

Welcome from the Chair.....主席致欢迎辞...

欢迎阅读2023年夏季版的《北方新闻》 - 我非常高兴能与您分享我们的最新通讯。

在本期中，我相信您将会找到大量有用的信息，包括财务和能源建议，以及我们的金融/帮助手册中的社区支持服务。我们还包括了2023年夏季的景观和开放空间维护计划，希望您会觉得有用。

在这个令人兴奋的问题中，我们提供了来自社区和协会的各种更新。您是否有意参与您所在的社区？请查阅第12-13页有关ng homes理事会招募的信息。还有一节面向我们年轻读者的内容，包括写作/绘画比赛和一些有趣的拼图游戏，详见第26-27页。

在本期中，我们也要对一位长期服务的员工Margaret Fraser表示道别和感谢。Margaret Fraser是Regeneration 的Deputy Director，她将于2023年7月底离开协会。您可以在第9页阅读更多相关信息。

我们的员工正努力确保在这些艰难时期继续为我们的租户和其他客户提供优质服务。我代表协会理事会感谢我们所有员工在过去三年里面临的各种挑战中持续付出的努力和奉献。

随着困难时期的持续，我希望您记住我们会一直在这里提供帮助。如果您有问题或关注事项，担心财务状况、能源费用或任何与您的租住有关的事情，请通过电话0141 560 6000或电子邮件info@nghomes.net与我们联系。

和往常一样，我们非常乐意听取您对本期内容的反馈和意见。这是您的通讯，我们希望确保它涵盖您感兴趣和有所帮助的主题和故事。请随时与我们联系！

如果您有故事、建议或评论 - 或者想要参与并出现在我们的社交媒体渠道、我们的活动指南、我们的网站甚至下一期的《北方新闻》中，请通过电子邮件media@nghomes.net与我们联系。

请务必关注我们的网站和社交媒体获取最新消息。

祝您阅读愉快，希望您度过一个美好的夏天。

Catherine Rossine

ng homes主席

Investors in People/Customer Service Excellence update

投资人才/客户服务卓越更新

协会于五月份进行了投资人才 (Investors in People · IIP) 的重新评估，我们的评估员亲自与组织各部门的员工进行了会面。

评估结果非常积极，报告强调协会在所有九个指标 (“高绩效”) 上继续达到更高级别的“金牌”水平，报告中指出“该组织的价值观真正贯穿于一切工作之中”。

这显示了该组织继续提供支持性和包容性的工作环境。评估员评价道：“经理和员工展示了令人印象深刻的承诺水平，并且对自己的工作有着强烈的使命感，他们明白租户依赖他们”，并补充道：“过去的三年非常艰难，然而在履行核心使命的同时取得的进展令人瞩目。”

金牌认证有效期延续至2026年1月。这一认证承认了企业对人才发展的高度关注，所有员工的出色工作以及协会理事会提供的支持，确保我们继续向北格拉斯哥的租户和居民提供优质服务。

此外，协会在2022年12月的客户服务卓越 (Customer Service Excellence · CSE) 年度评估中取得了出色的结果，在“合规性+”方面取得了积极变化和增长。

这是两项评估的一项巨大成果！

Our Performance: Complaints and Compliments

我们的业绩：投诉和赞扬

2022年10月1日至2023年3月31日（第三季度和第四季度）

我们知道我们不是完美的；然而，我们正在努力在客户服务的各个方面取得卓越成就。我们承认，偶尔会出现一些问题，毕竟我们只是人类，但我们的目标是快速解决问题，并在此过程中有效地、永久性地改进我们的服务。

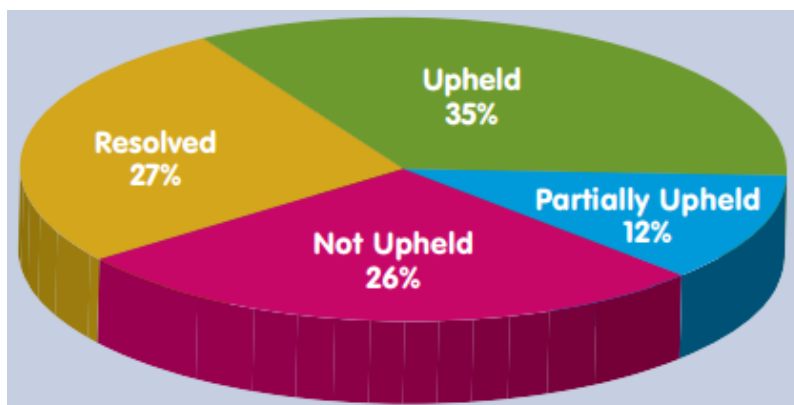
该时期收到的投诉数量 = 159，其中有 80% 投诉的回复符合我们的目标时间要求。

我们的投诉处理程序是由苏格兰公共服务ombudsman与住房部门合作开发的。

我们的投诉程序指南可在我们的办公室获取，或者您可以给我们打电话并要求我们发送给您。

2022年10月至2023年3月的投诉情况

投诉结果



感谢在此期间...

除了收到投诉外，我们的登记册中还记录了14份赞扬。其中包括以下感谢信息：

感谢您帮助租客搬家

住房主任很棒，竭尽全力为您服务

收到的帮助非常好，租户欣喜若狂

感谢您帮助解决房屋内的昆虫和滴流通风口以改善湿度

近距离清洁工是一份很棒的工作

在丧亲之痛后向妈妈提供帮助和同情

感谢您获得额外的受控进入手机

你说

一位租户对承包商在处理漏水时取下阁楼锁的螺丝感到不满。

我做

我们安排重新加固阁楼，并指示承包商在进入阁楼时应从ng住房处领取挂锁的钥匙。

你说

一位年长的租户在她的供暖和电力出现故障时没有暂时供暖，因为承包商没有提供临时供暖，等待零件进行维修。

我做

我们道歉，安排送来临时供暖，并与承包商进行讨论，确保在租户的供暖设备不工作时始终提供临时供暖。

你说

一位租户对其房屋的供暖设施安装标准感到不满意。

我做

尽管租户当时签署了验收工作并要求，但我们安排承包商重新检查工作，并要求他们在完成时始终拍摄完工照片。

你说

一位业主因 ng homes 附近的树木长得太高，遮挡阳光，阻挡晾晒区而提出投诉。

我做

我们安排树医提出一份报价进行工作。

你说

一位租户不满意，称她已多次通过电子邮件报告在楼道里有垃圾留下，但没有采取任何行动。

我做

我们解释说我们没有收到任何有关此事的电子邮件，但我们将给所有租户发信，提醒他们不要在楼道里乱丢垃圾。

ng homes commended on hosting the first Community Improvement District in the UK

ng homes因在英国举办首个社区改进区而受到赞赏。

"Remaking Saracen"这个名字你可能在之前的North News问题中熟悉，它通过成为最新改进区愿景的先驱者而创造了历史。这项工作由基层领导，ng Homes成为第一个社会房东成为改进区的锚定组织，与当地居民和企业共同合作，以实现社区对该地区的愿景。这是英国首次采用改进区模式，该模式在全国范围内以商业改进区工作而闻名，目的是将更广泛的社区团结起来决定其优先事项并采取行动。今年早些时候，在Holyrood举行的一次议会招待会上，人们认可了Possilpark通过社区改进竞标和ng homes的贡献所进行的工作。Remaking Saracen已经启动了一系列店面改善、加强街道清洁和鼓励人们支持企业的计划，作为Scotland Loves Local运动的一部分。

Action in Glasgow's Possilpark hailed as national inspiration

将格拉斯哥Possilpark的行动誉为全国的灵感来源。

苏格兰改进区 (SID) 的领导者表示，社区的“起步”态度是其他全国各地可以效仿的典范。

格拉斯哥社区决心改变自己的命运被誉为开拓创新的灵感。位于城市北部的Possilpark社区成为英国首个社区改进区 (Community Improvement District)，由Remaking Saracen团队发起。在长期缺乏投资的抱怨声中，Remaking Saracen已经启动了店面改造、街道清洁增强和鼓励民众参与“苏格兰爱本土”活动的计划。这项工作只是一个开始，支持者们希望能够持续推动社区自豪感的建立，解决反社会行为问题，同时改善该地区的面貌、氛围和命运。

这是英国任何地方第一次采用改进区模式，这一模式在全国范围内以其商业改进区工作而闻名，将更广泛的社区汇聚在一起，共同决定其优先事项并采取行动。这一模式被敦促各地的社区接受，以帮助他们从冠状病毒大流行、气候紧急情况和生活成本危机中恢复过来。

Remaking Saracen的工作得到了苏格兰改进区 (SIDs) 的支持，该组织正在推动全国改进区的扩展。SIDs的国家计划主任Phil Prentice表示：“Remaking Saracen在Possilpark的工作确实是一个灵感，将整个社区凝聚在一起，以取得积极的变化。这将为全国其他地方树立榜样，展示改进区模式如何能够完全包容并为所有人提供成果。我们正在向苏格兰和更远地区的社区领导者们介绍Possilpark的成功经验，以及如何让它在其他地方发挥作用。我预计会有更多的社区改进区得到发展，这要归功于Remaking Saracen所采取的领导作用。”

住房提供商ng homes通过支持Remaking Saracen成为首个注册社会房东机构来创造历史，成为改进区的核心组织。它在推动企业和更广泛的社区团结方面发挥了关键作用。

ng homes的首席执行官John Devine表示：“我们对改进区将该地区推上地图感到高兴。我们希望改进区能够推动Saracen Street的发展，并刺激该地区的更多投资。创造一个人们愿意停下来购物的地方将带来更多活动，让每个人都从中受益。如果其他社区能够从我们在这里所做的事情中获益并吸取经验，那只会是件好事。”

苏格兰改进区和更广泛的苏格兰城镇合作伙伴家族一直在支持Remaking Saracen，帮助其起步并开始发挥作用，尽管在冠状病毒大流行期间进行了大部分工作。

有关苏格兰改进区的更多详细信息以及您的社区如何受益的详情，请访问 www.improvementdistricts.scot。

ng homes dedicated to supporting North Glasgow community through Cost-of-Living Crisis

ng homes致力于通过应对生活成本危机来支持北格拉斯哥社区。

在这个艰难时期，ng homes正努力支持北格拉斯哥的弱势租户和家庭。我们从国家彩票社区基金和苏格兰政府/苏格兰住房协会获得了资金支持，以提供燃料补贴支持、食品、温暖的冬季夹克和被褥、家居支持以及小型节能炊具等。

ng homes的工作人员与我们的社区伙伴密切合作，确保将这些支持提供给那些在困境中的人们。无论您是领取福利、在职、退休、租户还是业主，我们的支持对整个社区都是开放的。

ng homes的住房和社区再生团队一直在与我们最脆弱的租户联系，了解他们可能需要的帮助。我们敬业的工作人员还与热心的志愿者和当地合作伙伴紧密合作，提供来自当地企业和组织的食品券。

Director of Housing Services, Lynne Cooper表示：“我们的住房和社区再生团队正在共同努力，支持我们的客户和北格拉斯哥社区度过生活成本危机。我们敦促我们的租户和业主与我们联系，以便在保密的情况下讨论他们需要的支持。”

Deputy Director of ng homes Margaret Fraser表示：“ng homes正在与我们的社区伙伴合作，确保这种支持满足更广泛社区的需求。除此之外，我们还继续运营由国家彩票社区基金资助的家具和装饰品再分配服务。”

如果您是ng homes的共管业主或租户，请通过发送电子邮件至info@nghomes.net并包括您的详细信息和联系电话/电子邮件与ng homes联系。

ng homes正在忙于策划北格拉斯哥社区的社区信息日，届时将汇集各种支持和咨询机构。有关未来活动的详情将通过我们的网站<https://nghomes.net>和社交媒体渠道进行在线共享。

Go Cycle Funding

自行车基金

ng homes非常高兴获得格拉斯哥市政府“Go Cycle Glasgow”基金的资助，以支持计划于2023年实施的新自行车项目。

作为积极出行倡议的一部分，计划旨在增加ng homes为北格拉斯哥（G21和G22）社区提供服务的各类人士之间骑自行车的机会。

这笔资金将促使计划在2023年的整个过程中不断推进自行车友好活动，包括维修参与会议、必要的技能培训和提升、社区骑行等等。

通过提供自行车和参与活动，希望更多人将自行车视为一种可行、安全的交通方式，适用于各种活动。

有关具体活动的更多信息，请定期查看ng homes的网站和社交媒体渠道。

每个活动前将提供详细信息。

关于“Go Cycle Glasgow基金”

格拉斯哥市政府的“Go Cycle Glasgow”基金由格拉斯哥生活机构管理，是为了让市民参与2023年8月3日至13日在格拉斯哥及整个苏格兰举行的UCI自行车世界锦标赛而设计的几项社区活动之一。

这个新基金旨在通过支持格拉斯哥各个社区团体创建和开发易于接触和可持续的自行车项目，鼓励更多本地人参与或重返自行车运动，使其成为终身活动。

优先考虑与年轻人、女性、残障人士、低收入家庭和少数族裔合作的团体，使更多人无论背景和能力如何，都能享受自行车的好处和力量。

Scotland Fashion Week Celebrating Diversity and Creativity in North Glasgow

苏格兰时尚周庆祝北格拉斯哥多样性和创造力

苏格兰时尚周-无声之声-是一个独特的社区合作项目，涵盖时尚设计、音乐和艺术，于四月的最后一周在Possilpark的Saracen House和整个格拉斯哥市举行。

这个令人兴奋和充满活力的活动汇集了来自苏格兰各地的10位新锐时尚设计师，为期一周的活动。

当地的集体组织 House of Kungi主办了这一周的活动，其中包括展示一部时尚历史短片和一个设计师的展览空间。一个“晚间展览展示”提供了欣赏展览和与设计师和表演者互动的机会。

House of Kungi是由Divine Tasinda和其他当地企业家创办的，旨在为创业提供一个强有力的榜样，并为北格拉斯哥所蕴藏的令人难以置信的才华带来关注。

在Three60 Dance的创始人、House of Kungi的领导者Divine Tasinda的领导下，House of Kungi已经获得了来自UnLtd Scotland的资金，并在ng homes的支持下，为格拉斯哥北部带来了一个令人兴奋的项目。

他们的目标是通过突出北格拉斯哥已经存在的创意才能，支持少数群体的年轻人发展自己的企业和社会企业，并支持其他人追求他们的创造力，将其带给更广泛的观众。

ng homes主席 Catherine Rossie在开幕式上出席并对组织者和设计师的努力赞不绝口。她补充说：“能够参加这个活动的发布会并在北格拉斯哥看到这样的活动是非常美妙的。很明显，这里展示了大量的创意才华。我们重要的是要支持他们的努力，并祝愿他们一切顺利。”

Margaret Fraser, Deputy Director of Regeneration表示：“ng homes很高兴支持苏格兰时尚-无声之声。这展示了北格拉斯哥的广泛创意才华，并认可社区和合作伙伴在将该地区作为积极变革力量所做的工作。”

ng homes与当地企业家Divine Tasinda合作已有八年多的时间，她是与ng homes和Building Futures Fund合作资助的三名年轻人之一。她创立了自己的企业Three60 Dance公司，并已成功地在北格拉斯哥及其周边地区开展业务，造福了许多孩子们。

格拉斯哥市长Jacqueline McLaren出席了发布活动，并称赞了组织者的努力，她说：

“我们很高兴能够参加苏格兰时尚周-无声之声的发布会。这真正展示了我们北部城市所拥有的才华，我们希望能够保持下去。我还要向组织者和赞助商表示真诚的感谢和赞赏，感谢他们的时间和支持，使这个精彩的活动得以启动。”

来自UnLtd Scotland的Thomas McAlister也赞扬了组织者的努力，并补充说：“像Divine这样的社会企业家创造解决当地问题的解决方案是非常棒的。我们认为House of Kungi将帮助展示当地的才华，并激励其他年轻人采取社会行动。像这样的创意证明，富有创业精神的人们是地方社区中积极变革的核心。”

“我们希望UnLtd Scotland量身定制的现金奖励和支持计划将有助于发展许多可持续的企业，产生持久的社会影响。我们的愿景是未来社会企业家在他们的社区中蓬勃发展，并实施可持续的本地解决方案。”

Community Networking Breakfasts help grow community connections

社区网络早餐有助于促进社区之间的联系

ng homes每月在Possilpark的Saracen House举办的社区网络早餐活动不断取得更大的发展。现在有各种各样的组织齐聚一堂，共享信息并合作造福社区。

人们在早餐桌上聊天时，能感受到一种真实的热闹氛围。活动开始时会有一个“演讲角落”，团体有机会分享他们的工作内容。这些团体包括Wise Group、Glasgow婴儿食品银行、Dekko漫画、Possibilities等等。

每次活动的亮点是“市场” - 一个资源和联系方式的集合，组织和团体分享最新信息。我们目前正在开发一款社区网络早餐应用程序，参与者可以通过该应用在活动之间保持联系。请关注ng homes的网站和社交媒体，我们将在应用程序上线后分享如何获取社区网络早餐应用的详细信息。

在演讲结束后，与会者有最后的机会提出关于演示或社区中正在进行的任何事情的一步问题。然后他们有机会交流、建立联系和建立重要的联系和合作伙伴关系。

如果您对社区网络早餐有任何问题，请联系Paula Mailey (Community Resilience Officer)，邮箱：pmailey@nghomes.net。

您被邀请参加：ng homes 社区网络早餐会议 时间：2023年6月23日（星期五）、7月28日（星期五）、9月29日（星期五）和10月27日（星期五）。上午10点 - 12点

Saracen House · 139 Saracen Street · Possilpark · Glasgow G22 5AZ

加入我们和其他组织和项目代表一起，了解您的项目和您如何与其他人合作的情况。利用这个时间与其他人交流，并了解您可以如何与其他人建立联系。如果您希望在我们的市场交流活动中展示信息，请带上相关资料。如需其他信息，请联系Paula Mailey，邮箱地址为pmailey@nghomes.net。

Furniture pop-up event 'springs' to success

家具快闪活动 “springs” 成功启动

作为我们的国家彩票资助的家具项目的一部分，ng homes的Regeneration Team 在 Springburn Parish Church开设了一个 “Pop Up” 商店。这是一个非常繁忙的活动，人们排队一直排到门外！

近200件小型家具和家居用品被分发给当地社区的成员。该活动还欢迎格拉斯哥婴儿食品银行，在现场举办他们的 “换物店”，提供玩具、衣物和各种婴儿和幼儿家具。

ng homes的员工随时准备接受大型家具的推荐或协助解答有关能源费用的问题。

当地餐饮公司The Courtyard Pantry提供了美味的烧烤食品，并有Springburn Church咖啡厅的志愿者提供茶、咖啡和自制蛋糕来支持这个活动。

Springburn的活动是一场 “售罄”，所有物品都被抢购一空。ng homes正在忙于计划在Possilpark地区举办类似的活动。

请密切关注ng homes的网站或社交媒体渠道，获取关于未来快闪活动的最新更新。如果您有任何问题，请与Paula Mailey (Community Resilience Officer) 联系，邮箱为pmailey@nghomes.net。

Karen Dunbar's 'School of RAP' highlights the talent of North Glasgow

Karen Dunbar的“RAP学校”突出了北格拉斯哥的才华

由于音乐和当地演员Karen Dunbar的参与，一个不太可能的团体正在引起轰动。

ng homes在疫情期间与Karen建立了联系，与感到孤立的当地居民合作。通过Zoom远程工作，Karen和这些团体创作了RAP（韵律与诗歌）作品，关注他们在疫情期间的感受以及社交联系的重要性。

随着疫情限制的解除和社区活动再度加强，RAP工作坊在社区场所继续进行。去年，两个团体——格拉斯哥婴儿食品银行和Possibilities——在“让事情变得更好”活动期间有机会在Springburn Park进行表演。

Karen说：“自从与ng homes结识并与人们一起进行RAP工作坊以来，我的思维真的对斯普林本和波西尔公园中的创造力和精神开阔了。这里有很多有话要说并以独特方式表达的人。参与者的故事、口音和幽默总能让我笑、哭和大笑，他们慷慨地分享自己的想法和回忆令人非常感动。”

Margaret Fraser, Deputy Director of Regeneration 表示：“与社区成员建立联系的方式有很多，这是一个很好的例子，展示了北格拉斯哥那种令人惊叹的创造力。我们很高兴能够与Karen一起支持一系列团体参与RAP工作坊。我们也很高兴Karen成立了自己的社会企业Beats Therapy，我们知道她的才华将继续在我们的社区发挥魔力。”

Deputy Director of Regeneration announces her retirement

ng homes的 Deputy Director of Regeneration 宣布退休

Margaret Fraser是北格拉斯哥广为人知的面孔，将于2023年7月底退休，与ng homes共度过了超过11年的时光。

Margaret Fraser在确立ng homes为城市北部的“Anchor Organization”方面发挥了关键作用。她一直以身作则，致力于实现协会创造一个人人可以茁壮成长和繁荣的社区的愿景。

Margaret在北格拉斯哥社区广为人知，她是社区伙伴关系和共同努力价值的坚定捍卫者。她不知疲倦地努力培养社区精神，并帮助人们认识到共同努力朝着一个共同目标前进的价值和力量。

Margaret的影响超越了ng homes的“边界”，通过合作伙伴关系和政策，扩展到更广泛的领域，并将持续产生影响多年。

Margaret在社区中为所有人创造了平等和机会，并在社区、地方政府和中央政府层面建立了伙伴关系网络。这些宝贵的合作伙伴关系在应对危机所带来的挑战方面发挥了重要作用，尤其是新冠疫情。

时光飞逝，从Margaret加入ng homes开始已经过去了11多年，她与过去和现在的同事分享了宝贵的联系、资源和知识，真正改变了居住在北格拉斯哥社区的人们生活。ng homes的主席Catherine Rossine表示：“我代表ng homes感谢Margaret的辛勤工作、决心和鼓舞人心。多年来，她一直是一个不可忽视的力量，为北格拉斯哥的人民做出了巨大贡献。我们对她的努力表示感激，并祝愿Margaret未来一切顺利。”

Margaret说：“当多年前我刚加入协会时，我无法想象自己能参与ng homes和‘北格拉斯哥’这个美好社区的不可思议之旅。能够与租户、社区成员、当地社区组织和员工一起参与一些令人惊喜的项目，是一种特权。我有幸与各个年龄群体和文化合作，看到人们为了积极的变革而共同努力，这正是这个社区如此了不起的原因。

有很多人、员工和组织对我个人和社区产生了巨大的影响，如果一一列举，将需要很多页。所以，我只想对你们所有人说‘谢谢你们的友谊、善意、奉献和对我的接纳’

。

离开将会很难过，我的心始终属于‘北格拉斯哥’。我将关注你们未来所做的更加美好的事情！”

ng group takes next steps on 'Net Zero' journey

ng group在“零排放”之旅上迈出了下一步

ng group 在春季加入了“绿色”元素，引入了一位零排放协调员。Luke Fogarty 于四月初加入，通过格拉斯哥商会的“格拉斯哥绿色协议”中的“迈向零排放”基金。此前，我们进行了一项外部资助的环境调查，调查了协会办公室和建筑物中的供应、实践和流程。Luke 将成为员工团队的一员，一直工作到夏季中旬，他将致力于确定帮助ng家园和更广泛的ng group 实现格拉斯哥市政府在2030年达到“零排放”目标设定的目标。Luke一直在研究三个方面可以进行改变以减少ng group 的碳足迹并支持我们的社区做同样的努力。

Luke正在研究：

- 1.循环经济-减少“一次性使用”的方法和材料，从回收家具和自行车到减少办公室中一次性物品的使用。
- 2.零排放-研究ng group的碳足迹及其减少方法。
- 3.废物管理-研究在可能的情况下如何最大程度地重复使用物品（例如家具），减少因清理空置物品等而产生的废物影响。

Luke还与协会的员工合作，收集了一些想法，以帮助实施作为最初环境调查的一部分开发的“零排放”计划。

What is Step Up to Net Zero?

什么是迈向零排放的步骤？

迈向零排放计划支持格拉斯哥的中小企业努力实现零排放目标，通过资助为期四个月的工作实习，帮助企业采取行动实现零排放和循环经济目标。

该计划由格拉斯哥商会与格拉斯哥市政府合作提供，旨在实现该市的零排放愿景，并为格拉斯哥的劳动力提供就业支持。将在整个格拉斯哥地区提供四十个全额资助的工作实习机会。参与的企业完成了评估以了解当前的环境实践，并制定了定制的行动计划。该计划与COP26期间启动的格拉斯哥绿色协议任务相关联，旨在展示城市如何在满足气候目标的同时建设可持续的循环经济的实际示例。

Step up to Net Zero at home: Top 5 Tips

在家迈向零排放：五个顶级提示

1. 访问 <https://www.savewatersavemoney.co.uk/>，领取免费的省水淋浴头。这可以显著减少淋浴时需要加热的水量，每年可为您省下高达50英镑！
2. 多使用微波炉！很少有人知道烤箱是英国电费最高的贡献者。微波炉是迄今为止加热和烹饪食物最节能的方式，比传统烤箱节能高达80%。
3. 检查您的冰箱设置。您的冰箱温度应为5°C，冰柜温度应为-18°C。过低的温度会让你付出比必要更高的代价。
4. 使冰箱装填到四分之三的容量。这是确保冷气循环并确保打开冰箱门时热空气不会进入的最佳方法。
5. 以30°C的温度洗衣服。这仍然可以有效地清洁您的衣物，与40°C洗涤相比，节能约40%。这可以为您每年省下大约50英镑！

Meet the Board

会见理事会成员

理事会是控制ng homes的治理机构。他们负责制定战略方向、设定标准、监督绩效、有效运营和财务管理ng homes，同时也是雇主机构，高级员工向理事会负责。在接下来的《北方新闻》期刊中，我们将介绍ng homes理事会的成员。请继续阅读，了解主席Catherine Rossine和副主席Gino Satti。

主席Catherine Rossine

您是如何以及何时参与ng homes的工作的？

我在27年前加入理事会，因为我希望帮助改善当地的住房和环境。当我加入理事会时，Possilpark社区与我成长的Possilpark社区完全不同。令人高兴的是，ng homes在恢复社区方面取得了巨大而成功的努力，并希望这些改进能够持续下去。

与ng homes合作工作中最令您感到惊讶的是什么？

我们员工的专注和辛勤工作。在COVID-19封锁期间，这一点尤为明显，当时所有员工都在非常困难和特殊的情况下努力帮助租户。我认为，组织外的任何人都没有意识到组织的各个领域的所有员工付出了多少努力。

您当前角色中最具挑战性的是什么？

跟上不断变化的法规和立法。同时，确保理事会成员，尤其是新成员，在做出决策之前拥有所有必要的信息，并理解其中的细节。

您的角色中最有回报的是什么？

欢迎新的理事会成员，并看到他们在理事会会议上放松并做出贡献。

您与ng homes一起参加的最喜欢的活动是什么？

对我来说，最好的活动是我们的理事会审查日，理事会和高级职员在这一天聚集在一起，计划未来一年的工作。

自从您参与ng homes以来，您最引以为傲的变化/项目是什么？

对我来说，最引以为傲的要算是在多层公寓中安装空气源热泵以及进行的所有其他工作。希望这将改善租户的生活。

副主席Gino Satti

您是如何以及何时参与ng homes的工作的？

我是该协会辖区内一套私人租赁房产的租户，并且了解到该协会所做的不仅仅是提供住房。我在Springburn长大，认为我可以利用这些经验为理事会和协会做出贡献，于是在7年前提出了自己的名字。

与ng homes合作工作中最令您感到惊讶的是什么？

起初，协调住房协会的所有工作所涉及的范围之广，以及ng homes的所有参与人员的辛勤工作和专注度，他们为租户不辞辛劳地工作。

您当前角色中最具挑战性的是什么？

我对理事会的角色感到相当自在——挑战在于跟上影响每个住房协会日常运营的住房新闻和法规的最新动态。

您的角色中最有回报的是什么？

支持ng homes为我的社区提供住房，并改善生活环境，解决燃料贫困问题，解决社区问题，支持长期项目以支持社区，以及一些将改善人们生活的倡议。

您与ng homes一起参加的最喜欢的活动是什么？

我多年来参加的文化活动，尤其是在Possilpark的Keppoch中心参加的中国新年活动，当时我脸上画了一只老虎！然后我去城里吃东西，服务员说“看，老虎来吃东西了”（真实故事！）。

自从您参与ng homes以来，您最引以为傲的变化/项目是什么？

我有幸参与理事会在我们的一些物业上安装空气源热泵的决策。这将对我们社区中的人们帮助很大，以解决燃料贫困问题。

Look out for our 'Getting to Know You' survey!

请留意我们的“了解您”的调查！

我们即将推出我们的第一份“了解您”的调查问卷。问题将涵盖健康和福祉、家庭交通、平等问题、数字问题、社区再生等内容。您的答案将帮助我们更好地调整我们的服务以满足您的需求。请密切留意这份调查问卷并参与！

Your community needs you!

您的社区需要您。

有兴趣加入我们的理事会吗？

我们正在寻找态度积极、希望真正改变北格拉斯哥社区的人！

作为一个以社区为基础的住房协会，我们特别希望听到ng homes的租户和北格拉斯哥居民有兴趣加入我们的理事会。

如果您没有所有所需的技能也不用担心——我们可以为您提供培训和学习机会。

我们的理事会致力于提供高质量且经济实惠的住房，以及出色的客户服务——改善住房、生活和社区。我们的理事会负责管理协会的事务，并在发展各个社区中发挥重要作用。

理事会提供战略领导，制定目标，进行审查和监督，并评估组织的业务，以为我们的客户持续改进。

成为理事会成员将使您获得以下好处：

- 获取培训和学习机会；
- 个人发展，提高自信和自尊；
- 提供具有可转移技能，将在工作和生活中支持您的能力；
- 增强您的自信和自尊；
- 在相互支持的环境中表达您的观点的机会；

- 从为北格拉斯哥的人们作出贡献并成为真正改变社区的团队的一部分而获得成就感和个人 满足感；以及
- 有机会在塑造北格拉斯哥未来中发挥关键作用。

加入ng homes理事会，你可以获得什么？

这个职位将为你提供个人和职业发展的机会。在ng homes，你将学习到在苏格兰住房领域内一个以客户为中心的进步组织所从事的各种活动。你将能够运用和发展各种技能、知识和经验。

我为什么要加入理事会？

作为ng homes的理事会成员，你将成为社区中心的团队的一部分，并负责推动ng homes的发展，与公司治理和财务管理的最终控制共同塑造整体战略方向。

在这个职位上，你还将有机会参与塑造我们在北格拉斯哥为租户、居民和其他客户提供的服务的未来。

这是一个志愿无偿的职位，然而，符合协会的支付和福利政策的相关费用将会得到支付。

你应该准备、参加并为晚间理事会会议做出贡献，参加培训课程，并参与额外的委员会会议。你不需要具备任何特定的技能，只需要积极的态度和开放的心态。你将接受全面的入职培训，并在工作中获得持续的培训和支持。

我们正在寻找谁加入理事会？

我们的目标是确保我们的志愿管理理事会代表了 we 服务的社区，我们鼓励我们社区的任何人加入理事会。如果你渴望产生影响，确保当地的声音被听到，这可能就是适合你的角色。我们希望能够借助你的洞察力和经验，作为集体知识的一部分，帮助指导我们的董事会做出决策，以确保ng homes继续为我们的租户、居民和其他客户提供服务。

我对加入感兴趣，我需要做什么？

为了作为社区理事会成员参选，你必须是会员并居住在协会的本地区。

已经是会员了？

所有会员将受邀参加我们的年度会员大会，该大会将于2023年9月12日星期二举行。

提名表格已包含在股东大会会员资料包中，该资料包将于8月寄出。完成的提名表格必须在2023年8月23日或之前返回。

如果你有兴趣并想了解更多信息，请发送电子邮件至ng homes公司服务总监Tony Sweeney的邮箱tsweeney@nghomes.net。

有兴趣加入 ng homes 但还不是会员？

要成为ng homes的会员，你需要填写并提交一份会员申请表，同时附上1英镑，这将在下一次理事会会议上进行审议。

要申请表格，请与你的房屋主管联系，或发送电子邮件至info@nghomes.net，或致电0141 560 6000。请务必关注我们的网站、社交媒体渠道和下一期的《北方新闻》以获取更多通过ng homes参与社区的方式的信息。

激发潜力——

Activating Potential- popular community Development Course Celebrates Successful Return

受欢迎的社区发展课程成功回归庆祝

十四名学生正在庆祝成功完成Activate课程，这是一门受欢迎且广为认可的社区发展课程，因应对新冠疫情而重新开课。

由ng homes支持并由格拉斯哥大学提供的该课程为参与社区活动的人们提供了一个反思自己在各自岗位上所做和为何而做的机会。

这门受欢迎的课程在Possilpark的Saracen House举行，于去年11月恢复开课，此前因新冠疫情而不得不中止。参与者来自各种社区组织，包括ng homes。

Activate导师Gary Harkins表示：“我很高兴在北格拉斯哥传授Activate课程。这个参与者群体来自不同的背景，他们对这门课程反应热烈，分享技能和知识。我已经完成了课程，期待看到他们将新学到的技能应用于当地社区。他们是一个很棒的团队，很荣幸与他们一起工作。”

ng homes主席Catherine Rossine 恭喜学生们，并补充说：“我们很高兴欢迎Activate课程的回归，并看到这么多参与者在他们的本地社区与格拉斯哥大学一起学习，这是一种多样性。我们期待不久后见到他们获得奖励，并看到这些参与者继续在北格拉斯哥社区做出积极的改变。”

参与者对最近的课程给予了高度赞扬，并鼓励其他人报名参加，他们的反馈包括：

“我非常喜欢一切，导师的教学、互动以及认识人们和他们所做的事情。”

“所有课程都非常有启发性和发人深省。我特别喜欢关于全球化、权力和特权的课程。”

“这门课程让我认识到一个社区需要共同努力来实现他们的目标。”

“我学到了很多，但最重要的是社区彼此合作是一种强大的力量。”

Activate是一门与当地社区组织合作开展的基础级别社区发展课程。其主要特点是借助志愿者和活动人士的经验，通过提高对不同社区变革方式的认识，发展社区能力并加强当地网络。

该课程鼓励并使参与者更深入地思考他们所从事的工作，并质疑自己和他人的观点。

该课程涵盖的主题包括社区发展的价值观和原则、反歧视实践、权力和参与、本地和全球联系、小组工作、为变革学习、监测和评估。最近一期的Activate课程于二月结束；学生们在六月初在格拉斯哥大学的一个仪式上获得了奖励。Activate课程面向16岁以上的任何人开放。参与者将通过讨论和小组工作了解社区工作和本地/全球问题。有兴趣的人应联系Paula Mailey (Community Resilience Officer) 拨打0141 560 6000或发送电子邮件至pmailey@nghomes.net。

Back to School: On the road with ng homes

今年早些时候，ng homes参与了北格拉斯哥的Developing the Young Workforce (DYW) 职业日活动，走进当地中学和职业活动，宛如回到学校一般。作为协会的新就业倡议的一部分，Regeneration项目经理Greg Cann、Housing Assistant Alan Nicolson和Housing Assistant, Lucy Brown参加了职业转Carousels，以推广ng homes作为雇主和住房行业作为职业选择。这些访问是与DYW (格拉斯哥市议会的青年就业项目) 合作，支持本地高中的就业倡议的持续计划的一部分。

在活动现场，员工们热烈交谈，讲述了自己的背景以及进入住房行业的途径。他们还分享了住房协会“幕后”运营的许多职业信息。在一个繁忙的下午，学生们向团队提出了许多引人入胜和富有见解的问题。在St Roch' s Secondary School的活动结束后，一位代表感谢ng homes的支持，并表示：“很高兴有本地雇主ng homes参与，向我们的学生展示住房行业对于这个社区的许多人来说是一项可能的职业。再次感谢你们的持续支持。”

Cork calling : University College Cork students visit ng homes

2023年3月13日星期一，来自University College Cork (UCC) 的学生作为格拉斯哥的一次研学访问的一部分，访问了位于Possilpark的Saracen House的ng homes和社区合作伙伴。

这次访问是自2020年以来的首次，UCC的学生们参观了从事社会工作和社区发展的组织，第一手了解了社区建设、社区赋权以及社区团体面临的挑战和问题，如交通、资金和招募等问题。

学生们积极参与，提出了富有见解的问题，并渴望听取在场的社区合作伙伴的发言，包括格拉斯哥婴儿食品银行、男性工作坊、格拉斯哥女孩俱乐部和格拉斯哥华人康乐中心。

进行了热烈的讨论，社区团体和学生们谈论了在 (当地) 社区工作以及这些团体在支持心理健康问题、对抗孤独等方面的影响。与会者都热衷于分享网络和合作伙伴关系在支持能力建设方面的重要性。他们还赞扬该地区的社区网络的强大，这些网络能够迅速应对危机 (尤其是新冠疫情) 。

ng2 keeping things trim and tidy over the summer months

ng2在夏季期间保持事物整洁有序。

ng2已经开始了他们的夏季计划，以保持绿地整洁有序，以满足协会的租户和顾客的需求。

2023年的计划包括：

园艺维护，草坪修剪，割草，修剪树篱，开放空间修剪，灌木花坛维护

园艺维护

ng2于4月3日启动了2023年夏季维护合同。夏季期间计划进行修剪草坪、修剪杂草和清理垃圾等工作。

今年将对树篱进行两次修剪。

苏格兰的天气变化多端，可能无法准确预测。长时间的大雨可能意味着我们无法按计划修剪草坪或进行其他维护工作。如果天气情况良好，阳光普照可能会导致草坪和树篱生长速度超出预期。

狗便污染

这可能是我们所有住宅区都面临的问题。如果有狗便污染问题的地区，草坪将不会修剪。关于此事的通知将传达给ng住房服务人员，并且他们将与该地区的居民（租户、业主和共有业主）联系。

开放空间

我们在住宅区中维护开放空间的地方。

团队将尽其所能清理所有区域的草坪修剪和杂物，

所有区域将喷洒除草剂。

环境HIT小组

HIT小组正在住宅区中清理后院，并及时处理空置物业，以便ng homes将其出租。

其他服务已经完全恢复并运作中：

维修护理Officer - 我们的维修工人服务，协会的租户可以请求这项服务来处理他们无法完成的房屋工作。

窗户清洁工 - 我们的窗户清洁工将继续清洁ng homes的460个封闭式住宅区的所有公共窗户。住宅区清洁 - 清洁人员仍将集中清洁所有住宅区中的公共接触点。

大件垃圾/乱倒垃圾

ng2的员工和ng homes的住房官员正在努力工作，确保我们的住宅区整洁，没有大件垃圾。

多层公寓项目

ng2正在与ng homes的同事密切合作，确保ng homes的多层公寓的消防安全和投资工作顺利进行。ng2正在帮助将租户搬到临时住所，在投资工作完成之前和之后，更换锁具并清洁临时住所的公寓。

跨部门合作

ng2正在支持ng homes的员工参与多个项目，从多层公寓的投资工作到支持回收家具项目。

团队还密切合作，支持ng homes的Community Regeneration工作（通过Scotland Loves Local Funding）。这使得ng homes能够援助支持社区改进区（Remaking Saracen）项目中正在进行的地方社区工作。您可以在第4页上了解更多关于该项目的信息。

如果您有任何无法重复使用、回收或捐赠的废物，请联系格拉斯哥市议会安排垃圾收集。

您可以通过他们的MyGlasgow应用向市议会报告大件垃圾清理、乱倒垃圾和涂鸦情况。请参阅第32页，了解有关MyGlasgow应用的更多信息，可从Apple App Store或Google Play下载。

Investment Update

投资更新

多层公寓 - 区域供暖和投资项目

我们之前分享了区域供暖项目的第二阶段，即升级Springburn地区七座多层公寓的系统，该阶段于2022年6月开始。我们很高兴地与大家分享，该项目已于2023年初完成。现在有超过300户家庭受益于新的供暖和热水系统。

防火隔离

我们的多层公寓的防火隔离浴室工程已经在进行中，工程于2022年9月开始。该项目计划于2024年2月左右完成。截至目前，我们已经完成了近300处房产的工程。我们位于Balgrayhill Road 178/198的多层公寓的工程于5月底完成，Viewpoint Place 22/42的塔楼预计将于9月中旬完成。Edgefauld Road 250和Croftbank Street 15的多层公寓工程于5月底开始。

通信升级 -

Balgrayhill Road 198号

将在今年夏季/初秋对位于Balgrayhill Road 198号和Broadholme的屋顶上的通信设备进行升级。

工作预计需要大约一周的时间，将完成屋顶设备的必要维护和升级。使用起重机将设备提升至屋顶高度；为了容纳起重机，停车场可能需要暂时关闭。提前发出信函，向所有租户更新计划工程和停车场关闭的时间。

如果您对正在进行的工作有任何问题，请与您的房屋Officer联系。

租户租金上调咨询的中奖者

感谢大家抽出时间参与租金上调咨询，我们在上一期《北方新闻》中告知了这个咨询活动。

我们很高兴地宣布，Elizabeth Maxwell女士、Clare McLaren女士和James Frame先生被抽中成为三位幸运的获奖者，每人获得了100英镑的购物券。再次恭喜我们的幸运儿！

Social Tariffs-Staying connected for less

社会网络收费 - 以更少的成本保持联系

互联网连接-对于日常生活来说，从沟通到获取信息再到娱乐，宽带连接已经成为必不可少的

社会优惠是一种特殊的低成本宽带收费，适用于符合特定福利资格的客户，例如普遍信用和养老金（保证金）。

什么是社会优惠收费？

社会优惠套餐是为低收入客户提供的特价收费。

它们通常比标准宽带收费便宜一些，并且不受价格上涨或退出费用的影响。

谁有资格享受社会优惠收费？

任何接受“经济状况测试”福利的人，例如Universal Credit、Pension Credit或类似的遗留福利（如就Employment & Support Allowance），都可能具备资格。

一些供应商还向接收“非经济状况测试”福利（如个人独立生活津贴）的弱势家庭提供社会优惠收费。请与您的供应商核实要求。

是否值得我申请社会优惠收费？

值得考虑您的选择。社会优惠收费的一个主要优点是价格实惠且固定。

您可能可以使用非社会优惠收费。请记住，这些收费通常会有年度涨价和退出费用。

是否很难申请？

供应商通常为其社会优惠收费设有专门的网页。它们不会在比较网站上显示。

在某些情况下，您需要通过电子邮件或电话与供应商联系以申请社会优惠收费。

您可能需要证明自己的资格以注册-尽管供应商正在努力使此过程尽可能简单。

请记住，接受经济状况测试福利的人必须是申请该服务的人。

我需要支付退出费用来切换到社会优惠收费吗？

如果您从现有合同切换到供应商的社会优惠收费，大多数供应商将免除任何提前终止费用。

我不符合社会优惠收费的资格-我应该怎么办？

如果您担心宽带费用过高，您应采取的最佳步骤取决于您是否签订了固定期限合同。

如果您在固定期限合同中，您可能无法在不支付终止费用的情况下退出。但如果您在支付服务费用方面遇到任何困难，请不要不付款-请与您的供应商联系寻求支持。询问他们可以提供何种帮助-他们可能为您安排合理的付款计划，给予您额外的付款时间，帮助您转向更经济实惠的套餐或减少您的账单。

如果您的宽带供应商没有固定期限合同，您很可能可以通过四处比较来降低费用。您可以选择切换到新供应商-然后您将转入一个价格合理的新用户优惠期。

Worried about the Cost-of-living crisis?

担心生活成本危机？

这是一个对每个人来说都非常具有挑战性和令人担忧的时刻。成本似乎不断上涨，每一分钱都很重要。

如果您感到担忧，ng homes将在这里提供帮助。尽快与您的住房官员联系非常重要。

还有一些外部机构可以提供建议和支持。以下是一些建议和提供帮助和支持的地方：

公民咨询处 Citizens Advice

如果您遇到困难，您可能能够获得帮助，如支付账单和食物。您还应该检查是否可以申请福利金 - 即使您在工作、有存款或拥有房屋，您可能也有资格申请福利金。

公民咨询处提供许多关于应对生活成本的支持和建议。以下是其中一些要点 - 更多信息可在他们的网站上找到，网址为<https://www.citizensadvice.org.uk/scotland/>，或在您当地的咨询处了解。

- 不要忽视您欠款的账单或信件。与您欠款给的机构沟通 - 他们有责任与您合作，找到您可以管理的付款方式。
- 检查是否有生活费用支付(cost-of-living payment)。如果您获得某些福利（如 Universal Credit额度、Pension Credit额度、PIP、与收入相关的ESA或出勤津贴），或者年满国家养老金领取年龄并获得冬季燃料津贴，则符合资格。
- 检查您可以获得的其他帮助 - 您可能能够从能源供应商那里获得燃料券或资助。

能源咨询

从节能提示到应对账单困难的支持，日常生活中的小改变可以带来巨大的节省 - 以下是您可以立即开始进行的一些快速简单的改变。

- 将您的恒温器降低1°C
- 在寒冷的日子里，将您的供暖设置在18°C至21°C之间
- 解冻您的冰箱以保持其良好状态

- 晚上关闭电视和其他电器设备
- 只倒入您需要的水量
- 不要将大型家具放在暖气器前面
- 不需要时关闭灯光
- 使用低能耗灯泡
- 使用微波炉而不是烤箱

Welfare Benefit

福利津贴

福利津贴系统的最新变化可能难以理解，而且变化频繁。

申请福利津贴还意味着您可以获得其他财政援助，例如生活费用补助以及能源和交通的折扣。

- 检查您可以获得哪些福利。使用福利计算器可以告诉您可能获得的福利以及可能获得的金额。如果您能提供有关您的储蓄、收入、养老金、儿童托养费用和任何现有福利的信息，您将得到更准确的答案。
- 使用ng homes的福利计算器 (<https://nghomes.net/benefits-calculator/>) 或Citizens Advice的计算器，了解您可能有资格获得的福利，或者是否错过了您应享有的福利。

不确定您有资格享受哪些福利吗？请与我们联系 - 我们的住房团队可以帮助您申请应得的所有福利和税款减免。

普遍信用 (Universal Credit , UC)

UC是大多数适龄工作人士的主要福利。即使您全职工作，也可以获得UC。由于您可能获得的UC金额取决于您的情况，请与您的Housing Officer 联系，如果您有任何问题。

市政税减免 (Council Tax Reduction)

如果您支付市政税，请检查您是否有资格获得减免，例如如果您独自居住，则可以享受单人居住折扣。

Glasgow Helps

Glasgow Helps是一个专门与格拉斯哥市民直接合作的新服务 - 详细了解请访问

<https://www.glasgow.gov.uk/glasgowhelps>

如果您没有足够的生活费用，您可能有机会从政府、地方议会或慈善机构获得额外的资金支持

检查您可以获得的生活费用支持

您可以访问[www.https://www.citizensadvice.org.uk/scotland/debt-and-money/get-help-with-the-cost-of-living/](https://www.citizensadvice.org.uk/scotland/debt-and-money/get-help-with-the-cost-of-living/)查看您可以获得哪些帮助。

如果您仍然不确定您可以获得什么支持

您可以向当地的公民咨询局的Money Talk团队寻求咨询。您可以拨打0800 028 1456以联系到您当地的咨询局。

您也可以在Money Talk团队网站www.moneytalkteam.org.uk上找到更多信息。

简单的改变 · 智慧的储蓄

以下是一些能够在家中节约能源、减少账单并降低碳足迹的快速简便方法：

控制供暖和热水

- 使用室内温控器、程序控制器和恒温散热器控制器可以节省大约130英镑/年。
- 放气散热器，以确保供暖效率高。
- 使用水盆洗碗而不是一直开着热水龙头。
- 使用供暖控制器来在您需要的时候迅速将房间加热，并在之前关闭以享受剩余热量。
- 在打开供暖时，提前设定适当的温度比提高温度更好，因为这样不会更快地将房屋加热起。
- 在夏季对锅炉进行维修保养，以确保在冬季到来之前处于良好工作状态。

保持温暖

- 在黄昏时拉上窗帘，以保持热量。
- 关闭内部门，保持您使用最多的房间内的温暖。
- 使用防风条阻止寒风进入。

Scotcash客户？ng homes在这里提供帮助

位于格拉斯哥的经济贷款机构Scotcash在今年5月宣布立即停止发放贷款，并将在“逐步关闭期”后关闭。Scotcash网站上的一份声明表明，该贷款机构预计将在大约六个月的时间内（大约是2023年10月左右）结束服务。

如果我们的租户中有任何Scotcash的客户担心资金问题或陷入债务困境，请立即拨打0141 560 6000与我们联系。我们提供各种支持服务来帮助您。Scotcash网站上也提供支持和建议，网址为<https://www.scotcash.net/>；您还可以与Scotcash的工作人员交流，他们将为您解答任何问题。

Be Supermarket Savvy!

成为超市明智消费者

当生活成本很高时，每一分钱都能产生影响 - 充分利用我们冰箱、食品储藏室和橱柜中的食物可以走得更远。

Love Food Hate Waste的专家提供了简单易行的顶级建议，指导您在家中处理食物的最佳方式。从控制购物，保持食物的新鲜度，到烹饪美味佳肴来消耗您的所有食物。

除了下面的简单提示外，还有指南和建议，帮助您最大限度地利用每周的购物。请访问他们的网站以了解更多信息 - <https://www.lovefoodhatewaste.com/good-food-habits/how-do-l>

储存食物，让其保持更长时间的新鲜度 每年英国会扔掉高达20万吨的可食用肉类。您可以将食物冷冻到使用日期前，所以如果您收到了临时的晚餐邀请，冰箱里还有需要消耗的食物，只需将其放入冷冻库中，以便另一天享用。

掌控您的食物购物 我们中的许多人经常走进商店，不确定我们是否已经有足够的食物，如牛奶、面包和土豆，因此我们最终会凭感觉购买，并购买“以防万一”的食物。购物日很快就会变成倒垃圾日，因为我们完全可以食用的旧食物被扔掉，为新食物腾出空间。为什么不尝试一下Love Food Hate Waste提供的这些建议呢？

1. 制作购物清单。这是帮助您从食品购物中只购买所需物品的简单方法，这不仅有助于保护地球，也有助于控制您的预算。
2. 规划您的餐食。考虑一下本周您将要做的餐食 - 有一个餐食计划可以消除计算您实际上一周内会吃多少食物的猜测，并帮助您确定是否有任何食谱需要相似的食物。
3. 检查您家中已经有的食物。思考一下您可以购买放在橱柜和冷冻库中的食物。这些食物会持久保存，尤其是当您的计划可能在最后一刻改变时。

记得也要看一下冰箱和橱柜后面的食物 - 当新食物被收起来时，很容易忘记已有的食物。将需要立即食用的食物移到货架前面或者创建一个“先吃我”的货架。主食 - 值得在家里存放一些可以帮助您消耗剩饭菜的食物，所以留意一下您橱柜里有什么（例如罐装番茄、大米和意面）。

4. 在出门购物前最后检查您的清单。快速查看一下冰箱、橱柜和冷冻库 - 还有哪些食物需要食用，与您清单上的食物相比？思考一下您下周的计划 - 是否有改变，或者将有更少（或更多）的人需要供养？记得检查您拥有的任何优惠券，并随身携带，比如超市会员卡等。

5. 当您在商店里时：

- 当您把商品放入购物车时，请记得在清单上勾选或删除对应的项目。
- 特别优惠 - 暂停一下，思考一下。只有当您需要那么多商品，或者您会及时使用它时，优惠才是真正的优惠。考虑尝试“自有品牌”食品 - 很多时候，它们与品牌食品一样好吃和营养丰富，而且价格更便宜。

顶级提示：

- 将每周购买的常见食品清单准备好，方便随手使用 - 然后，如果使用手机，只需复制并粘贴到新的便签中，在检查您的橱柜、冰箱和冷冻库时删除不需要的物品。如果使用擦拭板或纸质清单 - 使用此清单来提醒您可能需要的物品。这样可以节省写清单的时间，并帮助您轻松记住您常购的食品。
- 在一周中保持清单的最新状态，然后在去商店之前再次检查清单 - 这样可以避免在赶去商店的时刻写清单，因为那时您可能时间最为紧张。
- 尝试按照商店的布局组织清单 - 根据商店的布局制定清单，将相同类型的食品分组，例如面包店，最后挑选冷冻食品（在您带回家的过程中可以保持较低的温度更长时间）。
- 整个一周或者在某种物品用完时将食品添加到清单中 - 这只需要一秒钟的时间。
- 记得也要添加非食品物品，例如洗发水、牙膏、卫生纸等。

变得更加精明的购物者

许多人对“最佳食用日期”和“使用期限”之间的区别感到困惑。每年有多达450万吨仍可食用的食物被扔掉（在英国）。

简单的指南如下：

- **最佳食用日期** - 关乎食物的品质

- **使用期限** - 关乎食物的安全性
- **展示日期/销售日期** - 仅供零售商注意，您不需要担心这些

最佳食用日期：食物在给定日期之前使用，味道最佳。在此日期之后，它可能不再是最佳状态，但仍然可以安全食用。使用您的感官来判断。

根据您存储食物的方式，它有可能在该日期之后的很长时间内仍然适合食用。

使用期限：您不应在“使用期限”之后食用食物。您并不总能闻到导致食物变质的细菌，因此在“使用期限”之后，食物可能看起来完好无损，但仍可能导致食物中毒。

记住 - 您可以在“使用期限”之前和包括“使用期限”当天冷冻食物。如果您不确定自己能否及时食用它 - 冷冻起来，留待另一天食用！

以下是一些关键食品以及食用日期后多久可以食用的指南：饼干 6 个月，谷物 6 个月，薯条 1 个月，干面食 3 年，罐头食品 12 个月，糖果 12 个月，意面酱 12 个月

Make your Money work for you!

让你的钱为你工作！

我们知道，现在每个人都在关注生活成本的问题。但你不仅可以控制你的能源账单，还可以通过一些小改变在家里减少日常开支，比如如何享受你喜爱的外卖而不用花费太多。像“Look After My Bills”和“Money Saving Expert”（Martin Lewis）这样的网站定期发送电子邮件，提供节省、最佳交易和检查家庭开支、外出活动甚至款待方面的省钱建议。你可以注册接收定期电子邮件，里面包含建议和更多内容，直接发送到你的收件箱！我们在这里列出了其中的一些顶级建议，希望你会觉得有用。

在家里

- 节约用水 - 将烧水壶中的水量控制在你即将使用的水量上。你也可以先将水煮沸，然后再倒入锅中 - 记得在水煮沸时盖上锅盖，以保留热量。
- 不要遮挡暖气片 - 在狭小的空间里，把家具放在房间的边缘可能很诱人。将家具移开几英寸，让热量在房间中流动。
- 保持灶台清洁 - 烧焦的食物或油脂会吸收热量，降低效率。记得经常清洁，保持灶台运行效率最高。
- 使用洗涤水盆 - 尤其是清理小份餐后，使用洗涤水盆可以减少用水量和加热水的能量消耗。
- 夏天保持百叶窗/窗帘开放更久，冬天关闭 - 夏天最大限度地利用自然热量/光线，冬天防止热量通过窗户流失。

精打细算

- 宽带或手机合同到期了吗？ - 通过比较网站检查是否有交易可减少账单。
- 寻找宽带的“社会费率” - 如果你的收入较低，你可能有资格享受长期更便宜的社会费率。
- 关注常规付款 - （自动扣款、定期转账、循环付款）。定期检查是否仍然需要或想要商品或服务。如果不需要，看看是否可以取消。如果需要，看看是否有更便宜或更好的选择。

- **减少开车，多走路或骑自行车** - 你能走路或骑自行车吗？有许多方式可以采取积极出行，这有助于降低你的开销，比如购买便宜的二手自行车、参加“上班骑行”计划和以廉价方式租用自行车短期使用。

用餐时间

- 在超市寻找“外卖替代品” - 现在有越来越多的商品可以让你以较低的成本重新制作你最喜爱的外卖菜品。或者自己动手做！

- 有慢炖锅吗？尝试批量烹饪 - 提前一周或几天准备好所有的餐点，不仅可以减少食物浪费，还可以避免外卖，因为餐点已经准备好了，这有助于降低成本。

请记住 - 我们在这里提供帮助

如果你的经济状况紧张或担心开支问题，请与我们联系。许多其他组织和慈善机构也可以提供详细的指导和建议 - 这里列出了一些可能能够提供帮助的机构：

苏格兰家庭能源：提供支付能源账单的帮助。电子邮件

adviceteam@sc.homeenergyscotland.org 或致电免费电话 0808 808 2282。

Turn2us：提供福利、寻找拨款和获取支持服务的帮助。了解更多信息，请访问

www.turn2us.org.uk 或致电 0800 802 2000。

公民咨询：提供有关通用信用的各个方面的指导。在 www.citizensadvice.org.uk/scotland

找到你当地的办事处，或致电 0800 028 1456。

Gingerbread：主要面向单亲家庭。需要帮助，请致电 Gingerbread 热线电话 0808 802

0925。

Scam Awareness

防骗意识

五月是防骗认知月。不幸的是，骗局全年都在试图欺骗我们，骗子们不断更新他们的努力和方法，不仅想获得我们辛苦挣来的现金，还想获取我们的个人信息。

去年（2022年），超过四分之三的英国成年人成为了骗局的目标。以下是如何在社交媒体、电话、电子邮件等方面避免骗局的方法。

有这么多骗局，我怎么知道该注意什么？

目前流行的骗局似乎几乎每天都在增加。真正的访客在你门口等待时不会介意你打电话核实他们的身份，除非你请求回拨，否则公司和网站不会突然给你打电话。

以下是2023年你应该警惕的一些常见骗局：

- 假冒皇家邮政、邮局或其他快递服务的短信，要求你点击链接并支付小费以便交付包裹。
- 账户上出现“可疑活动” / 诈骗电话（骗子冒充你的银行）。他们通常告诉你账户出现了欺诈行为，并要求你回拨。当你打电话给银行时，他们会在电话线上等待，准备让你透露银行信息。
- 节能返款/与能源相关的骗局 - 冒充能源供应商或Ofgem。
- 快速致富计划。
- 假法庭传票的电子邮件。
- 需要帮助（钱）以紧急支付账单或确保安全出行的亲友。
- 假退款 - 由于“计算错误”而返还的钱款。
- 预付款门口骗局 - 提供“立即充值”折扣。然而，供应商从未收到付款，家庭最终要支付两次。
- 绿色家居改造补助 - 冒充政府的节能补助计划和倡议。
- 票务欺诈 - 在社交媒体上宣传热门活动的门票。
- 与工作相关的骗局 - 假工作机会，要求支付“安全检查”、培训或保险费用；要求你拨打高价电话号码，家庭工作骗局。

如何保护自己和个人信息的最佳方法是什么？

骗子们不断修改他们的方法。幸运的是，我们可以使用一些提示和技巧来保护自己的安全：

社交媒体：

- 对好友请求保持谨慎，特别是如果你不认识或不熟悉这个人。
- 避免在社交媒体上进行购物。
- 将安全设置为最高级别，尽可能将大部分内容设为“私密”，这样可以将几乎所有信息对那些不是“好友”（连接）的人隐藏起来，并避免过度分享。
- 使用强密码，并定期更改密码。
- 如果一个优惠看起来太好以至于难以置信，那很可能是假的。记住，你不可能从你没有参加的竞赛或抽奖中获奖。

始终冷静：

- 如果怀疑情况，冷静五分钟。不要回拨电话或使用提供的链接，而是拨打可信的号码（例如信用卡背面的电话）或使用其他形式的通信直接联系。
- 谨防未经请求的电子邮件、电话、短信或访问 - 你的银行/能源供应商等绝不会通过这种方式要求你提供详细信息。
- 检查电子邮件的详细信息（姓名、地址）、网站名称或电话号码 - 它们可能看起来合法，但通常存在错误或模糊。避免回复。
- 在验证链接的合法性之前，避免点击链接。

我担心自己可能上当受骗，我该怎么办？

如果你认为自己可能上当受骗，请立即与你的银行联系。

如果你认为自己经历了网络犯罪或被欺诈，可以在网上向Action Fraud报告，也可以拨打0300 123 2040进行举报。

如果你感到焦虑或担心，并需要与某人交谈，The Samaritans提供全天候的帮助热线，号码是116 123。

公民咨询（Citizens Advice）也可以提供支持 - 你可以去当地的咨询中心或拨打他们的全国服务热线Adviceline，号码是03444 111 444，该热线在工作日上午9点至下午5点提供服务。

Kids Corner

儿童角落

我们邀请我们的年轻读者（15岁及以下）参加我们最新的北方新闻（North News）比赛 - 你可以选择参加绘画或写作比赛。

所有于2023年8月11日星期五截止日期之前收到的参赛作品都将被随机抽选，有机会赢得25英镑的礼品券（每个比赛1个奖品）。

艺术家们，齐聚一堂！

请给我们寄去你的绘画、油画或艺术作品，展现你的家或社区对你的意义。你可以选择绘制你理想中的家或关于你所在社区的主题！

对于那些有文学才能的人...

给我们寄一篇不超过500字的作品，写写你的家和/或社区对你的意义！可以是任何形式 - 诗歌、故事、短诗 - 我们想听到发自内心的故事！

请将你完成的作品寄至Ned Donaldson House · 50 Reidhouse Street · G21 4LS · 或通过电子邮件发送至media@nghomes.net，并注明为“North News比赛”。不要忘记在作品中注明你的姓名和年龄，地址和联系方式。

Sending post? Last chance to use up your old stamps.

寄信？用完你的旧邮票的最后机会。

你家里有一本邮票集吗？别忘了，“传统”的邮票上印有已故女王的头像，背景是纯色，这些邮票将于2023年7月到期。

皇家邮政宣布，由于引入了新的条形码系统，您将无法继续使用“旧”的一级和二级邮票。新系统将允许通过皇家邮政应用程序追踪使用该系统寄送的信件和邮件。

哪些邮票受影响？

受影响的邮票上印有已故女王的头像。2023年7月31日后，无条形码的邮票将被视为不足邮资。在此日期之后，只能使用带有女王形象的带条形码的邮票，以及没有条形码的圣诞节或特别系列邮票。

我对邮票的变化还有其他问题。

常见问题可以在皇家邮政网站上的“知道你的旧邮票在哪里吗？”页面上找到，包括哪些邮票您需要和不需要交换，以及如何计算您的邮票价值（如果您使用“邮票交换”表格）。

Enjoy summer safely.....

享受安全的夏天.....

夏天来了 - 至少在日历上是这样！很多人都会希望出去走走 - 准备好迎接（希望）更好的天气和夏季假期。

夏季是人们外出和积极参与活动的绝佳机会，有助于改善身心健康。

英国国民保健服务（NHS）提供了一些建议和建议，以确保我们在夏季的健康和福祉安全。

防晒安全

晒伤不仅仅发生在度假期间 - 即使是阴天，你在英国也可能晒伤。

记住：

- 在太阳最强烈的时候待在阴凉处。在英国，这段时间是从三月到十月的上午11点到下午3点。不要仅仅依靠防晒霜来保护自己免受太阳的伤害。
- 当太阳最烈的时候，穿着合适的衣服并待在阴凉处。确保防晒霜没有过期。不要忘记保护衣服无法覆盖到的部位，比如脸部、耳朵、脚和手背 - 还要保护眼睛免受明亮的光线，尤其是在水面周围。
- 记住：穿着提供防晒保护的衣物和太阳镜。

心理健康与福祉

我们的心理健康和福祉同样重要 - 确保你在这个夏天保持心理健康：

- 到户外呼吸新鲜空气并散步。利用更温暖的天气，在午餐时间快速散步。
- 保持健康饮食 - 夏季是引入新鲜沙拉的好时机。
- 多喝水，尤其是在炎热的天气里。
- 抓住长夜的机会尝试新的运动或积极参与的方式。
- 享受阳光并实践正念 - 留在当下。每天花几分钟做一些像倾听大自然声音的事情。

Local Elected Members

各民选代表

英国国会议员 Anne McLaughlin MP Contact the Member at their constituency address: Springburn Old Library & Museum 179 Ayr Street G21 4BW Phone: 0207 219 6484 Email: anne.mclaughlin.mp@parliament.uk

苏格兰国会议员 Bob Doris MSP Contact the Member at their constituency address: Maryhill Burgh Halls, 10-24 Gairbraid Avenue Glasgow G20 8YE Phone: 0141 946 7700 Email: bob.doris.msp@parliament.scot

市政府议员

Local Councillors Ward Canal (16)

Councillor Allan Gow

allan.gow@glasgow.gov.uk

0141 287 4238

Party: Scottish National Party

Councillor Fiona Higgins

fiona.higgins@glasgow.gov.uk

0141 287 7041

Party: Scottish Labour Party

Lord Provost Jacqueline McLaren

jacqueline.mclaren@glasgow.gov.uk

0141 287 0223

Party: Scottish National Party

Councillor Robert Mooney

robert.mooney@glasgow.gov.uk

0141 287 3934

Party: Scottish Labour Party

Ward (17)Springburn/Robroyston

Councillor Graham Campbell

graham.campbell@glasgow.gov.uk

0141 287 4875

Party: Scottish National Party

Councillor Christina Cannon

christina.cannon@glasgow.gov.uk

0141 287 4791

Party: Scottish National Party

Councillor Audrey Dempsey

audrey.dempsey@glasgow.gov.uk

0141 287 5615

Party: Scottish Labour Party

Councillor Thomas Rannachan

thomas.rannachan@glasgow.gov.uk

0141 287 3779

Party: Scottish Labour Party

格拉斯哥的苏格兰议会成员

该地区由8名区域议员代表 - 一名代表您所在地区的选区议员和7名代表更大区域区域议员。
您可以就苏格兰议会处理的任何问题与任一类型的议员联系。

Bob Doris是G21/G22地区的选区议员。以下是区域议员及其所属政党的名单。请查阅苏格兰议会网站<https://www.parliament.scot/msps>，获取最新的联系方式。

Pam Duncan-Glancy

Pam.Duncan-Glancy.msp@parliament.scot • Scottish Labour Party

Dr Sandesh Gulhane

Sandesh.Gulhane.msp@parliament.scot • Scottish Unionist and Conservative Party

Patrick Harvie

Patrick.Harvie.msp@parliament.scot • Scottish Green Party

Pauline McNeill

Pauline.McNeill.msp@parliament.scot • Scottish Labour Party

Anas Sarwar

Anas.Sarwar.msp@parliament.scot • Scottish Labour Party

Paul Sweeney

Paul.Sweeney.msp@parliament.scot • Scottish Labour Party

Annie Wells

Annie.Wells.msp@parliament.scot • Scottish Unionist and Conservative Party

Have you used the ng homes app?

您是否使用过ng homes应用程序？

我们始终致力于改进我们的网站和ng homes应用程序，以使它们更好地为我们的租户和客户服务。我们非常乐意听取您对应用程序或网站的任何方面的反馈意见 - 我们可以改进什么，对您来说效果如何，有哪些问题或者对于我们可以添加什么以使其更加简便和用户友好的建议。请发送电子邮件至：media@nghomes.net 没有安装应用程序？您可以免费从苹果应用商店或Google Play下载。或者只需扫描二维码即可立即上网！

节日假期关闭

协会将在以下日期关闭：

Glasgow Fair Weekend

我们将在 2023 年 7 月 14 日星期五和 2023 年 7 月 17 日星期一关闭

September Weekend

2023 年 9 月 22 日星期五和 2023 年 9 月 25 日星期一关闭

如果您遇到紧急情况，请致电 0141 560 6000，您将被转接到我们的礼宾部团队。

如需紧急维修，请致电 0800 595 595。

保持联系！

保持联系并及时了解正在发生的事情。我们在 Twitter、Instagram 和 Facebook 上……

Twitter - @ng_homes，您可以在其中找到有关我们服务的基本信息，

@ngha_community，您可以在其中找到社区新闻。

Facebook - @nghacomunity 在这里您可以找到有关协会的社区新闻、故事和基本信息

。

Instagram - @ng homes，您可以在这里找到来自整个协会的新闻。

你可以随时联系…

电话 - 您可以在周一至周五上午 9 点至下午 4 点 30 分致电 0141 560 6000 联系我们

电子邮件 - 您可以通过我们网站 www.nghomes.net 上的表格向我们发送电子邮件或发送至我们的通用收件箱：info@nghomes.net

您可以使用 My Glasgow 应用程序获得各种服务，从请求收集大件垃圾到报告乱扔垃圾或涂鸦。“More Services”部分还提供指向有用信息的便捷链接。无论是学校放假、缴纳市政税还是快速链接到 Twitter 公告，您需要的所有东西都只需轻按一下即可。您可以从 Apple App Store 或 Google Play 下载 myglasgow 应用程序。

如何联系我们：

邮箱：info@nghomes.net

网址：www.nghomes.net

媒体中心：<http://mediacentre.nghomes.net> 推特：[@ng_homes](https://twitter.com/ng_homes)

脸书：[nghacomunity](https://www.facebook.com/nghacomunity)

Springburn Office

Ned Donaldson House, 50 Reidhouse Street, Springburn, Glasgow
G21 4LS

电话：0141 560 6000

Possilpark Office

Saracen House, 139 Saracen Street, Possilpark, Glasgow
G22 5AZ

电话：0141 336 1300