

پروژه توانمندسازی دیجیتال و برقراری ارتباط زنان پناهنده

راهنمای همراهی با کارگاه‌های 1 و 2



مقدمه‌ای بر آنلاین شدن و
دسترسی به خدمات آنلاین

این راهنما به عنوان یک ابزار حمایتی برای زنانی ایجاد شده است که در کارگاه‌های پروژه توانمندسازی دیجیتال و برقراری ارتباط زنان پناهنده شرکت می‌کنند. هدف این راهنما زنانی هستند که از پناهندگی، حمایت بشردوستانه یا ویزای گرد هم آبی مجدد خانواده پناهندگان برخوردار هستند و در انگلستان زندگی می‌کنند. بودجه این پروژه توسط دفتر حمایت از پناهندگان وزارت کشور و بودجه یکپارچه شدن برای کمک به زنان حمایتی در غلبه بر موانع یکپارچه شدن در انگلستان تامین می‌شود.

ما می‌خواهیم از اعضا و سفیران شبکه VOICE که از طریق ارائه تجارب و دانش خود به ایجاد این اسناد کمک کرده‌اند، تشکر و قدردانی کنیم. این مطالب به زبان انگلیسی، امهری، عربی، فارسی، کردی (سورانی)، سومالی، تیگرینیا و اردو در دسترس هستند. امید می‌رود که زنان پناهنده که قادر به شرکت در این کارگاه‌ها نیستند بتوانند از این اطلاعات در مسیر خود استفاده کنند.

محتوا

پیش گفتار.....	2
کلمات کلیدی.....	3
مقدمه‌ای بر آنلاین شدن.....	4
آگاهی نسبت به داده‌های شخصی.....	4
استفاده از اینترنت در انگلستان.....	8
ایمیل.....	8
یافتن آنچه به دنبالش هستید.....	10
استفاده از موتور جستجو.....	11
تغییر زبان یک مرورگر وب:.....	11
ترجمه یک صفحه.....	13
جستجو و گشت و گذار امن.....	15
پاک کردن تاریخچه مرورگر.....	16
پاک کردن کوکی‌ها.....	16
ناشناس بودن و گشت و گذار خصوصی.....	16
دکمه‌های خروج امن.....	17
فرزند پروری دیجیتال.....	17
دسترسی آنلاین به خدمات - آموزش.....	18
دسترسی آنلاین به خدمات - اشتغال.....	20
دسترسی آنلاین به خدمات - مسکن.....	22
اگر در منزل خود امنیت ندارید.....	25
خلاصه.....	25

پیش گفتار

این ابزار قادر به کاوش در مشاوره کامل در مورد دسترسی به خدمات آنلاین نیست و تنها به عنوان یک مقدمه پایه در نظر گرفته می‌شود که امیدوار است توجه شما را به برخی از نکات مهم و جاهایی که می‌توانید اطلاعات بیشتر در این خصوص کسب کنید، جلب کند. هرچند این راهنما شامل اطلاعاتی در خصوص حقوق می‌باشد، اما یک سند قانونی به حساب نمی‌آید. ارائه مشاوره مهاجرتی و مشاوره قانونی توسط افراد نامعتبر غیر قانونی است. ما به سازمان‌های متخصص مرتبطی مراجعه می‌کنیم

که می‌توانند تا جای ممکن اطلاعات مناسب ارائه دهند. مهم است توجه داشته باشید که ما امیدوار به ارائه اطلاعاتی در خصوص حقوق و روش‌هایی برای تضمین امنیت شما هستیم، اما نمی‌توانیم قول بدهیم که این اطلاعات و اقدامات حتماً منجر به امنیت شما خواهد شد.

در سراسر این راهنما، لینک‌هایی وجود دارند که می‌توانید با کلیک بر روی آنها به وب سایت‌های مربوطه بروید. به عنوان مثال، اگر [اینجا](#) کلیک کنید، شما به وب سایت صلیب سرخ بریتانیا هدایت خواهید شد. در جایی که امکان داشت، ما سعی کرده‌ایم که لینک‌های مربوط به منابع ترجمه شده را قرار دهیم، اما بسیاری از لینک‌های داخل این راهنما مربوط به اطلاعات انگلیسی هستند. هرچند که ما معایب و محدودیت‌های ترجمه خودکار را می‌دانیم، اما در خصوص نحوه استفاده از این قابلیت در این راهنما صحبت کرده‌ایم.

ما می‌دانیم که گفتگو در مورد مباحث مرتبط با سو استفاده و جرایم کیفری ممکن است حساس و اغلب تابو باشد. مأموریت بشردوستانه ما و اصل «عدم آسیب رسانی» ما به این معنی است که ما برای انجام آنچه در توان ماست برای مقابله با خشونت مبتنی بر جنسیت، از جمله ارائه اطلاعات برای حمایت از مردم برای انتخاب گزینه‌هایی که به آنها قدرت می‌بخشد و تصمیماتی که از آنها محافظت می‌کند، دعوت به عمل می‌شویم.

کلمات کلیدی

داده - مجموعه‌ای از حقیق مانند اعداد، کلمات، مقیاس‌ها، مشاهدات یا توصیف چیزها

دیجیتال - استفاده یا ذخیره داده‌ها از طریق سیستم کامپیوتری

داده موبایل - دسترسی بی سیم به اینترنت از طریق یک دستگاه قابل حمل

آنلاین - اموری که در هنگام اتصال به اینترنت یا کامپیوتر انجام می‌شوند

داده‌های شخصی - اطلاعاتی که می‌توانند موجب شناسایی هویت یک فرد شوند



مقدمه‌ای بر آنلاین شدن

استفاده از اینترنت و دسترسی به اطلاعات و تکنولوژی ارتباطات توسط سازمان ملل متحد (United Nations) به عنوان بخشی ضروری از «حقاقل» استانداردهای زندگی تعریف می‌شود¹، اما بسیاری از افراد در انگلستان دسترسی کافی به اینترنت ندارند یا آنلاین شدن و دسترسی به اطلاعات ضروری مورد نیاز برایشان دشوار است².

آنلاین شدن - WiFi و داده موبایل

WiFi (اتصال بی سیم به اینترنت) اغلب در فضاهای عمومی به صورت رایگان در دسترس است، اما بسیاری از افراد در منزل روش پایداری برای اتصال به اینترنت ندارند. دسترسی به اینترنت چه از طریق خرید پهنای باند برای منزل چه از طریق خرید بسته‌های داده موبایل، مستلزم پرداخت وجه است. پهنای باند نوعی اتصال اینترنت پر سرعت به شمار می‌رود. ارائه دهندگان Wi-Fi خانگی زیادی وجود دارند که به ارائه پهنای باند با قراردادهای مدت دار می‌پردازند.

وب سایت‌های مقایسه با ارائه خدمات رایگان مقایسه سرعت اینترنت، هزینه ماهیانه اینترنت، طول قرارداد و هزینه، می‌توانند مفید واقع شوند. چند نمونه از وب سایت‌های مقایسه در اینجا لیست شده‌اند:

- [USwitch](#) آنها همچنین راهنمایی در خصوص انتخاب پهنای باند نیز دارند
- [Compare the Market](#)
- [MoneySupermarket](#)

برخی افراد به جای پهنای باند از بسته‌های داده‌های موبایل، دستگاه‌های **MiFi** یا دانگل برای انتقال اینترنت به لپ تاپ یا کامپیوتر منزل خود استفاده می‌کنند. معمولاً پهنای باند از اینترنت موبایل قابل اعتمادتر و سریع تر است، اما عملکرد هر یک از خدمات اینترنتی می‌تواند متفاوت باشد، به عنوان مثال، بسته به اینکه در چه منطقه‌ای زندگی می‌کنید یا چند نفر در یک زمان به اینترنت متصل هستند.

آیا می‌دانید چطور باید سرعت اینترنت را بررسی کنید؟ از این وب سایت دیدن کنید: www.checker.ofcom.org.uk/broadband-test

مقایسه با محرومیت استفاده از اینترنت

افراد ممکن است به دلیل عدم برخورداری از داده یا وسایل ارتباطی، یا به دلیل فقدان دانش دیجیتال، خود را از دسترسی به اینترنت محروم کنند.

Refugee Action در همکاری با **Greenet** اقدام به تولید کتابچه راهنمایی برای گنجاندن اینترنت کرده است، و دستورالعمل‌های مفیدی برای خرید یا کمک هزینه خرید گوشی هوشمند، لپ تاپ، تبلت، داده موبایل، مودم پهنای باند و Wi-Fi دارد که این دستورالعملها در همکاری با آژانس‌های حمایت از پناهندگان **LASSN** و **NACCOM** تهیه شده‌اند. توجه داشته باشید که هدف این اطلاعات سازمان‌ها هستند نه افراد، اما کماکان ممکن است این اطلاعات برای شما مفید باشد.

آگاهی نسبت به داده‌های شخصی

اطلاعات شخصی به هر چیزی گفته می‌شود که به شناسایی شما کمک می‌کند: نام، سن، آدرس، تاریخ تولد، وضعیت مهاجرتی، بیومتریک، آدرس ایمیل، اطلاعات موقعیت شما، یا شماره‌های شناسایی مانند شماره بیمه ملی یا شماره مجوز اقامت بیومتریک (BRP). از کاربران اینترنت اغلب خواسته می‌شود که اطلاعات شخصی خود را هنگام استفاده از خدمات آنلاین ارائه دهند.

¹ اهداف توسعه پایدار سازمان ملل - [/https://www.un.org/sustainabledevelopment/infrastructure-industrialization](https://www.un.org/sustainabledevelopment/infrastructure-industrialization)

²

<https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/householdcharacteristics/homeinternetandsocialmediausage/articles/exploringtheuksdigitaldivide/2019-03-04>

چرا اطلاعات شخصی مهم هستند؟

خدمات آنلاین برای شناسایی و پردازش اطلاعات جهت ارائه خدمات به آنها، از اطلاعات شخصی استفاده می‌کنند. در محیط آنلاین هم ممکن است متوجه شده باشید که اغلب از شما می‌خواهند داده‌های شخصی شما را مطالبه کنند، به عنوان مثال، یک مددکار ممکن است برای تکمیل فرم درخواست از شما اطلاعات شخصی‌تان را مطالبه کند. تقریباً تمامی تراکنش‌ها و تعاملاتی که با اکثر سازمان‌ها دارید شامل اشتراک اطلاعات شخص، مانند نام، آدرس و تاریخ تولد می‌شود.

در حال حاضر، انگلستان به اطلاعاتی مثل تاریخ تولد، که بخشی از سیستم ثبت نام قانونی برای شناسایی افراد، حقوق آنها و حق دسترسی آنها به خدمات به شمار می‌رود، اهمیت می‌دهد. از تاریخ تولد استفاده می‌شود که ببینند آیا فرد بزرگسال (بالای 18 سال) است یا خردسال (پایین 18 سال).

این پرسش‌ها را در نظر بگیرید:

می‌توانید به یاد بیاورید که آخرین بار چه زمانی اطلاعات شخصی از شما خواسته شد؟
آیا می‌دانید که چرا ممکن است مراکز خدمات آنلاین اطلاعات شخصی شما را درخواست کنند؟
آیا می‌دانید چطور باید از داده‌های شخصی خود محافظت کنید؟
آیا می‌دانید در صورت نگرانی از نحوه استفاده از داده‌های شخصی شما، چه کار باید انجام دهید؟

نمونه‌های رایجی از مواقعی که ممکن است اطلاعات شخصی از شما درخواست شود:

- برای تایید تاریخ تولد یا آدرس وقتی که با پزشک عمومی خود تماس می‌گیرید.
- برای ارائه شماره بیمه نامه ملی (National Insurance Number) هنگامیکه برای درخواست شغل با مرکز اشتغال (Job Centre) تماس می‌گیرید.
- برای ارائه آدرس ایمیل خود به یک شرکت تا بتوانند در آینده با شما تماس بگیرند.
- برای ورود به حساب کاربری آنلاین بانک با استفاده از اطلاعات بیومتریک (اثر انگشت یا تشخیص چهره)

داده‌های شخصی در محیط آنلاین - خطرات

ما در محیط آنلاین اطلاعاتی مانند عادات یا علایق خود را از طریق مشاهده یک وب سایت، جستجو یا خرید یک محصول، استفاده از رسانه‌های اجتماعی یا ارسال ایمیل به اشتراک می‌گذاریم. اشتراک داده‌ها بخش اجتناب ناپذیر استفاده از اینترنت به شمار می‌رود.

مهم است تأثیرات به اشتراک گذاری آنلاین داده‌های خود و حقوق خود در خصوص به اشتراک گذاری آنها را بدانید.

داده‌های شخصی برای شرکت‌هایی که ممکن است از آنها برای هدف قرار دادن افراد با تبلیغات استفاده کنند، ارزشمند است. این امر همچنین می‌تواند موجب از دست رفتن هویت شما شود، یعنی شما در معرض خطر **سرقت هویت** هستید، جایی که بدون اینکه خودتان بدانید از نام، آدرس و تاریخ تولد شما برای ایجاد یک «شما»ی دیگر استفاده می‌شود، جهت انجام کارهای مجرمانه مانند افتتاح حساب، دریافت وام یا کارت اعتباری یا درخواست مزایای رفاهی به نام فردی دیگر.

برای کسب اطلاعات بیشتر در خصوص حفاظت از داده‌های شخصی در محیط آنلاین از www.getsafeonline.org دیدن کنید.

چرا باید از از داده‌های شخصی خود محافظت کنید؟

مروگر اینترنت شما، وب سایت‌هایی که از آنها بازدید می‌کنید و شرکت‌هایی که با آنها تعامل دارید کارهای شما را ردیابی می‌کنند و برخی داده‌های مربوط به فعالیت‌های آنلاین شما را ذخیره می‌کنند. گاهی اوقات این کار برای درست انجام شدن امور، باز شدن وب سایت‌ها و عملکرد درست مروگر انجام می‌شود. در مواقع دیگر، ممکن است برای دانستن علایق شما و جمع آوری داده‌هایی که به هدفمند کردن آگهی‌های نشان داده شده به شما کمک می‌کنند، مورد ردیابی قرار بگیرد.

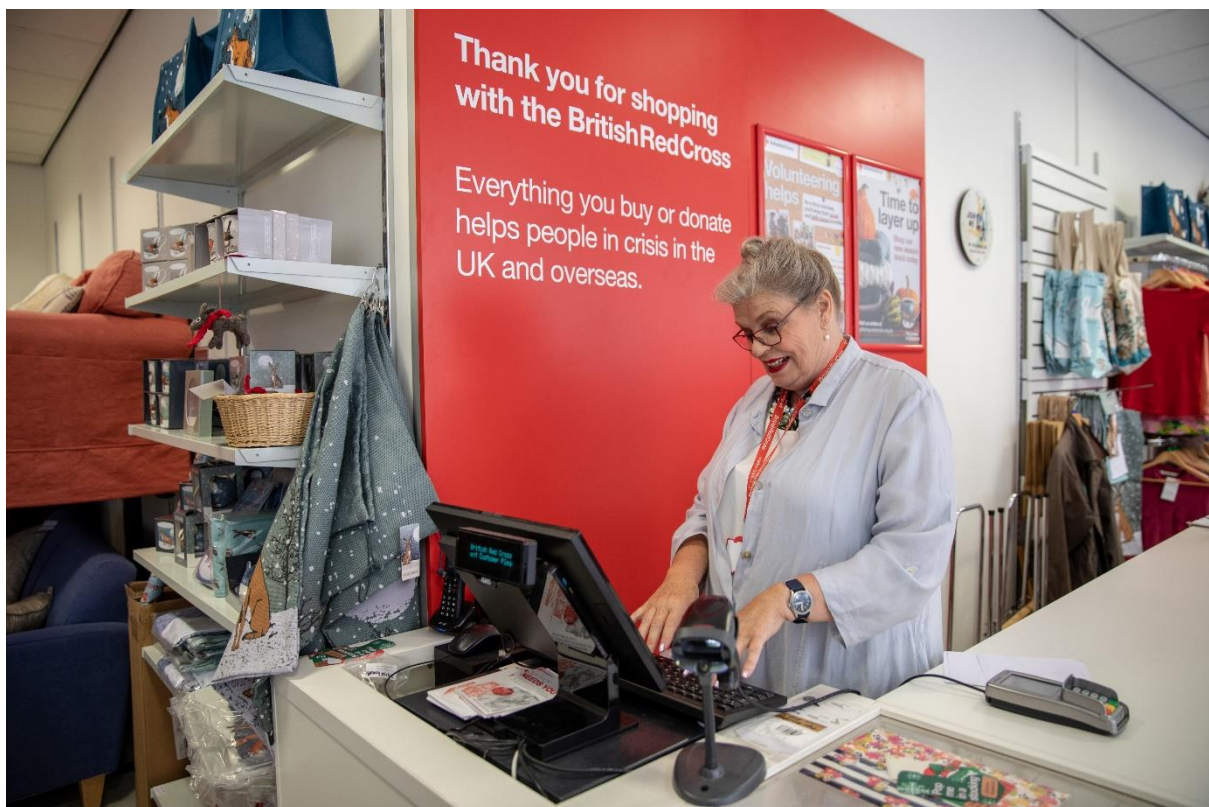
باید مراقب آنچه در محیط آنلاین با دیگران به اشتراک می‌گذارید باشید. یکی از اصول راهنما این است که هر چه کمتر بهتر. هر چه اطلاعات کمتری از خود منتشر کنید، ریسک قرار گرفتن اطلاعات شما در دسترس افراد کلاهبردار کمتر است.

به اشتراک گذاری داده‌ها؛ اطلاعات و حقوق شما

داده‌های شخصی اطلاعات شما هستند، و شما حق این را دارید که آنها را مخفی نگهدارید. قوانین مربوط به حفاظت از داده‌ها به این معناست که شرکت‌ها و سازمان‌ها باید به درستی و فقط برای مقاصد توافق شده از داده‌های شما استفاده کنند. قوانین حریم خصوصی می‌گوید که حقوق افراد باید حفظ شود و شرکت‌ها به لحاظ قانونی باید به ما بگویند که چه زمانی و چگونه داده‌های ما جمع‌آوری می‌شوند و برای چه مقاصدی استفاده می‌شوند.

سازمان‌ها، شرکت‌ها، یا افرادی که از داده‌های شما سو استفاده می‌کنند یا از آن برای آسیب زدن به شما استفاده می‌کنند، ممکن است جریمه شوند یا حتی با جزای کیفری روبرو شوند. شما می‌توانید با ایجاد یک [درخواست دسترسی موضوعی](#) بررسی کنید که شرکت‌ها کدام بخش از اطلاعات شما را حفظ می‌کنند.

اگر در خصوص نحوه استفاده، حفظ یا اشتراک داده‌های خود نگران هستید، باید ابتدا موضوع را به شرکت گزارش کنید. همچنین می‌توانید نگرانی‌های خود را به بخش تنظیم مقررات، دفتر کمیساریای اطلاعات www.ico.org.uk گزارش کنید.



Zahra برای خرید لباس جدید به فروشگاه می‌رود. او برای پرداخت پول به صندوق مراجعه می‌کند و صندوقدار برای ارائه رسید دیجیتال آدرس ایمیل او را می‌خواهد. **Zahra** موافقت می‌کند و آدرس ایمیلش را می‌دهد. صندوقدار سپس برای صدور رسید دیجیتال از او آدرس منزل را نیز می‌خواهد.

فکر می‌کنید **Zahra** باید چه کار کند؟

فروشگاه برای ارائه رسید دیجیتال نیازی به آدرس منزل او ندارد، تنها به ایمیل او نیاز است، بنابراین جمع آوری این اطلاعات برای آنها ضروری نیست. او می‌تواند در عوض درخواست صدور رسید فیزیکی بدهد.

فکر می‌کنید که آنها این اطلاعات اضافه را برای چه کاری می‌خواهند؟

Zahra از آنها می‌پرسد که به آدرس منزل او چه نیازی دارند، و صندوقدار توضیح می‌دهد که می‌خواهد برای او یک حساب باز کند. *Zahra* نمی‌داند که آنها می‌خواهند برای او حساب باز کنند. در پرس و جوهای بیشتر *Zahra* یاد می‌گیرد که آدرس ایمیلی که برای باز کردن حساب استفاده می‌شود را می‌توان برای بازیابی مستقیم (ارسال ایمیل‌های فروش و تخفیفات) مورد استفاده قرار داد. *Zahra* از باز کردن حساب صرف نظر می‌کند و توضیح می‌دهد که اگر در فروشگاه حساب باز کند، استفاده از اطلاعات او برای ارسال تبلیغات غیر قانونی است، زیرا در این صورت هدفی که برای آن ایمیل دریافت شده است تغییر خواهد کرد.

اگر هنگام دسترسی به یک سرویس از شما اطلاعات شخصی مانند تاریخ تولد، کدپستی، یا هر شماره ارجاع شخصی دیگری از جمله بیمه نامه ملی یا شماره BRP درخواست شد، شما این حق را دارید که دلیل آن را بپرسید، و از ارائه این اطلاعات خودداری کنید - بخصوص اگر این درخواست به نظرتان معقول و مرتبط نیاید. در برخی شرایط، ممکن است بخواهید قبل از تصمیم‌گیری در مورد ارائه یا عدم ارائه اطلاعات شخصی مشاوره قانونی دریافت کنید، مثلاً هنگام ارائه اطلاعات به پلیس، وزارت کشور یا هر شخصیت دولتی یا عمومی دیگر. حریم خصوصی شما مهم است اما همیشه در اولویت نیست؛ ممکن است قوانین دیگر نسبت به حق محفوظ نگهداشتن اطلاعات اولویت داشته باشند، و شرکت‌ها ممکن است به لحاظ قانونی وظیفه داشته باشند که اطلاعات شما را حفظ و یا ضبط کنند.

استفاده از اینترنت در انگلستان

فکر می‌کنید که جملات زیر درست هستند یا غلط؟

هر فردی در انگلستان به طور استاندارد دارای اینترنت خانگی است.

خیر، اما براساس اداره ملی آمار، در سال 2020 تخمین زده شد که 96% از خانوارها به اینترنت دسترسی دارند. این یعنی اینکه مرکز خدمات فرض می‌کند که اکثر افراد در منزل به اینترنت دسترسی دارند.

در انگلستان به شکل فزاینده‌ای از مردم خواسته می‌شود یا آنها را ملزم می‌کنند که به صورت آنلاین به خدمات عمومی مهم دسترسی داشته باشند.

بله. برای ثبت درخواست حمایت مالی از مرکز اشتغال، ثبت درخواست مسکن شورا، یا ثبت درخواست محیط آموزشی اغلب (نه همیشه) از شما خواسته می‌شود که ابتدا به طور آنلاین درخواست خود را ثبت کنید یا ثبت نام کنید.

ارسال و دریافت ایمیل محبوبترین فعالیت اینترنتی است.

بله. براساس گزارش ONS حدود 84% از بزرگسالان در انگلستان در سال 2018 ایمیل دریافت و ارسال کرده‌اند. یافتن اطلاعات در خصوص کالاها و خدمات با 77% دومین فعالیت محبوب بود. آدرس ایمیل برای برقراری ارتباط ضروری است، بخصوص در مورد خدمات آنلاین.

اغلب انتظار می‌رود که بتوانید حساب‌های خصوصی و زندگی خود را در پورتال‌های آنلاین مدیریت کنید.

بسیاری از افراد برای دسترسی به خدمات ضروری روزانه از اینترنت استفاده می‌کنند. حدوداً 76% مردم در سال 2020 به شکلی از بانکداری اینترنتی استفاده کردند، نزدیک به 87% به طور آنلاین کالا یا خدمات دریافت کردند، و 32% از مردم به طور آنلاین از رستوران غذا سفارش دادند.

ایمیل

ایمیل برای استفاده از خدمات آنلاین ضروری است. برای ایجاد حساب کاربری در یک ارائه دهنده خدمات آنلاین (مانند، Ebay، شورای محلی، سوپر مارکت) باید یک آدرس ایمیل و یک رمز منحصر بفرد ارائه دهید.

تعداد ارائه دهندگان ایمیل زیاد است، و انتخاب ارائه دهنده به عهده شما است. ما در زیر برای نمونه از ارائه دهندگان رایج مثل Gmail گوگل (gmail.com) و Outlook.com مایکروسافت (outlook.com) استفاده کردیم. براساس نظرات مصرف کنندگان مجله Which این دو انتخاب‌هایی رایگان و قابل اعتماد هستند¹.

آیا آدرس ایمیل دارید یا می‌دانید که چطور باید یکی بسازید؟

برای ساخت یک آدرس ایمیل، با تایپ در نوار آدرس مرورگر و یا جستجو در موتور جستجو به وب سایت رسمی ارائه دهنده بروید.

<https://outlook.live.com>

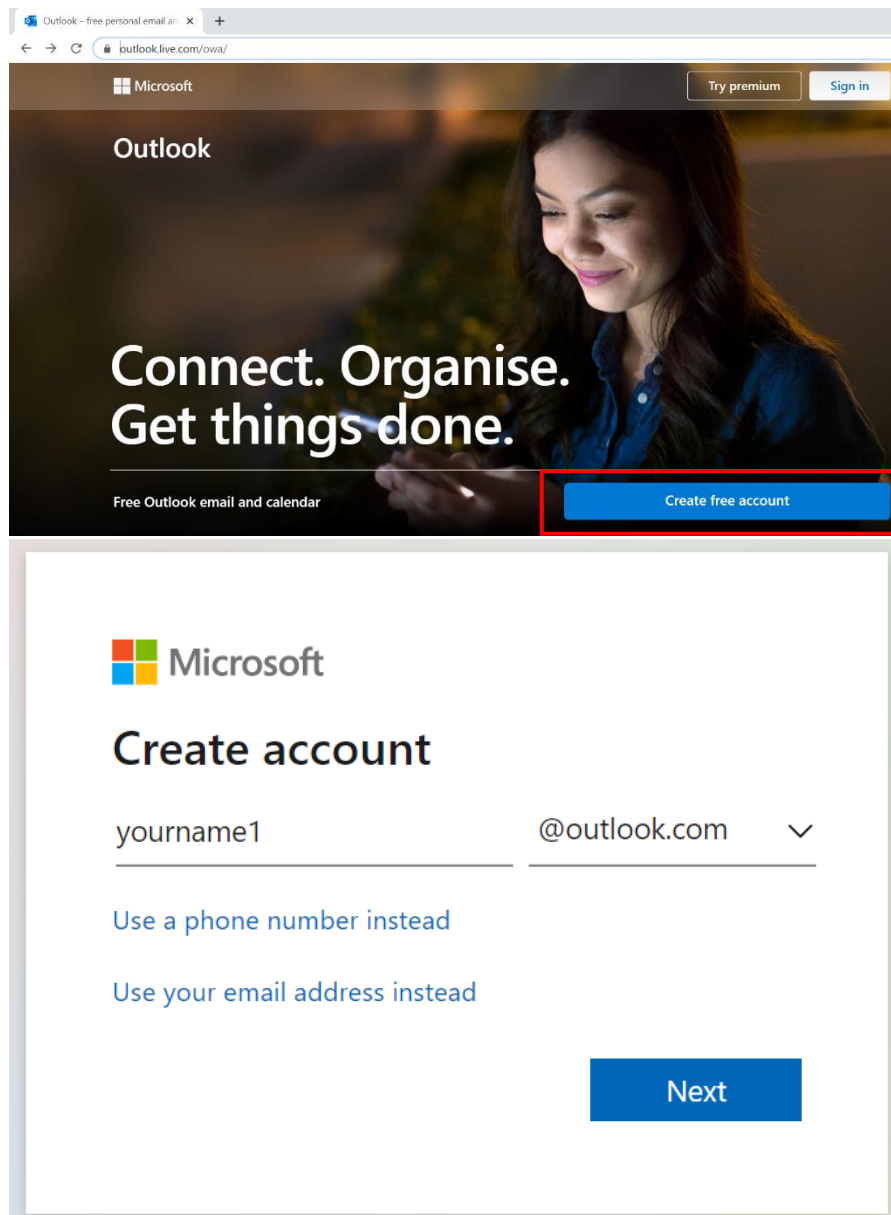
<https://accounts.google.com/signup/>

کافی ست روی گزینه "create account" (ایجاد حساب کاربری) کلیک کنید و فرم نمایش داده شده را تکمیل کنید، نام خود را وارد کنید، یک رمز عبور بسازید و اطلاعات شخصی خود مانند تاریخ تولدتان را وارد کنید. سپس می‌توانید وارد حساب خود شوید و از حساب ایمیل خود برای ارسال و دریافت ایمیل استفاده کنید.

مهم است به خاطر داشته باشید که ایمیل شما به یک رمز عبور قوی نیاز دارد. این به معنی استفاده از سه کلمه تصادفی شامل حروف بزرگ، اعداد و علامت باشد، مانند 1!2Dog!LampBall

گاهی اوقات نام ایمیلی که می‌خواهید استفاده کنید ممکن است قبلاً گرفته شده باشد. می‌توانید از ترکیبات مختلف استفاده کنید تا زمانیکه یک نام مناسب و آزاد پیدا کنید.

ثبت نام Outlook این شکلی است:



Microsoft

Try premium Sign in

Outlook

Connect. Organise. Get things done.

Free Outlook email and calendar

Create free account

Microsoft

Create account

yourname1 @outlook.com

Use a phone number instead

Use your email address instead

Next

Gmail این شکلی است:



Create your Google Account

First name Last name

Username @gmail.com

You can use letters, numbers & periods

[Use my current email address instead](#)

Password Confirm

Use 8 or more characters with a mix of letters, numbers & symbols

☐ Show password

[Sign in instead](#)

Next



One account. All of Google working for you.

یافتن آنچه به دنبالش هستید

برای آنلاین شدن نیاز به یک مرورگر اینترنت دارید. مرورگرهای زیادی وجود دارند، و معمولاً یکی از این مرورگرها به طور پیش فرض روی دستگاه نصب است.

علامت‌ها و آیکون‌های رایج مرورگرها در زیر آمده است و اگر بر روی یکی از اینها بر روی کامپیوتر رومیزی خود کلیک کنید، به صفحه اصلی مرورگر هدایت می‌شوید که در آنجا می‌توانید در اینترنت به گشت و گذار بپردازید.



Safari
Apple



Firefox
Mozilla



Chrome
Google

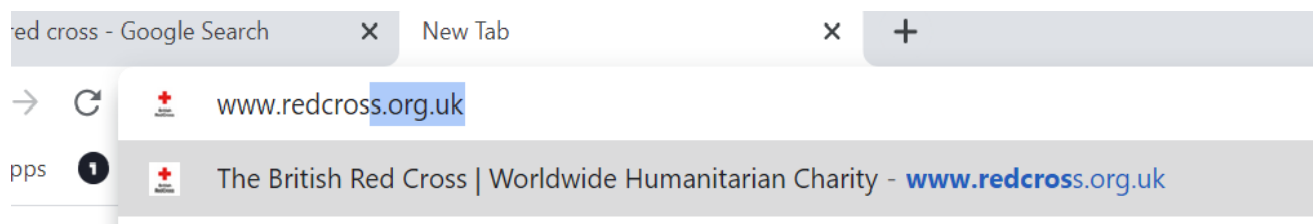


Edge new
Microsoft



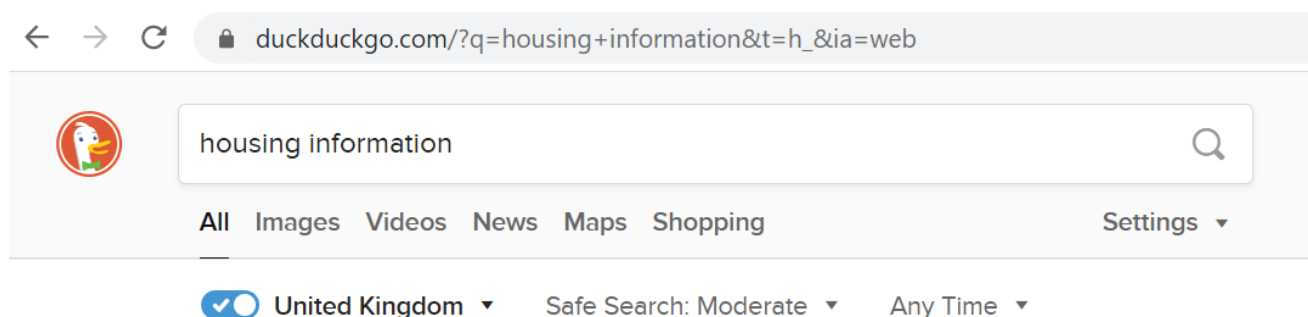
Opera
Opera Software

اگر می‌دانید که می‌خواهید به چه وب سایتی مراجعه کنید، می‌توانید در **نوار آدرس** یا **نوار URL** **مرورگر** آن را تایپ کنید، این آدرس‌ها معمولاً با **www.** یا **https://** شروع می‌شوند.



استفاده از موتور جستجو

موتور جستجو یک ابزار به شدت مفید برای یافتن اطلاعات در اینترنت است. نمونه‌های رایج موتور جستجو شامل **Google**، **Bing** و **Yahoo** می‌باشد. برای استفاده از موتور جستجو کلمات کلیدی موضوع مورد نظر خود را تایپ کنید. این وب سایت‌ها در اینترنت جستجو می‌کنند و نتایج مربوط به جستجوی شما را نشان می‌دهند.

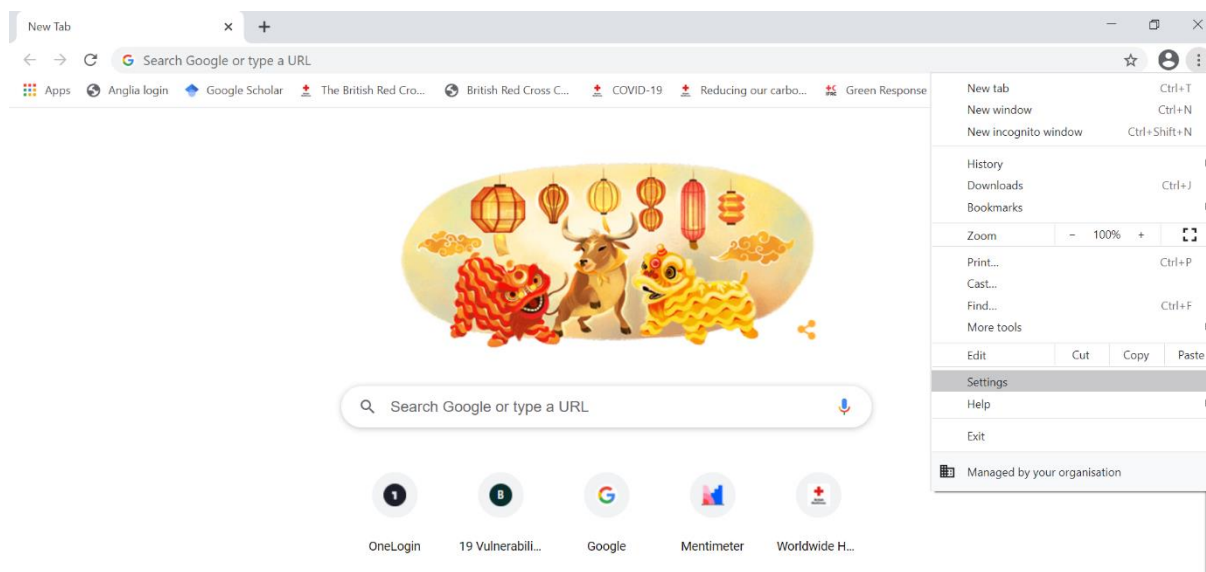


اگر نتایج دقیقاً آن چیزی نیستند که به دنبال آن هستید، می‌توانید برای جستجوی یک عبارت خاص از کلمات کلیدی مختلف یا علامت سوال استفاده کنید، مثل «اطلاعات مسکن».

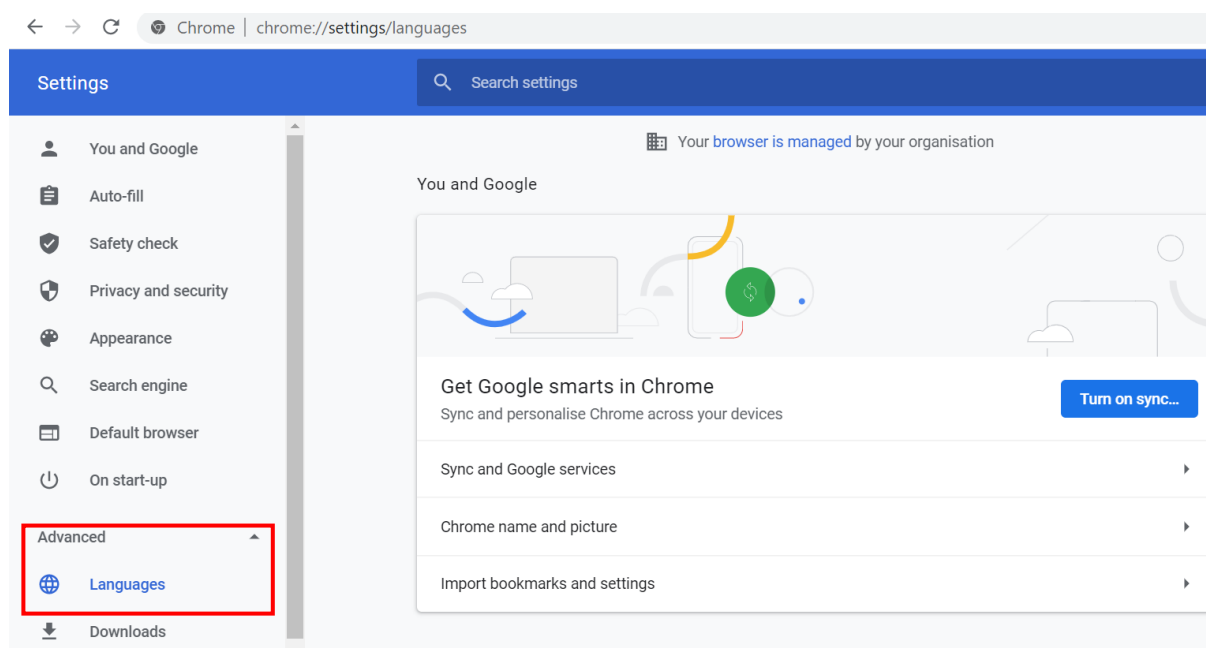
تغییر زبان یک مرورگر وب:

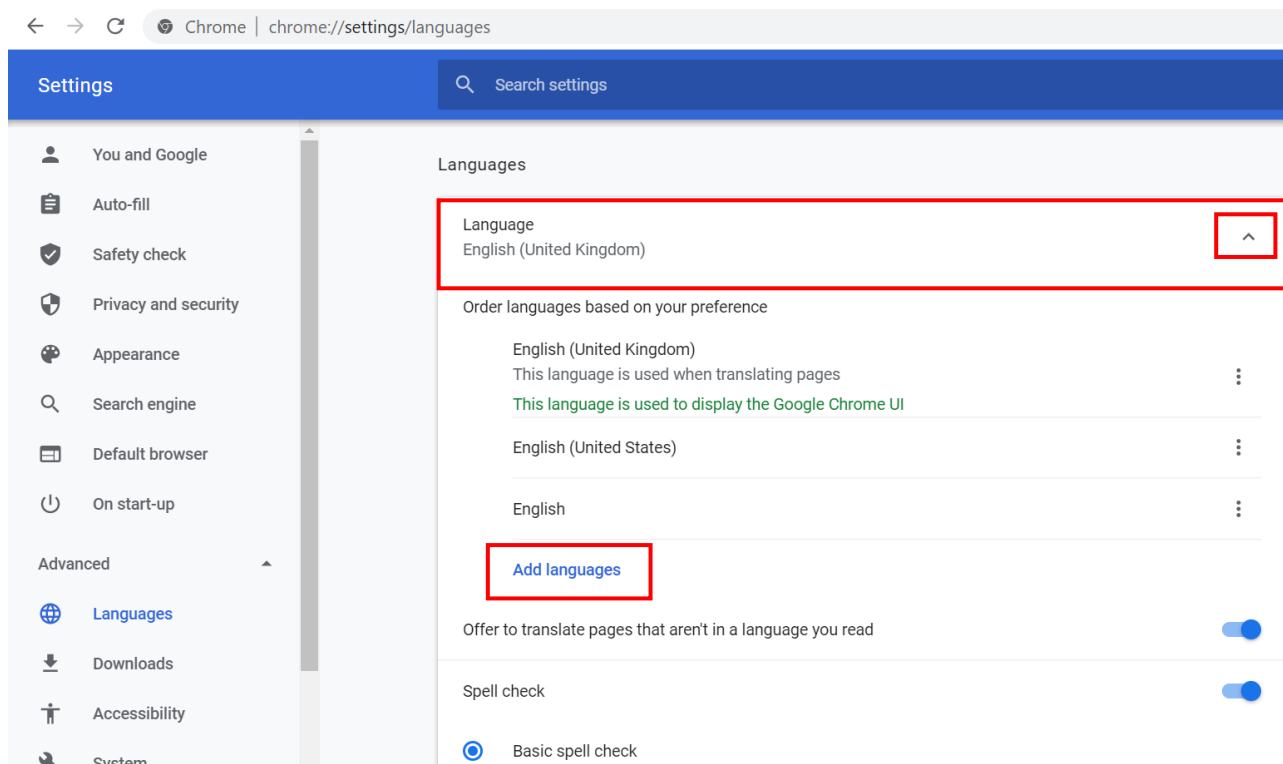
برای تغییر زبان مرورگر، شما می‌توانید به طور طبیعی از **منوی تنظیمات** مرورگر این کار را انجام دهید. نمونه زیر مربوط به مرورگر **Google Chrome** است.

مرورگر **Google Chrome** را باز کنید، به منوی تنظیمات بروید



از تب “advanced” (پیشرفته) مانند زیر. سپس زبان مورد نظر خود را از منوی آشنایی “Add Languages” (افزودن زبان) انتخاب کنید و آن را نصب کنید.



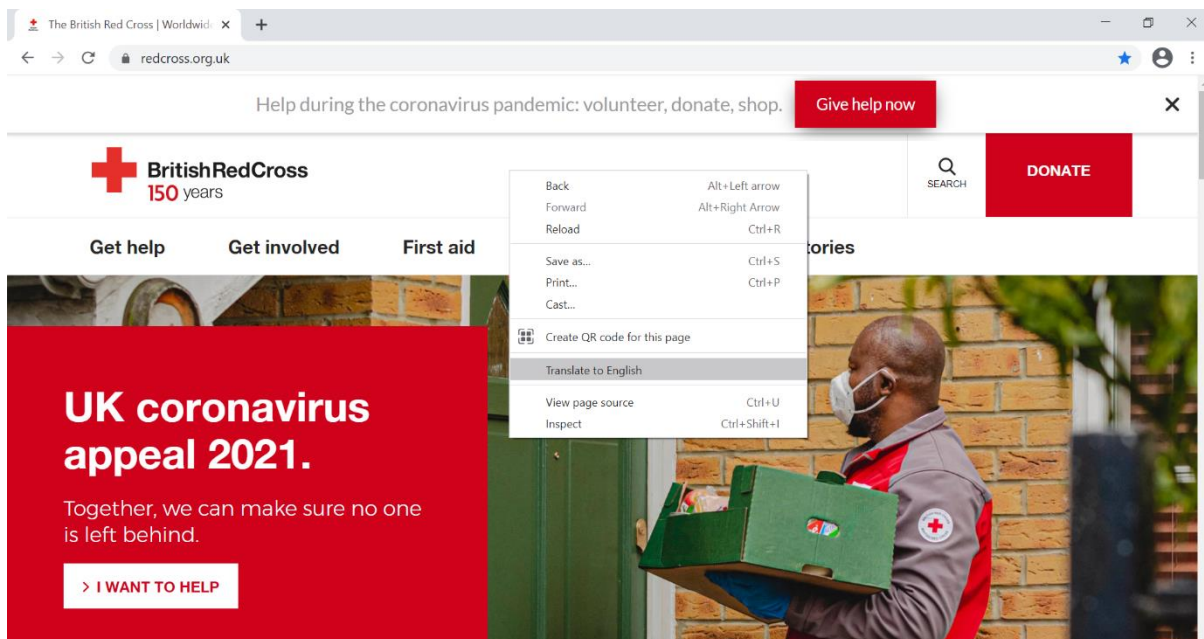


وقتی زبان خود را پیدا کردید، باید آن را به عنوان زبان پیش فرض تنظیم کنید، محتوای تمامی صفحات وب به طور خودکار ترجمه خواهد شد. هرچند که این ترجمه ممکن است دقیق نباشد.

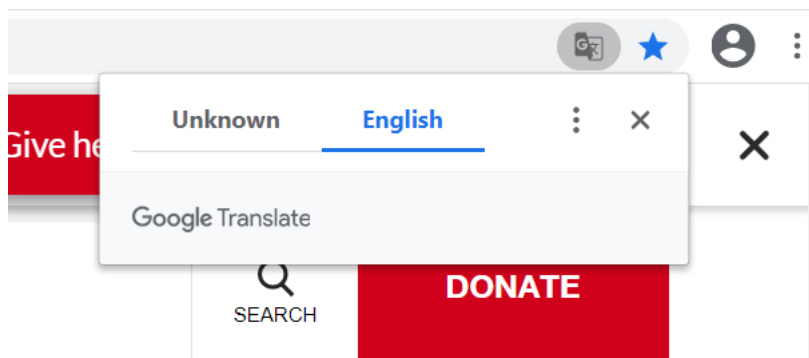
ترجمه یک صفحه

با استفاده از Google Chrome (که از سرویس Google Translate استفاده می‌کند)، می‌توانید متن یک صفحه وب را بدون تغییر تنظیمات مرورگر ترجمه کنید.

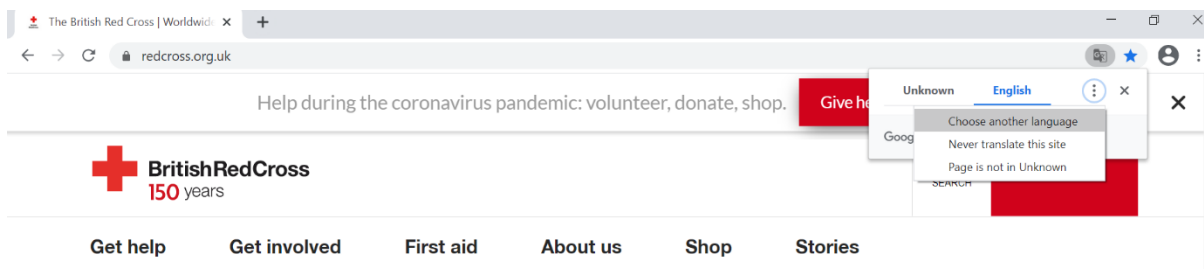
روی صفحه وب سایت کلیک راست کنید و گزینه Translate to English (ترجمه به زبان انگلیسی) را انتخاب کنید. سپس می‌توانید زبانی که وب سایت به آن ترجمه شده است را تغییر دهید.



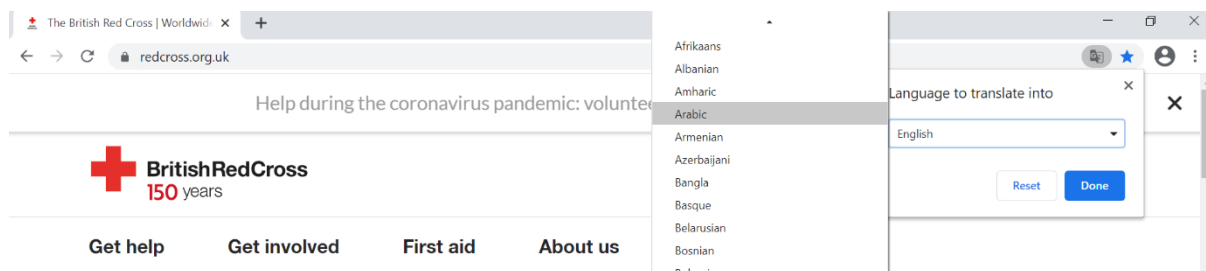
این کار این پنجره را در گوشه بالای مرورگر باز می‌کند.



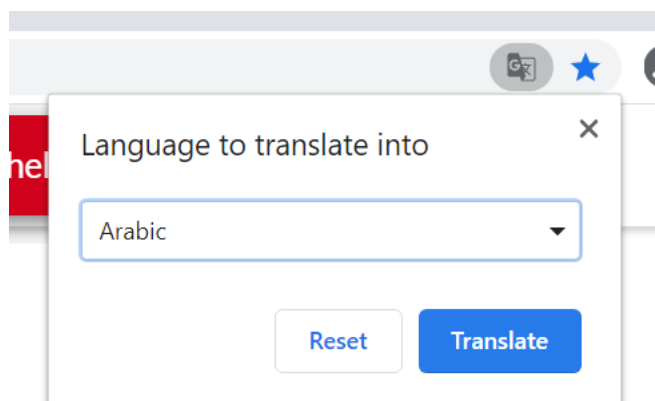
این مرورگر در حال حاضر در حال ترجمه به زبان انگلیسی است، پس به روی انگلیسی کلیک کنید و گزینه 'Choose another language' (انتخاب زبان دیگر) را بزنید.



این کار فهرستی از زبان‌های مختلف را باز می‌کند (به زبان انگلیسی). می‌توانید زبان مورد نظر خود را انتخاب کنید.



و سپس بر روی دکمه 'Translate' (ترجمه) کلیک کنید.



لازم است به یاد داشته باشید که ترجمه خودکار ممکن است به اندازه ترجمه‌های انسانی دقیق و واضح نباشد، اما می‌تواند به شما دریافتن یک شماره تلفن حیاتی یا اطلاعات کلیدی کمک کند.



جستجو و گشت و گذار امن

هنگام جستجو برای اطلاعات، تاریخچه جستجوی و نتایج آن توسط مرورگر ذخیره می‌شوند.

استفاده از یک موتور جستجو می‌تواند نتایج زیادی از کل اینترنت به همراه داشته باشد، و گاهی اوقات این نتایج شامل تصاویر یا وب سایت‌هایی می‌شود که ممکن است نخواهید آنها را ببینید یا نخواهید بر روی یک دستگاه اشتراکی مشاهده شوند.

تنظیمات جستجوی امن یا متعادل را می‌توان روی مرورگر فعال کرد تا نتایج جستجو فیلتر شوند و محتوای نامناسب پنهان شوند. برای کسب اطلاعات بیشتر در خصوص نحوه انجام این کار این عبارت را جستجو کنید: «**مرورگر شما + تنظیمات جستجوی امن (safe search settings)**»

نمونه زیر مربوط به تنظیمات SafeSearch (جستجوی امن) مرورگر Google Chrome است.

Search Settings

Search results

Languages

Help

SafeSearch Filters

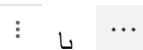
Turning on SafeSearch helps hide explicit content, like pornography. SafeSearch preferences may be set by your device or network administrator. If you can't turn it off, check with the administrator of your network or device.

☒ Turn on SafeSearch [Learn more](#)

پاک کردن تاریخچه مرورگر

اگر می‌خواهید تاریخچه مرورگر خود را پاک کنید، ممکن است بخواهید نحوه انجام این کار را جستجو کنید، چون نحوه انجام این کار در مرورگرهای مختلف متفاوت است. عبارت «پاک کردن تاریخچه مرورگر (delete browser history) + [نام مرورگر، به عنوان مثال، Mozilla Firefox]» را جستجو کنید تا آموزش درست را پیدا کنید.

به طور کل، می‌توانید با باز کردن مرورگر خود و انتخاب گزینه **More** (بیشتر)، که اغلب با سه تا نقطه نشان داده می‌شود، این کار را انجام دهید.



بر روی گزینه **History** (تاریخچه) کلیک کنید

گزینه **Clear browsing data or clear history** (پاک کردن داده‌های مرورگر یا پاک کردن تاریخچه) را انتخاب کنید.

بر روی گزینه **Clear Data** (پاک کردن داده‌ها) کلیک کنید.

پاک کردن کوکی‌ها

در همه وب‌سایت‌ها از شما خواسته خواهد شد که با **کوکی‌ها** و استفاده از داده‌ها موافقت کنید. کوکی‌ها فایل‌های اندکی بر روی دستگاه شما قرار می‌دهند تا اطلاعاتی مانند اینکه شما که هستید، زمان بازدید از وب‌سایت و آنچه انجام داده‌اید را ذخیره کنند. هنگام بازدید از یک وب‌سایت کوکی‌ها اغلب به شکل یک پرسش پاپ‌آپ یا بنر ظاهر می‌شوند. براساس قانون حفاظت از داده‌ها، شرکت‌ها موظف هستند که به شما بگویند که کوکی‌ها چه داده‌هایی را ذخیره می‌کنند و از شما بخواهند هنگام بازدید از وب‌سایت با استفاده از کوکی‌ها و مدیریت آنها موافقت کنید.

گاهی اوقات پاک کردن تاریخچه مرورگر نیز به شما این انتخاب را می‌دهد که حافظه کش و اطلاعات کوکی‌هایی که هنگام بازدید از وب‌سایت‌ها ذخیره شده‌اند را حذف کنید.

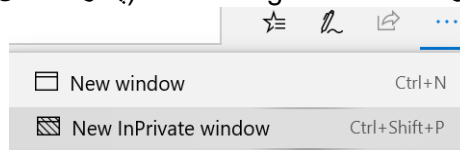
اگر از **Google Chrome**، **Microsoft Edge**، یا **Mozilla Firefox** استفاده می‌کنید، این لینک‌ها شما را به سمت دستورالعمل‌های مربوط به حذف کوکی‌ها هدایت می‌کنند. شما همچنین می‌توانید دستورالعمل‌های مربوط به حذف کوکی‌ها و حافظه کش را با جستجوی عبارت «**مرورگر شما + پاک کردن کوکی‌ها**» پیدا کنید.

ناشناس بودن و گشت و گذار خصوصی

همه مرورگرهای اینترنت این امکان را نیز دارند که به صورت «خصوصی» یا «ناشناس» به گشت و گذار در اینترنت بپردازید، این بدان معناست که هر وب‌سایتی که در این حالت از آن بازدید کنید در تاریخچه مرورگر ذخیره نخواهد شد. اگر می‌خواهید اطلاعات حساس و خصوصی را جستجو کنید و یا اگر نگران امنیت خود هستید، استفاده از این حالت اهمیت پیدا می‌کند.

گشت و گذار خصوصی یا ناشناس را می‌توان از این طریق فعال کرد:

در مرورگر روی گزینه **More** (بیشتر) کلیک کنید و **New Incognito Window** (پنجره ناشناس جدید) را انتخاب



یا

New tab	Ctrl+T
New window	Ctrl+N
New incognito window	Ctrl+Shift+N

کنید:

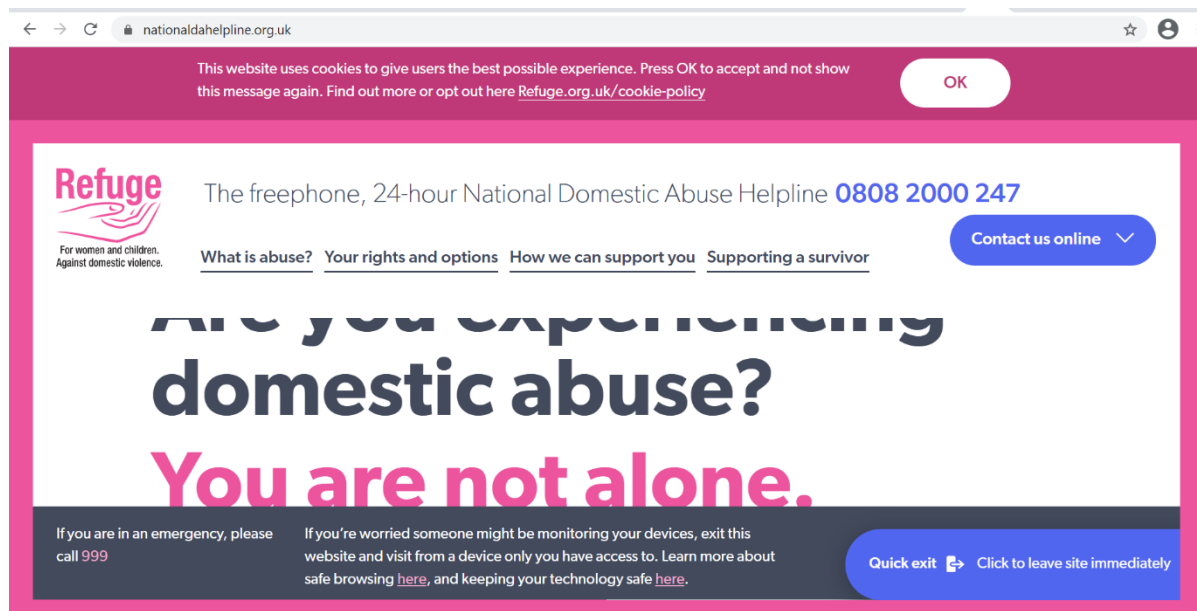
دکمه‌های خروج امن

برخی وب سایت‌ها که حاوی اطلاعات حساسی در مورد مسائل زنان از جمله سو استفاده خانگی یا انواع دیگر سو استفاده، هستند، یک دکمه خروج امن (Safe Exit) دارند. شما می‌توانید روی این دکمه کلیک کنید و با این کار سریعاً به یک پنجره جدید هدایت می‌شوید و هر گونه ردپای دیجیتال شما در آن وب سایت مخفی خواهد شد.

وقتی با جستجوی آنلاین اطلاعات امکان قرار گرفتن در معرض یک سو استفاده گر وجود داشته باشد، دکمه‌های خروج امن به طور عمد برای حمایت از افراد در خروج سریع و امن از یک وب سایت طراحی شده‌اند.

ممکن است بخواهید نحوه عملکرد دکمه خروج امن را آزمایش کنید و ببینید که چه اتفاقی می‌افتد و بعد از زدن این دکمه مانیتور شما چه چیزی را نشان می‌دهد. می‌توانید بر روی وب سایت سو استفاده خانگی ملی عملکرد این دکمه را امتحان کنید

www.nationaldahelpline.org.uk



فرزند پروری دیجیتال

فرزند پروری دیجیتال به معنی آگاهی از این است که کودکان در محیط آنلاین چه می‌کنند. بر روی دستگاه‌ها (تلفن، تبلت) تنظیمات مناسب کودکی (کنترل والدین) قرار دارند که می‌توان آن را فعال کرد، یا می‌توانید با ارائه دهنده خود (3، BT، EE و غیره) تماس بگیرید و از آنها بخواهید که کنترل والدین را فعال کنند.

بعد از این کار کودک شما دیگر نمی‌تواند محتوای نامناسب را جستجو کند. مشاوره‌های بیشتری در خصوص نحوه فعال کردن کنترل والدین در **وب سایت NSPCC** وجود دارد، و به شما کمک می‌کنند که در مورد امنیت آنلاین با کودک خود صحبت کنید و آنها را از خطرات استفاده از اینترنت آگاه کنید.

NSPCC www.nspcc.org.uk/keeping-children-safe/online-safety

دسترسی آنلاین به خدمات - آموزش

ما متوجه شدیم که خدمات زیادی از انگلستان از شما می‌خواهند که برای استفاده از خدمات یا دانلود یا کشف اطلاعات از طریق اینترنت، ثبت نام انجام دهید. ممکن است بخواهید اطلاعاتی در خصوص فرصت‌های تحصیلی برای خود و خانواده‌تان کسب کنید، برای مدرسه درخواست دهید یا حتی در آموزش دیجیتال شرکت کنید. صفحات زیر اطلاعاتی ارائه می‌دهند که در صورتیکه مجبور به یافتن اطلاعات به صورت آنلاین باشید، ممکن است برایتان مفید باشند.

آموزش بزرگسالان

- مرکز ملی خدمات شغلی می‌تواند لینک شرکت در دوره‌های آنلاین را ارائه دهد
www.nationalcareers.service.gov.uk
- در اسکاتلند ممکن است بخواهید از وب سایت **My World of Work** (دنیای کاری من) بازدید کنید
www.myworldofwork.co.uk/learn-and-train
- در ولز، **Careers Wales** (مشاغل ولز) www.careerswales.gov.wales
- در ایرلند شمالی، **NI Direct** www.nidirect.gov.uk/campaigns/careers
- مرکز کمک به مهاجر نیز اطلاعاتی در خصوص آموزش از راه دور از جمله آموزش از راه دور انگلیسی به عنوان زبان دوم (ESOL) دارد <https://www.migranthelpuk.org/distance-learning>

ممکن است به بازگشت به دانشگاه یا گرفتن مدرک کارآموزی (که در آن کار می‌کنید، پول دریافت می‌کنید و مهارت کسب می‌کنید) فکر کنید. می‌توانید در اینجا اطلاعات بیشتری در مورد درخواست برای تحصیلات بیشتر، مدرک کارآموزی و تامین مالی کسب کنید: www.prospects.ac.uk

می‌توانید در اینجا در مورد کارآموزی اطلاعات کسب کنید: www.gov.uk/apply-apprenticeship

می‌توانید به صورت آنلاین برای رفتن به دانشگاه، کالج، کلاس‌های کوتاه و کلاس‌های مراکز اجتماعی درخواست بدهید. درخواست‌های دانشگاه از طریق **UCAS** ثبت می‌شوند: www.ucas.com

گاهی اوقات ممکن است برای پوشش هزینه دوره‌ها یا حتی هزینه زندگی در زمان تحصیل، واجد شرایط اهدا، بورسیه، وام و یا حمایت‌های مالی دیگر باشید. این موضوع به نوع دوره، سن، شرایط مالی و شخصی شما بستگی دارد. می‌توانید اینجا چک کنید که آیا واجد شرایط هستید یا خیر: www.gov.uk/further-education-courses/financial-help

اگر واجد شرایط مالی یا معیارهای دیگر باشید، به عنوان مثال، در حال دریافت مزایا باشید، ارائه دهندگان دیگر ممکن است دوره‌های رایگان یا با تخفیف بسیار زیاد به شما پیشنهاد دهند یکی از نمونه‌ها انجمن آموزشی کارگران (**WEA**) است www.wea.org.uk یا www.weascotland.org.uk اسکاتلند که دوره‌هایی از قبیل ترجمه شفاهی، علوم، مهارت‌های دیجیتال، و مهارت‌های اجتماعی ارائه می‌دهند.

می‌توانید از مرکز اشتغال محلی خود بپرسید که آیا ارائه دهندگان دوره‌های آموزشی دیگری هستند که در منطقه شما به ارائه دوره‌های رایگان یا تخفیف دار مشابه بپردازند یا خیر.

دوره‌های آنلاین

بسیاری از ارائه دهندگان دوره‌های آموزشی از جمله دانشگاه‌ها و کارفرمایان در حال حاضر اقدام به ارائه آموزش‌های آنلاین رایگان یا تجاری می‌کنند، سازمان‌ها نیز به دوره‌های پولی خود را به رایگان عرضه می‌کنند. قبل از ثبت نام مطمئن شوید که رایگان است و بدانید که کیفیت شرکت‌های خصوصی که آموزش آنلاین ارائه می‌دهند همیشه توسط دولت مورد بازرسی و تایید قرار نمی‌گیرد. البته موضوعات و سطوح آموزش خیلی متفاوت است و مرکز ملی خدمات شغلی راهنمایی برای انتخاب یک دوره آنلاین دارد که می‌تواند به شما در یافتن دوره‌های آنلاین با کیفیت کمک کند:

www.nationalcareers.service.gov.uk/careers-advice/getting-the-most-out-of-online-learning

چند نمونه از ارائه دهندگان دوره‌های آنلاین رایگان در زیر آمده است:

- www.alison.com/courses Alison
- www.barclayslifeskills.com Barclays Lifeskills
- www.coursera.org Coursera
- FutureLearn
- www.uklearns.pearson.com Pearson (UKlearns)
- www.reed.co.uk/courses/free Reed
- www.open.edu/openlearn/free-courses/full-catalogue The Open University
- www.vision2learn.com Vision2Learn

ارتقای مهارت‌های دیجیتال شما

چه به دلیل علاقه خود به ارتقای چشم انداز شغلی خود و یا برای کمک به کودکان در محیط آنلاین، ممکن است بخواهید در جهت ارتقای مهارت‌های دیجیتال خود، به شرکت در کلاس‌های آنلاین فکر کنید. این مهارت‌ها می‌تواند شامل توانایی استفاده از نرم افزارهایی مانند Microsoft Office 365 یا Google Suite باشد و یا فقط برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد نحوه استفاده از اینترنت و ایمن ماندن در محیط آنلاین.

ارائه دهندگانی که در بالا نام برده شدند، دوره‌های آنلاین ارائه می‌دهند، اما ممکن است بخواهید به این موارد هم نگاهی بیندازید:

- www.barclays.co.uk/digital-confidence/eagles Barclays Digital Eagles
- www.learnndigital.withgoogle.com/digitalgarage/courses Google Digital Garage
- www.futurelearn.com/subjects/it-and-computer-science-courses Future Learn
- www.khanacademy.org/computing Khan Academy
- www.rolls-royce.com/products-and-services/digital-academy.aspx Rolls Royce Digital Academy
- www.wea.org.uk/digital-skills WEA

مدرسه کودکان

در انگلستان تحصیلات توسط دولت به صورت رایگان ارائه می‌شود، اما مدارس خصوصی‌ای هم وجود دارند که باید برای شرکت در آنها شهریه پردازید و یا می‌توانید از آموزش در منزل استفاده کنید. همه کودکان باید در سنین بین 4 یا 5 سالگی تا 16 سالگی به مدرسه بروند. برای کسب اطلاعات بیشتر در خصوص قوانین و انتظارات مرتبط با تحصیلات کودکان می‌توانید به این وب سایت مراجعه کنید: www.gov.uk/browse/childcare-parenting/schools-education

می‌توانید به صورت آنلاین و یا از طریق شورا، برای مدرسه ابتدایی دولتی درخواست دهید. حتی اگر در شورایی دیگر برای مدرسه درخواست داده‌اید، می‌توانید از طریق شورای محلی هم همین کار را انجام دهید. والدین/ فراگیرندگان زیادی وجود دارند که لزوماً نمی‌توانند به صورت آنلاین برای مدرسه درخواست دهند و اگر مدرسه محلی و یا شورا از شما می‌خواهند که فقط به صورت آنلاین این کار را انجام دهید، می‌توانید از فرد دیگری کمک بگیرید. آنچه مهم است این است که به موقع و قبل از پایان مهلت ثبت نام، درخواست خود را ثبت کنید.

برای یافتن وب سایت شورای محلی برای ثبت درخواست برای مدرسه ابتدایی (4 تا 11 سال) از این لینک استفاده کنید و [کد پستی خود را اینجا وارد کنید](#)

برای یافتن وب سایت شورای محلی برای ثبت درخواست برای مدرسه راهنمایی (11 تا 16 سال) از این لینک استفاده کنید و [کد پستی خود را اینجا وارد کنید](#)

اگر می‌خواهید اطلاعات بیشتری در خصوص ثبت نام در مدرسه و عملکرد آن کسب کنید، می‌توانید به مدرسه مراجعه کنید (اکثر مدارس برخی روزها باز هستند)، وب سایت آنها مشاهده کنید، گزارش **OFSTED** (استانداردهای مدرسه) مدرسه یا [جدول عملکرد مدرسه](#) را بررسی کنید.

اگر برای پوشش برخی هزینه‌های شرکت در مدرسه به کمک مالی نیاز دارید، می‌توانید از مدرسه درخواست وعده غذایی، رفت و آمد و لباس فرم رایگان کنید. در اینجا می‌توانید اطلاعات مربوط به وعده غذایی رایگان را جستجو کنید:

<https://www.gov.uk/apply-free-school-meals>

به وب سایت مقامات محلی خود مراجعه کنید یا از موتور جستجو استفاده کنید و سعی کنید اطلاعاتی در خصوص پروسه ثبت نام در مدرسه محلی خود پیدا کنید. آیا می‌دانید آخرین مهلت ثبت نام در مدرسه ابتدایی و راهنمایی منطقه شما چه زمانی است؟

دسترسی آنلاین به خدمات - اشتغال

در مورد پرسش‌های زیر فکر کنید و سعی کنید اطلاعات مرتبط را در فضای آنلاین پیدا کنید.

- چه چیزی می‌خواهید در خصوص حقوق خود برای شروع یک شغل در انگلستان بدانید؟
- آیا می‌دانید اگر سوالی داشته باشید یا در صورت بروز اختلاف با کارفرما به کمک نیاز داشته باشید باید به کجا مراجعه کنید؟
- آیا همه از حیث اشتغال در انگلستان برابر هستند؟

قوانین اشتغال مربوطه

قوانین اشتغال انگلستان از کارکنان حمایت و حداقل استانداردها را تضمین می‌کنند.

- **حداقل دستمزد ملی**، مقدار وجهی که کارفرما به عنوان حداقل دستمزد به شما بپردازد را شرح می‌دهد، این مبلغ در سنین مختلف متفاوت است.
- **قوانین مربوط به ساعات کاری** می‌گوید که افراد بزرگسال نباید بیش از 40 ساعت در هفته برای یک کارفرما کار کنند، مگر اینکه در قرارداد با این موضوع موافقت کرده باشند.
- بسیاری از **قوانین سلامت و ایمنی** که برای حفظ ایمنی کارکنان طراحی شده‌اند.
- **قوانین عدم تبعیض** که می‌گوید کارفرما نمی‌تواند به دلیل یک مشخصه حفاظت شده (سن، نژاد، جنسیت، گرایش جنسی، مذهب، معلولیت و غیره) به طور متفاوت با شما رفتار کند.
- **قوانین مرخصی با حقوق، مرخصی استعلاجی و زایمان یا پدر شدن** که مدت زمان، و مقدار مرخصی‌های با حقوقی که در این شرایط کارکنان مستحق آن هستند را مشخص می‌کند.
- **قوانین سهم بازنشستگی** که کارفرمای شما را موظف می‌کند ترتیب حقوق بازنشستگی شما را بدهد.

Zahra در مورد حقوق با کارفرمای خود به مشکل می‌خورد. او می‌گوید که حداقل حقوق به او پرداخت نشده است. او 25 سال سن دارد و به عنوان یک کارمند در انگلستان مشغول به کار است.

با استفاده از مرورگر اینترنت برای جستجوی اطلاعات، **Zahra** چقدر باید به عنوان حداقل حقوق در هر ساعت دریافت کند؟ اگر سن **Zahra** پایینتر باشد یا او یک کارآموز باشد، این مبلغ تغییر می‌کند؟

جواب این پرسش‌ها را می‌توان در اینجا مشاهده کرد:

www.gov.uk/national-minimum-wage-rates

آیا قوانین اشتغال به طور برابر در مورد تمامی افراد شاغل در انگلستان به یک شکل اعمال می‌شود؟

خیر. قوانینی که در مورد شما اعمال می‌شود می‌تواند بسته به اینکه آیا شما کارگر، خود اشتغال یا کارمند باشید، متغیر است. برخی قوانین اشتغال به سن (حداقل دستمزد، نوع و ساعات کاری مجاز) و اینکه چه مدت است که استخدام شده‌اید (روزهای تعطیل، مرخصی پدر بودن و غیره) نیز بستگی دارند.

به عنوان مثال، قراردادهای «صفر ساعتی» در انگلستان در حال رواج هستند، که در این نوع استخدام، به فرد تنها به تعداد ساعتی که آنها واقعاً مشغول به کار بوده‌اند حقوق پرداخت می‌شود، که بسته به تقاضا می‌تواند 0 ساعت یا 40 ساعت در هفته باشد، به عنوان مثال، رانندگان Uber، برخی دستیاران فروشنده یا کارکنان بار. برخلاف استخدام‌های سنتی، این نوع استخدام دارای پایه حقوق (دستمزد) خاصی نیستند و اگر به دلیل بیماری نتوانید کار کنید حقوقی به شما پرداخت نخواهد شد.

اگر براساس یک قرارداد «صفر ساعتی» استخدام شوید کمترین حق: برخورداری از حداقل دستمزد، مرخصی با حقوق، دستمزد برای همیشه بزننگ بودن و حق استراحت در سر کار و بین روزهای کاری را دارید. در اینجا می‌توانید اطلاعات بیشتری در این خصوص کسب کنید:

www.acas.org.uk/zero-hours-contracts

اطلاعات بیشتر در خصوص این قوانین و حقوق شما در سر کار در اینترنت موجود است.

- دولت: www.gov.uk

- Acas که به کارمندان و کارفرمایان در خصوص حقوق محیط کار مشاوره رایگان می‌دهد.

www.acas.org.uk/advice

- دفتر مشاوره شهروندان www.citizensadvice.org.uk/work/

Trade Unions (اتحادیه‌های کارگری) نیز منبع دیگری برای حمایت و مشاوره در خصوص حقوق استخدام هستند که از طریق خود سازمانی کارمندان ارائه می‌شوند: www.gov.uk/join-trade-union

همچنین می‌توانید با یک سرویس مشاوره پول به صورت رایگان و محرمانه صحبت کنید تا در مورد حقوق و دستمزد و مالیات خود اطلاعات روشنی کسب کنید:

خدمات مشاوره پولی www.moneyadviceservice.org.uk

مشاوره شغلی و جستجو برای کار

اگر به دنبال اطلاعاتی در مورد نحوه ورود به یک نقش یا شغل خاص هستید، می‌توانید از وب سایت‌های زیر مشاوره شغلی دریافت کنید. وقتی شغلی پیدا می‌کنید و می‌خواهید برای تصدی آن درخواست دهید، بسیاری از آنها از شما می‌خواهند یک فرم آنلاین را پر کنید یا رزومه (خلاصه‌ای از صلاحیت‌ها، مهارت‌ها و سوابق شغلی) ارسال کنید. می‌توانید نمونه رزومه، قالب‌های آماده و نحوه نوشتن یک رزومه مفید را به صورت آنلاین جستجو کنید و اکثر وب سایت‌های زیر به ارائه مشاوره در خصوص درخواست تصدی یک شغل نیز می‌پردازند.

- انگلستان www.nationalcareers.service.gov.uk

- اسکاتلند www.skillsdevelopmentscotland.co.uk یا www.myworldofwork.co.uk

- ولز www.careerswales.gov.wales

- ایرلند شمالی www.nidirect.gov.uk/contacts/contacts-az/careers-service

مرکز اشتغال آنلاین:

- انگلستان، اسکاتلند و ولز: www.gov.uk/find-a-job

- ایرلند شمالی: www.jobcentreonline.com/JCOLFront/Home.aspx

داوطلب شدن

داوطلب شدن می‌تواند روشی مفید برای دیدار با افراد جدید، کسب مهارت‌های جدید و آشنایی با زندگی در انگلستان باشد. NCVO به ارائه مشاوره و ابزارهایی برای یافتن فرصت‌های داوطلب شدن مناسب شما می‌پردازد.

www.ncvo.org.uk/ncvo-volunteering/i-want-to-volunteer

یا ممکن است بخواهید با مرکز داوطلب شدن محلی خود تماس بگیرید: www.ncvo.org.uk/ncvo-volunteering/find-a-volunteer-centre

سازمان‌های فردی اطلاعاتی در خصوص فرصت‌های داوطلب شدن ارائه می‌دهند اما وب سایت‌هایی هم هستند که فرصت‌های داوطلب شدن را فهرست می‌کنند

www.do-it.org Do It -

www.charityjob.co.uk/Volunteer-Jobs CharityJob -

www.volunteermatters.org.uk Volunteering Matters -

دسترسی آنلاین به خدمات - مسکن

چطور یک خانه پیدا کنم؟

مسکن در انگلستان امری پیچیده است، و گزینه‌های شما می‌تواند به محل زندگی شما در انگلستان و وضعیت خانوادتان بستگی داشته باشد. Shelter (سرپناه) (انگلستان، اسکاتلند و ولز) و مرکز مشاوره مسکن ایرلند شمالی در صورتیکه سوالی در خصوص حقوق خود داشته باشید می‌توانند به شما کمک کنند.

[Shelter \(انگلستان\)](#) -

[Shelter \(اسکاتلند\)](#) -

[Shelter Cymru \(ولز\)](#) -

[Housing Advice NI \(ایرلند شمالی\)](#) -

فکر می‌کنید که جملات زیر درست هستند یا غلط؟

1. اگر اعتبار همگانی دریافت می‌کنید، هزینه‌های مسکن همیشه تحت پوشش خواهند بود.

اگر اعتبار همگانی دریافت می‌کنید، این حقیقت را در نظر داشته باشید که هزینه‌های مسکن از اعتبار همگانی پوشش داده می‌شوند، بنابراین صرف نظر از اینکه شما در منزل شورا اقامت داشته باشید یا منزل خصوصی اجاره کرده باشید، برای مبلغی که می‌توانید ادعا کنید سقف وجود دارد. اگر سوالی در خصوص مدیریت هزینه‌های مسکن، بدهی یا معوقات اجاره بها دارید، می‌توانید با اداره مشاوره شهروندان یا مرکز مشاوره ایرلند شمالی صحبت کنید.

- اداره مشاوره شهروندان www.citizensadvice.org.uk/housing/renting-privately/private-renting/get-help-with-renting-costs/

- مرکز مشاوره NI www.adviceni.net/advice/debt

اگر در پرداخت هزینه‌های مسکن مشکل دارید، مقامات محلی شما می‌توانند در پرداخت مسکن اختیاری به شما کمک کنند. ممکن است شما واجد شرایط کاهش مالیات شورا یا کاهش نرخ‌ها باشید.

2. مسکن شورا / مسکن اجتماعی (مسکن تحت مالکیت مقامات محلی) حق شما است، پس شما همیشه بنا به درخواست آن را دریافت خواهید کرد.

خیر. ایالت می‌تواند در شرایطی به خانه دار شدن خانواده‌ها کمک کند، به عنوان مثال، اگر محل اقامت زیادی شلوغ باشد، یا در شرایط نامساعدی باشد، اگر در معرض خطر خشونت و یا در معرض خطر بی خانمانی باشید. شما می‌توانید اطلاعات دولتی در مورد مسکن شورا که به آن «مسکن اجتماعی» هم گفته می‌شود را در اینجا ببینید. www.gov.uk/council-housing

مهم است بدانید که هر شورا قوانین مخصوص به خود را دارد. شما همیشه باید به لیست انتظار ملحق شوید و شوراها منزل کافی برای رفع همه نیازها را ندارند، بنابراین تضمینی برای خانه دار شدن شما وجود ندارد.

3. اگر بی خانمان هستید، شورا می‌تواند به شما کمک کند.

اگر بی خانمان هستید یا فکر می‌کنید که ممکن است در 56 روز آینده بی خانمان شوید، می‌توانید برای پیدا کردن خانه برای کل خانواده از طریق تماس با اداره مسکن محلی (که به آن شورای محلی هم گفته می‌شود) برای یافتن خانه درخواست دهید، یا اگر در ایرلند شمالی هستید می‌توانید با مسئول مسکن تماس بگیرید. شرایطی وجود دارند که در صورت بی خانمانی می‌توانید براساس آنها کمک دریافت کنید. در اینجا می‌توانید بفهمید که برای ثبت درخواست مسکن برای بی خانمانی چطور می‌توانید با مقامات محلی اداره مسکن تماس بگیرید:

- [انگلستان و ولز](#)
- [اسکاتلند](#)
- [ایرلند شمالی](#)

4. هر کس بیشترین نیاز را داشته باشد در ثبت درخواست برای مسکن شورا اولویت دارد.

شورا (یا مسئول مسکن، در ایرلند شمالی) بررسی می‌کند که چه کسی می‌تواند مسکن اجتماعی دریافت کند و لیست انتظار را می‌چیند. آنها براساس سیستم امتیازی یا «دسته بندی» که مبتنی بر نیاز هستند، تصمیم می‌گیرند که چه کسی می‌تواند از مسکن برخوردار شود. شورای شما می‌تواند قوانین مخصوص به خود را در خصوص اینکه چه کسی می‌تواند درخواست دهد و چه کسی در اولویت است، داشته باشد. از طریق وب سایت شورای خود می‌توانید در مورد قوانین این شورا اطلاعات کسب کنید.

در اینجا می‌توانید وب سایت شورای محلی خود را پیدا کنید: <https://www.gov.uk/find-local-council>

مسئول مسکن ایرلند شمالی: <https://www.nihe.gov.uk/Housing-Help/Apply-for-a-home>

5. به محض اینکه نیاز خود را به شورا اعلام کنم، آنها ترتیب همه چیز را خواهند داد و یک منزل دائمی برای من پیدا خواهند کرد.

اگر بیش از 16 سال سن دارید و حق اقامت در انگلستان را دارید، می‌توانید برای دریافت مسکن شورا ثبت نام کنید. برخی شوراها روشی را به افراد ارائه می‌دهند که آنها می‌توانند به جای رفتن در لیست انتظار، بر روی منازل موجود پیشنهاد ارائه دهند. اگر واجد شرایط هستید و می‌خواهید برای مسکن شورا درخواست دهید، می‌توانند این [لینک](#) را دنبال کنید و کدپستی خود را وارد کنید تا دریابید که در کدام منطقه می‌توانید برای مسکن ثبت نام کنید و جهت اجاره املاک تحت مالکیت شورا پیشنهادات خود را ارائه دهید.

دریافت یک منزل اجتماعی دائمی‌تر ممکن است ماه‌ها و حتی سال‌ها طول بکشد، و مسئولیت دنبال گشتن و ارائه پیشنهاد بر روی منازل به عهده شما است. وقتی درخواست بی خانمانی می‌دهید ممکن است به عنوان یک محل موقت در یک محل اقامت مانند مراکز خواب و صبحانه یا مسافرخانه اسکان داده شوید، تا راهکار دائمی‌تری برای شما در نظر گرفته شود.

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد انواع اجاره شورا، انجام تعمیرات در مسکن شورا، شکایت و یا خرید مسکن شورا می‌توانید به [اینجا](#) مراجعه کنید.

مطالعه موردی

Zahra همراه با کودکانش با ویزای گرد هم آیی مجدد خانواده پناهندگان به انگلستان آمد تا با همسر خود زندگی کند. *Zahra* می‌داند که با این نوع ویزا مستحق برخورداری از بودجه عمومی از جمله بودجه مرتبط با مسکن می‌باشد. آنها باید یک منزل جدید پیدا کنند زیرا منزلی که در حال حاضر همسرش در آن زندگی میکند یک منزل اشتراکی است و خانواده باید در یک اتاق بخواهد. جمعیت آنها زیاد است. او و خانواده با مقامات محلی دیدار می‌کنند و از آنها می‌خواهند که در خصوص گزینه‌های پیش رو و یافتن یک منزل جدید به آنها کمک کنند.

فکر می‌کنید که مقامات محلی می‌خواهند چه چیزی را بدانند؟

ببینید که آیا می‌توانید با جستجو در اینترنت قوانین منطقه خود در خصوص ارزیابی بی خانمانی شورا را پیدا کنید.

Zahra می‌آموزد که شورا مجبور نیست به تمامی افراد بی خانمان منزل پیشنهاد دهد. او می‌آموزد که به طور کل، در انگلستان، اکثر شوراهای به 5 شرط زیر نگاه می‌کنند:

- آنها باید از لحاظ «قانونی» بی خانمان باشند، به عنوان مثال، منزل خود را تخلیه کرده باشند یا در اثر خشونت یا آتش سوزی و غیره، قادر به ماندن در منزل نباشند.
- آنها باید شرایط دریافت بودجه عمومی که به وضعیت مهاجرتی مرتبط است را داشته باشند
- نیازهای آنها اولویت داشته باشد: این می‌تواند یک خانواده با کودک زیر 16 سال، زن باردار، فردی که در اثر آتش سوزی، سیل، یا بلایای دیگر بی خانمان شده است، یا فردی که به عنوان فرد آسیب پذیر شناخته می‌شود (به عنوان مثال، در معرض خطر سو استفاده خانگی باشد).
- بی خانمان شدن در نتیجه اشتباه خود، به عنوان مثال اگر به دلیل انجام جرم یا رفتار غیر اجتماعی از منزل خود اخراج شده‌اید یا وقتی می‌توانستید در منزل بمانید خودتان انتخاب کردید که آن را تخلیه کنید، به این کار «بی خانمانی عمدی» گفته می‌شود.
- داشتن یک آشنای محلی در منطقه: وقتی به شما پناهندگی اعطا شد در آنجا کار یا زندگی می‌کردید، یا در آنجا دارای خانواده هستید.

Zahra می‌آموزد که اگر در جایی که درخواست کمک کرده‌اند آشنای محلی نداشته باشند، شورا می‌تواند شما را به شورایی ارجاع دهد که در آنجا آشنا دارید. اگر شما در معرض خطر سو استفاده خانگی قرار داشته باشید، آنها نمی‌توانند این کار را بکنند! شورا خانواده او را در لیست انتظار قرار می‌دهد و خانواده او را قادر می‌سازد که بر روی املاک شورا پیشنهاد خود را ارائه دهند. با در نظر گرفتن این موضوع که آنها خانواده پر جمعیتی هستند، آنها پیشنهاد می‌دهند که خانواده به یک محل اقامت اورژانسی در هتلی در فاصله 5 مایلی برود و آنها را قادر می‌سازد که بتوانند روی مسکن اجتماعی پیشنهاد بدهند، و به آنها توصیه می‌شود که به دنبال موارد اجاره خصوصی نیز باشند.

موارد جایگزین مسکن اجتماعی یا مسکن شورا

اجاره خصوصی

اجاره مسکن خصوصی می‌تواند گزینه خوبی باشد و احتمالاً آسان تر و سریع تر از انتظار برای مسکن اجتماعی است. اجاره منزل از یک مالک خصوصی به هیچ صلاحیتی نیاز ندارد و اجاره خصوصی محبوب ترین روش برای اجاره یک منزل در انگلستان است.

شما می‌توانید با جستجو در اینترنت به دنبال منازل خصوصی بگردید: وب سایت‌های محبوب زیادی در زمینه اجاره ملک در انگلستان وجود دارند. برخی نمونه‌های در زیر قرار دارند، یا می‌توانید این عبارت را در اینترنت جستجو کنید: «[منطقه خود] + منزل برای اجاره (House to rent)».

- [Zoopla](#)
- [Rightmove](#)
- [PropertyPal](#) (ایرلند شمالی)
- [Spareroom](#)

شورای محلی یا وب سایت مسئول مسکن شما معمولاً دارای لینک‌هایی به وب سایت‌های آژانس‌های اجاره دهنده محلی دارند که دارای املاک خصوصی نیز هستند.

اگر در حال دریافت اعتبار همگانی هستید، ممکن است برخی صاحبخانه‌ها یا آژانس‌های املاک به شما بگویند که نمی‌توانند به شما منزل اجاره دهند و گاهی در آگهی‌ها عبارت «DSS نه» (که به معنی به کسانی که از حمایت‌های رفاهی دولتی از جمله مزایای مسکن استفاده می‌کنند، اجاره نمی‌دهیم) نوشته می‌شود. براساس قوانین سال 2020، این کار در انگلستان و هر جای دیگری خلاف قانون است و شما باید برای مشاوره با مرکز Shelter یا اداره مشاوره شهروندان صحبت کنید.

انجمن‌های مسکن

انجمن‌های مسکن به ارائه مسکن به افراد کم درآمدی می‌پردازد که به کمک اضافه نیاز دارند. شما می‌توانید به طور مستقیم و یا از طریق شورای محلی خود درخواست خود را به انجمن‌های مسکن ارائه دهید. همچنین می‌توانید موارد موجود در منطقه خود را در اینترنت جستجو کنید.

اگر در منزل خود امنیت ندارید

اگر در منزل با سو استفاده خانگی مواجه شدید، یا اگر به دلیل احساس ناامنی از منزل فرار کرده‌اید، ممکن است بتوانید در دفتر شورای محلی خود درخواست بی‌خانمانی بدهید. آنها ممکن است شما را در یک محل اقامت اورژانسی اسکان دهند یا شما را به یک سرپناه یا محیط امن دیگری انتقال دهند. شما باید با شورای محلی خود یا **خط مشاوره سو استفاده خانگی ملی** برای مشاوره در خصوص مراحل امنیتی بعدی تماس بگیرید. اگر در معرض خطر قریب الوقوع هستید، همیشه از طریق شماره 999 با **پلیس** تماس بگیرید.

اگر از منزل فرار کرده‌اید، ممکن است بتوانید جایی در پناهگاه زنان پیدا کنید. پناهگاه خانه‌ای امن است که ممکن است در محل زندگی کنونی شما نباشد.

پناهگاه و خط مشاوره سو استفاده خانگی ملی 08082000247

خلاصه

اکنون باید:

- بدانید که چطور ممکن است از داده‌های شخصی شما در اینترنت استفاده می‌شود
- نتایج جستجوی خود را «ایمن» کنید، به طور خصوصی گشت و گذار کنید و تاریخچه مرورگر خود را پاک کنید.
- یک صفحه وب را ترجمه کنید و زبان مرورگر خود را تغییر دهید
- اطلاعاتی در خصوص موضوعات کلیدی کسب کنید و بدانید که در صورت نیاز به اطلاعات بیشتر کجا باید به دنبال آن بگردید.

