

English	Russian
Healthy Start Get help to buy food and milk	Здоровое Начало Получи помощь при покупке продуктов питания и молока
What can I buy? Fruit and vegetables	Что я могу купить? Фрукты и овощи
They can be: <ul style="list-style-type: none"> • fresh, frozen or tinned • whole or chopped • packaged or loose • fruit in fruit juice • fruit, vegetables in water • fresh, dried or tinned pulses 	Это могут быть: <ul style="list-style-type: none"> • свежие, замороженные или консервированные • целые или нарезанные • упакованные или на развес • фрукты в виде сока • фрукты, овощи в воде • свежие, сушеные или консервированные зерновые
They cannot: <ul style="list-style-type: none"> • have added ingredients like fat (oil), salt, sugar or flavourings • be juiced or pre-cooked • be fruits in syrup • be smoothies 	Это не могут быть: <ul style="list-style-type: none"> • с добавками, такие как жиры (масло), соль, сахар и приправы • приготовлены заранее • фрукты в сиропе • смузи
Plain cow's milk This needs to be plain cow's milk, which is pasteurised, sterilised, long-life or ultra- heat treated (UHT).	Цельное коровье молоко <ul style="list-style-type: none"> • Это должно быть цельное, пастеризованно, стерелизованно, длительного хранения или ультра-термически обработано
It cannot be: <ul style="list-style-type: none"> • flavoured • coloured • evaporated • condensed • plant-based milk • powdered (unless it's stage one infant formula) 	Это не может быть молоко <ul style="list-style-type: none"> • с вкусовыми добавками • с красителями • конденсированное • растительное молоко • порошковое (исключением является Молочная смесь для младенцев)

<p>Infant formula</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stage one only (first infant formula) • made from cow's milk • nutritionally complete. <p>It cannot be:</p> <p>follow-on formula or milk ('from 6 months', or 'from 6 to 12 months').</p>	<p>Молочная смесь для младенцев</p> <ul style="list-style-type: none"> • Только первый этап (первая Молочная смесь для младенцев) • сделанная из цельного молока • питательно наполненное <p>Это не может быть</p> <p>Молочная смесь или молоко для питания детей от 6 месяцев.</p>
<p>Healthy Start Vitamins</p> <p>You can use your Healthy Start prepaid card to show proof of eligibility to collect Healthy Start vitamins.</p> <p>Find your nearest vitamin provider on the Healthy Start website.</p> <p>Take your prepaid card with you when you collect them.</p>	<p>Витамины Здорового Начала</p> <p>Вы можете использовать предоплаченную карту Здоровое Начало (Healthy Start), чтобы подтвердить право на получение витаминов (Healthy Start vitamins).</p> <p>Найдите ближайшего поставщика витаминов на веб-сайте Здоровое Начало (Healthy Start).</p> <p>Возьмите с собой предоплаченную карту, когда будете забирать витамины.</p>
<p>For more information and to apply to the NHS Healthy Start scheme, visit: www.healthystart.nhs.uk</p> <p>Or call us on 03003307010</p> <p>Our contact centre is open Monday - Friday, 8 am - 6 pm (except public holidays)</p>	<p>Чтобы получить дополнительную информацию и подать заявку на участие в программе NHS Healthy Start, посетите: www.healthystart.nhs.uk</p> <p>Или позвоните нам по телефону 03003307010</p> <p>Наш контакт-центр работает с Понедельника по Пятницу с 8:00 до 18:00 (кроме праздничных дней)</p>
<p>Follow us on Facebook and Twitter @NHSHealthyStart</p>	<p>Следите за нами в Facebook и Twitter @NHSHealthyStart</p>
<p>The allpay prepaid card is issued by allpay Ltd pursuant to license by Mastercard International Incorporated. allpay Ltd is a company regulated by the Financial</p>	<p>Предоплаченная карта allpay выпущена компанией allpay Ltd в соответствии с лицензией Mastercard International Incorporated. allpay Ltd — компания,</p>

<p>Conduct Authority (FRN 900539) for the issuance of electronic money. Head office and registered address: Fortis et Fides, Whitestone Business Park, Hereford, HR1 3SE (Company No 02933191). Mastercard is a registered trademark of Mastercard International Incorporated.</p>	<p>деятельность которой регулируется Управлением финансового надзора (FRN 900539) по выпуску электронных денег. Главный офис и зарегистрированный адрес: Fortis et Fides, Whitestone Business Park, Hereford, HR1 3SE (номер компании 02933191). Mastercard является зарегистрированным товарным знаком Mastercard International Incorporated.</p>
<p>What is NHS Healthy Start?</p> <p>If you're pregnant or have children under the age of 4 you can get payments every 4 weeks to spend on:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cow's milk • fresh, frozen or tinned fruit and vegetables • infant formula milk • fresh, dried, and tinned pulses <p>You can also get free Healthy Start vitamins.</p> <p>You'll get:</p> <ul style="list-style-type: none"> • £4.25 each week of your pregnancy (from the 10th week of your pregnancy) • £8.50 each week for children from birth to 1 year old • £4.25 each week for children between 1 and 4 years old <p>Your money will stop after your child's 4th birthday, or if you no longer receive benefits.</p>	<p>Что такое Здоровое Начало NHS?</p> <p>Если вы беременны или у вас есть дети в возрасте до 4 лет, вы можете получать финансовую поддержку каждые 4 недели на:</p> <ul style="list-style-type: none"> • коровье молоко • свежие, замороженные или консервированные фрукты и овощи • молочная смесь для младенцев • свежие, сушеные и консервированные бобовые <p>Вы также можете получить бесплатные витамины Здоровое Начало (Healthy Start). Вы сможете получать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • £4,25 каждую неделю беременности (с 10-й недели беременности) • £8,50 в неделю для детей от рождения до 1 года • £4,25 в неделю для детей в возрасте от 1 до 4 лет. <p>Деньги перестанут поступать после того, как вашему ребенку исполнится 4 года, или если вы перестанете получать пособия.</p>
<p>Who can apply?</p>	<p>Кто может подавать заявку?</p>



<p>You'll qualify for the Healthy Start scheme if you're at least 10 weeks pregnant or you have at least one child that's under 4.</p> <p>In addition, you must be receiving any of the following:</p> <ul style="list-style-type: none">• Child Tax Credit (only if your family's annual income is £16,190 or less)• Income Support• Income-based Jobseeker's Allowance• Pension Credit (which includes the child addition)• Universal Credit (only if your family's take-home pay is £408 or less per month from employment)	<p>Вы имеете право на участие в программе Здоровое Начало (Healthy Start), если вы находитесь на сроке не менее 10 недель беременности или у вас есть хотя бы один ребенок в возрасте до 4 лет.</p> <p>Кроме этого, вы должны быть получателем хотя бы одного из ниже перечисленных пособий:</p> <ul style="list-style-type: none">• Child Tax Credit (<i>Налоговый вычет на ребенка</i>) (только если годовой доход вашей семьи составляет £16190 стерлингов или менее)• Income Support (Поддержка доходов)• Income-based Jobseeker's Allowance (Пособие по поиску работы на основе дохода)• Pension Credit (Пенсионный кредит) (включая прибавку к ребенку)• Universal Credit (Универсальный кредит) (только если ваша месячная заработная плата вашей семьи составляет £408 или меньше)
<p>You will also be eligible for Healthy Start if:</p> <ul style="list-style-type: none">• you're under 18 and pregnant, even if you are not claiming any benefits• you claim income-related Employment and Support Allowance (ESA) and are over 10 weeks pregnant• you or your partner get Working Tax Credit run-on only. (Working Tax Credit run-on is the Working Tax Credit you receive in the 4 weeks immediately after you have	<p>Вы также имеете право на Здоровое Начало (Healthy Start), если:</p> <ul style="list-style-type: none">• вы моложе 18 лет и беременны, даже если вы не претендуете на какие-либо пособия• вы подаете заявление на получение Employment and Support Allowance (ESA) (Пособие по трудоустройству и Поддержка в зависимости от дохода) и находитесь на сроке беременности более 10 недель• вы или ваш партнер получаете Working Tax Credit (Рабочий налоговый кредит) только в случае повторного использования. (Рабочий налоговый кредит — это пособие которое вы получаете в





stopped working for 16 hours or more per week)	течение 4 недель сразу после того, как вы перестали работать 16 или более часов в неделю)
How to apply	Как подать заявку
Visit www.healthystart.nhs.uk	Посети www.healthystart.nhs.uk
Fill in the online application form	Заполните форму онлайн-заявки
Receive your pre-paid card in the post	Получите свою предоплаченную карту по почте
You'll need to activate your card to get your PIN before using it	Вам необходимо активировать карту, чтобы получить PIN-код перед ее использованием
Shop for healthy food and milk in most retail stores that sells the eligible food and milk items and accepts Mastercard® payments	Покупайте здоровую пищу и молоко в большинстве розничных магазинов, где продаются соответствующие требованиям продукты питания и молоко, и которые принимают платежи Mastercard® .
You'll need to insert your card into the card reader and enter your PIN when you make your first transaction	Вам нужно будет вставить карту в считывающий аппарат и ввести свой PIN-код при совершении первой транзакции
Your card will be topped up with your benefit every four weeks.	Ваша карта будет пополняться каждые четыре недели
You can also use your card to show proof of eligibility to collect free Healthy Start vitamins.	Вы также можете использовать свою карту для подтверждения права на получение бесплатных витаминов Здорового Начала (Healthy Start).

