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

У зв'язку з кризою вартості життя, кожному, ймовірно, цієї зими знадобиться якась допомога. У цьому короткому відео я розповім про те, як можна отримати допомогу та поради за бажанням. Поділіться цією інформацією з іншими, щоб всі в Камдені знали, як отримати допомогу.

Якщо ви відчуваєте гостру потребу в їжі, відвідайте сайт **findfood.camden.gov.uk.**

Якщо ви зіткнулися зі значними фінансовими труднощами, дізнайтеся про антикризовий фонд ради з питань вартості життя за адресою **camden.gov.uk/colcfund.** Ви також можете зателефонувати до ради по допомогу в цьому питанні та щодо отримання харчування за номером **020 7974 4444 (опція 9).**

Якщо ви відчуваєте кризу психічного здоров'я, звертайтеся на цілодобовий телефон довіри з питань психічного здоров'я за номером **020 3317 6333.**

Якщо ви стурбовані боргами, зателефонуйте до боргової благодійної організації, як-от Stepchange і отримайте безкоштовну консультацію за номером **0300 303 5300.**

Якщо ви заборговуєте оплату рахунків за електроенергію або не можете дозволити собі поповнити рахунок, зателефонуйте своїй енергопостачальній організації та запитайте, як вони можуть допомогти. Вони можуть запропонувати графік платежів або позику для погашення боргів, або надати вам тимчасовий кредит.

Незалежно від вашої ситуації, ви також можете отримати доступ до різноманітної інформаційної підтримки наступним чином:

1. Завітайте до найближчого пункту «теплого прийому», де ви зможете розслабитися, зустрітися з іншими людьми та отримати пораду в безпечному та теплому місці. Вони розташовані в бібліотеках, дитячих центрах, центрах дозвілля та відпочинку та інших громадських і релігійних будівлях по всьому Камдену. Знайдіть найближче до вас приміщення за адресою **camden.gov.uk/warmwelcome**
2. Відвідайте сайт Ради Камдена за адресою **camden.gov.uk/costofliving**
3. Підходьте до автобусу порад з питань кризи вартості життя в Камдені. Запрошуємо всіх бажаючих. Дізнайтеся, коли автобус порад буде поруч із вами, за адресою **camden.gov.uk/winterevents**
4. Якщо вам потрібні гроші, втримайтеся від спокуси звернутися до лихваря або взяти мікропозику. Натомість розгляньте кредитні спілки або інших етичних кредитодавців. Для отримання додаткової інформації телефонуйте за номером **020 7561 1786**
5. Насамкінець, якщо ви відчуваєте труднощі, але не знаєте, куди звернутися, зателефонуйте до Ради Камдена за номером **020 7974 4444 (опція 9)** або зв'яжіться з однією з організацій, що входять до консультативної мережі Камдена. Їхні контактні дані можна знайти за адресою **camden.gov.uk/can**