ጥገኝነት ለሚጠይቁ ሰዎች አካላዊ እና አእምሯዊ ጤና ድጋፍ ይገኛል።

Home Office

“ይህ ለማን ነው?” ይህ ሰነድ ስለ አካላዊ ወይም አእምሯዊ ጤንነታቸው ስጋት ለገባቸው ጥገኝነት ጠያቂዎች ነው።

“ምን ዓይነት የጤና እንክብካቤ ማግኘት እችላለሁ?” ብሔራዊ የጤና አገልግሎት (NHS) በመንግስት የገንዘብ ድጋፍ የሚደረግለት በዩናይትድ ኪንግደም ውስጥ የሚኖር ማንኛውም ሰው የአገልግሎቱን ሙሉ ወጪ እንዲከፍል ሳይጠየቅ ሊጠቀሙበት የሚችሉት የጤና አገልግሎት ነው። ዶክተር (GP) የማግኘት መብት አልዎት እና NHS ያለ ክፍያ የሆስፒታል አገልግሎት ያቀርባል። እንዲሁም ነፃ ወይም ዝቅተኛ ዋጋ ያለው መድሃኒት የማግኘት መብት ሊኖርዎት ይችላል። ተጨማሪ መረጃ በሚከተለው ማግኘት ይችላሉ:- የNHS መብቶች:- የስደተኛ የጤና መመሪያ - GOV.UK (www.gov.uk).

“የጤና እንክብካቤ ድጋፍ የጥገኝነት ጥያቄዬ ላይ ተጽእኖ ይፈጥራል?” የይገባኛል ጥያቄዎ በሚቀበሉት ማንኛውም የህመም ወይም የጤና እንክብካቤ ላይ አሉታዊ ተጽእኖ አይኖረውም።።

የHome Office (የቤት ውስጥ ቢሮ) ሚና:- የቤት ውስጥ ቢሮ ጥገኝነት ጠያቂዎችን ከጥገኝነት ሂደት ጋር በተያያዙ ጉዳዮች ላይ ድጋፍ ያደርጋል። ከቤት ውስጥ ቢሮ ጋር የተጋሩ የጤና ጉዳዮች የጥገኝነት ጥያቄዎችን ሲያስተናግዱ እና የመጠለያ ፍላጎቶችን ሲገመግሙ ግምት ውስጥ መግባት አለባቸው። የቤት ውስጥ ቢሮ የአካል ወይም የአእምሮ ጤና ድጋፍ አይሰጥም።

የMigrant Help (የስደተኛ ድጋፍ) ሚና:- የስደተኛ ድጋፍ ከመኖሪያ እና የገንዘብ ድጋፍ ጋር በተያያዙ ጉዳዮችን ይደግፋል - የጥገኝነት ምክር እና መመሪያ | (የስደተኛ ድጋፍ (Migrant Help)(migranthelpuk.org) (24/7/365 ክፍት ነው):- 0808 8010 503.

ተጨማሪ አገልግሎቶች:- ለጥገኝነት ጠያቂዎች መረጃ እና ድጋፍ የሚሰጡ መንግሥታዊ ካልሆኑ ድርጅቶች የሌሎች አገልግሎቶች ዝርዝር እንደሚከተለው ይቀርባሉ። አገልግሎቶችን ለማግኘት እንዲረዳዎት አስተርጓሚ መጠየቅ ይችላሉ። ለበለጠ መረጃ እባክዎ እነዚህን ድርጅቶች ያነጋግሩ።

የስደተኞች ካውንስል

የስደተኞች ካውንስል በUK ውስጥ ጥገኝነት ከሚጠይቁ ሰዎች ጋር ይሰራል። የስደተኞች ካውንስል https://www.refugeecouncil.org.uk/ ሰዎች እንዲረጋጉ ለመርዳት ምክር፣ ቴራፒቲካል እና ተግባራዊ ድጋፍ ይሰጣል። ወደ UK ብቻቸውን ከሚመጡ ልጆች ጋር በመስራት ላይም ልዩ ሙያ አላቸው።

ወደ ኢንፎላይን ነፃ ስልክ 0808 196 7272 ይደውሉ (ሰኞ እና ሐሙስ ከ9.30 am-12.30pm።) ለተለያዩ ልጆች ነፃ ስልክ 0808 175 3499 ይደውሉ (ከሰኞ - አርብ ከ8:30 am-5:30pm)።

ማይ ቪው (‘My View’) – የህፃናት አገልግሎት

ማይ ቪው የህፃናት ህክምና አገልግሎት በወጣቶች ፡በግለሰባዊ የፈጠራ ስራ ወይም በቡድን ቴራፒዩቲካል ድጋፍ የደህንነት ድጋፍ የሚያገኙበት ደህንነቱ የተጠበቀ እና ሚስጥራዊ ቦታ ነው።

አገልግሎቱ በተለያዩ የአገሪቱ ክፍሎች ይሰጣል። ለበለጠ መረጃ እባክዎን ድህረ ገጾችን ይጎብኙ:-

https://www.refugeecouncil.org.uk/get-support/services/my-view-childrens-therapy/

የእያንዳንዱ አእምሮ ብቸኝነት ይመለከተናል

NHS ብቸኝነትን ለመቀነስ ተግባራዊ ምክሮችን እና የድጋፍ ድርጅቶችን ዝርዝሮችን ይሰጣል።

ድህረ-ገጽ:- https://www.nhs.uk/every-mind-matters/lifes-challenges/loneliness

የብሪቲሽ ቀይ መስቀል

የብሪቲሽ ቀይ መስቀል የአደጋ ጊዜ እርዳታ፣ የአንድ ለአንድ ድጋፍ & የጉዳይ ስራ እና ቤተሰቦችን ለማገናኘት ይረዳል።

የብሪቲሽ ቀይ መስቀል ለስደተኞች የምክር አገልግሎት አይሰጥም። የብሪቲሽ ቀይ መስቀል በUK ሙሉ አገልግሎት ይሰጣል።

ለበለጠ መረጃ የአካባቢዎን ቢሮ ያነጋግሩ:-

https://www.redcross.org.uk/get-help/get-help-as-a-refugee/where-else-to-get-help-as-a-refugee

የባርናርዶ

የባርናርዶ (https://www.barnardos.org.uk/get-help) ዓላማው ልጆችን፣ ወጣቶችን፣ ወላጆችን እና ተንከባካቢዎችን ለመደገፍ ነው።

የሚከተሉትን ያቀርባሉ:-

- **የስደተኞች ድጋፍ አገልግሎት:-** ቤተሰቦችን ከአካባቢያዊ አገልግሎቶች ጋር ያገናኛል
- **የሚደገፉ የመጠለያ አገልግሎት (ሰሜን አየርላንድ)** ጥንድ ላልሆኑ ወጣቶች - (ዕድሜያቸው 16-21)
- **የቤተሰብ ደህንነት አገልግሎት:- (ካርዲፍ) ጥገኝነት ጠያቂ ቤተሰቦችን ትደግፋለች።** የቤተሰብ ውህደት አገልግሎት (በርሚንግሃም/ግላስጎው)
- **በሎሀ የእርዳታ መስመር:-** (ከ18 ዓመት በላይ ለሆኑ አዋቂዎች) ምክር፣ ምልክት መለጠፍ፣ ስሜታዊ ድጋፍ እና ሕክምና በብቁ ቴራፒስቶች። የቴራፒ ክፍለ ጊዜዎች በርቀት በስልክ ወይም በመስመር ላይ በሚከተሉት ሊከናወኑ ይችላሉ:- https://helpline.barnardos.org.uk

ሌሎች አገልግሎቶች

የቤት ውስጥ በደል የእገዛ መስመሮች

- **እንግሊዝ -** የስደተኛ ነፃ የስልክ 24-ሰዓት ብሔራዊ የቤት ውስጥ በደል የእርዳታ መስመር፤ 0808 2000 247። የቀጥታ ውይይት አገልግሎት ከሰኞ እስከ አርብ፣ ከ3-10pm https://www.nationaldahelpline.org.uk/Chat-to-us-online
- **ዌልስ -** የቀጥታ ፍርሃት ነፃ የእርዳታ መስመር፡ 0808 80 10 800
- **ስኮትላንድ -** የስኮትላንድ የቤት ውስጥ በደል እና የግዳጅ ጋብቻ የእርዳታ መስመር፤ 0800 027 1234
- **ሰሜን አየርላንድ -** የሴቶች እርዳታ ሰሜናዊ አየርላንድ፤ 0808 802 1414
- **ወንዶች -** የወንዶች ምክር መስመር፤ 0808 8010327
- **Galop (LGBTQI)** https://galop.org.uk/፤ 0800 999 5428 ይደውሉ

የአደጋ ጊዜ ምላሽ አገልግሎት

- አንድ ሰው በጠና ከታመመ ወይም ጉዳት ከደረሰበት እና ህይወቱ አደጋ ላይ ከሆነ ወደ 999 ወይም 112 ይደውሉ
- ለሕይወት አስጊ ያልሆነ የሕክምና ድጋፍ ለማግኘት 111 ላይ ይደውሉ

ራስን የማጥፋት መከላከል የእርዳታ መስመሮች

- **ፓፒረስ -** ወጣት ራስን ከማጥፋት መከላከል https://www.papyrus-uk.org/፤ 0800 068 41 41 ይደውሉ
- **ሳምራውያን-** https://www.samaritans.org/; 116 123 ይደውሉ

NHS 111 ችግር የአእምሮ ጤና ድጋፍ

NHS በአንድ የስልክ መስመር አማካኝነት ብቻ 24/7 የአእምሮ ጤና ድጋፍ ያቀርባል። https://www.nhs.uk/nhs-services/mental-health-services/where-to-get-urgent-help-for-mental-health/

ከቶርቸር ነፃ መውጣት

ከቶርቸር ነፃ መውጣት በለንደን፣ በርሚንግሃም፣ ኒውካስል፣ ማንቸስተር እና ግላስጎው ውስጥ ማዕከሎች አሉት።

በUK ላሉት ከቶርቸር የተረፉ ሰዎች የሚከተሉትን ያቀርባሉ:-

- ውስብስብ የድህረ-አሰቃቂ ጭንቀት (PTSD)፣ ድብርት፣ ጭንቀት እና ሌሎች ችግሮችን ለማከም የአንድ ለአንድ እና የቡድን ቴራፒ እንቅስቃሴዎች።
- የፈጠራ እና የቡድን ተግባራት:- አትክልተኝነት፣ ሙዚቃ፣ ጥበብ፣ እግር ኳስ እና ምግብ ማብሰል
- የፊዚዮቴራፒ ሕክምናን ጨምሮ የጤና ግምገማዎች እና የህመም ማስታገሻዎች
- ዶክተሮች ለጥገኝነት ይገባኛል ጥያቄዎች የቶርቸር ተፅእኖን የሚገመግሙበት የ ሜድኮ-ሊጋል ሪፖርቶች:- https://www.freedomfromtorture.org/help-for-survivors/medico-legal-reports
- የሕግ ድጋፍ፡ ጠበቃ ማግኘት፣ የጥገኝነት ሥርዓቱን መረዳት እና ከእስር መልቀቅ
- የመኖሪያ ቤት፣ የትምህርት፣ የገንዘብ ድጋፍ፣ የጤና እና የማህበራዊ እንክብካቤ ድጋፍ

ስልክ:- 020 7697 7777። ድህረ-ገጽ:- https://www.freedomfromtorture.org/contact-us

ሄለን ባምበር ፋውንዴሽን

የሄለን ባምበር ፋውንዴሽን ከህገወጥ የሰዎች አዘዋዋሪዎች፣ ማሰቃየት እና ሌሎች አስከፊ የጭካኔ ድርጊቶች ከተረፉ ጋር የሚሰራ ልዩ ክሊኒካዊ እና የሰብአዊ መብት በጎ አድራጎት ድርጅት ነው።

ሁለገብ እና ክሊኒካዊ ቡድናቸው ለተረፉ ሰዎች የተቀናጀ እንክብካቤን ይሰጣል ይህም የሚከተሉትን ያጠቃልላል:-

- የአካል እና የስነ-ልቦና ጉዳቶች የሜዲኮ-ህጋዊ ሰነዶች
- መረጃ ላይ መሰረት ያደረገ የስፔሻሊስት ቴራፒ እንክብካቤ
- የሕክምና ምክር አገልግሎት
- ህገወጥ የሰዎች ማዘዋወር ፕሮግራም
- የመኖሪያ ቤት እና ደህንነት ምክር
- የሕግ ጥበቃ ምክር
- የማህበረሰብ ውህደት እንቅስቃሴዎች እና አገልግሎቶች።

ድህረ-ገጽ:- https://www.helenbamber.org/refer

ማይክሮ ሬንቦ

ማይክሮ ሬንቦ በዩኬ ውስጥ ጥገኝነት ለሚጠይቁና LGBTQI ስደተኞች ድጋፍ ይሰጣል:: ማይክሮ ሬንቦ ለማወሃሃድ የሚጠቀማቸው ሶስት ዋና መርሆች አሉት፡ ደህንነቱ የተጠበቀ መኖርያ ቤት፣ ማህውበራዊ አካታችነት የስራ የማግኘት ድጋፍ:: እነዚህ መርህግብሮች LGBTQI ስደተኞች ደህንነታቸው እንዲጠበቅ ማድረግ ብቻ ሳሆን ሙሉና ራሳቸውን ችለው እንዲኖሩ ማድረግ ነው:: የሚያቀርቡትም:

- ዩኬ ውስጥ ጥገኝነት የሚጠይቁ LGBTQI ሰዎች ደህንነቱ የተጠበቀ መኖርያ ቤትና መኖርያ ቤት የሚለከቱ ምክሮችን መስጠት::
- LGBTQI ስደተኞችና ጥገኝነት ለሚጠይቁ ሰዎች ማህበራዊ አካታችነት እንቅስቃሴወችና መርሀግብሮች ማዘጋጀት::
- የመቀየርና የስራ ቅጥር ድጋፍ፣ LGBTQI ስደተኞች ከጥገኝነት ጠያቂዎች ወደ ስደተኞች እንዲሸጋገሩ ድጋፍ ማድረግ::

ድህረ ገጽ: https://microrainbow.org/. የድጋፍ ስልክ ቁጥር: 0800 3585851

የስኮትላንድ የስደተኞች ምክር ቤት (SRC) (አገልግሎቶች በስኮትላንድ ውስጥ ብቻ)

- **የቤተሰብ መብቶች አገልግሎት፡-** ልጆች ላሏቸው ቤተሰቦች፣ ነብሰ-ጡር ሴቶችን እና ነጠላ ወላጆችን ጨምሮ።
- **የድህነት አገልግሎት፡-** ARE (Appeal Rights Exhausted) በመባል የሚታወቁትን ውድቅ የተደረጉ ጥገኝነት ጠያቂዎችን ይረዳል።
- **የስደተኞች ውህደት አገልግሎት፡** ማንኛውም አይነት የመቆየት ፍቃድ የተሰጣቸውን አዲስ ስደተኞችን ይደግፋል።

ለአማካሪ ለማናገርና ስለሁሉም አገልግቶች መረጃ ለማግኘት፣ እባክዎትን በ 0808 1967 274 ይደውሉ ወይ በኢሜይል refugeesupport@scottishrefugeecouncil.org.uk ያድርጉ፡፡

የነፃ የስልክ መስመር:- 080 8196 7274 በስደተኛ እና ጥገኝነት ጉዳዮች ላይ መረጃ እና ምክር።

ነፃ የድጋፍ መስመራችን ሰኞ (9ኤኤም-5ፒኤም)፣ ማክሰኞ (9ኤኤም-5 ፒኤም)፣ እሮብ (2ፒኤም-5ፒኤም)፣ ሐሙስ (9 ኤኤም-5ፒኤም), and Friday (9ኤኤም-3ፒኤም)፡፡

የዌልስ የስደተኞች ምክር ቤት (WRC) (አገልግሎቶች በዌልስ ውስጥ ብቻ)

ዌልስ ለሚኖሩ ስደተኞችና ጥገኝነት ጠያቂዎች ምክር፣ ድጋፍ፣ መሟገት አገልግሎት ይሰጣል፡፡ www.wrc.wales ነፃ የድጋፍ መስመር በስደተኞችና ጥገኝነት ጉዳዮች ዙርያ ቀጠሮዎች፣ መረጃና ምክር ይሰጣል: 0808 196 7273፡፡ የሚሰጡት አገልግሎት፡

- ዌልስ የጥበቃ አገልግሎት: በዌልስ ጥገኝነት ጥያቄዎች ዙርያና የጥገኝነት ጥያቄ ድጋፍ በጉዳይ ላይ የሚደረገው ድጋፍና የመሟገት አገልግሎት የይግባኝ ጥያቄ ገደብ ለጨረሱ ሰዎች ጨምሮ ለሁሉም ጥገንነት ጠያቂዎች ይቀርበል፡፡
- ቀጣይነት ያለው በአገልግሎት አዲስ ስደተኞችን በውህደት እና በሽግግር ይደግፋል
- ለህዝባዊ ፈንድ ምንጭ ለሌላቸው ሰዎች የስደተኞች ድጋፍ፡፡
- የትርጉምንና የአስተርጓሚ ድጋፍ፡፡
- ጥገጥነትና ጥበቃ ጠያቂዎች ህፃናት የመጫወት መርሀግብር፡፡
- ESOL ትምህርቶችን ጨምሮ የትምህርትና ስራ ድጋፍ፡፡
- የበጎ ፈቃድ ዕድሎች፡፡
- ወደ ኢ-ቪዛ ድጋፍ የሚደረግ ሽግግር።

በሰሜን አየርላንድ ውስጥ አገልግሎቶች

የጤና እንክብካቤ፣ መኖሪያ ቤት፣ ሥራ እና የትምህርት ተደራሽነትን ጨምሮ ምክር እና ድጋፍ ለስደተኞች እና ጥገኝነት ጠያቂዎች አለ ድህረገፅ: https://www.nidirect.gov.uk/articles/asylum-seekers-and-refugees-help-and-advice።

Doctors of the World (የዓለም ዶክተሮች)

የአለም ዶክተሮች ለጥገኝነት ጠያቂዎች በGP እንዲመዘገቡ የአንድ ጊዜ የህክምና ቀጠሮዎችን፣መረጃዎችን እና የተግባር ድጋፍን ይሰጣሉ። ክሊኒክ፣ የምክር መስመር፣ የስምሪት አገልግሎት እና የጥብቅና ፕሮግራሞችን ያካሂዳሉ።

በ 0808 164 7686 ይደውሉ። ድህረገፅ: https://www.doctorsoftheworld.org.uk/patient-clinic/

የስደተኛ እርምጃ

የስደተኛ እርምጃ በእንግሊዝ ውስጥ በተለያዩ ቦታዎች ስደተኞችን እና ጥገኝነት ጠያቂዎችን ይደግፋል።
ድህረገፅ: https://www.refugee-action.org.uk/our-services/help-and-advice/

- **የጥገኝነት ቀውስ (ለንደን፣ ማንቸስተር፣ ዌስት ሚድላንድስ፣ ብራድፎርድ (ለቤተሰቦች ብቻ))፡-** ጥገኝነት ጠያቂ ከሆኑ እና መጠለያ ወይም ድጋፍ ከፈለጉ ወይም ድጋፍዎ ውድቅ ከተደረገ ወይም ከተቋረጠ ይህ አገልግሎት ሊረዳዎት ይችላል።
- **የ BRAVE ፕሮጀክት (ብራድፎርድ)፡-** በብራድፎርድ ለጥገኝነት ጠያቂዎች በውህደት እና በደህንነት ተግባራት ላይ የሚያተኩር በተሞክሮ የሚመራ ፕሮጀክት ባለሙያ ነው። ይህ በስደተኛ እርምጃ ባሉ ሁሉም አገልግሎት ተጠቃሚዎች በቤተሰቦች ላይ የተለየ ትኩረት ያለው ነው።
- **የደህንነት መርሀግብር:** የደህንነት አገልግሎት ሶሊስ ጋር በመተባበር የሚቀርብ ሲሆን፣ ከጠባሳ ምልክቶች የሚታይባቸው ስደተኞችና ጥገኝነት ጠያቂዎች አንድ ለአንድ ቴራፒ የሚሰጥ ሲሆን (በሶላስ ቴራፒስት የሚሰጥ ነው) በተጨማሪም ዝቅተኛ ፍላጎት ላላቸው ወይ ከአንድ ለአንድ ድጋፍ በተጨማሪ ድጋፍ ለሚያስፈልጋቸው በሳመምንት የቡድን መርሀግብር ያካትታል፡፡
- **ሀገራዊ ስደተኞ ምክር አገልግሎት (NIAS):** NIAS በቅርቡ በስተደተኞች አገልግሎቶች ላይ የተጀመረ አገልግሎት ነው፡፡ ጥገኘኝነት የሚጠይቁ ተጋላጭ ለሆኑ ሰዎችና ከስደተኞች አገልግሎት የጥገኝነት ችግር አገልግሎት ድጋፍ ለሚያገኙት ሰዎች የስተደኝነት ምክርና በጉዳያቸው ላይ ድጋፍና ውክልና ይሰጣል፡፡ አገልግሎቱ ለስደተኞች ምክርና በጉዳይ ላይ ድጋፍ እስከ OISC ደረጃ 3 ይሰጣል፡፡ ደንበኞች ከስጋት የጥገኞች አገልግሎት ለንደን፣ በርኒግሀም፣ ማንቼስተር በውስጥ ሪፈር የሚደረጉ ይሆናል፡፡ በተጨማሪም አገልግሎቱ በቀጥታ ከብራድፎርድ ሪፈራል የሚቀበል ይሆናል፡፡