



HelpinBrum

Pomoc dostępna w Birmingham Martwią Cię rosnące koszty życia?

Ulotka zawiera przydatne dane kontaktowe do organizacji zapewniających porady i wsparcie.

Rada Miasta Birmingham i organizacje partnerskie oferują mieszkańcom wsparcie i porady w trakcie kryzysu związanego z kosztami życia w Wielkiej Brytanii.

Naszym celem jest udzielenie pomocy jak największej liczbie mieszkańców kluczowych rejonów opisanych w tej ulotce.

Warm Welcome:

Warm Welcome współpracuje z lokalną społecznością i organizacjami partnerskimi sektora publicznego oraz wolontariuszami w celu zwiększenia liczby ciepłych miejsc, które będą dostępne dla każdego w okresie zimowym i dalszej przyszłości.

Mieszkańcy mają już dostęp do wielu punktów Warm Welcome w całym mieście.

Miejsca takie są:

- otwarte dla wszystkich bez oceniania,
- ogrzewane i bezpłatne.

Punkty mogą oferować różne usługi i zapewniać na przykład:

- informacje o dodatkowym wsparciu i dostępnych poradach,
- możliwość uczestnictwa w zajęciach i naukę nowych rzeczy,
- darmowy dostęp do Internetu, komputerów i punktów ładowania,
- przyjazne środowisko do zawierania znajomości w ramach lokalnej społeczności.

Szczegółowe informacje o punktach Warm Welcome znajdują się na stronie:

www.birmingham.gov.uk/warmwelcome

Strona będzie na bieżąco aktualizowana o pojawiające się co tydzień nowe punkty Warm Welcome.

Porady dotyczące zasiłków i finansów:

W trakcie kryzysu związanego z kosztami życia istotny jest dostęp do odpowiednich porad dotyczących zasiłków i finansów. Poniższe strony internetowe mogą zawierać przydatne informacje.

Kalkulator zasiłków to strona rządowa zawierająca informacje o uprawnieniach do zasiłków dostępna pod adresem: [Benefits calculators - GOV.UK](https://www.gov.uk/benefits-calculators)

Rada Miasta Birmingham opracowała broszury zawierające przydatne informacje dotyczące zadłużenia. Informacje dostępne są do wglądu i pobrania na stronie: [managing your debt | Birmingham City Council](https://www.birmingham.gov.uk/managing-your-debt)

Odpowiednie informacje dotyczące zadłużenia, porady oraz wsparcie można znaleźć również na stronie: www.birmingham.gov.uk/livingsupport

Wiele innych organizacji zapewnia darmowe i poufne porady:

- The Project – Porady dotyczące zasiłków, zadłużenia oraz sytuacji mieszkaniowej. 0121 453 0606 | www.theprojectbirmingham.org
- Biuro Porad Obywatelskich Birmingham – Porady dotyczące zasiłków, zadłużenia, sytuacji mieszkaniowej i innych. 0808 278 7990 | www.bcabs.org.uk
- Biuro ds. Osób Niepełnosprawnych – Porady oraz wsparcie dla osób niepełnosprawnych. 03030 402 040 | www.disability.co.uk

Wydajność energetyczna:

W okresie wzrostu kosztów życia naszym celem jest zmniejszenie wysokości opłat za energię i umożliwienie każdemu ograniczenie się w miesiącach zimowych.

Mieszkańcy mają już dostęp do wielu programów, a wszystkie informacje i porady znajdują się na stronie:

[Getting help with your energy bills](https://www.birmingham.gov.uk/getting-help-with-your-energy-bills)

Wraz z kryzysem dotyczącym kosztów życia wzrosła liczba oszustw energetycznych.

Na stronie Rady Miasta Birmingham znajdują się przydatne informacje o tym, jak uchronić się przed tymi oszustwami:

[Energy scams | Scams and hoaxes](https://www.birmingham.gov.uk/energy-scams)

Pomoc żywnościowa:

Kryzys związany z kosztami życia dla wielu oznacza trudności z zakupem pożywienia. Poniżej znajdują się informacje dla osób, których dotyczy ten problem.

Banki żywności:

Choć korzystanie z banków żywności i podobnych projektów po raz pierwszy może się wydawać przytłaczające, wolontariusze starają się, by wszyscy odwiedzający czuli się komfortowo.

Jeden z odwiedzających stwierdził: „*Indywidualne podejście do odwiedzających sprawiło, że poczułem się bardziej komfortowo. Kiedy mój budżet był napięty, czułem, że jest ktoś, kto dobrze rozumie moje położenie*”.

Lokalny bank żywności i inne wsparcie w zakupie żywności znaleźć można na stronie: [Birmingham Food Justice Network Map](#)

Karta Zdrowy Start

Karta Zdrowy Start może przysługiwać kobietom w co najmniej 10 tygodniu ciąży lub posiadającym dziecko poniżej czwartego roku życia oraz rodzinom otrzymującym pewne zasiłki może.

Karta zawiera środki finansowe, które można wykorzystać na zakup: płynnego mleka krowiego; świeżych, mrożonych i puszkowanych warzyw i owoców; świeżych, suszonych lub puszkowanych warzyw strączkowych oraz mleka dla niemowląt na bazie mleka krowiego. Upoważnia również do otrzymania darmowych witamin.

Więcej informacji o projekcie i sposobie złożenia aplikacji na: www.birmingham.gov.uk/healthystart

Darmowe posiłki w szkole

Na stronie [free school meals eligibility](#) można sprawdzić, czy dziecku przysługują darmowe posiłki w szkole. Usługa ta automatycznie rejestruje dziecko do Programu wakacji, zajęć i żywności.

Dodatkowe informacje

Więcej informacji przydatnych w znalezieniu odpowiedniej dla własnych potrzeb organizacji znajduje się na stronie Rady Miasta Birmingham: www.birmingham.gov.uk/livingsupport lub pod numerem działu obsługi klienta: 0121 303 9944.

Dodatkowa pomoc

Poniżej znajdują się szczegóły kontaktowe do głównych organizacji udzielających informacji i porad na szczeblu lokalnym i krajowym:

Age UK Birmingham

Informacje, porady i infolinia dla osób starszych (50+), ich rodzin i opiekunów
0121 437 0479 | www.ageuk.org.uk/birmingham

Birmingham Mind

Porady, informacje i skierowania dla osób cierpiących na problemy ze zdrowiem psychicznym
0121 262 3555 | www.birminghammind.org

Moneyhelper

Porady w celu poprawienia sytuacji finansowej
0800 138 7777 | www.moneyhelper.org.uk

Stop Loan Sharks

Dochodzenie i ściganie prawne organizacji nielegalnie pożyczających pieniądze i wsparcie dla pożyczających
0300 555 2222 | www.stoploansharks.co.uk

Turn2Us

Informacje i wsparcie finansowe 0808 802 2000 |
www.turn2us.org.uk | benefits-calculator-2.turn2us.org.uk

Birmingham and Solihull Women's Aid

Wsparcie dla kobiet i dzieci doświadczających przemocy domowej
0800 800 0028 | www.bswaid.org

Shelter

Porady mieszkaniowe 0808 800 4444 | england.shelter.org.uk

The Active Wellbeing Society

Dzięki Listen and Connect każdy może poczuć się wysłuchany, nawiązać kontakty z innymi, być aktywny, prowadzić dobre życie i uzyskać dostęp do informacji
0121 728 7030 | www.theaws.co.uk/listen-connect

The Refugee and Migrant Centre

Porady dotyczące imigracji, mieszkań i ubóstwa, samopoczucia i zdrowia, zatrudnienia i edukacji, przesiedlenia i obywatelstwa
0121 374 0140 | www.rmcentre.org.uk

Spitfire Services

Porady dotyczące finansów, zasiłków, sytuacji mieszkaniowej i problemów z zatrudnieniem
0121 747 5932 | www.spitfireservices.org.uk