**Video script – to be translated into community languages and British Sign Language**

بەهۆکاری تێچووی قەیرانەکانی ژیان، هەموو کەسێک لەم زستانەدا دەکرێ پێویستی بە کەمێک یارمەتی هەبێت. لەم کورتە ڤیدیۆیەدا، ئەوەت پیشان دەدەم کە ئەگەر یارمەتی و ئامۆژگاریت بوێت، چۆن دەتوانی دەستت پێیان بگات. تکایە بیر لە هاوبەشی کردنی ئەمە بکەوە لەگەڵ کەسانی تردا، بۆ دڵنیابوون لەوەی هەموو کەسێک لە کامدن (Camden) بزانێت چۆن یارمەتی بەدەست دەهێندرێت.

ئەگەر پێویستی هەنووکەییت بە خواردن هەیە، سەردانی ئەم لینکە بکە **findfood.camden.gov.uk.**

ئەگەر لە ئاستەنگی دارایی تووند دایت، زانیاری بەدەست بهێنە لەبارەی بڕەپارەی ئەنجومەنەکە لەبارەی تێچووی قەیرانەکانی ژیان لەڕێگەی ئەم لینکە **camden.gov.uk/colcfund.** تۆ هەروەها دەتوانی پەیوەندی بکەیت بە ئەنجومەنەکە بۆ بەدەست هێنانی یارمەتی لەم بارەیەوە و هەروەها بۆ دەستکەوتنی خواردن بە ژمارە **4444 7974 020 (بژاردەی 9).**

ئەگەر دووچاری قەیرانی تەندروستی مێشکی بوویتەوە، ئەوا پەیوەندی بکە بە هێڵی قەیرانەکانی تەندروستی مێشکی کە 24 کاتژمێر کراوەیە لەڕێگەی ژمارە **6333 3317 020.**

ئەگەر لەبارەی قەرز نیگرانیت، پەیوەندی بکە بە ڕێکخراوێکی خێرخوازی قەرز بۆ دەستکەوتنی ئامۆژگاری بێ بەرامبەر بۆ نمونە ستێپچەینچ (Stepchange) لەڕێگەی ژمارە **5300 303 0300.**

ئەگەر دواکەوتوویت لە خەرجکردنی بڕەپارەی پسووڵەی وزە یاخود ئەگەر ناتوانی پڕیان بکەیتەوە، ئەوا پەیوەندی بکە بە دابینکاری وزەت و پرسیاریان لێ بکە کە چۆن دەتوانن یارمەتیت بدەن. دەکرێ ئەوان پلانێکی پارەدانت پێشکەش بکەن یان بەخشینێکت پێ بدەن بۆ قەرزدانەوە، یان هەژمارێکی کاتی (ماوە-کورت)ت پێ بدەن.

بەبێ گوێدانە بارودۆخت، تۆ هەروەها دەتوانی دەستت بگات بە ژمارەیەک یارمەتی و پاڵپشتی بەم ڕێگایانەی خوارەوە:

1. بڕۆ بۆ نزیکترین شوێنی 'بەخێرهاتنی گەرم (warm welcome)' کە لەوێدا دەتوانی پشوو بدەیت و چاوت بە کەسانی تر بکەوێت و ئامۆژگاری وەربگریت لە شوێنێکی سەلامەت و گەرمدا. ئەمانەش دەکرێ بدۆزرێنەوە لە پەرتوکخانەکان، سەنتەرەکانی منداڵان، سەنتەرەکانی کات بەسەربردن و هەروەها لە کۆمەڵگە و باڵەخانەکانی تری بیروباوەڕ لەسەرتاسەری کامدن. نزیکترین شوێن بدۆزەرەوە لەڕێگەی ئەم لینکە **camden.gov.uk/warmwelcome**
2. سەردانی وێبسایتی ئەنجومەنی کامدن بکە **camden.gov.uk/costofliving**
3. وەرە بۆلای پاسی ئامۆژگاری تێچووی قەیرانەکانی ژیانی کامدن - بەخێرهاتنی هەموو کەسێک دەکرێت. ئەوە بزانە کە کەی پاسی ئامۆژگاری لە نزیکی تۆ دەبێت لەم لینکە **camden.gov.uk/winterevents**
4. ئەگەر پێویستیت بەوەیە کە قەرزێک وەربگریت، هەڵمەخەڵەتێ بە نزیکبوونەوە لە شارکی قەرز (loan shark) یان بەدەستهێنانی قەرزی پارەدانی-ڕۆژێک (payday loan). بەڵکو ڕەچاوی یەکێتییەکانی قەرز یان دابینکارانی تری ڕەوشت بەرزی قەرز بکە. بۆ زانیاری زیاتر، پەیوەندی بکە بە **1786 7561 020**
5. لەکۆتاییدا، ئەگەر تۆ کێشەت هەیە بەڵام نازانیت ڕوو لە کوێ بکەیت، پەیوەندی بکە بە ئەنجومەنی کامدن **4444 7974 020 (بژاردەی 9)** یان پەیوەندی بکە بە یەکێک لە ڕێکخراوەکانی تۆڕی ئامۆژگاری کامدن. وردەکاری پەیوەندی کردنیان بدۆزەرەوە لەڕێگەی **camden.gov.uk/can**