підписуються на програму Homes for Ukraine, дуже зрозуміло, що вони повинні подорожувати та залишатися зі своєю дитиною/дітьми та погоджуватися на це як частину заявки на візу.

Якщо ваші гості розглядають можливість залишити свою дитину під вашим піклуванням або розглядають можливість відправити свою дитину назад до Великобританії без батьків, ви повинні обговорити правові наслідки та наслідки для захисту цих домовленостей з нашою командою, щоб переконатися, що ви володієте правильною інформацією та розумієте кроки, які ви повинні зробити. Будь ласка, ми можемо попросити вас зв'язатися з нами за адресою ukrainesafeguarding@kent.gov.uk або зателефонувати за номером 03000 419820 і запросити зворотний дзвінок від команди захисту.

Kent Housing Group
The Voice of Housing in Kent

Moving On or Moving In - Переїзд або переїзд

A booklet with advice for those who need to access rented accommodation. The advice leaflets cover items such as how to look for properties, where to access benefit advice, what a tenant and landlord's rights and responsibilities are and budgeting money.

This guide will be helpful to those looking for accommodation or moving on from supported accommodation.

https://www.kenthousinggroup

Буклет з порадами для тих, хто потребує доступу до орендованого житла. Листівки з порадами охоплюють такі питання, як шукати нерухомість, де отримати поради щодо пільг, які права та обов'язки орендаря та орендодавця та бюджетні кошти.

Цей посібник стане в нагоді тим, хто шукає житло або переходить з житла, що підтримується.

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

UK Visas & Immigration

BRP advice - порада

Over recent weeks we have received an increase in enquiries relating to BRP. Please note that the Folkestone and Hythe District Support Team (F&HDC and KCC) are unable to offer advice on immigration matters. If you have a query relating to BRP documents, then please see the following:

https://www.gov.uk/biometric-residence-permits/getting-your-brp-if-you-applied-from-inside-the-uk

За останні тижні ми отримали збільшення запитів щодо BRP. Будь ласка, зверніть увагу, що команда підтримки округу Фолкстон і Хайт (F&HDC і KCC) не може надати консультації з питань імміграції. Якщо у вас є запит щодо документів BRP, перегляньте наступне:

https://www.gov.uk/biometric-residence-permits/getting-your-brp-if-you-applied-from-inside-the-uk

---

Driver & Vehicle Licensing Agency

Taxing a Ukrainian vehicle - Оподаткування українського автомобіля

Information regarding Ukrainian vehicle - If you have been issued a visa under one of the Ukraine visa schemes, you do not need to tax or register your Ukrainian plated vehicle in the UK.
This applies for the first 3 years you are in the UK.- https://www.gov.uk/guidance/bringing-a-ukrainian-vehicle-into-the-uk-tax-and-registration

Інформація про український транспортний засіб. Якщо вам було видано візу за однією з візових схем для України, вам не потрібно оподатковувати або реєструвати свій автомобіль з українськими номерами у Великобританії.

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Це стосується перших 3 років вашого перебування у Великобританії.- https://www.gov.uk/guidance/bringing-a-ukrainian-vehicle-into-the-uk-tax-and-registration

---

New Housing Loss Prevention Advice Service - Консультаційна служба щодо запобігання втраті нового житла

On 1st August the Ministry of Justice launched a free service - the Housing Loss Prevention Advice Service - to provide people who are facing eviction with legal advice, in the aim of helping them to keep their homes.

Tenants and homeowners may be able to access legal advice on matters such as:

- illegal eviction.
- disrepair and other problems with housing conditions.
- rent arrears.
- mortgage arrears.
- welfare benefits payments.
- Debt.

Advice will be available from the moment a written notice is received, which could be in the form of an email or letter from a landlord or mortgage provider.

You can find more information here.

1 серпня Міністерство юстиції запустило безкоштовну послугу «Консультаційна служба щодо запобігання втраті житла», яка надає людям, яким загрожує виселення, юридичні консультації, щоб допомогти їм зберегти житло.

Орендарі та домовласники можуть отримати юридичну консультацію з таких питань, як:
• незаконне виселення.
• аварійність та інші проблеми з житловими умовами.
• заборгованість по орендній платі.
• заборгованість по іпотеці.
• виплати соціальної допомоги.
• Заборгованість.

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Консультації будуть доступні з моменту отримання письмового повідомлення, яке може бути у формі електронного листа або листа від орендодавця чи постачальника іпотечного кредиту.

Ви можете знайти більше інформації (див. посилання вище).

Homes for Ukraine guidance update: Learn to speak, read and write English - Оновлення посібника Homes for Ukraine: Навчіться говорити, читати та писати англійською

DLUHC has today (15 August) updated the learn to speak, read and write English: Homes for Ukraine guidance, which includes added details on the government funding for STEP Ukraine, an English language and employment support programme for up to 10,000 Ukrainians across the UK. Enrolment to the programme is on a rolling basis, those interested are encouraged to register as soon as possible to secure a place in the programme.

The aim of STEP Ukraine is to help Ukrainians improve their English language skills and gain new employment or employment more in line with their skill level through the provision of English language training and employment support. The STEP Ukraine programme is delivered by World Jewish Relief in partnership with the British Council.

The programme includes:

- An intensive 10 weeks of 2.5 hour daily English classes by the British Council, with options to take the lessons morning, afternoon, or evening.
- 12 weeks of weekly employment support with a dedicated employment advisor, to support with: CV writing, job applications, interview prep, support with job search, and specialist workshops.
- All classes are remote, and teacher led. They are streamed so you will be with classmates at a similar level.

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Сьогодні (15 серпня) DLUHC оновив посібник «Навчіться говорити, читати та писати англійською: Homes for Ukraine», який містить додаткові відомості про державне фінансування STEP Ukraine, програми підтримки англійської мови та працевлаштування для 10 000 українців у Великобританії. . Реєстрація на програму відбувається на постійній основі, бажаючим пропонується зареєструватися якнайшвидше, щоб забезпечити собі місце в програмі.

Мета STEP Ukraine – допомогти українцям покращити знання англійської мови та отримати нову роботу або роботу, яка більше відповідає їхньому рівню кваліфікації, шляхом навчання англійської мови та підтримки працевлаштування. Програма STEP Ukraine виконується World Jewish Relief у партнерстві з Британською Радою.

Перегляньте посилання вище.

Програма включає:

• Інтенсивні 10 тижнів по 2,5 години щоденних уроків англійської мови від Британської Ради з можливістю проходження уроків вранці, вдень або ввечері.
• 12 тижнів щотижневої підтримки у працевлаштуванні від спеціального консультанта з працевлаштування, для підтримки: написання резюме, заявок на роботу, підготовки до співбесіди, підтримки в пошуку роботи та проведення спеціалізованих семінарів.
• Усі заняття дистанційні, під керівництвом викладача. Вони транслюються, тому ви будете з однокласниками на тому ж рівні.

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

STEP Ukraine
English Language and Employment Programme
STEP Ukraine is an intensive, virtual, 12-week English language and employment programme for Ukrainians in the UK.
STEP Ukraine is designed to help you find meaningful employment in the UK and improve your English. STEP Ukraine is delivered by World Jewish Relief and the British Council and is funded by the UK Government and is completely free for all participants.
Interested?
Complete our referral form by clicking this link:
STEP Ukraine | World Jewish Relief or call our freephone
0800 319 6089. (Monday to Thursday 9am-5pm, Friday 9am-2pm)
Please note that enrolment is on a rolling basis from
August 2023 until May 2024.
Scan here
World Jewish Relief
BRITISH COUNCIL
UK Government

Folkestone & Hythe District Council

Welfare Team - Команда добробуту

About us

Folkestone & Hythe District Council's welfare team is there to offer support, guidance and connect you with relevant organisations that can help with:

- Money guidance with referrals to qualified free debt advisers
- Energy bills including referrals to help reduce your costs
- Making claims for other benefits you may be eligible for
- Illegal money lending (loan sharks), mental health, physical health, addiction and many more

To find out more:

folkestone-hythe.gov.uk/help-support-cost-living

support@folkestone-hythe.gov.uk

You can also call the Council Monday to Friday, 10am to 4pm at **01303 853555**. Please be aware phone lines may be busy.

Can we brighten your day?

Contact us to see how we can help you with

- Rent
- Council Tax
- Food
- General welfare advice or support

Folkestone & Hythe District Council

How can we help?

Folkestone & Hythe District Council's welfare team runs several schemes to support households in the district.

Housing Benefit

Help for rent payments if you are on a low income and in one of the following categories:

- You (and your partner if you have one) have reached state pension age
- In supported accommodation
- Living in temporary accommodation placed by the council

If you do not fall into one of these categories, you can claim Universal Credit for help with housing costs.

Council Tax Reduction

Help for council tax if you are on a low income and responsible for the council tax charge of your home.

Discretionary Housing Payments

Discretionary Housing Payments can provide extra money over the short-term to help residents in receipt of Housing Benefit or the housing element of Universal Credit with housing costs including:

- A shortfall between Housing Benefit and rent or housing costs included in Universal Credit and rent
- Rent deposits
- Rent in advance
- Moving costs

Financial Support Payments

A Financial Support Payment is designed to assist persons who have applied for council tax reduction and who are still struggling to make payments.

This is to provide further assistance where an applicant is in receipt of council tax reduction but the level of support being paid by the council does not meet their full council tax liability.

Household Support Fund

This can help people experiencing financial hardship with particular emphasis on help with food vouchers and referrals for fuel support to Kent County Council.

Home Essentials Fund

A limited scheme to support low-income households with energy efficient solutions to help reduce their costs and supply more efficient items to replace broken ones, including:

- Boiler replacement and servicing
- Oil heating tune ups and support
- Beds and mattresses to homes that do not have suitable bed provision
- White goods such as cookers, fridge/freezers/washing machines, etc.

Further information and application forms for these schemes can be found on our website through our dedicated cost of living support page:

folkestone-hythe.gov.uk/help-support-cost-living

Про нас

Команда соціального забезпечення районної ради Фолкстоуна та Хайта готова запропонувати підтримку, поради та зв'язати вас із відповідними організаціями, які можуть допомогти з:

- Консультації щодо грошових коштів із направленнями до кваліфікованих безкоштовних консультантів із питань боргів.

- Рахунки за електроенергію, включаючи рекомендації, щоб допомогти зменшити ваші витрати.
- Вимагання інших пільг, на які ви можете мати право.
- Незаконне позичання грошей (лихварство), психічне здоров'я, фізичне здоров'я, залежність і багато іншого.

Щоб дізнатися більше:
Веб-сайт: www.folkestone-hythe.gov.uk/help-support-cost-living
Електронна адреса: support@folkestone-hythe.gov.uk
Ви також можете зателефонувати до Ради з понеділка по п’ятницю з 10:00 до 16:00 за номером 01303 853555. Майте на увазі, що телефонні лінії можуть бути зайняті.

Зв’яжіться з нами, щоб дізнатися, як ми можемо вам допомогти
- Оренда
- міський податок
- Харчування
- Загальні поради або підтримка щодо добробуту

Як ми можемо допомогти?
Команда соціального забезпечення районної ради Фолкстона та Хайта проводить кілька схем підтримки домогосподарств у цьому окрузі.

Допомога на житло:
Допомога зі сплатою орендної плати, якщо ви маєте низький дохід і належите до однієї з наступних категорій:
- Ви (або ваш партнер, якщо він є) досягли державного пенсійного віку
- У підтриманому розміщенні
- Проживання в тимчасових приміщеннях, наданих Радою

Якщо ви не підпадаєте під жодну з цих категорій, ви можете подати заявку на універсальний кредит для допомоги на витрати на житло.

Зменшення міського податку:
Допомога в сплаті міського податку, якщо ви маєте низький дохід і несете відповідальність за сплату міського податку за свій будинок.

Дискреційні виплати житла:
Вони можуть надати додаткові гроші в короткостроковій перспективі, щоб допомогти мешканцям отримати житлову допомогу або житловий елемент Універсального кредиту з витратами на житло, включаючи:
- Розбіжність між житловою допомогою та орендною платою або витратами на житло, включаючи універсальний кредит та орендну плату
- Орендна плата
- Оренда наперед
- Витрати на переїзд

Виплати фінансової підтримки:
Вони розроблені для того, щоб допомогти особам, які подали заяву на зниження міського податку та яким все ще важко сплачувати платежі.

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Це робиться для надання додаткової допомоги, якщо заявник отримує знижку від міського податку через те, що рівень підтримки, що виплачується радою, не відповідає його повному податковому зобов'язанню.

Фонд підтримки сімей:
Це може допомогти людям, які зазнають фінансових труднощів, з особливим наголосом на допомозі з ваучерами на харчування та направленнями для підтримки палива до ради округу Кент.

Фонд першої необхідності:
Обмежена схема підтримки домогосподарств з низьким рівнем доходу за допомогою енергоефективних рішень, які допоможуть зменшити їхні витрати та постачати більш ефективні предмети для заміни зламаних, зокрема:
- Заміна та обслуговування бойлера
- Налаштування та підтримка масляного опалення
- Ліжка та матраци для будинків, які не мають відповідних ліжок
- Біла техніка, така як плити, холодильники/морозильники/пральні машини тощо.

Додаткову інформацію та форми заявок для цих схем можна знайти на нашому веб-сайті на нашій спеціальній сторінці підтримки вартості життя:
www.folkestone-hythe.gov.uk/help-support-cost-living

Eat well, spend less useful information - Добре харчуйтеся, витрачайте менше корисної інформації

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

EAT WELL, SPEND LESS – top tips for eating well on a budget

Rising living costs mean many of us are trying to make savings where we can.

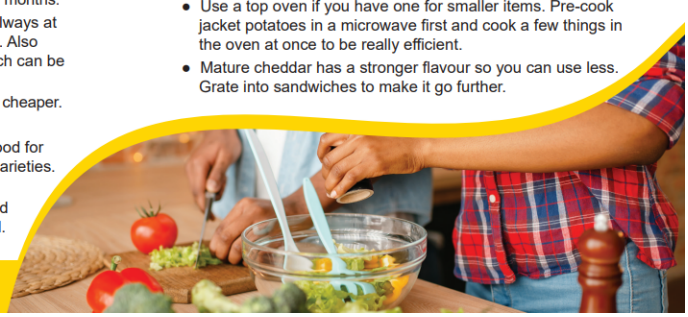
Look inside for ways to save money on food shopping and cooking, as well as healthy, nutritious and delicious recipes. You will also find places offering extra support if you need it.

SAVING MONEY ON YOUR WEEKLY SHOP

- Plan meals and write a shopping list. Look at what you already have in your cupboards and fridge to see what you need to use up first.
- Give yourself time so you can look for bargains and don't go on an empty stomach, you'll be less likely to make impulse buys.
- Shop around to find the best deals. Find out when fresh food usually gets reduced. You can often find fresh produce that has been marked down at the end of the day. You can freeze on day of purchase and use within three months.
- Buy in bulk. Shop with a friend so you can split bulk-buy discounts to save money without wastage. Only purchase what you need or can store to avoid wasting food and your money. Bulk buy packs of meat or fish, separate them and freeze the ones you know you won't use by the use-by date. Buy larger pots of yoghurt or packs of cheese. You can grate cheese and keep it in the freezer for up to four months.
- Buy own shop brands. Cheaper products are not always at eye level so look up and down to find the best deal. Also look for 'wonky' and loose fruit and vegetables which can be much cheaper than pre-packed items.
- Buy seasonal fresh fruit and vegetables – these are cheaper.
- Buy cheaper cuts of meat and frozen fish.
- Frozen or tinned fruit and vegetables are just as good for you if not better and are often cheaper than fresh varieties. Stock up when there are good deals on.
- Download the 'Too good to go' app for reduced food from supermarkets and restaurants that hasn't sold.

SAVING MONEY WHEN YOU COOK

- Cook large portions and freeze leftovers to save time and money. Save old plastic tubs like ice cream containers to put leftovers in.
- Roast a chicken and use the leftovers in other meals like chicken stir-fry.
- A full freezer is more economical, so fill it up with leftovers, bread or milk. Thaw food overnight in the fridge and reheat until it's steaming hot. Never refreeze food if it's already been frozen and thawed.
- Use a slow cooker or make one-pot dishes to save money. These only cost 20 to 25 pence per meal.
- Add vegetables, beans and pulses to make your meal go further and keep you fuller for longer. Try to go half-and-half, can you swap half your beef mince for lentils? Or half your chicken for chickpeas? Try to have two meat-free days a week to help to keep costs down.
- Use a top oven if you have one for smaller items. Pre-cook jacket potatoes in a microwave first and cook a few things in the oven at once to be really efficient.
- Mature cheddar has a stronger flavour so you can use less. Grate into sandwiches to make it go further.



STRICT COUNCIL

HEALTHY, LOW COST MEALS

Visit **www.nhs.uk/healthier-families/recipes** for more ideas!

Breakfast

- Porridge oats soaked overnight with yoghurt and frozen fruit.
- Boiled egg and soldiers (make some hardboiled for sandwiches).
- Hot porridge with chopped bananas or dried fruit.
- Bowl of cereal with milk and portion of dried fruit.
- Yoghurt with tinned or frozen fruit.

Banana pancakes

Ingredients:
- 125g self-raising flour
- half tsp baking powder
- 25g caster sugar
- two eggs
- 300ml milk
- tablespoon vegetable oil
- one large banana.

Method:
Mix the flour, caster sugar and baking powder to a large bowl. In a measuring jug, add the milk and then crack in both eggs and mix with a fork. Add the mixture to the flour and sugar and whisk until smooth. In a separate bowl, peel the banana and mash with a fork and add to the mixture. Continue to whisk until smooth.

To make the pancakes:
Heat 1tsp of vegetable oil in a large frying pan.
Add two small ladles of the mixture to the pan.
After a couple of minutes when the mixture starts to bubble, flip the pancake to cook the other side.

Main meals

- Vegetable curry with frozen vegetables.
- Pasta and Bolognese sauce.
- Chicken stew with jollof rice.
- Rice, peas and mackerel in tomato sauce.
- Lentil shepherd's pie.
- Goulash.
- Vegetarian fajitas.

Use a slow cooker or one pot to make chilli con carne, Bolognese sauce, corn beef hash and casseroles and stews.

Shakshuka

Ingredients:
- 1tbsp vegetable oil
- One red pepper
- One red onion
- 400g tinned tomatoes
- One tsp smoked paprika
- One tsp coriander
- Four eggs.

Method:
Heat the vegetable oil in a large frying pan. Add the red pepper and onion and fry until softened. Add the spices and cook for a further minute or two.
Add the tinned tomatoes and gently simmer for 10 minutes.

Make four wells in the pan and crack in the eggs. Cover with a lid until the eggs are cooked and serve. Serve with crusty bread.

Lighter meals

- Leftovers omelette with potatoes.
- Wraps or sandwiches with cheese and cucumber, hummus and cucumber, ham and tomato or egg.
- Jacket potato and cheesy beans or tuna, sweetcorn and mayo, or leftover chilli con carne or Bolognese sauce.
- Toast with cheese and tomato, scrambled eggs, peanut butter, cheesy beans, fried eggs, sardines.
- Homemade or tinned soup and wholemeal roll.
- Couscous salad flavoured with a stock cube, with chickpeas, tomatoes, celery, pepper, cucumber and sweetcorn.

Couscous and mackerel, peppers and red onion

Ingredients:
- 200g couscous
- 240g mackerel fillets
- one red onion
- one yellow pepper
- salt and pepper.

Method:
Pour 250ml of boiling water over the couscous.
Cover and leave for 10 minutes then fluff with a fork.
Meanwhile chop the red onion and pepper into small pieces. Remove the skin from the mackerel and flake into large chunks.
Mix the mackerel, red onion and pepper through the couscous and add salt and pepper for seasoning.
Serve with salad.
You can alternate the fish with cucumber, tomatoes, olives, feta cheese if you prefer.

Snacks

- Hot buttered crumpets with jam, marmite or peanut butter.
- Hot crossed buns.
- Malt loaf with spread.
- Cream cheese and crackers and vegetable sticks.
- Bread sticks and hummus.
- Microwave popcorn.
- Boiled eggs.
- Cheese and tinned pineapple.
- Plain yoghurt with one tsp jam or lemon curd mixed in and tinned fruit.

Desserts

- Banana and tinned custard.
- Rice pudding and tinned peaches or jam.
- Pineapple and plain yoghurt.

Sponge cake in a mug

Ingredients:
- Two tablespoons unsalted butter
- One large egg
- Two tablespoons milk
- One teaspoon pure vanilla extract
- 32g granulated sugar
- 85g self-raising flour
- A pinch of salt.

Method:
Place the butter in a large mug and microwave it for 20 to 30 seconds until melted.
Add the egg and whisk it in with a fork.
Stir in the milk, vanilla and sugar.
Add the flour and salt.
Beat until smooth.
Divide the batter between two mugs only half filling the mug with batter.
Microwave separately for one minute 30 seconds to two minutes 30 seconds each until risen and firm. If still not firm, keep cooking in 15-second bursts.

- Знайдіть свій місцевий Food Bank на www.trusselltrust.org
- Служба підтримки та допомоги Кента (KSAS) може запропонувати підтримку, якщо ви зіткнетеся з непередбачуваною, короткочасною кризою на www.kent.gov.uk/ksas
- Optivo може запропонувати безкоштовні поради щодо зменшення боргів на www.optivo.or.uk
- Kent Savers допоможе вам краще контролювати свої фінанси на сайті www.kentsavers.co.uk
- Якщо ви вагітні або маєте маленьких дітей, ви можете мати право на ваучери Healthy Start на сайті www.healthystart.nhs.uk

One You Kent може запропонувати індивідуальні сесії, де ви можете отримати допомогу щодо:
- відчувати мотивацію
- долати бар'єри
- ввести деякі зміни в спосіб життя
- вказівка на подальшу підтримку.

0300 123 1220

TONBRIDGE AND MALLING BOROUGH COUNCIL

oneyou.kent@nhs.net
www.oneyoukent.org.uk

Trading Standards Guidance - Рекомендації щодо торгових стандартів

Our Volunteer & Neighbourhood Watch Liaison Officer emailed regarding possible rogue traders where residents in the Lympne area are being asked to be vigilant regarding possible rogue traders offering to do work such repairing driveways, facias and soffits and charging significant disproportionate sums for doing so.

Please be aware of any such activity particularly involving any vulnerable persons in your area including areas within our district.

If you are aware of any such activity, please call 101 and quote reference 29-0718.

Additional prevention advice:

Rogue Traders and Doorstep Crime
Each year, Trading Standards receive thousands of complaints about uninvited traders and a large majority of these relate to home maintenance work such as roofing, tarmacing and paving, garden and tree surgery, insulation, general building work, burglar alarms and other services.
Doorstep cold calling is not illegal; however, Trading Standards advice is to NEVER employ traders who call at your door.
The work or service offered can sometimes be unnecessary, overpriced, of a poor standard or not done at all. Typically they have no formal training to carry out the work offered and some may have links with distraction burglars.

Common reports include:
- Taking a deposit and never returning to do the work.
- Quoting a price and then increasing the cost as the job progresses
- No statutory cancellation notices (cooling off period - see below), guarantees or warranties provided.
- Produce poor quality work and refuse to sort out problems or finish the work.

Avoiding Rogue Traders Advice:
- Be cautious; if a trader knocks at your door, do not agree to on-the-spot house repairs without taking advice. Say 'no thank you' and close the door.
- Be wary of special offers. They will use tactics such as 'I am only in your area today and would need to do the work now'.
- Do not believe when told that guttering, roofing, gardening or paving work is in need of urgent repair – this may cause you to panic and allow the work to take place.

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

- Don't allow anyone to pressure you into agreeing to have work carried out. If you ask them to leave and they don't, they are committing a criminal offence - contact the police on 999.
- Do not make snap decisions. If you feel that any work needs carrying out on your property, take time to talk to family or neighbours before you make a decision.
- Don't ever go to a bank or cash point with a trader; legitimate traders would never do this!

Наш офіцер із зв'язків із волонтерами та сусідами надіслав електронні листи щодо можливих шахраїв, у яких мешканців району Лімпн просять бути пильними щодо можливих шахраїв, які пропонують виконувати такі роботи, як ремонт під'їздів, фасадів і софітів, і стягувати за це значні непропорційні суми.

Будь ласка, будьте в курсі будь-якої подібної діяльності, яка стосується особливо вразливих осіб у вашому районі, включаючи райони в межах нашого округу.

Якщо вам стало відомо про подібну діяльність, телефонуйте за номером 101 та вказуйте номер 29-0718.

Додаткові поради щодо профілактики:

Торговці-ізгої та злочини на порозі
Щороку Trading Standards отримує тисячі скарг на непроханих торговців, і переважна більшість із них стосується робіт з обслуговування будинків, таких як покрівля, асфальтування та асфальтування, обробка саду та дерев, ізоляція, загальні будівельні роботи, охоронна сигналізація та інші послуги.
Холодні дзвінки з дому не є незаконними; однак порада Торгових стандартів полягає в тому, щоб НІКОЛИ не наймати трейдерів, які дзвонять у ваші двері.
Пропонована робота чи послуга іноді можуть бути непотрібними, завищеними, мати низький рівень або не виконуватися взагалі. Як правило, вони не мають формальної підготовки для виконання запропонованої роботи, а деякі можуть мати зв'язки з відволікаючими грабіжниками.

Загальні звіти включають:
• Взяти депозит і ніколи не повернутися, щоб виконати роботу.
• Вказати ціну, а потім збільшити вартість у міру просування роботи
• Немає передбачених законодавством повідомлень про скасування (період роздуму - див. нижче), гарантій чи гарантій.
• Виконуйте роботу низької якості та відмовляйтеся вирішувати проблеми чи завершувати роботу.
Уникайте порад нечесних торговців:
• Будьте обережні; якщо до вас постукає торговець, не погоджуйтеся на ремонт будинку на місці, не порадившись. Скажіть «ні, дякую» і закрийте двері.
• Остерігайтеся спеціальних пропозицій. Вони використовуватимуть такі тактики, як «Я лише сьогодні у вашій зоні, і мені потрібно зробити роботу зараз».
• Не вірте, коли вам кажуть, що водосточні, покрівельні, садові чи тротуарні роботи потребують термінового ремонту – це може змусити вас запанікувати й дозволити роботу виконати.

DIRECTORATE AND WITHE DISTRICT COUNCIL

• Не дозволяйте нікому тиснути на вас, щоб ви дали згоду на виконання роботи. Якщо ви просите їх піти, а вони цього не роблять, вони вчиняють кримінальне правопорушення – телефонуйте до поліції за номером 999.
• Не приймайте різких рішень. Якщо ви вважаєте, що на вашій території необхідно виконати будь-які роботи, знайдіть час, щоб поговорити з родиною чи сусідами, перш ніж прийняти рішення.
• Ніколи не йдіть до банку чи каси з торговцем; законні трейдери ніколи б цього не зробили!

Baby Basics, Folkestone - Baby Basics, Фолкстон

“Baby basics in Folkestone have lots of cots and buggies to give to families.

Pippa (07743 106247) from Baby basics has been amazing and is delivering nappies and other items to them. She has asked if we had any other families who would need anything.”

«Baby Basics у Фолкстоні має багато дитячих ліжечок і баггі, які можна подарувати сім’ям.

Піппа (07743 106247) з Baby basics була неймовірною і доставляє їм підгузки та інші речі. Вона запитала, чи є у нас ще сім’ї, яким щось потрібно».

SEK Cost of Living Support - Підтримка вартості життя в SEK

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Ми тут, щоб допомогти вам із цим та іншим..

- Пошук роботи.
- Здоров'я та благополуччя.
- Здорове харчування.
- Переваги.
- Гранти для заявок.
- Домашнє бюджетування.
- Інтернет та цифрові навички.
- Житло.

Зв'яжіться з нами сьогодні!

01843 210005
costofliving@sekgroup.org.uk

* Підтримка людей, які живуть у Іст-Кенті.

District Mobile Food Service Launched - Запущена районна мобільна служба харчування

A new service providing a mobile foodbank and pantry service for areas of the Folkestone, Hythe and Romney Marsh district has taken to the road.

The service will begin by operating in several locations across the district giving easier access for people struggling to meet the increased cost of food.

A van has been kitted out with shelving, a fridge and a freezer and will be the mobile arm of the existing Shepway Foodbank, operated by Folkestone's Rainbow Centre.

It will help residents facing an emergency who have been referred by agencies to the foodbank for free food vouchers.

The van will also deliver a mobile version of the Hythe Pantry service which has been supporting its members by offering a weekly food shop for just £5 per week.

The combined mobile foodbank and food pantry service is understood to be the first of its kind in the country and the project has been progressed by Folkestone & Hythe District Council and the Rainbow Centre. It was officially launched on Thursday (October 5) in a week that coincided with the first birthday of the Hythe Pantry Service.

The van and service has been funded by central government through a grant secured by the council from the UK Shared Prosperity Fund. The Trussell Trust and the Folkestone Community Works programme have also supported the innovative project.

Launching the service, Councillor Mike Blakemore, F&HDC Cabinet Member for Community and Collaboration, said: "We are delighted to see the excellent work of the food bank and pantry service expanded to make it easier for more people to get the support they need.

"This could not be done without the help of wonderful volunteers and all those who donate the food. Together they are making a wonderful contribution to their communities."

"It is also good to hear about those who have been able to move on from the services after getting vital support and a precious lifeline at a time of difficulty in their lives."

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Rainbow Centre Chair, Dr. Peter Le Feuvre, added: *"This major new project is the first of its kind in the region. It responds to a significant need identified by local communities and we are grateful for the support and collaboration of our partners."*

A money advice service and other cost-of-living support will be available at the locations visited by the mobile van. Information will also be available about other schemes for financial and wider support through the council's Household Support Fund and Home Essentials Fund.

The project will complement the District Food Network's (DFN) member projects such as community fridges and other upcoming initiatives including community gardens and cookery classes that address food production and food waste.
The locations of the van will be as follows and the mobile service will be at the location at the same time on the same day of the week.

Hawkinge Community Centre, Heron Forstal Avenue, Hawkinge, Folkestone CT18 7FP on Wednesday 10am to 12noon.

Harbour Church Folkestone, Canterbury Road, Folkestone, CT19 5NR on Thursday 10am to 12noon.

Folkestone Academy, Park Farm, Folkestone, CT19 5FP on Friday (from 6 Oct) 2.50pm to 4pm.

Hardy Hall, Lydd, TN29 9HN on Monday (from 9 Oct) 10am to 11am.

Another location – Cheriton Baptist Church, Quested Road, Folkestone, CT19 4BY will be added early next year.

Anyone wishing to volunteer to help the service should contact the Rainbow Centre - enquiries@rainbow-centre.org or on 01303 850733.

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Photograph caption: Cllr Mike Blakemore, Cabinet member for Community and Collaboration, cuts the ribbon to officially launch the mobile food services van.

Нова служба, що надає мобільний банк харчування та комору для районів Фолкстон, Хайт і Ромні-Марш, вийшла на дорогу.

Служба розпочне працювати в кількох місцях по всьому округу, щоб полегшити доступ для людей, які намагаються подолати підвищення вартості їжі.

Фургон обладнаний стелажами, холодильником і морозильною камерою, і він стане мобільним підрозділом існуючого Shepway Foodbank, яким керує Folkestone's Rainbow Centre.

Це допоможе мешканцям у надзвичайних ситуаціях, яких агентства направили до продовольчого банку, щоб отримати ваучери на безкоштовне харчування.

У фургоні також буде доступна мобільна версія служби Hythe Pantry, яка підтримує своїх учасників, пропонуючи щотижневий продуктовий магазин лише за 5 фунтів стерлінгів на тиждень.

FOLKESTONE AND

Вважається, що об’єднаний мобільний банк харчування та харчова комора є першим у своєму роді в країні, і проект був розроблений Радою району Folkestone & Hythe та Rainbow Centre. Він був офіційно запущений у четвер (5 жовтня) за тиждень, який збігся з першим днем народження Hythe Pantry Service.

Мікроавтобус і обслуговування фінансуються центральним урядом через грант, наданий радою від UK Shared Prosperity Fund. Trussell Trust і програма Folkestone Community Works також підтримали інноваційний проект.

Запускаючи послугу, радник Майк Блейкмор, член Кабінету міністрів F&HDC з питань співтовариства та співпраці, сказав: «Ми раді бачити відмінну роботу банку продуктів харчування та служби комори, щоб полегшити більшій кількості людей отримувати необхідну підтримку.

«Цього не вдалося б зробити без допомоги чудових волонтерів і всіх тих, хто жертвує продукти. Разом вони роблять чудовий внесок у свої громади».

«Також приємно чути про тих, хто зміг залишити службу після того, як отримав життєво важливу підтримку та дорогоцінний рятівний круг у важкий час свого життя».

Голова центру Rainbow д-р Пітер Ле Февр додав: *«Цей великий новий проект є першим у своєму роді в регіоні. Це відповідає значній потребі, визначеній місцевими громадами, і ми вдячні нашим партнерам за підтримку та співпрацю».*

Послуги грошових консультацій та інша підтримка щодо вартості життя будуть доступні в місцях, які відвідує мобільний мікроавтобус. Також буде доступна інформація про інші схеми фінансової та ширшої підтримки через Фонд підтримки домогосподарств ради та Фонд першої необхідності.

Проект доповнить проекти членів Районної продовольчої мережі (DFN), такі як громадські холодильники та інші майбутні ініціативи, включаючи громадські сади та кулінарні класи, які стосуються виробництва їжі та харчових відходів.
Розташування мікроавтобуса буде таким, а мобільна служба буде на місці в той самий час у той самий день тижня.

Hawkinge Community Centre, Heron Forstal Avenue, Hawkinge, Folkestone CT18 7FP у середу з 10:00 до 12:00.

Harbor Church Folkestone, Canterbury Road, Folkestone, CT19 5NR у четвер з 10:00 до 12:00.

Folkestone Academy, Park Farm, Folkestone, CT19 5FP у п’ятницю (з 6 жовтня) з 14:50 до 16:00.

Hardy Hall, Lydd, TN29 9HN у понеділок (з 9 жовтня) з 10:00 до 11:00.

На початку наступного року буде додано ще одне місце – Баптистська церква Черітон, Quested Road, Folkestone, CT19 4BY.

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Кожен, хто бажає стати волонтером і допомогти службі, повинен зв'язатися з Rainbow Center за адресою enquiries@rainbow-centre.org або за номером 01303 850733.

Підпис до фотографії: Cllr Майк Блейкмор, член Кабінету міністрів спільноти та співпраці, перерізає стрічку, щоб офіційно запустити мобільний фургон громадського харчування.

Ukrainian Refugee Help information - Інформація

By way of introduction, we are a volunteer organisation that has put together a comprehensive website resource, https://ukrainianrefugeehelp.co.uk, for Ukrainian guests and hosts.

Our website

Our website gets great feedback. We subscribe to the DLUHC topic to keep our website up to date, as well as proactively communicating with them on a number of current issues. We also have a newsletter that we send out to subscribers. We would be happy to have our website added to your websites and shared with your local partners / groups. We welcome any constructive feedback in our efforts to support our Ukrainian guests.

Kind regards,

UKrainian Refugee Help

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

До речі, ми є волонтерською організацією, яка створила комплексний веб-ресурс https://ukrainianrefugeehelp.co.uk для українських гостей і господарів.

Наш сайт
Наш веб-сайт отримує чудові відгуки. Ми підписуємося на тему DLUHC, щоб підтримувати наш веб-сайт в актуальному стані, а також активно спілкуватися з ними з низки поточних питань. У нас також є розсилка, яку ми розсилаємо передплатникам. Ми будемо раді, якщо наш веб-сайт буде додано до ваших веб-сайтів і поширено з вашими місцевими партнерами / групами. Ми вітаємо будь-який конструктивний відгук у наших зусиллях підтримати наших українських гостей.

З повагою,

Ukrainian Refuge Help (посилання вище).

Social Events and English Classes - Світські заходи та уроки англійської мови

Please see following link: https://www.folkestone-hythe.gov.uk/community/events

Перегляньте посилання вище.

Important Dates - Важливі дати

1 January. New Year's Day.
24 February 2022. Russia/Ukraine Conflict.
8 March. International Women's Day.
1 May. International Workers' Day.
8 May. Day of Remembrance and Victory over Nazism in World War II 1939 – 1945.
28 June. Constitution Day
15 July. Statehood Day

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

24 August. Independence Day
1 October. Defenders of Ukraine Day.

1 січня. День нового року.
24 лютого 2022. Конфлікт Росія/Україна.
8 березня. Міжнародний жіночий день.
1 травня. День міжнародної солідарності трудящих.
8 травня. День пам'яті та перемоги над нацизмом у Другій світовій війні 1939-1945 років.
28 червня. День Конституції
15 липня. День державності
24 серпня. День Незалежності
1 жовтня. День захисника України.

Supporting Organisations Contact Details and Safeguarding - Контактні дані організацій підтримки та захист

F&HDC Customer Services can be contacted Monday-Friday between 10am-4pm (except public holidays) as follows: customer.services@folkestone-hythe.gov.uk, or 01303 853000. Please note that the central Ukraine mailbox at F&HDC (ukraine@folkestone-hythe.gov.uk) will no longer be monitored.

F&HDC Housing run an out of hours service via Lifeline which you can contact on 01303 221888. This is accessible 365 days of the year after 4pm. During office hours (not public holidays), the Housing Team can be contacted as follows: housing@folkestone-hythe.gov.uk.

The F&HD KCC Ukraine Team will continue to provide support and can be contacted Monday to Friday (except public holidays) between 9am-5pm as follows: ukrainefolkestoneandhythe@kent.gov.uk.

Information, support, and advice on Safeguarding can be found on the Council's Website, as follows: https://www.folkestone-hythe.gov.uk/health-wellbeing/safeguarding or https://www.folkestone-hythe.gov.uk/community/adult-safeguarding

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL

Зв’язатися зі службою обслуговування клієнтів F&HDC можна з понеділка по п’ятницю з 10:00 до 16:00 (крім державних свят) за адресою customer.services@folkestone-hythe.gov.uk або 01303 853000. Зверніть увагу, що центральна поштова скринька F&HDC в Україні (ukraine@folkestone-hythe.gov.uk) більше не контролюватимуться.

F&HDC Housing надає послуги в неробочий час через Lifeline, з якою можна зв’язатися за номером 01303 221888. Це доступно 365 днів на рік після 16:00. У робочі години (окрім державних свят) з командою з питань житла можна зв’язатися за такою адресою: housing@folkestone-hythe.gov.uk.

Команда F&HD KCC в Україні продовжуватиме надавати підтримку, і з нею можна зв’язатися з понеділка по п’ятницю (крім державних свят) з 9:00 до 17:00 за такою адресою: ukrainefolkestoneandhythe@kent.gov.uk.

Інформацію, підтримку та поради щодо безпеки можна знайти на веб-сайті Ради за адресою: https://www.folkestone-hythe.gov.uk/health-wellbeing/safeguarding або https://www.folkestone-hythe.gov.uk/community/adult-safeguarding

FOLKESTONE AND HYTHE DISTRICT COUNCIL