



بسته خوش آمدگویی ریچموند (Richmond)

راهنمای پناهندگان تازه وارد

فهرست مطالب

۱. مقدمه
۲. مروری بر تیم خدمات پناهندگان
۳. برنامه‌های اسکان مجدد
۴. طرح خانه برای اوکراینی‌ها
۵. امور مالی:
 - ۱-۵. حساب‌های بانکی
 - ۲-۵. مزایا و کمک‌های دولتی
 - ۳-۵. حمایت از اشتغال
 - ۴-۵. مستمری بازنشستگی دولتی
۶. سلامت:
 - ۱-۶. پزشکان عمومی
 - ۲-۶. خدمات ۱۱۱ و پشتیبانی آنلاین
 - ۳-۶. حمایت‌های سلامت روان
 - ۴-۶. مراقبت‌های دندانپزشکی
 - ۵-۶. اورژانس (A&E) و ۹۹۹
 - ۶-۶. سایر حمایت‌ها
۷. آموزش:
 - ۱-۷. نظام آموزشی در بریتانیا
 - ۲-۷. کلاس‌های زبان انگلیسی و سایر دوره‌های آموزشی تکمیلی برای بزرگسالان
۸. خدمات کودکان:
 - ۱-۸. مراکز کودکان و مراکز حمایت از خانواده
 - ۲-۸. حفاظت از کودکان آسیب‌پذیر
۹. خدمات بزرگسالان:
 - ۱-۹. مراقبت اجتماعی بزرگسالان
 - ۲-۹. خشونت خانگی و خدمات حمایتی
 - ۳-۹. جرایم ناشی از نفرت
۱۰. یافتن محل سکونت:
 - ۱-۱۰. اجاره مسکن به‌صورت خصوصی
 - ۲-۱۰. کمک‌هزینه مسکن محلی
 - ۳-۱۰. در معرض خطر بی‌خانمانی؟
۱۱. حمایت‌های بیرونی:
 - ۱-۱۱. مشاوره شهروندی (Citizens Advice)
 - ۲-۱۱. حمایت‌های داوطلبانه و اجتماعی
۱۲. سفر، فرهنگ، مذهب و اوقات فراغت:
 - ۱-۱۲. رفت‌وآمد و حمل‌ونقل
 - ۲-۱۲. کارت‌های تخفیف ریچموند (Richmond Concession Cards)
 - ۳-۱۲. اماکن عبادت
 - ۴-۱۲. کتابخانه‌ها
 - ۵-۱۲. فعالیت‌ها و تفریحات
۱۳. حمایت از افرادی که به منابع مالی عمومی دسترسی ندارند (NRPF)

از حضور همه در اینجا استقبال می‌شود. ما به تنوع جامعه خود احترام می‌گذاریم و آن را گرامی می‌داریم و فرهنگ‌ها، پیشینه‌ها و تجربیات گوناگون افرادی را که بریتانیا را خانه خود می‌دانند، ارزشمند می‌شماریم.

۱. مقدمه:



این بسته خوش‌آمدگویی به‌طور ویژه برای پناجویان که به ریچموند وارد شده‌اند طراحی شده است تا به آن‌ها در دسترسی به خدمات شورای شهرداری و همچنین خدمات ارائه‌شده توسط گروه‌های داوطلبانه و اجتماعی کمک کند و امکان بهره‌مندی حداکثری از فرصت‌های موجود در این منطقه را فراهم سازد. این بسته خوش‌آمدگویی باید همراه با راهنمای رسمی دولت برای پناهندگان تازه‌وارد مطالعه شود: [Welcome: a guide for new refugees - GOV.UK](#)

۲. مروری بر تیم خدمات پناهندگان

تیم خدمات پناهندگان ما در ریچموند متعهد به حمایت از جویندگان پناه، خانواده‌های اسکان‌یافته و مهمانانی است که وارد این منطقه می‌شوند. ما در همکاری با بخش‌های مختلف خدماتی فعالیت می‌کنیم تا اطمینان حاصل شود که افراد و خانواده‌ها برای بازسازی زندگی خود در جوامع ما احساس حمایت و پشتیبانی می‌کنند.



امور مالی

۵-۱ حساب بانکی

پس از ورود به بریتانیا، مهم است که در اسرع وقت یک حساب بانکی افتتاح کنید. حساب بانکی به شما امکان می‌دهد پول خود را به صورت امن نگهداری کنید، دستمزد و مزایا و کمک‌های دولتی را دریافت نمایید و قبوض خود را از طریق برداشت مستقیم (Direct Debit) پرداخت کنید. بانک‌ها برای افتتاح حساب به مدارک شناسایی، مانند گذرنامه یا ویزای الکترونیکی (eVisa)، و مدرک نشانی، مانند قرارداد اجاره یا قبض خدماتی، نیاز دارند.

هنگام افتتاح حساب، درباره کارمزدها، خدمات ارائه‌شده و این‌که آیا حساب شامل کارت نقدی (Debit Card) است یا خیر، از بانک سؤال کنید. بسیاری از کارت‌های نقدی بدون تماس (Contactless) هستند و به شما امکان می‌دهند هزینه‌های حمل‌ونقل یا خریدهای خود را به سرعت پرداخت کنید. بانک‌های کاملاً دیجیتال نیز یک گزینه هستند و اگر هنوز مدرک نشانی ندارید، ممکن است افتتاح حساب در آن‌ها آسان‌تر باشد. برای دریافت راهنمایی درباره افتتاح حساب، همچنین مشاوره در زمینه بدهی و مدیریت مالی، می‌توانید با مشاوره شهروندی (Citizens Advice) تماس بگیرید: [Citizens Advice Richmond](https://www.citizensadvice.org.uk/)



۵-۲ مزایا و کمک‌های دولتی (Benefits)

بریتانیا دارای یک نظام رفاهی است که برای حمایت از افرادی که با مشکلات مالی روبه‌رو هستند یا نیازهای خاصی دارند طراحی شده است. مرکز خدمات اشتغال جاب‌سنتر پلاس (Jobcentre Plus) محلی شما می‌تواند به شما کمک کند تا دریابید واجد شرایط دریافت کدام مزایا هستید. این موارد ممکن است شامل یونیورسال کرایت (Universal Credit)، اعتبار بازنشستگی (Pension Credit)، مزایای ناتوانی (Disability benefits)، کمک‌هزینه مراقبت‌کننده (Carer's Allowance) و کمک‌هزینه فرزند (Child Benefit) باشد.

مهم است که در اسرع وقت برای دریافت مزایا اقدام کنید. برای این کار، به ویزای الکترونیکی خود (eVisa) نیاز خواهید داشت که سابقه دیجیتال وضعیت مهاجرتی شماست. این اطلاعات از طریق حساب کاربری UKVI شما قابل دسترسی است. شماره بیمه ملی (National Insurance Number) شما باید در مدارک مهاجرتی‌تان درج شده باشد یا به‌طور جداگانه برای شما ارسال شود.

مشاوره شهروندان (Citizens Advice) می‌تواند در زمینه شرایط احراز صلاحیت، تکمیل فرم‌های درخواست و توضیح نحوه پرداخت مزایا به شما راهنمایی ارائه دهد. همچنین می‌تواند در زمینه بودجه‌بندی، مدیریت بدهی و آگاهی از حقوق شما کمک کند.

۵-۳ حمایت از اشتغال

اگر دارای وضعیت پناهندگی یا اجازه اقامت در بریتانیا باشید، مجاز هستید بدون هیچ محدودیتی در این کشور کار کنید.

برای کار کردن، به شماره بیمه ملی (NI) نیاز دارید. این شماره منحصر به فرد است و کارفرمایان به آن نیاز دارند. هنگامی که شغلی پیدا می‌کنید، باید حق کار خود را به کارفرما اثبات کنید. این کار از طریق دریافت "کد اشتراک‌گذاری" (Share Code) از حساب eVisa شما انجام می‌شود. این کد منحصر به فرد است و کارفرما برای تأیید وضعیت شما از آن استفاده می‌کند. برخی مشاغل در بریتانیا — مانند مشاغل حوزه آموزش، مراقبت‌های بهداشتی، حقوق و سایر حرفه‌های تحت نظارت — نیاز دارند که مدارک و صلاحیت‌های شما پیش از اشتغال در آن حرفه، به‌طور رسمی تأیید یا ثبت شوند.



می‌توانید برای یافتن شغل و آمادگی برای ورود به بازار کار با مرکز خدمات اشتغال (Jobcentre Plus) محلی خود تماس بگیرید. برای یافتن نزدیکترین مرکز، به نشانی زیر مراجعه کنید:

<https://find-your-nearest-jobcentre.dwp.gov.uk/search.php>



خدمات کاریابی ریچموند (Richmond Work Match) خدمات اشتغال شورای شهرداری ریچموند است که دسترسی به فرصت‌های شغلی و دوره‌های آموزشی محلی را فراهم می‌کند و می‌تواند شما را با کارفرمایان محلی مرتبط سازد. اگر به دنبال کار هستید، می‌توانید برای ثبت‌نام با شماره ۰۲۰ ۸۸۷۱ ۵۱۹۱ (+۴۴) تماس بگیرید یا از طریق وب سایت زیر اقدام کنید [Richmond Work Match](#).

همچنین چندین سازمان محلی دیگر وجود دارند که می‌توانند در یافتن شغل از شما حمایت کنند. اطلاعات بیشتر را می‌توانید در بخش "حمایت‌های بیرونی" این بسته بیابید.

۴-۵ مستمری بازنشستگی دولتی (State Pension)



سن دریافت مستمری بازنشستگی دولتی در حال حاضر ۶۶ سال است، اما به تاریخ تولد شما بستگی دارد. می‌توانید تاریخ واجد شرایط شدن خود را در وبسایت [GOV.UK](#) بررسی کنید. اگر به سن دریافت مستمری دولتی رسیده باشید، ملزم به جستجوی کار نخواهید بود. برای دریافت مشاوره و اطلاعات درباره اعتبار بازنشستگی (Pension Credit) و سایر حقوق و مزایا، با خدمات بازنشستگی (Pension Service) تماس بگیرید.





خدمات بهداشت ملی بریتانیا (NHS) خدمات درمانی را به افرادی که در بریتانیا زندگی می‌کنند ارائه می‌دهد. بیشتر این خدمات رایگان هستند. برای اطلاعات بیشتر درباره نحوه عملکرد NHS، لطفاً به منبع زیر مراجعه کنید: [How the NHS works: a guide for migrants](#)

۱-۶ پزشک عمومی (GP)

پزشکانی که در مراکز درمانی محلی فعالیت می‌کنند "پزشکان عمومی" (GPs) نامیده می‌شوند. پزشک عمومی معمولاً اولین نقطه تماس شما در صورت احساس بیماری است. شما باید در اسرع وقت پس از ورود به بریتانیا در مطب پزشک عمومی محلی خود ثبت‌نام کنید. همه افراد حق دارند به‌طور رایگان به پزشک عمومی مراجعه کنند. برای ثبت‌نام، لازم است فرم ثبت‌نام را تکمیل کنید و حتی اگر مدرکی دال بر وضعیت مهاجرتی یا نشانی محل سکونت نداشته باشید، نباید از ثبت‌نام شما خودداری شود.



● [Click here to find your local GP](#). برای یافتن پزشک عمومی محلی خود اینجا کلیک کنید.

شما حق دارید در وقت ملاقات با پزشک عمومی از مترجم استفاده کنید. باید هنگام رزرو وقت ملاقات، درخواست مترجم را مطرح نمایید.

۲-۶ خدمات پشتیبانی ۱۱۱ :

اگر احساس بیماری می‌کنید و نیاز دارید فوراً با فردی صحبت کنید، می‌توانید با تماس با ۱۱۱ خدمات بهداشت ملی بریتانیا (NHS) یا مراجعه به داروخانه محلی خود، مشاوره پزشکی دریافت کنید. خدمات ۱۱۱ می‌تواند شما را به مناسبترین محل برای دریافت کمک راهنمایی کند، در صورتی که نتوانید در طول روز با پزشک عمومی خود تماس بگیرید یا زمانی که مطب پزشک عمومی شما بسته است.

۳-۶ حمایت از سلامت روان

در بریتانیا حمایت‌های زیادی به‌صورت رایگان برای افرادی که دچار نگرانی، احساس غمگینی، مشکلات خواب یا دشواری در انجام امور روزمره هستند، در دسترس است. اگر درباره سلامت روان خود نگران هستید، می‌توانید با پزشک عمومی محلی خود صحبت کنید.



همچنین برنامه‌ها و خدمات متنوعی برای حمایت از افرادی که با مشکلات سلامت روان مواجه هستند طراحی شده است. برای اطلاعات بیشتر، لطفاً به نشانی زیر مراجعه کنید:

[Mental health services in Richmond](#)

در موارد اورژانسی مرتبط با سلامت روان، لطفاً فوراً به بخش اورژانس بیمارستان (A&E) مراجعه کنید یا با شماره ۹۹۹ تماس بگیرید.

۴-۶ مراقبت‌های دندانپزشکی

خدمات دندانپزشکی در بریتانیا از طریق خدمات بهداشت ملی (NHS) یا به صورت خصوصی در دسترس است. درمان دندانپزشکی تحت پوشش NHS معمولاً مقرون به صرفه‌تر از خدمات خصوصی است، اما همه دندانپزشکان بیماران NHS را نمی‌پذیرند. برای اطلاعات بیشتر درباره نحوه یافتن دندانپزشک در نزدیکی محل سکونت خود:



● [How to find an NHS dentist - NHS](#)

کودکان زیر ۱۸ سال و برخی بزرگسالان ممکن است واجد شرایط دریافت خدمات دندانپزشکی رایگان NHS باشند. درمان‌های فوری دندانپزشکی نیز از طریق تماس با ۱۱۱ خدمات بهداشت ملی (NHS) در دسترس است.

۵-۶ اورژانس بیمارستان (A&E) و ۹۹۹

در مواقع اضطراری، لطفاً به نزدیکترین بخش حوادث و اورژانس بیمارستان (A&E) مراجعه کنید. اگر فوراً به کمک نیاز دارید یا قادر به مراجعه حضوری به A&E نیستید، در اسرع وقت با شماره ۹۹۹ تماس بگیرید.



● [You can find your nearest A&E hospital](#) اینجا کلیک کنید. [here](#)

۶-۶ سایر حمایت‌ها

اگر باردار هستید یا فرزند دارید، می‌توانید در صفحه ([South West London Healthier Together](#))، که توسط متخصصان خدمات بهداشت ملی بریتانیا (NHS) تهیه شده است، توصیه‌ها و اطلاعاتی درباره طیف گسترده‌ای از بیماری‌ها و مشکلات شایع بیابید.





۷-۱ آموزش در بریتانیا

تمام کودکان بین ۵ تا ۱۶ سال در بریتانیا حق برخورداری از آموزش رایگان و اجباری دارند. شما باید در اسرع وقت پس از ورود به بریتانیا برای دریافت محل تحصیل (ثبت‌نام در مدرسه) اقدام کنید.

آموزش سال‌های اولیه (زیر ۵ سال)

کودکان زیر ۵ سال می‌توانند از طریق مهدکودک‌ها، پرستاران کودک (childminders) و مراکز پیش‌دبستانی به آموزش سال‌های اولیه دسترسی داشته باشند. تمام کودکان ۳ و ۴ ساله در طول ترم تحصیلی (۳۸ هفته در سال) مستحق ۱۵ ساعت مراقبت از کودک رایگان در هفته هستند. برخی کودکان ۲ ساله نیز بسته به شرایط خانوادگی ممکن است واجد شرایط ۱۵ ساعت رایگان در هفته باشند.

اگر هر دو والد شاغل باشند، کودکان از سن ۹ ماهگی واجد شرایط دریافت ۳۰ ساعت مراقبت از کودک رایگان در هفته در طول ترم تحصیلی خواهند بود.



می‌توانید شرایط احراز صلاحیت خود و این‌که مزایا و کمک‌های دولتی شما چگونه می‌تواند شما را مشمول حمایت کند، در اینجا بررسی کنید:

www.gov.uk/free-childcare-if-working/check-youre-eligible

آموزش ابتدایی و متوسطه (سنین ۵ تا ۱۶ سال)

کودکان باید از سن ۵ تا ۱۶ سال در حال تحصیل باشند. محل‌های تحصیل توسط شورای محلی مدیریت می‌شود. شما باید از طریق تیم پذیرش مدارس درخواست خود را ثبت کنید؛ این تیم به شما کمک می‌کند مدرسه محلی مناسبی پیدا کنید.

در ریچموند (Richmond)، خدمات پذیرش مدارس توسط سازمان موفقیت برای کودکان (Achieving for Children) ارائه می‌شود. برای اطلاعات بیشتر، از جمله درباره حمایت‌های مالی و خدمات مربوط به نیازهای ویژه آموزشی و

ناتوانی‌ها (SEND)، به وبسایت (Achieving for Children)

مراجعه کنید یا به نشانی زیر ایمیل ارسال نمایید: richmond.admissions@achievingforchildren.org.uk

org.uk

وعده‌های غذایی مدرسه

کودکان در سال آمادگی، سال اول ابتدایی و سال دوم ابتدایی در مدارس دولتی انگلستان واجد شرایط دریافت وعده‌های غذایی رایگان در مدرسه هستند. برای کودکان بزرگتر نیز، بسته به درآمد خانوار یا دریافت برخی کمک‌های دولتی، امکان دریافت وعده‌های غذایی رایگان وجود دارد.

برای اطلاعات بیشتر درباره شرایط واجد شرایط بودن، لطفاً به نشانی زیر مراجعه کنید:



Free school meals - London Borough of Richmond upon Thames ●

گزینه‌های پس از ۱۶ سالگی (سنین ۱۶ تا ۱۸ سال)

پس از سن ۱۶ سالگی، نوجوانان می‌توانند تحصیلات خود را از طریق دوره‌های سیکس‌فرم (sixth form)، کالج یا کارآموزی ادامه دهند. آموزش یا مهارت‌آموزی تا سن ۱۸ سالگی اجباری است. حمایت‌هایی برای کمک به بررسی مسیرهای مختلف، از جمله دوره‌های زبان انگلیسی و دوره‌های مهارتی، در دسترس است.

۲-۷ کلاس‌های زبان انگلیسی و سایر دوره‌های آموزشی تکمیلی

اگر زبان انگلیسی زبان اول شما نیست و می‌خواهید مهارت‌های خود را تقویت کنید، گزینه‌های متنوعی رایگان یا کم‌هزینه از سوی کالج آموزش بزرگسالان جامعه ریچموند و هیلکرافت (Richmond and Hillcroft Adult Community College) و خیریه‌های محلی ارائه می‌شود:

● کالج آموزش بزرگسالان جامعه ریچموند و هیلکرافت (Richmond and Hillcroft Adult Community College - RHACC)

این کالج ارائه‌دهنده اصلی آموزش بزرگسالان در منطقه است و طیف گسترده‌ای از دوره‌های زبان انگلیسی، از جمله زبان انگلیسی برای گویشوران سایر زبان‌ها (ESOL) و انگلیسی به‌عنوان زبان خارجی (EFL) ارائه می‌دهد.



تلفن: ۰۲۰ ۸۸۹۱ ۵۹۰۷

ایمیل: info@rhacc.ac.uk

وبسایت: www.rhacc.ac.uk/courses/learn-english

● مرکز چندفرهنگی ریچموند (Multicultural Richmond)

ارائه‌دهنده کلاس‌های زبان انگلیسی برای گویشوران سایر زبان‌ها (ESOL)، مشاوره و حمایت برای افراد با پیشینه‌های قومی متنوع. وبسایت:



www.multiculturalrichmond.org.uk

تلفن: ۰۲۰ ۸۸۹۳ ۹۰۰۰

ایمیل: hello@multiculturalrichmond.org.uk

● گروه دوستی زبان‌آموزی ریچموند برای افراد با زبان مادری دیگر (Richmond EAL Friendship Group)

ارائه‌دهنده کلاس‌های غیررسمی زبان انگلیسی همراه با حمایت اجتماعی و کمک برای دسترسی به خدمات.



وبسایت: www.richmondeal.org.uk

● یادگیری زبان انگلیسی در خانه (Learn English at Home - LEAH)

ارائه‌دهنده حمایت فرد به فرد در یادگیری زبان انگلیسی برای ساکنان ریچموند که مهارت محدودی در زبان انگلیسی دارند و نمی‌توانند در کلاس‌های حضوری شرکت کنند. وبسایت:



www.leah.org.uk

برای اطلاعات بیشتر درباره فرصت‌های آموزش بزرگسالان، به این نشانی مراجعه کنید:

www.richmond.gov.uk/services/adult_and_community_education





خدمات کودکان طیف گسترده‌ای از خدمات حمایتی را برای پشتیبانی از کودکان و خانواده‌ها ارائه می‌دهد.

۱-۸ مراکز کودکان و مراکز خانواده در ریچموند (Family Hubs and Children's Centres in Richmond)

ریچموند (Richmond) طیفی از خدمات حمایتی برای خانواده‌ها از طریق مراکز کودکان (Children's Centres) و یک مرکز مرکزی خانواده (Family Hub) ارائه می‌دهد.

این مراکز فضاهایی دوستانه و خوشایند هستند که در آن خانواده‌ها می‌توانند از حمایت‌های فرزندپروری بهره‌مند شوند، در فعالیت‌های ویژه کودکان و نوجوانان شرکت کنند، به برخی خدمات بهداشتی دسترسی داشته باشند و در زمینه مسکن، امور مالی و آموزش کمک دریافت کنند.

مرکز خانواده وایت هاوس — همپتون (The White House Family Hub – Hampton)

این مرکز، تنها مرکز خانواده (Family Hub) در ریچموند است و خدماتی برای کودکان در تمام سنین، نوجوانان و خانواده‌ها ارائه می‌دهد. این مرکز برنامه‌های مراکز کودکان سابق و خدمات جوانان را در یک مکان گرد هم آورده است.

نشانی: TW12 3RN ،Hampton ،euneVA ehT 54

تلفن: ۰۲۰ ۸۹۷۹ ۱۸۸۴

ایمیل: thewhitehouse@achievingforchildren.org.uk

مراکز کودکان در ریچموند (Children's Centres in Richmond)

این مراکز بر حمایت از خانواده‌هایی با کودکان ۰ تا ۵ سال تمرکز دارند:

● مرکز کودکان بارنز — مورتلیک (Barnes Children's Centre) Mortlake, SW14 7HJ

● مرکز کودکان هم — ریچموند (Ham Children's Centre – Richmond) TW10 7BG

● مرکز کودکان هیثفیلد — ویتون (Heathfield Children's Centre) Whitton, TW2 6EX

ایمیل برای پرسش‌های عمومی: familyhubrichmond@achievingforchildren.org.uk

برای اطلاعات بیشتر: FamilyHubsRichmond

۲-۸ حفاظت از کودکان در ریچموند

اگر درباره ایمنی یا رفاه کودکی نگران هستید، مهم است که نگرانی خود را مطرح کنید — حفظ امنیت کودکان مسئولیت همه ماست. بسیاری از افراد نگران هستند که تماس با خدمات کودکان به معنای جدا شدن کودک از خانواده باشد، اما مگر در مواردی که کودک در معرض آسیب جدی قرار داشته باشد، شورا با والدین همکاری می‌کند تا کمک و حمایت لازم فراهم شود تا خانواده بتواند در کنار هم بماند.

اگر درباره کودکی نگران هستید یا خانواده شما به کمک نیاز دارد، نقطه تماس واحد دسترسی (Single Point of Access – SPA) در سازمان موفقیت برای کودکان برای حمایت از شما در دسترس است.

اطلاعات تماس:

● تلفن: ۰۲۰ ۸۵۴۷ ۵۰۰۸ (دوشنبه تا پنجشنبه: ۸ صبح تا ۵:۱۵ بعدازظهر، جمعه: ۸ صبح تا ۵ بعدازظهر)

● خارج از ساعات اداری: ۰۲۰ ۸۷۷۰ ۵۰۰۰

● اگر کودکی در خطر فوری قرار دارد، با شماره ۹۹۹ تماس بگیرید.





۹

خدمات بزرگسالان

۹-۱ مراقبت اجتماعی بزرگسالان

خدمات مراقبت اجتماعی بزرگسالان ریچموند از افرادی که دارای ناتوانی‌های جسمی یا روانی هستند، یا سالمندان و افراد آسیب‌پذیر، حمایت می‌کند تا بتوانند استقلال خود را حفظ کرده و زندگی رضایت‌بخشی داشته باشند. این خدمات همچنین از افرادی که از بزرگسالان آسیب‌پذیر مراقبت می‌کنند، حمایت می‌کند.

هنگامی که با خدمات مراقبت اجتماعی بزرگسالان تماس بگیرید، ارزیابی‌ای برای درک نیازهای شما انجام خواهد شد. همچنین یک ارزیابی مالی صورت می‌گیرد تا مشخص شود آیا لازم است در هزینه‌های مراقبت مشارکت داشته باشید یا خیر.

● برای کسب اطلاعات بیشتر درباره خدمات مراقبت اجتماعی بزرگسالان، به نشانی زیر مراجعه کنید:

www.richmond.gov.uk/services/adult_social_care

● در صورت تمایل، می‌توانید از دوشنبه تا جمعه، از ساعت ۹ صبح تا ۵ بعدازظهر، از طریق روش‌های زیر با خدمات مراقبت اجتماعی بزرگسالان (Adult Social Care) تماس بگیرید: تلفن: ۰۲۰ ۸۸۹۱ ۷۹۷۱ (۰) ۴۴+، پیامک: ۰۲۰ ۸۸۹۱ ۷۹۷۱ (۰) ۴۴+

● ایمیل: adultsocialservices@richmond.gov.uk

● حمایت خارج از ساعات اداری: ۰۲۰ ۸۷۴۴ ۲۴۴۲

۹-۲ خشونت خانگی و خدمات حمایتی

خشونت خانگی می‌تواند اشکال مختلفی داشته باشد، از جمله سوءاستفاده جسمی، جنسی، عاطفی یا اقتصادی. اگر در خطر فوری هستید، با شماره ۹۹۹ تماس بگیرید. برای موارد فوری که وضعیت اضطراری محسوب نمی‌شوند، با شماره ۱۰۱ تماس بگیرید.

حمایت‌های محلی:

● خدمات حمایت مستقل از قربانیان خشونت خانگی (Refuge IDVA Service)، خدماتی رایگان و محرمانه با امکان استفاده از مترجم. تلفن: ۰۲۰۳ ۸۷۹ ۳۵۴۴ | ایمیل: Richmondwandsworth@refuge.org.uk

● مراکز خدمات حضوری بدون نیاز به وقت قبلی ریچموند (Richmond One Stop Shops)

خدمات مشاوره شهروندان همپتون هیل (Hampton Hill Citizens Advice)

طبقه اول، 94-102 High Street، Hampton Hill، TW12 1NY، جمعه‌ها، ۱۰:۰۰ تا ۱۲:۰۰
برای اطلاعات بیشتر و دریافت حمایت‌های گسترده‌تر، لطفاً به [Council Website](#) مراجعه کنید.

● حمایت‌های ملی: ۰۲۰۰ ۲۴۷ ۰۸۰۸ (تماس رایگان، ۲۴ ساعته، ۷ روز هفته)

www.nationaldahelpline.org.uk

وضعیت مهاجرتی شما بر امکان دسترسی به خدمات حمایت از خشونت خانگی تأثیری نخواهد داشت.



۳-۹ جرایم ناشی از نفرت

جرم ناشی از نفرت، جرمی است که با انگیزه خصومت یا تبعیض نسبت به ویژگی‌های محافظت‌شده یک فرد انجام می‌شود. جرم یا حادثه ناشی از نفرت زمانی رخ می‌دهد که فردی به دلیل هویت یا ویژگی‌هایش مورد آزار، تهدید یا حمله قرار گیرد.

● اطلاعات بیشتر درباره حمایت از قربانیان و نحوه گزارش جرم ناشی از نفرت را می‌توانید در اینجا بیابید:

[Hate Crime](#)

● اگر در خطر فوری هستید، با شماره ۹۹۹ تماس بگیرید. برای موارد فوری که وضعیت اضطراری محسوب نمی‌شوند، با شماره ۱۰۱ تماس بگیرید.





۱۰-۱ اجاره مسکن از بخش خصوصی

اجاره مسکن در بخش خصوصی به شما این امکان را می‌دهد که نوع، اندازه و موقعیت محل سکونت خود را با انعطاف بیشتری انتخاب کنید. می‌توانید از طریق وبسایت‌هایی مانند زوپلا (Zoopla)، گامتری (Gumtree) یا مشاوران املاک محلی به جستجوی ملک بپردازید.

پیش از اجاره مسکن، به موارد زیر توجه کنید:

- اینکه به خانه مبلیه یا غیر مبلیه نیاز دارید
- دسترسی‌پذیری و ارتباطات حمل‌ونقل
- اینکه آیا واجد شرایط دریافت حمایت‌های مسکن مانند کمک‌هزینه مسکن (Housing Benefit) یا اعتبار همگانی (Universal Credit) هستید

بیشتر مالکان، مبلغی به‌عنوان ودیعه (deposit) و اجاره‌بها به‌صورت پیش‌پرداخت درخواست می‌کنند. اجاره مسکن در لندن بسیار پرهزینه است، بنابراین برای افزایش شانس تأمین هزینه‌های مسکن، داشتن شغل بسیار مهم است. اگر درآمد کمی دارید یا مزایای دریافت می‌کنید، بخش زیادی از هزینه‌های مسکن از طریق بخش مسکن اعتبار همگانی (Universal Credit Housing Element) پوشش داده می‌شود. اگر به سن بازنشستگی رسیده باشید، ممکن است به‌جای آن واجد شرایط دریافت کمک‌هزینه مسکن (Housing Benefit) باشید. همچنین ممکن است کمک‌های مالی بیشتری از طریق وام بودجه‌بندی یا پیش‌پرداخت بودجه‌بندی از سوی دولت در دسترس باشد.



برای اطلاعات بیشتر درباره اجاره مسکن خصوصی، خدمات مشاوره و اطلاعات مربوط به حفاظت از ودیعه، به این منبع مراجعه کنید: [Finding a place to rent](#).

۱۰-۲ کمک‌هزینه مسکن محلی (LHA)

اگر واجد شرایط دریافت مزایای مسکن باشید، میزان دریافتی شما بر اساس کمک‌هزینه مسکن محلی (LHA) تعیین می‌شود که به اندازه خانوار و محل سکونت شما بستگی دارد. می‌توانید میزان حمایتی که ممکن است دریافت کنید را در اینجا بررسی کنید: [LHA Direct](#)



۱۰-۳ در معرض بی‌خانمانی (Homelessness) هستید؟

اگر در حال حاضر بی‌خانمان هستید یا نگران بی‌خانمان شدن می‌باشید، لطفاً فوراً با تیم پیشگیری از بی‌خانمانی (Homelessness Prevention Team) تماس بگیرید. این تیم می‌تواند از شما حمایت کرده و به بررسی گزینه‌های پیش رو کمک کند.



● [If you are homeless or worried about losing your home](#)

می‌توانید اطلاعات بیشتر درباره روند درخواست بی‌خانمانی، از جمله مدارکی که ممکن است لازم باشد، در اینجا بیابید: [Guide to homelessness applications](#).





۱-۱۱ حمایت از سوی خدمات مشاوره شهروندان (Citizens Advice)

خدمات مشاوره شهروندان، سرویسی رایگان، محرمانه و مستقل است که در طیف گسترده‌ای از مسائل روزمره به شما کمک می‌کند. مشاوران آموزش‌دیده این مرکز می‌توانند در موارد زیر از شما حمایت کنند:

- درک حقوق خود و آشنایی با نظام‌ها و خدمات در بریتانیا
- دسترسی به مزایا و حمایت‌های مالی، از جمله کمک در تکمیل درخواست‌ها
- مشاوره درباره بدهی و مدیریت مالی برای کمک به پرداخت قبوض یا اجاره
- حمایت شغلی، از جمله آگاهی از حقوق شما در محل کار
- مشاوره مسکن، از جمله مشکلات مربوط به مالکان یا قراردادهای اجاره
- حمایت در امور مهاجرت و پناهندگی، در صورت لزوم
- کمک برای دسترسی به مشاوره حقوقی و معرفی به سایر خدمات حمایتی

برای دریافت کمک از خدمات مشاوره شهروندان، لازم نیست شهروند بریتانیا باشید. این مرکز بدون اجازه شما اطلاعاتتان را به اشتراک نخواهد گذاشت.



برای اطلاعات بیشتر درباره خدمات ارائه‌شده، لطفاً به این نشانی مراجعه کنید:

[Citizens Advice Richmond](https://www.citizensadvice.org.uk/richmond/)

۱-۲ حمایت‌های داوطلبانه و اجتماعی:

منطقه ریچموند و مناطق اطراف آن دارای سازمان‌های محلی متعددی هستند که به ساکنان خدمات حمایتی ارائه می‌دهند، از جمله کمک‌های تخصصی برای پناهمجویان (Sanctuary Seekers). این گروه‌ها خدمات زیر را ارائه می‌کنند:

- مشاوره حقوقی
- خدمات آموزشی
- حمایت غذایی
- راهنمایی درباره هزینه‌های زندگی
- و بسیاری خدمات دیگر

● سازمان چندفرهنگی ریچموند (Multicultural Richmond)

ارائه‌دهنده کلاس‌های انگلیسی برای گویشوران سایر زبان‌ها (ESOL)، مشاوره و حمایت برای افرادی از پیشینه‌های اقلیت‌های قومی.

وبسایت: www.multiculturalrichmond.org.uk

تلفن: ۰۲۰ ۸۸۹۳ ۹۰۰۰

ایمیل: hello@multiculturalrichmond.org.uk



● سازمان پناهندگان خوش‌آمدید در ریچموند (Refugees Welcome in Richmond)

حمایت دوستانه و پشتیبانی زبانی، یافتن خانه برای جویندگان پناه، باشگاه اجتماعی هفتگی اوکراینی.

وبسایت: <https://refugeeswelcomeinrichmond.org/contact>



● سازمان اقدام برای پناهندگان کینگستون (Refugee Action Kingston)

مشاوره حقوقی و رفاهی، مشاوره و بهزیستی، مرکز یادگیری، حمایت شغلی، و فعالیت‌های اجتماعی.

وبسایت: www.refugeeactionkingston.org.uk

ایمیل: admin@refugeeactionkingston.org.uk

تلفن: ۰۲۰ ۸۵۴۷ ۰۱۱۵



● سازمان حقوقی جوانان (Youth Legal)

مشاوره مهاجرت برای خانواده‌ها و کودکان بدون همراه (UASC)؛ مراقبت اجتماعی، مسکن، رفاه و بدهی.

وبسایت: www.youthlegal.org.uk

تلفن: ۰۲۰ ۳۱۹۵ ۱۹۰۶

ایمیل: info@youthlegal.org.uk



● راهنمای مسیر — راهنمای شما برای زندگی در بریتانیا (Signpost):

خدمتی رایگان که اطلاعات حمایتی درباره سلامت روان، خدمات بهداشتی و مهارت‌های عملی برای زندگی در بریتانیا ارائه می‌دهد. برای ثبت‌نام، تنها داشتن یک نشانی ایمیل کافی است. وبسایت:

www.signpost.org.uk .Signpost – your guide to life in the UK - Thrive LDN





سفر، فرهنگ، مذهب و اوقات فراغت

۱-۱۲ رفت‌وآمد — حمل‌ونقل در لندن

برای رفت‌وآمد در لندن، به یک کارت بانکی بدون تماس یا کارت اویستر (Oyster card) نیاز دارید. کارت‌های اویستر را می‌توان در بیشتر ایستگاه‌ها، برخی فروشگاه‌ها یا به‌صورت آنلاین تهیه کرد.

شما باید هنگام شروع و پایان هر سفر، همان کارت را بر دستگاه بزنید. این کار کمک می‌کند تا مبلغ صحیح کرایه از شما دریافت شود. سازمان حمل‌ونقل لندن (TfL) به‌صورت خودکار کمترین هزینه روزانه سفر شما را محاسبه و کسر می‌کند.

ممکن است واجد شرایط استفاده از سفر رایگان یا تخفیف‌دار باشید. این می‌تواند شامل کارت‌های سفر رایگان یا کاهش کرایه باشد.



برای اطلاعات بیشتر درباره حمل‌ونقل عمومی، لطفاً به این نشانی مراجعه کنید:

[Public transport](#)

۲-۱۲ امتیازات کارت تفریحی ریچموند (Richmond Leisure Card) (Concessions)

جویندگان پناه در ریچموند (Richmond) می‌توانند برای دریافت کارت ریچموند با امتیاز رایگان (Richmond Card) همراه با اشتراک فعال تفریحی درخواست دهند که دسترسی رایگان به شنا، کلاس‌های ورزشی و جلسات باشگاه بدنسازی را فراهم می‌کند.

درخواست‌ها می‌توانند از طریق تماس با تیم کارت تفریحی (Leisure Card team) به نشانی زیر انجام شوند:
ایمیل: LeisureCard@richmond.gov.uk یا با مراجعه به مرکز تفریحی محلی خود.

شما باید قادر به ارائه مدرک احراز شرایط باشید (برای مثال: نامه وزارت کشور (Home Office)، کارت ثبت درخواست پناهندگی (ARC card)، یا نامه شورای شهرداری (council letter) با تاریخ در سه ماه گذشته) همراه با مشخصات شخصی خود.



اطلاعات بیشتر در نشانی زیر در دسترس است:

www.richmond.gov.uk/services/sports/fairer_access

۳-۱۲ اماکن مذهبی

ریچموند و کینگستون (Richmond and Kingston) محل استقرار بسیاری از مکان‌های عبادت متعلق به ادیان گوناگون هستند. برای مشاهده فهرست مکان‌های عبادت در ریچموند (Richmond)، به این نشانی مراجعه کنید:

[Richmond Faith and Belief Forum](#)



۴-۱۲ کتابخانه‌ها (Libraries)

منطقه ریچموند دارای چندین کتابخانه محلی است که در آن‌ها همه می‌توانند مطالعه کنند، بیاموزند و با دیگران ارتباط برقرار کنند. بسیاری از کتابخانه‌ها کتاب‌های دوزبانه ارائه می‌دهند و همچنین خدمات زیر را در اختیار شما می‌گذارند:

- دسترسی به رایانه و کمک برای استفاده از آن
- حمایت در زمینه اشتغال، مهارت‌آموزی و کسب‌وکار
- اطلاعات معتبر درباره سلامت و منابع مرتبط با رفاه و تندرستی
- حمایت و فعالیت‌های پس از مدرسه
- اینترنت با وای فای رایگان

اطلاعات بیشتر در این نشانی در دسترس است: [Libraries](#)

۵-۱۲ فعالیت‌ها و دیدنی‌ها در ریچموند (Things to Do in Wandsworth)

ریچموند دارای پارک‌ها، امکانات تفریحی، مراکز فرهنگی، بازارهای محلی، رویدادها و جاذبه‌های متنوعی است. برای اطلاعات بیشتر درباره تفریحات و فعالیت‌های فرهنگی در منطقه، به این نشانی مراجعه کنید:

[.Visit Richmond](#)

خدمات پناهندگان ریچموند (Richmond Refugee Services) خبرنامه‌ای فصلی منتشر می‌کند که شامل اطلاعات بیشتر درباره حمایت‌های محلی، فعالیت‌ها و رویدادهای پیش رو است. می‌توانید از اینجا برای دریافت

خبرنامه ثبت‌نام کنید: [Sign up to Richmond Refugee Services updates](#)





۱۳

حمایت از افرادی که دسترسی به بودجه عمومی ندارند (NRPF)

افرادی که مشمول "عدم دسترسی به بودجه عمومی" (NRPF) هستند، به دلیل وضعیت مهاجرتی خود از دریافت مزایایی که به عنوان "بودجه عمومی" طبقه‌بندی می‌شوند، محروم هستند.



برای اطلاعات دقیق‌تر درباره اینکه چه مواردی جزو بودجه عمومی محسوب می‌شود و چه کسانی می‌توانند به آن دسترسی داشته باشند، به این نشانی مراجعه کنید: www.nrpfnetwork.org.uk

با وجود محدودیت‌های NRPF، استثناهایی وجود دارد. اگر شرایط خاصی را داشته باشید، ممکن است بتوانید برخی مزایا را دریافت کنید یا از حمایت موقت بهره‌مند شوید. ممکن است بتوانیم از شما حمایت کنیم اگر:

- خانواده‌ای باشید که دچار فقر شدید است (فاقد غذا، پوشاک یا سرپناه) یا در معرض چنین وضعیتی قرار دارد
- بزرگسال مجردی باشید که نیاز به مراقبت دارد
- جوانی باشید که از نظام مراقبتی خارج شده است

برای اطلاعات بیشتر و دریافت حمایت، لطفاً با این بخش تماس بگیرید:

RefugeeResettlement@richmond.gov.uk (Support for those with no recourse to public funds (NRPF)



تیم اسکان مجدد (Resettlement Team) نیز ممکن است بتواند شما را به خدمات حمایتی مناسب راهنمایی کند. لطفاً با این نشانی تماس بگیرید: RefugeeResettlement@richmond.gov.uk

