

"Dành cho ai?" Tài liệu này dành cho những người xin tị nạn có mối lo ngại về sức khỏe thể chất hoặc tâm thần của họ.

"Tôi có thể nhận được dịch vụ chăm sóc sức khỏe nào?" Dịch vụ Y tế Quốc gia (NHS) là dịch vụ chăm sóc sức khỏe được chính phủ tài trợ nên người dân sống ở Vương quốc Anh đều có thể sử dụng mà không phải trả toàn bộ chi phí dịch vụ. Bạn có quyền gặp bác sĩ (GP) và được NHS cung cấp dịch vụ chăm sóc tại bệnh viện miễn phí. Bạn cũng có thể được hưởng quyền sử dụng thuốc miễn phí hoặc chi phí thấp. Thông tin bổ sung có sẵn tại: *Quyền lợi của NHS: hướng dẫn sức khỏe cho người di cư* - GOV.UK (www.gov.uk).

"Hỗ trợ chăm sóc sức khỏe có ảnh hưởng đến yêu cầu xin tị nạn của tôi không?" Yêu cầu của bạn sẽ không bị ảnh hưởng tiêu cực bởi bất kỳ bệnh tật hoặc phương pháp điều trị sức khỏe nào mà bạn nhận được.

Vai trò của Bộ Nội vụ: Bộ Nội vụ hỗ trợ người xin tị nạn về các vấn đề liên quan đến quá trình tị nạn. Các vấn đề sức khỏe được chia sẻ với Bộ Nội vụ có thể được xem xét khi xử lý yêu cầu xin tị nạn và đánh giá nhu cầu về chỗ ở. Bộ Nội vụ không cung cấp dịch vụ hỗ trợ sức khỏe thể chất hoặc tâm thần.

Vai trò Trợ giúp Người di cư: Trợ giúp Người di cư hỗ trợ các vấn đề liên quan đến chỗ ở và hỗ trợ tài chính - [Tư vấn và hướng dẫn tị nạn | Trợ giúp Người di cư \(migranthelpuk.org\)](http://www.migranthelpuk.org) (mở cửa 24/7/365): 0808 8010 503.

Các dịch vụ bổ sung: Sau đây là danh sách các dịch vụ khác của các tổ chức phi chính phủ nhằm cấp thông tin và hỗ trợ cho người xin tị nạn. Bạn có thể yêu cầu thông dịch viên để giúp tiếp cận các dịch vụ. Vui lòng liên hệ với những tổ chức này để biết thêm thông tin.

Hội đồng Người tị nạn

Hội đồng Người tị nạn làm việc với những người xin tị nạn ở Vương quốc Anh. Hội đồng Người tị nạn <https://www.refugeecouncil.org.uk/> cung cấp lời khuyên, hỗ trợ trị liệu và thiết thực để giúp mọi người ổn định cuộc sống. Họ cũng chuyên làm việc với những trẻ em đến Vương quốc Anh một mình.

Gọi điện thoại miễn phí Infoline 0808 196 7272 (Thứ Hai & Thứ Năm, 9 giờ 30 sáng - 12 giờ 30 trưa). Gọi điện thoại miễn phí cho trẻ em bị ly tán 0808 175 3499 (Thứ Hai – Thứ Sáu, 8 giờ 30 sáng – 5 giờ 30 chiều).

'Chế độ xem của tôi' – Dịch vụ trẻ em

Dịch vụ trị liệu cho trẻ em của Chế độ xem của tôi là nơi an toàn, bí mật để thanh thiếu niên tiếp cận dịch vụ hỗ trợ phúc lợi thông qua trò chuyện, công việc sáng tạo cá nhân hoặc hỗ trợ trị liệu theo nhóm.

Dịch vụ này được cung cấp ở các vùng khác nhau trong đất nước. Vui lòng truy cập trang web của chúng tôi để biết thêm thông tin: <https://www.refugeecouncil.org.uk/get-support/services/my-view-childrens-therapy/>

Every Mind Matters Loneliness (Mọi ý kiến đều quan trọng - Cô đơn)

NHS cung cấp tư vấn và lời khuyên thiết thực để giảm bớt cảm giác cô đơn cũng như thông tin chi tiết về các tổ chức hỗ trợ.

Trang web: <https://www.nhs.uk/every-mind-matters/life-challenges/loneliness>

Hội Chữ thập đỏ Anh

Hội Chữ thập đỏ Anh cung cấp dịch vụ trợ giúp khẩn cấp, hỗ trợ & nghiên cứu dựa trên nhóm đối tượng cụ thể theo từng người một cũng như giúp các gia đình đoàn tụ. Hội Chữ thập đỏ Anh không cung cấp lời khuyên về nhập cư. Hội Chữ thập đỏ Anh cung cấp dịch vụ rộng khắp Vương quốc Anh. Để biết thêm thông tin, vui lòng liên hệ với văn phòng địa phương của bạn:

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

Barnardo's

Barnardo's (<https://www.barnardos.org.uk/get-help>) nhằm mục đích hỗ trợ trẻ em, thanh thiếu niên, cha mẹ và người chăm sóc.

Cung cấp:

- **Dịch vụ hỗ trợ người tị nạn:** liên kết gia đình với dịch vụ địa phương
- **Dịch vụ hỗ trợ chỗ ở (Bắc Ireland)** dành cho thanh thiếu niên không có người đi cùng – (từ 16-21 tuổi)
- **Dịch vụ phúc lợi gia đình: (Cardiff)** hỗ trợ các gia đình đang xin tị nạn. Dịch vụ hòa nhập đoàn tụ gia đình (Birmingham/Glasgow)
- **Đường dây trợ giúp Boloh:** (dành cho người lớn trên 18 tuổi) Tư vấn, chỉ dẫn, hỗ trợ tinh thần và trị liệu bởi các nhà trị liệu có trình độ. Các buổi trị liệu có thể được thực hiện từ xa qua điện thoại hoặc trực tuyến tại: <https://helpline.barnardos.org.uk/>

Các dịch vụ khác

Đường dây trợ giúp lạm dụng trong gia đình

- **Anh** – Đường dây trợ giúp quốc gia về lạm dụng trong gia đình miễn phí 24 giờ dành cho người tị nạn; 0808 2000 247.
Dịch vụ trò chuyện trực tiếp, Thứ Hai-Thứ Sáu, 3 giờ chiều -10 giờ đêm
<https://www.nationaldahelpline.org.uk/Chat-to-us-online>
- **Wales** - Đường dây trợ giúp miễn phí về tình trạng sống trong sợ hãi; 0808 80 10 800
- **Scotland** - Đường dây trợ giúp về lạm dụng trong gia đình và hôn nhân cưỡng bức của Scotland; 0800 027 1234
- **Bắc Ireland** - Viện trợ Nữ giới Bắc Ireland; 0808 802 1414
- **Nam giới** - Đường dây tư vấn dành cho nam giới; 0808 8010327
- **Galop (LGBTQI)** <https://galop.org.uk/>; Gọi 0800 999 5428

Dịch vụ ứng phó khẩn cấp

- Gọi 999 hoặc 112 nếu có người bị bệnh nặng hoặc bị thương, và tính mạng của họ gặp nguy hiểm
- Gọi 111 để được hỗ trợ y tế không nguy hiểm đến tính mạng

Đường dây trợ giúp ngăn ngừa tự sát

- **Papyrus** - Ngăn ngừa tự sát ở giới trẻ <https://www.papyrus-uk.org/>; Gọi 0800 068 41 41
- **Samaritans** - <https://www.samaritans.org/>; Gọi 116 123

Đường dây 111: hỗ trợ sức khỏe tâm thần trong khủng hoảng từ NHS

NHS cung cấp gói hỗ trợ khủng hoảng sức khỏe tâm thần thông qua một đường dây điện thoại duy nhất hoạt động 24/7. <https://www.nhs.uk/nhs-services/mental-health-services/where-to-get-urgent-help-for-mental-health/>

Freedom from Torture (Quyền tự do khỏi bị tra tấn)

Freedom from Torture có các trung tâm ở London, Birmingham, Newcastle, Manchester và Glasgow. Đối với những người sống sót sau vụ tra tấn ở Vương quốc Anh, họ cung cấp:

- Các hoạt động trị liệu theo từng người một và theo nhóm để điều trị chứng rối loạn căng thẳng sau chấn thương (PTSD) phức tạp, trầm cảm, lo lắng và các vấn đề khác.
- Hoạt động sáng tạo và hoạt động nhóm: làm vườn, âm nhạc, nghệ thuật, bóng đá và nấu ăn
- Đánh giá sức khỏe và kiểm soát cơn đau bao gồm thông qua vật lý trị liệu
- Báo cáo pháp lý y tế về yêu cầu xin tị nạn trong đó các bác sĩ đánh giá tác động của tra tấn:
<https://www.freedomfromtorture.org/help-for-survivors/medico-legal-reports>
- Hỗ trợ pháp lý: tìm luật sư, tìm hiểu hệ thống tị nạn và phóng thích khỏi nơi giam giữ
- Hỗ trợ về nhà ở, giáo dục, hỗ trợ tài chính, y tế và chăm sóc xã hội

Gọi: 020 7697 7777. Trang web:

<https://www.freedomfromtorture.org/contact-us>

Quý Helen Bamber

Quý Helen Bamber là một tổ chức từ thiện chuyên môn về lâm sàng và nhân quyền, làm việc với những người sống sót sau nạn buôn người, tra tấn và các hình thức tàn ác cực độ khác đối với con người.

Đội ngũ đa ngành và lâm sàng của họ cung cấp dịch vụ chăm sóc tổng hợp cho những người sống sót, bao gồm:

- Tài liệu pháp lý y tế về thương tích thể chất và tâm lý
- Dịch vụ chăm sóc trị liệu có cơ sở bằng chứng từ bác sĩ chuyên khoa
- Dịch vụ tư vấn y tế
- Chương trình chống buôn người
- Tư vấn nhà ở và phúc lợi
- Tư vấn bảo vệ pháp lý
- Các hoạt động và dịch vụ hòa nhập cộng đồng.

Trang web: <https://www.helenbamber.org/refer>

Micro Rainbow

Micro Rainbow hỗ trợ cộng đồng người LGBTQI tị nạn và những người đang xin tị nạn tại Vương quốc Anh. Micro Rainbow áp dụng chiến lược toàn diện để thúc đẩy hòa nhập cuộc sống dựa trên ba trụ cột chính: nhà ở an toàn, hòa nhập xã hội và hỗ trợ tìm việc. Các chương trình này đảm bảo rằng người tị nạn LGBTQI không chỉ an toàn, mà còn có thể sống một cuộc sống trọn vẹn và độc lập. Các dịch vụ được cung cấp gồm có:

- Nhà ở an toàn và tư vấn về nhà ở cho những người LGBTQI đang xin tị nạn tại Vương quốc Anh.
- Các hoạt động và sự kiện khuyến khích hòa nhập xã hội dành cho người LGBTQI thuộc diện tị nạn và những người đang xin tị nạn.
- Hỗ trợ xây dựng cuộc sống và tìm việc, giúp người LGBTQI tị nạn trong quá trình chuyển tiếp từ người đang xin tị nạn thành người tị nạn.

Website: <https://microrainbow.org/>. Đường dây hỗ trợ: 0800 3585851

Hội đồng Người tị nạn Scotland (SRC) (chỉ có dịch vụ ở Scotland)

- **Dịch vụ Quyền Gia đình:** dành cho gia đình có trẻ em, bao gồm phụ nữ mang thai và cha mẹ đơn thân.
 - **Dịch vụ giúp đỡ người nghèo:** Hỗ trợ những người xin tị nạn bị từ chối được gọi là ARE (Đã hết quyền kháng cáo).
 - **Dịch vụ hòa nhập cho người tị nạn:** hỗ trợ những người tị nạn mới được cấp bất kỳ giấy phép ở lại nào.
- Để trao đổi với chuyên gia tư vấn và tìm hiểu thêm về tất cả các dịch vụ, vui lòng gọi về 0808 1967 274 hoặc email refugeesupport@scottishrefugeecouncil.org.uk.

Đường dây trợ giúp điện thoại miễn phí 080 8196 7274 thông tin và tư vấn về các vấn đề của người tị nạn và tị nạn.

Đường dây hỗ trợ miễn phí của chúng tôi hoạt động vào Thứ Hai (9:00 sáng - 5:00 chiều), Thứ Ba (9:00 sáng - 5:00 chiều), Thứ Tư (2:00 chiều - 5:00 chiều), Thứ Năm (9:00 sáng - 5:00 chiều) và Thứ Sáu (9:00 sáng - 3:00 chiều).

Hội đồng Người tị nạn xứ Wales (WRC) (chỉ có dịch vụ ở xứ Wales)

Tư vấn, hỗ trợ, bệnh vực và hướng dẫn cho người tị nạn và người đang xin tị nạn ở Wales.

Đường dây hỗ trợ miễn phí của www.wrc.wales cung cấp thông tin, lời khuyên và lịch hẹn để trợ giúp các vấn đề của người tị nạn và người đang xin tị nạn: 0808 196 7273. Các dịch vụ được cung cấp bao gồm:

- Hỗ trợ xin bảo hộ tại Wales: bệnh vực cho các trường hợp tị nạn ở khắp Wales liên quan đến đơn xin chấp thuận tị nạn và hỗ trợ cho mọi đối tượng đang xin tị nạn, kể cả thuộc diện Hết quyền kháng nghị.
- Dịch vụ Move On (Di chuyển) hỗ trợ những người tị nạn mới hội nhập và chuyển đổi
- Hỗ trợ người nhập cư Không được hưởng quỹ công (NRPF).
- Hỗ trợ thông dịch và biên dịch.
- Tổ chức dự án vui chơi cho trẻ em thuộc diện Tị nạn và đang xin bảo hộ.
- Hỗ trợ Giáo dục và Việc làm, trong đó có cả các lớp học tiếng ESOL.
- Cơ hội tham gia tình nguyện.
- Chuyển sang dịch vụ hỗ trợ làm Visa điện tử.

Dịch vụ ở Bắc Ireland

Tư vấn và hỗ trợ, bao gồm chăm sóc sức khỏe, nhà ở, việc làm và tiếp cận giáo dục, dành cho người tị nạn và người xin tị nạn

Trang web:

<https://www.nidirect.gov.uk/articles/asylum-seekers-and-refugees-help-and-advice>

Doctors of the World (Bác sĩ quốc tế)

Doctors of the World cung cấp các cuộc hẹn y tế một lần, thông tin và hỗ trợ thiết thực một lần cho những người xin tị nạn đăng ký với GP. Họ điều hành phòng khám, đường dây tư vấn, dịch vụ tiếp cận và các chương trình bệnh vực.

Gọi số 0808 164 7686. Trang web:

<https://www.doctorsoftheworld.org.uk/patient-clinic/>

Hành động cho người tị nạn

Hành động cho Người tị nạn hỗ trợ người tị nạn & những người đang xin tị nạn ở một số địa điểm trên khắp nước Anh. <https://www.refugee-action.org.uk/our-services/help-and-advice/>

- **Khủng hoảng tị nạn (London, Manchester, West Midlands, Bradford (chỉ dành cho gia đình)):** nếu bạn là người xin tị nạn & bạn cần chỗ ở hoặc hỗ trợ hoặc sự hỗ trợ của bạn đã bị từ chối hoặc chấm dứt, dịch vụ này có thể giúp bạn.
- **Dự án BRAVE (Bradford):** là một chuyên gia có kinh nghiệm dẫn dắt dự án tập trung vào các hoạt động hòa nhập và phúc lợi dành cho những người xin tị nạn ở Bradford. Điều này dành cho tất cả những người sử dụng dịch vụ tại Hành động cho Người tị nạn với trọng tâm cụ thể là các gia đình.
- **Chương trình sức khỏe:** Chúng tôi hợp tác với Solace để cung cấp các buổi trị liệu 1-1 cho người tị nạn và đang xin tị nạn gặp phải các triệu chứng sang chấn (do chuyên gia trị liệu của Solace thực hiện), kết hợp với các buổi họp nhóm hàng tuần dành cho những người có triệu chứng nhẹ hơn hoặc cần hỗ trợ thêm ngoài các buổi 1-1.
- **Dịch vụ tư vấn nhập cư quốc gia (NIAS):** NIAS là một nhánh dịch vụ mới được ra mắt tại Refugee Action, chuyên tư vấn về Nhập cư, hỗ trợ trường hợp, đồng thời đại diện cho những người yếu thế đang xin tị nạn và người nhập cư đang nhận hỗ trợ từ dịch vụ Khủng hoảng tị nạn của Refugee Action. NIAS sẽ tư vấn về nhập cư và hỗ trợ trường hợp tối đa đến OISC Cấp 3. Thân chủ sẽ được chuyển tiếp nội bộ từ Dịch vụ khủng hoảng tị nạn ở London, Birmingham, Manchester và Bradford. Dịch vụ cũng nhận chuyển tiếp trường hợp trực tiếp từ Bradford.