

مشروع التمكين التقني والتواصل للاجئين

Guide to accompany
Integration Films



المعلومات الأساسية عن أفراد الأسرة الذين
يصلون إلى المملكة المتحدة

شكر و عرفان

تم إعداد هذا الدليل وترجمته كأداة داعمة من قبل مشروع التمكين التقني للاجئين. يُموّل هذا المشروع بواسطة إدارة إعادة التوطين ودعم اللجوء والاندماج بوزارة الداخلية (Home Office Resettlement, Asylum Support and Integration Directorate) لمساعدة اللاجئين في التغلب على عقبات الاندماج في مجتمع المملكة المتحدة.

نرغب في توصيل الشكر إلى أعضاء شبكة فويسز (VOICES) ممن شاركوا أفكارهم وخبراتهم ومعرفتهم حول المعلومات الأساسية والمحتوى اللازم توفيره للاجئين المسافرين إلى المملكة المتحدة بشأن تأشيرات لم شمل الأسرة للاجئين. كما نرغب في تقديم أسمى معاني الشكر إلى برنامج خدمات لم شمل الأسرة (Family Reunion Integration Service) الذين قدموا كافة المعلومات والمعرفة التفصيلية الواردة أدناه، وذلك من خلال خبراتهم الواسعة وتجاربهم المتعددة. تتوفر مواد هذا المشروع باللغة الإنجليزية والأمهرية والعربية والفارسية والكردية (السورانية الكردية) والصومالية والتغرينية والأردية.

المحتويات

2	شكر و عرفان
3	تأشيرتك و BRP (تصريح إقامتك البيومترية) واختيارك
4	نظام الائتمان الشامل (Universal Credit)
6	الإسكان
8	الرعاية الصحية
11	تعليم الأطفال
12	توفير الأمان للأطفال
13	العنف المنزلي
14	انفصال العائلة



المعلومات الأساسية عن أفراد الأسرة الذين يصلون إلى المملكة المتحدة

يحتوي هذا المستند على معلومات قد تساعدك إذا كنت قد وصلت للتو أو على وشك الوصول إلى المملكة المتحدة بشأن تأشيرة لم شمل الأسرة للاجئين، وذلك للانضمام لأفراد الأسرة اللاجئين. قد يساعدك هذا المستند في فهم بعض الأمور التي يمكنك توقعها، كما يساعدك أنت وأسرته في الحصول على الدعم الأساسي.

تأشيرتك و BRP (تصريح إقامتك البيومترية) واختيارتك

تُشير تأشيرة لم شمل الأسرة الخاصة بك إلى وجودك في المملكة المتحدة بسبب علاقتك مع شريكك أو أحد أفراد أسرتك الذي لديه صفة "لاجئ". ويُطلق عليه "الضامن". تضع هذه التأشيرة بعض الشروط التي يجب عليك الالتزام بها، مثل نيتك في الاستمرار في العيش مع الضامن الخاص بك، أو الاستمرار في علاقتك مع الضامن إذا كان الضامن شريكك.

تظل تأشيرة لم شمل الأسرة الخاصة بك سارية طالما أن الضامن الخاص بك ما زال لديه صفة "لاجئ"، وإذا قدم الضامن طلب "الاستقرار" في المملكة المتحدة، يجب عليك أيضًا التقدم بنفس الطلب في الوقت ذاته.

يمكنك زيارة موطنك في أي وقت، إذ إنك لست لاجئًا، بينما لا يستطيع الضامن الخاص بك (والذي يُعد لاجئًا) القيام بذلك. إنه من المهم أن تتواصلي مع أحد مستشاري الهجرة الذي يمكنه تزويدك بالمعلومات حول كيفية السفر خارج المملكة المتحدة دون التأثير على صفة الهجرة الخاصة بك أو بالضامن الخاص بك، ودون التأثير على أي طلبات تأشيرات مستقبلية تتقدم بها للإقامة بالمملكة. يمكنك إيجاد أحد مستشاري الهجرة محليًا أو من أحد الأماكن التالية:

OISC (مكتب مفوض خدمات الهجرة)

www.home.oisc.gov.uk

جمعية القانون المتكاملة في إيرلندا الشمالية (Law Society Northern Ireland)

www.lawsoc-ni.org/solicitors

رابطة ممارسي قانون الهجرة (Immigration Law Practitioners Association)

www.ilpa.org.uk

يجب عليك الحصول على BRP بمجرد وصولك إلى المملكة المتحدة. سيحدد لك خطاب القرار الخاص بك من أين يمكنك الحصول على BRP. سيكون ذلك في مكتب البريد المحلي لأفراد أسرتك. يجب عليك أخذ التأشيرة معك للحصول على BRP. يمكنك الإبلاغ عن المشكلات التي واجهتك في الحصول على BRP عبر الرابط www.gov.uk/biometric-residence-permits/collect

بصفقتك امرأة بالغة، يمكنك دائمًا اختيار العيش في المملكة المتحدة. إذا كان هناك من يُجبرك على السفر أو الإقامة هنا، يمكنك الاتصال بخط المساعدة الوطني لمكافحة العنف المنزلي (National Domestic Abuse Helpline) أو بالشرطة على رقم 101 للحصول على المساعدة على مدار 24 ساعة. إذا كان الأمر طارئًا، يمكنك الاتصال بخدمات الطوارئ على الرقم 999. ويمكنهم توفير مترجم إذا أخبرتهم باللغة التي تتحدثين بها.

خط المساعدة الوطني لمكافحة العنف المنزلي (National Domestic Abuse Helpline)

0808 2000 247

إذا كان هناك من يجبرك على السفر أو الإقامة هنا أو يُرغمك على القيام بأمر سيء لصالحه ضد رغبتك، يمكنك الاتصال بخط المساعدة في مكافحة العبودية الحديثة (Modern Slavery Helpline) أو بالشرطة.

خط المساعدة في مكافحة العبودية الحديثة

08000 121 700

نظام الائتمان الشامل (Universal Credit)

يمكنك العمل في المملكة المتحدة من خلال تأشيرة لم شمل الأسرة للاجئين. كما يمكنك أيضًا الحصول على "التمويلات العامة" والتي يُطلق عليها إعانات أو دعم الرعاية الاجتماعية. يُقصد بذلك أنه إذا كنت غير قادرة على العمل أو تبحثين عن عمل ولم تجد وظيفة بعد أو لا تتقاضين أجرًا كافيًا للعيش، تقدم لك الدولة مبلغًا شهريًا أساسيًا. يطلق على هذا المبلغ الائتمان الشامل.

نظام الائتمان الشامل هو مبلغ يُسدد شهريًا إلى حساب بنكي، ويجب عليك التقدم بطلب للحصول على الائتمان الشامل عبر الإنترنت. وهناك شروط أساسية للحصول على هذا الائتمان. يجب عليك التوقيع على اتفاق، ويمكن أن تتعرضين لعقوبة إذا لم تمتثل لشروطه.

يمكن استخدام الائتمان الشامل في سداد تكاليف المعيشة، بما يشمل المأكل والملبس والمواصلات والفواتير المنزلية وأي شيء ترغبين في شرائه.

يعتمد مبلغ الائتمان الشامل الذي تحصلين عليه على وضعك الحالي، مثل ما إذا كان لديك أطفال، أو تعانيين من إعاقة أو مشكلة صحية تمنعك من العمل، أو إذا كنت بحاجة لسداد الإيجار، ومقدار الدخل الذي يتقاضاه شريكك.

قد يصعب فهم كيفية استحقاق الائتمان الشامل وغيره من الإعانات الأخرى. إذا كان لديك أي أسئلة حول طبيعة الائتمان الشامل، يمكنك الاتصال بالجهات الآتية:

0800 328 5644 ☎

خط مساعدة الائتمان الشامل

0800 444 8 144 ☎

خط المشورة بمكتب تقديم المشورة للمواطنين (إنجلترا)

0800 023 2581 ☎

خط المساعدة في المطالبات بمكتب تقديم المشورة للمواطنين (اسكتلندا)

0800 702 2020 / 08000 241 220 ☎

خط المشورة بمكتب تقديم المشورة للمواطنين (ويلز)

0800 915 4604 ☎

مكتب تقديم المشورة (أيرلندا الشمالية)

كيف يمكنني بدأ تقديم طلب الائتمان الشامل؟

إذا كان شريكك يحصل بالفعل على ائتمان شامل، يجب عليك تقديم طلب مشترك. إذا فعلت ذلك، سيتوقف الائتمان الشامل الخاص بشريكك لحوالي 5 أسابيع، بينما ينظر مركز العمل في طلبك. قد تحتاجين للتقدم بطلب الحصول على المساعدة خلال هذه الفترة لتلبية احتياجات الطعام والإيجار والفواتير. قد ترغبين في التحدث إلى مركز العمل (Job Centre) لإيجاد طريقة يمكنك بها الحصول على دفعة مقدمة أو قرض أو مبالغ دعم مالية أخرى خلال هذه الفترة.

يتولى مركز العمل مسؤولية الائتمان الشامل، حيث يمثل دوره في مساعدة الأشخاص في الحصول على وظيفة. عند ذهابك إلى مركز العمل، ستلتقين بأحد "مدربي العمل". سيساعدك مدرب العمل على التقدم بطلب الحصول على رقم التأمين القومي (NINO)، إذا لم يكن لديك رقمًا تأمينيًا. يُعد هذا الرقم رقمًا شخصيًا فريدًا يمتلكه الجميع في المملكة المتحدة، ويكون ضروريًا للالتحاق بالعمل وسداد الضرائب

واستلام الإعانات. لا تعط هذا الرقم لأي شخص دون معرفة السبب، حيث قد يُستخدم في انتحال الشخصية. يستغرق إصدار رقم تأمين قومي مدة تتراوح بين 2-6 أسابيع. ويتم إرساله إليك عبر البريد.

يمكنك الاطلاع على مزيد من المعلومات حول بداية المطالبة بالانتماء الشامل عبر الرابط: www.gov.uk/apply-universal-credit

ما الذي يمكنني طلبه في مركز العمل؟

يمكنك طلب مترجم فوري لمواعيد مركز العمل إذا كنت بحاجة إلى ذلك. إذا كنت لا تتحدثين الإنجليزية بطلاقة أو لا تعرفين كيفية استخدام الحاسوب، يمكنك طلب "علاقة غير تقنية" من مدرب العمل في مقابلتك الأولى. ويعني ذلك أنهم سيتواصلون معك من خلال مكالمات هاتفية بدلاً من استخدام الحاسوب.

ما القواعد المتبعة؟

عندما تتلقين بمرور العمل الخاص بك، سيتحدث معك حول القواعد التي تخص الحصول على الانتماء الشامل، والتي يُطلق عليها "التزامات مقدم الطلب". تلك هي الإجراءات التي توافقين عليها لإثبات رغبتك في الحصول على وظيفة. قد يُطلب منك التقدم لعدد من الوظائف المحددة أو تحسين مستواك في اللغة الإنجليزية. إذا لم تلتزمي بالاتفاق، قد تتعرضين للعقوبة، والتي منها وقف الإعانات التي تحصلين عليها جزئياً أو بالكامل. ويُطلق عليها "عقوبة". من المهم أن تفهمي هذا الاتفاق، وما يجب عليك فعله ومتى يجب عليك فعله. عندما تلتقين بمرور العمل الخاص بك، يمكنك طلب الحصول على تعليمات واضحة ومكتوبة. كما يمكنك الاطلاع على التزامات مقدم الطلب خاصتك من خلال الدخول على صفحتك عبر الإنترنت.

إذا كان لدى شريكك عملاً، لا يزال يمكنك الحصول على مساعدات إضافية فيما يتعلق بالحصول على الانتماء الشامل، إلا أن دخل شريكك سيؤثر على مقدار المبلغ الذي تحصلين عليه.

إذا كان لديك أطفال

هناك فرق بين الانتماء الشامل وإعانة الطفل:

إعانة الطفل هي مبلغ يُقدّم إلى الوالدين أو الأشخاص المسؤولين عن تربية الطفل. يمكنك التقدم بطلب للحصول على إعانة الطفل للأطفال دون السادسة عشر، وإلى الأبناء أكبر من 16 عاماً في بعض الأحيان (في الفئة العمرية بين 16-20 عام) إذا ثبت التحاقهم بالتعليم المنتظم.

يمكنك تحميل استمارة إعانة الطفل من الموقع الإلكتروني التالي:

www.gov.uk/child-benefit/how-to-claim

هل يجب عليّ فتح حساب بنكي؟

يُسدّد الانتماء الشامل إلى حساب بنكي وحيد، وغالباً يكون الحساب البنكي لمقدم الطلب الفعلي. يمكنك طلب تغيير هذا الحساب، إلا أنه لا يمكن تقسيم مبلغ الانتماء بين حسابين بنكيين.

يُشترط فتح حساب بنكي لاستلام الإعانات مثل إعانة الطفل بنفسك. يُشترط لفتح حساب بنكي تقديم مستندات تثبت هويتك وحالة الهجرة وعنوانك. تمتلك البنوك إجراءات مختلفة للحصول على حساب بنكي. أفضل طريقة للتعرف على هذه الإجراءات هي الذهاب إلى البنك والسؤال عن كيفية فتح حساب بنكي لدى هذا البنك.

الإسكان

كيف أجد منزلًا؟

يُعد الإسكان في المملكة المتحدة من المسائل المعقدة، ويعتمد خيارك على المكان الذي تعيش فيه في المملكة المتحدة وحالة أسرتك. من المرجح أنك ستكون بحاجة للنصيحة إذا لم يكن لديك منزلًا مناسبًا تنتقلين إليه. تقدم مؤسسة شيلتر (Shelter) - مؤسسة خيرية - حول حقوقك ومستحقّاتك في إنجلترا واسكتلندا وويلز. تقوم جمعية نصيحة الإسكان في إيرلندا الشمالية بتقديم النصيحة للمقيمين بإيرلندا الشمالية.

شيلتر (إنجلترا)

www.shelter.org.uk 0808 800 4444

شيلتر (اسكتلندا)

www.shelter.org.uk 0808 800 4444

شيلتر (ويلز)

www.sheltercymru.org.uk 08000 495 495

مكتب تقديم مشورة الإسكان في إيرلندا الشمالية (Housing Advice NI)

www.shelter.org.uk 028 9024 5640

ما الإسكان الاجتماعي أو الإسكان الشعبي؟

"الإسكان الاجتماعي" هو مسكن تقدمه الحكومة إلى الأشخاص الذين يواجهون خطر التشرد، إلا أن الكثير من الأشخاص في المملكة يستأجرون من المالك بشكل خاص أو يمتلكون منازلهم الخاصة.

تقدم الحكومة المساعدة في تسكين الأسر في بعض الحالات، منها عندما يكون المسكن مزدحمًا، أو في حالات الفقر الشديد، أو عند مواجهة خطر العنف أو التشرد.

إذا كنت مشردة أو تعتقد أنك ستواجهين خطر التشرد خلال الست وخمسين يومًا القادمة، يمكنك طلب المساعدة لإيجاد منزل لجميع أفراد أسرتك من خلال التعاقد مع مكتب الإسكان بالهيئة المحلية (وقد يُطلق عليهم أيضًا المجلس المحلي (Local Council))، أو إذا كنت مقيمة بإيرلندا الشمالية، يمكنك التواصل مع الإدارة التنفيذية للإسكان (Housing Executive).

ابحث عن الهيئة المحلية www.gov.uk/homelessness-help-from-council

الإدارة التنفيذية للإسكان بإيرلندا الشمالية www.nihe.gov.uk

يحدد المجلس من يمكنه الحصول على منزل اجتماعي. يُجري المجلس "تقييم التشرد" ويحدد ما الذي يمكن عرضه. قد يستغرق الأمر وقتًا طويلاً للحصول على إسكان طويل المدى. قد يتم توفير مبيت لك وإفطار أو مأوى.

بينما تنتظر الهيئة المحلية في إمكانية مساعدتك، قد تطلب منك الهيئة دليلًا لتقييم مدى احتياجك، ومن هذه الأدلة:

- دليل على وضع الهجرة الخاص بك. يُقصد بذلك أنهم سيريرون معرفة ما إذا كان لديك تأشيرة أو حق التواجد بالمملكة وتحت أي ظروف.

- **دليل على حق الأولوية.** يُقصد بذلك توجيه أسئلة شخصية مثل ما إذا كانت هناك إحدى السيدات بالأسرة حامل، أو تعاني من إعاقة أو مشكلة صحية أو تواجه خطر العنف أو إذا كان هناك أفراد في الأسرة دون سن 18 عامًا.
- **دليل على عدم تشردك نتيجة لأفعالك.** يُقصد بذلك تقديم دليل حول عدم اختيارك مغادرة المنزل أو اعتراضك على أي عرض مساعدة قد قُدم إليك.
- **دليل على وجود "صلة محلية".** يُقصد بذلك تقديم دليل حول أنك مسؤولة منهم. يُقصد بلفظ "الصلة المحلية" غالبًا بأنك كنتِ تسكنين في هذه المنطقة أو تعملين بها أو لديك أسرة تعيش فيها لفترة من الوقت. فيما يتعلق بلم شمل الأسرة، عادةً تكون المنطقة التي تمتلك فيها الأسرة صلة محلية هي المنطقة التي كان يعيش فيها الضامن عند حصول الأسرة على حالة "لاجئ". إذا انتقلتِ إلى منطقة ليس لديك بها صلة محلية، قد لا تستطيع الهيئة المحلية مساعدتك.

ما نوع الإسكان الذي سيُعرض عليّ؟

ليس لديك الكثير من الحلول حول الإسكان المعروض عليك، حيث إن تقديم الإسكان بطيء جدًا. من المحتمل ألا يكون المسكن المعروض عليك ليس في المنطقة - ولا حتى في المدينة - التي ترغبين بها، وألا تكون جودة المسكن كما تتوقعين.

قد يستغرق الأمر شهرًا أو حتى سنوات، للحصول على سكن اجتماعي دائم، وتتحملين مسؤولية البحث عن المنازل والتعاقد عليها.

ماذا لو لم أرغب في المسكن المعروض؟

يمكنك التعاقد على أي منازل اجتماعية ترغب في استئجارها، ولكن في بعض الأحيان، إذا أردتِ الحصول على سكن في أقرب وقت، فقد يُعرض عليك مسكنًا مؤقتًا للإقامة. يلزم عليك التشاور قبل رفض أي مسكن اجتماعي يُعرض عليك من المجلس، لأن الرفض قد يكون له عواقب وخيمة. في بعض الأحوال، قد يرى المجلس بأنك اخترتِ كونك مشردة، ما يجعله يرفض أن يُقدم لك مزيدًا من المساعدة.

سداد الإيجار

إذا كنتِ تحصلين على الائتمان الشامل، فيشتمل هذا الائتمان على مبلغ من المال مخصص للإسكان. إذا تغير عنوانك، يجب عليك إبلاغ مركز العمل.

إذا كانت لديك أسرة كبيرة، فمن المرجح أنك بحاجة إلى منزل أكبر لتجنب الازدحام. كوني على علم بأن هناك قيود حول مقدار المساعدة الحكومية التي يمكنك الحصول عليها فيما يتعلق بسداد الإيجار من الائتمان الشامل. يُفيد ذلك بأنك قد تضطرين لسداد جزء من دخل آخر ضمن سداد الإيجار لتجنب الوقوع في الديون للمالك، والذي يُطلق عليه "متأخرات الإيجار". تتغير قيود المساعدة التي يمكنك الحصول عليها بناءً على حجم منزلك والمكان الذي تعيشين فيه.

قد يمكنك طلب المساعدة من الهيئة المحلية (مثل مدفوعات الإسكان التقديرية (Discretionary Housing Payment)) إذا كنتِ بحاجة إلى دعم مؤقت بينما تبحثين عن مسكن أرخص ثمنًا أو بينما تنتظرين مبلغًا من المال يُسدد إليك. لن تكون كل هيئة محلية قادرة على تزويدك بالمساعدة المالية في هذا الأمر، ويعتمد ذلك على ظروف أفراد أسرتك.

هل يمكنني تأجير سكن خاص؟

قد يكون الأمر أسهل في إيجاد منزل خاص مستأجر بدلاً من الإسكان الاجتماعي، والذي يستغرق مدة محددة بناءً على عقد ميرم مع المالك. يمكن إيجاد سكن خاص عن طريق وكلاء الإيجارات المحلية وعلى مواقع العقارات الإلكترونية. تختلف أنواع المساكن المتاحة المستأجرة بشكل خاص باختلاف البلد.

بمجرد إيجاد مكانٍ تستأجرينه، ستكونين بحاجة لسداد التأمين، وهو مبلغٌ من المال يُسدد مقدّمًا لتغطية الأضرار المحتملة. ويُقدّر مبلغ التأمين بقيمة الإيجار الشهري على الأقل.

سيتعين عليك توقيع "اتفاقية إيجار". تُعد اتفاقية الإيجار عقدًا قانونيًا بين (المستأجر) ومالك السكن (وقد يكون المالك هو الهيئة المحلية أو جمعية الإسكان أو أي شخصًا فرديًا). تنص هذه الاتفاقية على حقوق المستأجر والمالك وواجباتهما. كما تُحدد التاريخ الذي يمكنك الانتقال فيه، وفترة عقد الإيجار وقيمة الإيجار ومتى يجب عليك سدادها.

الرعاية الصحية

تقدم هيئة الخدمات الصحية الوطنية (NHS) خدمات صحية للأشخاص المقيمين في المملكة المتحدة. تكون معظم هذه الخدمات مجانية.

كيف يمكنني التسجيل مع طبيب؟

يُطلق على أطباء الأسرة في المملكة المتحدة لفظ الأطباء العموميين (GP). الطبيب العام هو أول طبيب تقابله عند حصولك على خدمة الرعاية الصحية. يعمل الطبيب العام في قسم العمليات الجراحية العامة يضم الموقع الإلكتروني لـ هيئة الخدمات الصحية الوطنية قائمة بجميع أقسام العمليات الجراحية العامة في المملكة المتحدة:

www.nhs.uk/Service-Search/GP/LocationSearch/4

لتلقي العلاج الطبي، يجب عليك وعلى أبنائك التسجيل لدى طبيب عام في أقرب وقتٍ ممكن، حتى ولو لم تكوني مريضة، ففي المملكة المتحدة، يجب على جميع الآباء تسجيل أطفالهم لدى طبيب عام. قد يطلب منك الطبيب العام بعض مستندات إثبات الهوية وما يثبت عنوانك في المملكة لإجراء التسجيل. ومع ذلك، يمكنك التسجيل بدون هذه المستندات. لا يجب على الطبيب العام سؤالك عن حالة الهجرة الخاصة بك. إذا واجهتك أي مشكلة عند التسجيل لدى الطبيب العام، يمكنك التواصل مع:

أطباء العالم (Doctors of the World) ☎ 0808 1647 686 بريد إلكتروني clinic@doctorsoftheworld.org.uk

موعد الطبيب

بمجرد تسجيلك، إذا كنت بحاجة لزيارة طبيبك العام، يجب عليك الاتصال أولاً بقسم الجراحة لحجز موعد. لن يسمح لك الطبيب العام بالزيارة بدون حجز موعد مسبق.

يمكنك طلب مترجم فوري للمواعيد الطبية وتحديد جنس المترجم. كما يمكنك طلب تحديد جنس المهنين الطبيين الذين ترغبين في زيارتهم. كما يمكنك أيضًا طلب شخص (يسمى "وصيف") لمرافقتك في مواعيدك مع الطبيب إذا كنت ترغبين في ذلك. قد يكون شخصًا تعرفينه أو غيره من الأخصائيين.

إذا لم يحدد لك الطبيب العام موعدًا محددًا وكنت بحاجة إلى مساعدة طارئة، يمكنك محاولة الذهاب إلى المركز المفتوح. يُعد هذا المركز مخصصًا للمشكلات التي تستلزم العناية الطبية ولكن ليست للمشكلات الصحية التي تهدد الحياة، كالحروق والجروح والتعرض للعض والتهابات الأذن.

كيف يمكنني التسجيل مع طبيب أسنان؟

يعرض بعض أطباء الأسنان - وليس جميعهم - خدمات العلاج الصحية الوطنية. ويعرض معظمهم أيضاً خدمات علاج خاصة (برسوم مدفوعة). يجب عليك التسجيل لدى طبيب أسنان كمرضى لدى هيئة خدمات العلاج الصحية، وأخبرهم بأنك تتلقين الإعانات، إذ في هذه الحالة سوف تحصلين على الفحوصات اللازمة والعلاج مجاناً. ينصحك أطباء الأسنان بإجراء فحوصات منتظمة على أسنانك كل 6 شهور.

يُرجى العلم بأنه في حال حصولك على أي علاج للأسنان قبل الحصول على الانتماء الشامل، قد يفرض ذلك عليك بعض الرسوم.

هل يمكنني الحصول على دعم مالي إضافي بشأن حالتي الصحية؟

يمكنك الحصول على مبالغ إضافية من الانتماء الشامل إذا كنت تعاني من مشكلة صحية، ما يعني أنك غير قادرة على العمل أو التجهز للعمل.

يمكن للأطفال دون سن السادسة عشر الحصول على الوصفات الطبية مجاناً. خلافاً لذلك، فإنه يجب عليك سداد قيمة الوصفة الطبية بناءً على دخلك الخاص والمكان الذي تعيش فيه بالمملكة وعمرك وأسباب تقديم الوصفة الطبية. إذا كنت من الطبقة منخفضة الدخل، قد تستحقين التقدم بطلب المساعدة من جدول منخفضي الدخل لدى هيئة الخدمات الصحية الوطنية بالحصول على تكاليف الرعاية الصحية مثل الوصفات الطبية والعناية بالأسنان وفحوصات النظر. التواصل مع طبيبك العام أو مركز العمل أو قسم مساعدة اللاجئين.

قسم مساعدة اللاجئين (Migrant Help) 0808 800 630  www.migranthelpuk.org 

ماذا يجب عليّ فعله في حالة الطوارئ الصحية؟

في حالات الطوارئ المهددة للحياة أو الإصابات البالغة، يجب عليك الذهاب إلى أقرب مستشفى لديه قسم الحوادث أو الطوارئ (A&E) أو قسم الطوارئ (ED). تعمل المستشفيات العامة على مدار 24 ساعة في اليوم.

إذا لم تستطعين الوصول إلى أي مستشفى، يمكنك الاتصال بخدمات الطوارئ لطلب سيارة إسعاف على الرقم 999. سيتعين عليك تقديم عنوانك وتوضيح ما حدث بالتفصيل. سينصحك العاملون في هذه الخدمة (999) بما يجب عليك فعله ويخبرونك بالمدى التي تستغرقها سيارة الإسعاف في الوصول إليك.




إذا لم تكن الحالة طارئة ولكنك بحاجة إلى نصيحة طبية أو علاج عاجل، يمكنك الاتصال بالرقم 111. يمكنك إخبارهم بلغتك الأم وسيجدون لك مترجماً فوراً.

هل هناك دعم لصحتي العقلية والصحية؟

من الطبيعي أن تكون هناك مشاعر مختلفة من السعادة عند لم الشمل مع الأسرة ولكنها تكون هذه المشاعر في الوقت نفسه مشاعر صعبة. حيث يستغرق الأمر وقتاً للتكيف والتأقلم مع البلد الجديد واللغة الجديدة والعيش في مكان جديد. بالنسبة للبعض، قد يكون من الصعب جداً التأقلم مع هذا الوضع، وقد تشعرين بالحزن أو الغضب أو الوحدة أو الاكتئاب أو الاضطراب.

وتُعد الصحة العقلية من الأمور المهمة. في المملكة المتحدة، يستخدم الناس مصطلح الصحة العقلية لوصف طريقة تفكيرهم وشعورهم وردود أفعالهم تجاه مختلف أمور حياتهم. قد يُقصد بمشكلات الصحة العقلية القلق الذي يساورنا بصفة يومية، أو المشكلات طويلة الأجل والأكثر حدة. واحداً من كل ستة بالغين في المملكة المتحدة قد مر بمشكلات تخص صحته العقلية وغالباً يلجئ الناس إلى العلاج، وهو أمر لا يجب الحرج بشأنه. يوفر الأطباء العموميين استشارات وعلاجات للصحة العاطفية والعقلية مجاناً، ولكن قد يتطلب الحصول على جلسة علاج وقتاً.

للحصول على الدعم الإضافي:

منظمة مايند (Mind) 0300 123 3393  أو إرسال رسالة نصية على 86463  www.mind.org.uk
السامريون (Samaritans) 116 123  البريد الإلكتروني: jo@samaritans.org

هل يتوفر دعماً لصحتي الجنسية؟

من حقك الحصول على خدمات تقدم لك معلومات ودعم لصحتك الجنسية مجاناً. تظل كل الاستشارات الطبية وتاريخها سرية بينك وبين طبيبك.

من الشائع استخدام مانع الحمل من أجل تنظيم حالات الحمل والتحكم في حجم الأسرة. يمكنك زيارة طبيبك العام أو عيادة الصحة الجنسية للتحدث بشأن هذا الأمر وتحديد طريقة منع الحمل التي تناسبك، مجاناً.

قد يساعد الواقي الذكري في منع انتشار الأمراض المنقولة بالاتصال الجنسي (STI). يمكنك أن تطلب واقي ذكري مجانية من طبيبك أو من عيادة الصحة الجنسية ويمكنهم أيضاً فحصك وعلاجك من الأمراض المنقولة بالاتصال الجنسي.

إذا كنت حاملاً ومتريدة بشأن حملك، فيوجد عدة خيارات لك. يُعد الإجهاض- في المملكة المتحدة- مجاناً وقانونياً إلى وقت محدد، ولكن تختلف طريقة تقديم هذه الخدمات باختلاف الإقليم. يمكن للنساء الحصول على مزيد من المعلومات، عبر الاتصال بالأرقام التالية:

الخدمة الاستشارية البريطانية للحمل (British Pregnancy Advisory Service) ☎ 03457 30 40 320.

وإذا كنت في أيرلندا الشمالية يمكنك الاتصال بمنظمة تقديم الخيارات بأيرلندا الشمالية (Informing Choices NI) على الرقم **028 9031 6100**

يحظر قانوناً ختان الإناث في المملكة المتحدة وفي حالة إجرائه للطفل، يُعد اعتداءً عليه. يشمل هذا ترحيل النساء والفتيات إلى دول أخرى لإجراء العملية لهم هناك. يمكن لضحايا الختان ممن يحتاجون إلى الدعم طلب ذلك من طبيبيهم العام ليرتب لهم مقابلة طبيب متخصص أو مجموعة دعم. تقدم أيضاً بعض الجمعيات الخيرية المشورة والدعم.

إذا كنت قلقة من وجود خطر على امرأة أو طفل، يمكنك الاتصال بخط مساعدة NSPCC (الجمعية الوطنية لمنع القسوة ضد الأطفال)، وإذا كنت أنت في خطر، فيمكنك الاتصال بالشرطة.

ابق آمنة

خدمات الطوارئ

إذا كنت أنت أو غيرك تتعرضين لحالة طارئة، اتصل بالرقم **999** لجميع خدمات الطوارئ. وتشمل الشرطة، ودائرة الإطفاء، وخدمة الإسعاف

اتصلي بالشرطة إذا كنت غير آمنة أو تودين الإبلاغ عن جريمة.

يوجد سارقون ومخادعون، ويسبب استخدام الإنترنت في شتى دروب الحياة، قد يحاولون الحصول على بياناتك الشخصية لسلب أموالك أو سرقة بياناتك الشخصية. إذا تلقيت رسالة نصية أو بريداً إلكترونياً من البنك التابع لك بحيث يطلب بياناتك البنكية، فلا تجيبهم. من المستحيل أن تطلب الحكومة أو البنك بياناتك عبر رسالة نصية أو بريد إلكتروني. يمكنك الحصول على مزيد من المعلومات عن الأمان التقني وعن حماية نفسك من الجرائم الإلكترونية على المركز القومي للأمن السيبراني (National Cyber Security Centre) من هنا [/www.ncsc.gov.uk/section/advice-guidance/all-topics](https://www.ncsc.gov.uk/section/advice-guidance/all-topics)

يُحظر التدخين في الأماكن العامة المغلقة مثل الحانات، الأسواق، وأماكن العمل في المملكة المتحدة. يُحظر أيضاً بيع التبغ، والكحول لمن هو دون 18 عاماً.

يُحظر في المملكة المتحدة إلقاء المخلفات في الشوارع، حيث يجب وضع جميع النفايات (بما فيها فلاتر السجائر) في السلة المخصصة للنفايات والسجائر. وفي حالة تم طبطبك، فسوف تتعرضين لعقوبة غرامة من المجلس.

تعلم اللغة الإنجليزية

تُقدم ESOL (حصص تعليم اللغة الإنجليزية للناطقين باللغات الأخرى) في الكليات، والمراكز المجتمعية، والجمعيات الخيرية المحلية وحتى في المكتبات في جميع أنحاء البلاد. يمكنك الحصول على الحصص التي تُقدم ليلاً ونهاراً. لا يختص واحداً بعينه بتقديم حصص ESOL في جميع أنحاء المملكة. فقد تجد أقرب مكان يقدم هذه الحصص عند البحث بكتابة "ESOL + منطقتك" في محرك البحث.

تعليم الأطفال

يجب أن يذهب الأولاد والبنات إلى المدرسة، بموجب قانون المملكة المتحدة. من المهم التأكد من أن طفلك يذهب إلى المدرسة. وفي حالة عدم القيام بذلك قد تتعرضين لإجراء قانوني أو غرامة. يُطلق علي التعليم من سن 4-11 التعليم الابتدائي ومن سن 12-16 التعليم الثانوي، وكلاهما مجاني.

يجب تسجيل طفلك بالمدرسة من سن 4 إلى 5 حسب تاريخ ميلاده.

كيف يمكن تسجيل طفلي في المدرسة؟

يجب عليك أولاً الاجتماع مع المدرسة لملء الاستمارات، قبل أن يبدأ طفلك الدراسة. لكل سلطة محلية إجراءات مختلفة للتسجيل للحصول على أماكن بالمدرسة. إذا كنت تجهلين طريقة التسجيل، استشري مدرستك المحلية التي ستوفر لك المعلومات اللازمة. توفر مكاناً لطفلك في المدرسة هو أمراً ليس مضموناً، حتي لو كانت المدرسة قريبة منك أو أشقاء الطفل يذهبون إليها.

يحق لك الحصول علي مترجم فوري عند الاجتماع لمناقشة موضوع الأماكن بالمدرسة. ستحتاج إلي إثبات لعنوان سكنك، وأي إثباتات لك ولطفلك (BRP، وجوازات السفر، والتأشيرات) وشهادة ميلاد الطفل، في حالة وجودها.

ستستغرق عملية إلحاق طفلك بالمدرسة عدة أسابيع، وقد لا يُلحق طفلك بالمدرسة التي تفضلينها أو القريبة منك.

يمكنك الاطلاع على معلومات تخص التقديم لأماكن الدراسة الابتدائية من هنا: www.gov.uk/apply-for-primary-school-place.

يمكنك الاطلاع على معلومات تخص التقديم لأماكن الدراسة الثانوية من هنا: www.gov.uk/apply-for-secondary-school-place.

يجب التقديم لطفلك للالتحاق بالمدرسة، حتي لو كان الموقف ضبابياً وكان من المحتمل تغيير محل إقامتك. في حالة الانتقال لمنزل آخر، قد يتوجب عليك حينها نقل المدرسة.

هل تتوفر معونات مالية للتنقل، والأزياء الرسمية، ووجبات المدرسة ؟

يتوقف الأمر علي مكان إقامتك، فقد تتوفر وسائل مواصلات مجانية في اذا كنت تعيش علي بعد مسافات طويلة من مدرسة أطفالك. ولا يُعد سكنك بعيداً عن المدرسة عذراً مقبولاً لتخلف طفلك عن الذهاب إليها. قد توفر المدارس معوناتٍ لطفلك إذا كان يقطع مسافاتٍ بعيدة.

قد تتوفر معوناتٍ إضافية كتسليم للزيّ الموحد ووجبات مدرسية مجانية في حال إذا كنتِ صاحبة دخل منخفض أو تتلقين بعض الإعانات. ستحتاجين إلي سؤال سلطتك المحلية عن المنح والدعم المالي. تختلف المعونات باختلاف السلطات المحلية.

ترك المدرسة

يتوقف سن ترك التعليم علي المنطقة التي تعيشين فيها في المملكة المتحدة - لكن ينتهي التعليم الثانوي بعد سن 16. يمكن للأطفال من سن 16-18 إكمال تعليمهم بطريقة معينة، فقد يكون ذلك في صورة تدريب عمل، أو تمرس بالمهنة أو استكمال التعليم في مكان آخر مثل الالتحاق بالكلية أو بالصف السادس.

إذا كنتِ تحصلين علي معونة طفل، فستتوقف مدفوعاتك بمجرد ترك أطفالك للتعليم، ولن يستطيعوا في الغالب المطالبة بالائتمان الشامل حتي يصلوا إلي سن 18.

يتوفر دعم للأطفال ممن هم في حاجة إلى مساعدة إضافية من ذوي الاحتياجات الخاصة أو ممن هم في حاجة إلى تعلم اللغة الإنجليزية. يُقصد بالاحتياجات الخاصة في سياق التعليم أي متطلبات تعليمية إضافية جراء مواجهة صعوبة في التعلم، أو الإعاقة البدنية، أو مشكلات عاطفية وسلوكية. إذا كان للطفل احتياجات خاصة أو متطلبات في اللغة الإنجليزية، يمكن للوالدين التحدث مع السلطة المحلية والمدرسة للتأكد من حصولهم علي الدعم المطلوب.

توفير الأمان للأطفال

تتحمل المسؤولية القانونية في المملكة المتحدة عن حماية، ورعاية، وتنمية، ورفاهية أطفالك. فيقتضى عملك إبقائهم في مأمن من الأضرار أو الأخطار. يُعد ترك الأطفال بمفردهم جريمة طالما أن هذا يضعهم في خطر. يُحظر ترك المواليد والرضع والأطفال الصغار بمفردهم في المنزل. بشكل عام، لا يُطلب ممن هم تحت 16 عامًا رعاية الأطفال الأصغر سنًا، كما لا يُطلب من الأطفال الذين هم في سن 16 عامًا أو أكبر رعاية الأطفال الآخرين لفترات طويلة أو في الليل.

هل يمكنني صفع ابني؟

تتغير سلوكيات التهذيب البدني للأطفال في المملكة المتحدة سريعاً. يُحظر قانوناً صفع أو ضرب الأطفال في اسكتلندا وويلز. وفي مناطق في المملكة المتحدة من غير القانوني صفع أو ضرب الطفل إذا كنت ستسبب له إصابة أو تترك له علامة. قد تتعرضين لمشكلة قانونية عند عقابك لطفلك عن طريق الضرب أو الصفع سواء كان باليد أو بأداة أخرى، وقد ينظر لهذا على أنه اعتداء.

يمكنك الاطلاع علي معلومات عن وسائل الوالدين لتقويم سلوك أبنائهم، بخلاف التأديب البدني أو الصفع، من هنا:

learning.nspcc.org.uk/research-resources/leaflets/positive-parenting

ما الاعتداء علي الطفل؟

الاعتداء علي الطفل هو عندما يقصد الإضرار به من الراشدين أو من الأطفال الآخرين- قد يحدث ذلك على مدى فترة من الزمن أو مجرد اعتداء واحد. وقد يكون الاعتداء بدنياً، أو جنسياً أو عاطفياً، وقد يوجه شخصياً أو عبر الإنترنت. وقد يكون في صورة افتقاد للحب، والرعاية، والاهتمام، أو عدم توفير احتياجات الطعام، والمأوى، والدفيء، والنظافة الأساسية للطفل - ويطلق علي هذا "إهمال".

تلتزم الحكومة وأجهزتها بطرح أسئلة كثيرة عن حياة العائلة وللتدخل اذا ظنت أن الطفل تعرض أو قد يتعرض لاعتداءات، أو إذا كان لديها أسئلة ومخاوف بشأن الطفل.

تتحمل المدارس والأطباء وغيرهم من أصحاب المهن والمنظمات (كالصليب الأحمر البريطاني (British Red Cross)) المسؤولية القانونية للإبلاغ عن أي أوجه قلق تتصل بالرعاية التي يتلقاها الأبناء، ويطلق علي هذا الأمر الحماية. تشمل الحماية علي طرح أسئلة إذا كان الطفل مصاباً، أو لديه كدمات أو حروق، أو ناقص التغذية، أو غير نظيف، أو ملابسه ممزقة أو لا يذهب إلي المدرسة، حيث يقوموا بالفحص عما إذا كان هذا الطفل قد تم الاعتداء عليه أم إهماله.

ما الخدمات الاجتماعية؟

قد تتدخل خدمات الأطفال الاجتماعية (Child social services) حال وجود خوف علي سلامة الطفل. قد تسمح لهم المحاكم- في الحالات الحرجة- بأخذ الطفل من عائلته لإيداعه في دار رعاية للتأكد من سلامته من الضرر، ودائماً تضع قراراتهم الطفل في المقام الأول.

إن كنت قلقة علي طفلي أو طفلي آخر، يمكنكني التواصل مع NSPCC أو بخط الطفل (Childline).

الجمعية الوطنية لمنع القسوة ضد الأطفال 0808 800 5000

خط الطفل 0800 1111

تعمل خدمات الطفل الاجتماعية علي مؤازرة الأسر ولا تطمح إلي انتزاع الأطفال -لا يحدث هذا إلا في الحالات النادرة، حيث يعملون علي إيجاد طرق لدعم الأسر كي لا تنفصل، بطريقة تحافظ علي سلامة الأطفال من الاعتداءات، ويعملون دائماً علي تقديم المشورة والدعم لمساندة الأسر أو الوالدين ممن يمرون بمعاناة مالية أو عاطفية أو ممن يجدون صعوبة في ضبط سلوك أطفالهم.

ويسمي هذا الدعم بمسميات عديدة تختلف من مكان لآخر لكن الأولوية لديهم هي محاولة دعم الأسر. يمكنك معرفة ما المتاح في منطقتك، عبر التحدث مع سلطتك المحلية.

العنف المنزلي

"العنف المنزلي" هو مصطلح مستخدم في المملكة المتحدة ليصف أي عنف أو تصرف يقصد منه التحكم وبسط السيطرة علي الشريك أو عضو العائلة. ويمثل هذا الأمر جريمة في المملكة المتحدة، ويشمل: الاعتداء الجسدي والجنسي والنفسي والشفهي والعاطفي والمالي. فعلي سبيل المثال، الاعتداء علي شريك أو أطفالك هو تصرف محظور، بل إنه من الممنوع قانوناً أيضاً التحكم في تحركات شريك أو الأشخاص الذين يتحدث إليهم أو تصرفه في الأموال أو حريته في زيارة أصدقائه.

ماذا إذا تعرضت لاعتداء منزلي؟

من حقك الحصول علي حماية ومكان آمن للعيش فيه- ويسمي هذا المكان بالملجأ. إذا تعرضت لعنف منزلي أو اعتداء في العلاقة ورغبت في اعتزالها، تتوفر أماكن لتذهبي إليها، كما يمكنك طلب المساعدة.

لخدمات الطوارئ، اتصل بالرقم 999 إذا تعرضت أو أي شخص آخر لخطر داهم.

يوفر **خط المساعدة الوطني لمكافحة العنف المنزلي** www.nationaldahelpine.org.uk **0808 2000 247** المشورة والمساعدة في أي وقت، صباحاً ومساءً، بكل سرية، كما يمكنهم إحالتك إلي أماكن إقامة وخدمات متخصصة.

العلاقات الشخصية في المملكة المتحدة

تُطبق مساواة المرأة والرجل في المعاملة بموجب القانون في المملكة المتحدة، بحيث يتمكن الأزواج والزوجات من اتخاذ قراراتٍ في علاقاتهم. ولكن غير مسموح لشريك أن يتخذ قراراتٍ تؤثر عليك - دون موافقة وعلم منك.

يُشترط في المملكة المتحدة الموافقة من أجل ممارسة الجنس. تتمثل الموافقة في امتلاك الشخص الحرية والثقة في اتخاذ قراره. ويعني هذا أن يقول الشخصان نعم لممارسة الجنس، خلال كل ممارسة جنسية لهم. ولو غيرت رأيك وقولت لا، يجب علي شريك الاستجابة. حتى لو كنت متزوجة، تظل الموافقة أمراً مطلوباً.

فممارسة الجنس مع المرأة أو الرجل، حتى لو كان مع الزوج أو الزوجة، دون موافقتهم المعلومة هو أمر غير قانوني ويُعد اغتصاباً في المملكة المتحدة. ويمثل جريمة، ويمكنك الإبلاغ عن هذا للشرطة.

سن الرشد للدخول في النشاط الجنسي في المملكة المتحدة هو 16 عاماً. وغير مسموح لمن هم أقل من 16 عاماً بممارسة النشاط الجنسي، حتى لو كان الشخصان تحت سن 16.

تتعدد العلاقات والأسر في المملكة المتحدة، منها الأسر منفردة الوالد، أو زوج الأم أو زوجة الأب، أو الوالدين المثليين وأطفالهم. يجوز للمرأة قانوناً الزواج من امرأة، وللرجل الزواج من رجل.

الزواج هو اتفاقية قانونية لها تبعات قانونية. بالرغم من جواز عقد حفلات الزواج الدينية، لكن فقط الزيجات المسجلة في مكتب السجل المدني منها (بحيث يحصلون على قسيمة الزواج المدني) هي المعترف بها قانوناً. يُحظر الزواج بأكثر من شخص في الوقت نفسه، ويُدعى هذا بتعدد الأزواج وهو غير قانوني. الطلاق هو أيضاً إجراء قانوني يمكن للرجل والمرأة القيام به. يُمثل الانفصال دائماً وقتاً عصيباً، ولكن لا يترك الطلاق في المملكة المتحدة أحد الطرفين مُعدماً.

انفصال العائلة:

قد يعني لم شمل العائلة مرة أخرى قضاء وقت سعيد. وقد يتزامن في الوقت نفسه مع تحديات ومشاعر صعبة، علي نحو مجهد.

إذا انتهت علاقتك العاطفية - أو كنت تتوقعين انتهاءها - فمن المهم طلب النصيحة القانونية في أقرب وقت ممكن، حتى إذا كنت تظن أن علاقتك قد تنتهي.

من المهم تذكر أن حقوقك واستحقاقاتك الخاصة مرتبطة بوضع هجرة "كفيلك". إذا انتهى تصريح كفيلك، أو انتهت علاقتك معه، قد تخسرين التأشيرة والاستحقاقات. وقد توجد - بالرغم من هذا - بعض الخيارات لك للبقاء في المملكة المتحدة عند انتهاء علاقتك مع كفيلك، ويجب عليك سرياً الحصول علي استشارة قانونية عن الهجرة.

لا يمكن لكفيلك أن يقوم "بترحيلك" أو "إخراجك" من المملكة المتحدة عند انتهاء العلاقة، ولكن قد يخطر وزارة الداخلية أن علاقته معك قد تغيرت. وقد تختار وزارة الداخلية حينها تقليل فترة تأشيرتك أو مطالبتك بالرحيل إلا إذا غيرت نوع تأشيرتك.

إذا انتهت علاقتك ورغبت في مغادرة المملكة المتحدة، فيمكنك القيام بذلك. إذا لم تملكين المال أو المستندات التي تمكنك من السفر إلى مسقط رأسك، فيجب عليك طلب استشارة من مستشار قانوني أو محامي بخصوص إمكانية طلب معونة من وزارة الداخلية للعودة إلى وطنك.

ستجدين بعض المنظمات الوطنية التي توفر استشارات مجانية عن الهجرة، ويمكنك الاستعانة بمحامي لطلب مساعدة إضافية.

حقوق المرأة (Rights of Women) (المملكة المتحدة وويلز فقط)

☎ 020 7490 7689 الاثنين والخميس من 10 صباحاً إلى 4 مساءً www.rightsofwomen.org.uk

جست رايت اسكوتلندا (Just Right Scotland) (اسكتلندا فقط)

☎ 0141 406 5350 www.justrightscotland.org.uk/

مساعدة اللاجئين (Migrant Help) (استشارة حول عملية اللجوء)

☎ 0808 800 630 www.migranthelpuk.org

