



Cymorth iechyd a lles ar gyfer pobl sydd wedi'u dadleolis

Health and wellbeing support for displaced peoples

Медичне забезпечення переміщених осіб та їхній добробут

Поддержка здоровья и благополучия перемещенных лиц

**Wsparcie w zakresie zapewnienia zdrowia i dobrostanu
osób wysiedlonych**

يارمه تي ته ندرؤستي بؤ كه م ئه ندامان

دعم الصحة والعافية للنازحين

كمكهاى تندرستى براى معلولان

**Mbështetje shëndetësore dhe mirëqenieje për
personat e zhvendosur**

বাস্তুচ্যুত মানুষগুলোর জন্য স্বাস্থ্য ও সুস্থতা বিষয়ক সহায়তা

3 Cymraeg / Welsh

5 English

7 Українською / Ukrainian

9 Русский / Russian

11 Polski / Polish

13 کوردی سۆرانی / Kurdish Sorani

15 أراييك / Arabic

17 فارسی / Farsi

19 Shqip / Albanian

21 বাংলা / Bengali

Gwybodaeth bwysig

Diolch am helpu i amddiffyn pawb ohonom ni rhag Coronafeirws.

Os dywedir wrthym ni i aros gartref, rydych chi'n dal i allu cael cymorth os oes arnoch chi angen hynny.

- ✓ **Ni** fydd gofyn am help yn effeithio ar eich cais am loches – **ni** fydd eich manylion yn cael eu rhannu
- ✓ Mae'r holl wasanaethau meddygol ar gael i chi ac **ni** fyddan nhw'n costio ceiniog i chi
- ✓ Gallwch chi ofyn am gymorth â phroblemau eraill – **mae** hynny yn dal ar gael

Eich iechyd

Os oes gennych chi unrhyw fath o broblem feddygol, ffoniwch eich meddyg teulu, neu **111** (am ddim); os nad yw hyn ar gael yn eich ardal chi, ffoniwch Galw Iechyd Cymru (codir tâl am yr alwad hon, ond gallwch chi ofyn iddyn nhw eich ffonio chi yn ôl:

📞 **0845 46 47**

📶 **nhsdirect.wales.nhs.uk**

Os nad ydych chi'n siarad Saesneg, dywedwch enw eich iaith yn Saesneg ("Welsh") er mwyn cael cyfieithydd ar y pryd.

Os ydych chi'n pryderu am eich llesiant, gallwch chi ffonio C.A.L.L.

Gallwch chi ofyn am gyfieithydd ar y pryd os oes arnoch chi angen hynny.

📞 **0800 132737**

📶 **www.callhelpline.org.uk**

Os ydych chi mewn perygl dybryd, gallwch chi ffonio 📞 999 i gysylltu â'r heddlu, ambiwlans neu'r frigâd dân

Eich diogelwch

Os ydych chi'n ddioddefydd trosedd, yn cynnwys troseddau casineb, ffoniwch: Yr heddlu: ☎ **101**

Adrodd am Drosedd Casineb a Chymorth ☎ **0300 303 1982**

Os ydych chi'n profi trais gan bartner neu aelod arall o'r teulu gartref ac rydych chi mewn perygl dybryd, gallwch chi ffonio:

Yr heddlu ☎ **999** a phwyso **55** i gael cymorth heb ddweud dim

Llinell gymorth Byw Heb Ofn (gallwch chi ofyn am gyfeithydd ar y pryd) os ydych chi neu eich plant yn profi camdriniaeth gartref:

☎ **0808 80 10 800** 📶 llyw.cymru/byw-heb-ofn

Os ydych chi o dan 18 mlwydd oed ac mae arnoch chi angen cymorth, gallwch chi ffonio:

☎ **0800 1111**

📶 www.childline.org.uk

Eich hawliau a chyngor

I gael gwybodaeth am gymorth i geiswyr lloches yng Nghymru:

Rhaglen Hawliau Lloches:

Caerdydd ☎ **02920 489 800** Casnewydd ☎ **01633 266 420**

Abertawe ☎ **07918 403 666** Wrecsam ☎ **07977 234 198**

📶 www.wrc.wales/cy/hafan/

Gwefan Noddfa:

📶 noddfa.llyw.cymru

I gael cymorth â'r broses lloches, taliadau tai ac ati, ffoniwch:

Migrant Help: ☎ **0808 8010 503**

I gael gwybodaeth am sut i gadw'n ddiogel rhag Coronafeirws, mewn sawl iaith, trowch at wefan Iechyd Cyhoeddus Cymru:

📶 <https://covid.reciteme.com/nhs-novel>

Important Information

Thank you for helping to protect us all against Coronavirus

If we are told to stay at home you can still access help if you need it.

- ✓ Asking for help will **not** affect your asylum claim – your information will **not** be shared
- ✓ All medical services are available to you and will **not** cost anything
- ✓ You can ask for help with other problems – it **is** still available

Your health

If you have a medical problem of any kind call your GP (doctor), or **111** (free); if this is not available in your area, call NHS Direct Wales (there will be a charge for this, but you can ask them to call you back):

📞 **0845 46 47**

📶 **nhsdirect.wales.nhs.uk**

If you do not speak English, say the name of your language in English to get an interpreter.

If you are worried or anxious about your wellbeing you can call C.A.L.L. You can ask for an interpreter if you need one.

📞 **0800 132737**

📶 **www.callhelpline.org.uk**

If you are in immediate danger you can call 📞 999 for the police, an ambulance or the fire brigade

Your safety

If you are a victim of crime, including hate crime, call:

The police: ☎ **101**

Hate Crime Report and Support ☎ **0300 303 1982**

If you are experiencing violence from a partner or other family member at home and are in immediate danger you can call:

The police on ☎ **999** and press **55** for silent help

The Live Fear Free helpline (you can ask for an interpreter) if you or your children are experiencing abuse at home:

☎ **0808 80 10 800** 📶 gov.wales/live-fear-free

If you are under 18 and need help you can call Childline:

☎ **0800 1111**

📶 www.childline.org.uk

Your rights and advice

For information on support for asylum seekers in Wales:

Asylum Rights Programme:

Cardiff ☎ **02920 489 800**

Newport ☎ **01633 266 420**

Swansea ☎ **07918 403 666**

Wrexham ☎ **07977 234 198**

📶 www.wrc.wales

Sanctuary website: 📶 sanctuary.gov.wales

For help with the asylum process, housing payments etc, call:

Migrant Help: ☎ **0808 8010 503**

For information on how to keep safe from Coronavirus, in many languages, see the Public Health Wales website:

📶 <https://covid.reciteme.com/nhs-novel>

Важлива інформація

Дякуємо вам за те, що долучаєтеся до захисту нас усіх від коронавірусу.

Якщо від нас вимагають залишатися вдома, допомогу однаково можна отримати за потреби.

- ✓ Звернення по допомогу не вплине на вашу заяву про отримання притулку — вашу інформацію не розголошуватимуть.
- ✓ Вам доступні всі медичні послуги, і їх надаватимуть вам безкоштовно.
- ✓ Ви можете звернутися по допомогу з іншими проблемами — її вам нададуть також.

Ваше здоров'я

Якщо у вас виникли будь-які медичні проблеми, телефонуйте своєму терапевту (лікару) або за номером **111** (безкоштовно); якщо така допомога недоступна у вашій місцевості, телефонуйте до служби NHS Direct Wales (дзвінок може бути платний, але у вас є можливість попросити їх перетелефонувати):

📞 **0845 46 47**

📶 **nhsdirect.wales.nhs.uk**

Якщо ви не розмовляєте англійською, назвіть мову, якою ви володієте, англійською, і вам нададуть перекладача.

Якщо ви переживаєте чи непокоїтесь через свій добробут, телефонуйте до служби C.A.L.L. За потреби можна попросити надати перекладача.

📞 **0800 132737**

📶 **www.callhelpline.org.uk**

Якщо існує пряма загроза Вашому життю чи здоров'ю, викликайте поліцію, швидку допомогу чи пожежну команду за номером 📞 **999.**

Ваша безпека

Якщо ви стали жертвою злочину, зокрема злочину на ґрунті ненависті, телефонуйте до: поліції: ☎ 101

Телефон для повідомлення про злочин на ґрунті ненависті й отримання допомоги: ☎ 0300 303 1982

Якщо ви зазнали жорстокого поводження з боку партнера чи іншого члена сім'ї вдома, і перед вами існує пряма загроза, телефонуйте до: поліції за номером ☎ 999 натисніть 55 щоб отримати допомогу мовчки

Гаряча лінія служби Live Fear Free (можна попросити надати перекладача), якщо ви або ваші діти зазнаєте домашнього насильства: ☎ 0808 80 10 800 📶 gov.wales/live-fear-free

Якщо вам менше ніж 18 років, і ви потребуєте допомоги, телефонуйте на лінію для дітей:

☎ 0800 1111 📶 www.childline.org.uk

Ваші права і консультація

Інформаційна підтримка для осіб, що шукають притулку в Уельсі:
Програма захисту прав осіб, що потребують притулку:

Кардіфф ☎ 02920 489 800

Ньюпорт ☎ 01633 266 420

Свонсі ☎ 07918 403 666

Рексем ☎ 07977 234 198

📶 www.wrc.wales

Веб-сайт служби «Святилище»: 📶 sanctuary.gov.wales

Щоб отримати допомогу у процесі отримання притулку, з оплатою за помешкання тощо, телефонуйте на лінію:

міграційної допомоги: ☎ 0808 8010 503

Інформація про те, як убезпечитися від коронавірусу, доступна багатьма мовами на веб-сайті управління охорони здоров'я Уельсу: 📶 <https://covid.reciteme.com/nhs-novel>

Важная информация

Спасибо, что помогаете защитить всех нас от коронавируса.

Если придется оставаться дома, вы все равно можете получить помощь в случае необходимости.

- ✓ Обращение за помощью не повлияет на ваше заявление о предоставлении убежища — ваша информация не будет передаваться
- ✓ Вам бесплатно доступны все медицинские услуги
- ✓ Вы также можете обращаться за помощью с другими проблемами

Здоровье

Если у вас возникли проблемы со здоровьем, позвоните своему терапевту или по номеру **111** (бесплатно); если это недоступно в вашем регионе, позвоните в NHS Direct Wales (за это будет взиматься плата, но вы можете попросить их перезвонить вам):

☎ **0845 46 47**

📶 **[nhsdirect.wales.nhs.uk](https://nhs.uk/nhsdirect/wales)**

Если вы не говорите по-английски, произнесите название вашего языка по-английски, чтобы вам предоставили переводчика.

Если вы испытываете тревогу или беспокоитесь о своем психофизическом состоянии, вы можете позвонить C.A.L.L. При необходимости, вы можете попросить предоставить вам переводчика.

☎ **0800 132737**

📶 **www.callhelpline.org.uk**

Если вам угрожает опасность, вы можете позвонить по номеру ☎ **999, чтобы вызвать полицию, скорую помощь или пожарную команду.**

Безопасность

Если вы стали жертвой преступления, в том числе преступления на почве ненависти, звоните: Полиция:  **101**

Отчет о преступлениях на почве ненависти и поддержка:

 **0300 303 1982**

Если вы подверглись домашнему насилию со стороны партнера или другого члена семьи и вам угрожает опасность, вы можете позвонить: в полицию по номеру  **999** и нажать **55** для помощи без звука

на горячую линию Live Fear Free (вы можете попросить предоставить вам переводчика), если вы или ваши дети подвергаетесь домашнему насилию:

 **0808 80 10 800**  gov.wales/live-fear-free

Если вам меньше 18 лет и вам нужна помощь, вы можете позвонить по телефону для детей:

 **0800 1111**

 www.childline.org.uk

Ваши права и рекомендации

Информация для тех, кто обращается за помощью в получении убежища в Уэльсе: Программа предоставления убежища

Кардифф  **02920 489 800**

Ньюпорт  **01633 266 420**

Суонси  **07918 403 666**

Рексхэм  **07977 234 198**

 www.wrc.wales

Сайт убежища:  sanctuary.gov.wales

Если вам нужна помощь в процессе предоставления убежища, оплате жилья и т. д., звоните по указанному номеру:

Помощь мигрантам:  **0808 8010 503**

Информацию о том, как обезопасить себя от коронавируса, можно найти на разных языках на веб-сайте:

 <https://covid.reciteme.com/nhs-novel>

Ważne informacje

Dziękujemy Ci za pomoc w dbaniu o nasze wspólne bezpieczeństwo i ochronę przed koronawirusem.

Jeśli rząd zadecyduje o konieczności wprowadzenia lockdownu, nadal możesz zwracać się o wsparcie, jeśli będzie ono potrzebne.

- ✓ Wystąpienie o takie wsparcie **nie** będzie miało wpływu na złożony wniosek o przyznanie statusu uchodźcy – podane przez Ciebie informacje **nie** zostaną udostępnione osobom trzecim.
- ✓ Wszystkie usługi opieki zdrowotnej pozostaną dla Ciebie dostępne i bezpłatne
- ✓ Możesz ubiegać się o wsparcie także w innych kwestiach – formy pomocy są nadal dostępne

Twoje zdrowie

W przypadku jakichkolwiek problemów zdrowotnych zadzwoń do lekarza rodzinnego (GP) lub **pod numer 111** (bezpłatny); jeśli usługa ta nie jest dostępna w Twoim regionie zamieszkania, zadzwoń na infolinię NHS Direct Wales (połączenie będzie płatne, możesz jednak poprosić o oddzwonienie na Twój numer):

📞 **0845 46 47**

📶 **nhsdirect.wales.nhs.uk**

Jeśli nie mówisz po angielsku, wypowiedz nazwę swojego języka po angielsku, aby skorzystać z usług tłumacza.

Jeśli masz obawy o swój dobrostan, możesz zadzwonić pod numer C.A.L.L. Możesz skorzystać z usług tłumacza ustnego, jeśli odczuwasz taką potrzebę. 📞 **0800 132737** 📶 **www.callhelpline.org.uk**

Jeśli znajdujesz się w bezpośrednim niebezpieczeństwie, możesz zadzwonić pod numer 📞 999 aby wezwać policję, karetkę pogotowia lub straż pożarną.

Twoje bezpieczeństwo

Jeśli jesteś ofiarą przestępstwa, w tym przestępstwa na tle nienawiści, zadzwoń pod następujące numery: Policja: **101**

Powiadamanie o przestępstwach na tle nienawiści i wsparcie dla ofiar
0300 303 1982

Jeśli doświadczasz przemocy ze strony partnera lub innego członka rodziny we wspólnym gospodarstwie domowym i grozi Ci bezpośrednie niebezpieczeństwo, możesz zadzwonić pod numer:

999 policja i naciśnij **55** aby uzyskać cichą pomoc

Infolinia Live Fear Free (możesz poprosić o pomoc tłumacza ustnego), jeśli Ty lub Twoje dzieci doświadczacie przemocy w domu:

0808 80 10 800 gov.wales/live-fear-free

Jeśli nie masz ukończonych 18 lat i potrzebujesz pomocy, możesz zadzwonić pod numer infolinii Childline:

0800 1111 www.childline.org.uk

Twoje prawa i doradztwo

Informacje na temat wsparcia dla osób ubiegających się o azyl w Walii:

Program Praw Azylowych:

Cardiff **02920 489 800** Newport **01633 266 420**

Swansea **07918 403 666** Wrexham **07977 234 198**

www.wrc.wales

Witryna Sanctuary: sanctuary.gov.wales

Aby uzyskać pomoc w sprawach związanych z uzyskaniem azylu, opłatami za zakwaterowanie itp: Migrant Help: **0808 8010 503**

Wielojęzyczne informacje na temat ochrony przed koronawirusem można znaleźć na stronie internetowej Public Health Wales:

<https://covid.reciteme.com/nhs-novel>

سوپاس بۆ يارمه تيدانت بۆ پاراستنى ئيمه هه موومان له په تاي قايرۆسى
كۆرؤنا

ئه گهر پيمان ووترا له ماله وه بيمينه وه ئه وا ههر ده توانيت ده ست بگات به
يارمه تى ئه گهر پيوست پيى بيت.

✓ داوا كردنى يارمه تى كار ناكاته سهر داواكارى په نابهرىيت - زانبارى هاوبه ش ناكريت

✓ گشت خزمه تگوزاريه پزىشكيه كان بۆ تۆ بهرده ستن و هيچ تىچوويه كى تيناچيت

✓ ده توانيت داواى يارمه تى بكه يت بۆ كيشه كانى تر - هيشتا بهرده سته

ته ندروستى تۆ

ئه گهر ههر جوړه كيشه يه كى پزىشكىت هه يه ده توانيت په يوه ندى به پزىشكه كه ت بكه يت، يان
111 (به خوڤايى)؛ ئه گهر ئه مه له ناوچه ي تۆ بهرده ست نيه، په يوه ندى به NHS Direct
Wales بكه (تىچوويه ك بۆ ئه مه هه يه، به لام ده توانيت داوايان لى بكه يت په يوه ندىت پتوه
بكه نه وه):

0845 46 47 ☎ nhsdirect.wales.nhs.uk

ئه گهر ئىنگليزى نازانيت، ناوى زمانه كه ي خوڤ به ئىنگليزى بلن ("Kurdish Sorani") بۆ وه گرتنى
وه گرپيىك.

ئه گهر نيگه رانيت ده باره ي ته ندروست باشيت ده توان په يوه ندى به C.A.L.L. بكه يت. ده توانيت داواى
وه گرپيىك بكه يت ئه گهر پيوستيت پيه تى.

0800 132737 ☎

☎ www.callhelpline.org.uk

ئه گهر له مه ترسى راسته وخۆ دايت ده توانيت په يوه ندى به 999 بكه يت بۆ
پوليس، ئوتۆمبيلى فرياكه وتن يان ئاگرکوژينه وه

سەلامەتى تۆ

قوربانى تاوانىت، بەلەخوگرتنى تاوانى رىق و كىنە، پەيۈەندى بىكە بە:

پۇلىس: 101

راپۇرتىكرىن و پىشتىۋانى تاوانى رىق و كىنە 0300 303 1982

ئەگەر دووچارى توندوتىزى دەبىت لە ھاۋبەشىك يان ئەندامى تىر خىزان لە مالمەھە و لە مەترسى راستەوخۇدايت دەتوانىت پەيۈەندى بىكەيت بە:
پۇلىس بە 999 و 55 دابگرە بۇ گۆيگرتن لە يارمەتى

ھىلى يارمەتى بەخۇراپى راستەوخۇ تىرس (دەتوانىت داۋاى ۋەرگىپرىك بىكەيت) ئەگەر خۇت يان مىندالەكانت دووچارى مامەلەى خراپ
0808 80 10 800 gov.wales/live-fear-free

ئەگەر تەمەنت لە ژىر 18 سالىدايە و پىۋىستىت بە يارمەتىە دەتوانىت پەيۈەندى بە ھىلى تايىبەت بە مىندالان بىكەيت:

0800 1111 www.childline.org.uk

مافەكانى تۆ و راۋىژ

بۇ زانىبارى دەربارەى پىشتىۋانى بۇ داۋاكارانى پەنابەرى لە ۋىيلز:

پروگرامى مافەكانى پەنابەر:

نيوپورت 01633 266 420

رىكسھام 07977 234 198

كاردىف 02920 489 800

سۋانسى 07918 403 666

www.wrc.wales

ۋىيسايتى پەناگە: sanctuary.gov.wales

بۇ يارمەتى لەبارەى پروسەى پەنابەرى، پارەدانى نىشتەجىكرىن ھتد:

پەيۈەندى بە يارمەتى كۆچبەر بىكە: 0808 8010 503

بۇ زانىبارى دەربارەى چۆنەتى خۇپاراستن لە فايرۇسى كۆرۈنە، بە چەندىن زمان، سەيرى ۋىبسايتى تەندروستى گىشتى ۋىيلز بىكە:

https://covid.reciteme.com/nhs-novel

معلومات هامة

شكرًا لك على المساعدة في حمايتنا جميعًا من فيروس كورونا

إذا طلب منك البقاء في المنزل فلا يزال بإمكانك الحصول على المساعدة إذا كنت بحاجة إليها.

- ✓ لن يؤثر طلب المساعدة على مطالبة اللجوء الخاصة بك - لن يتم الإفصاح عن معلوماتك
- ✓ جميع الخدمات الطبية متاحة لك ولن تكلف أي شيء
- ✓ يمكنك طلب المساعدة في حل المشكلات الأخرى - فهي لا تزال متاحة

صحتك

إذا كانت لديك مشكلة طبية من أي نوع، اتصل بالممارس العام (الطبيب)، أو بـ **111** (مجاني)؛ إذا لم يكن هذا متاحًا في منطقتك، فاتصل بـ NHS Direct Wales (ستكون هناك رسوم مقابل ذلك، ولكن يمكنك أن تطلب منهم إعادة الاتصال بك):

0845 46 47  **nhsdirect.wales.nhs.uk**

إذا كنت لا تتحدث الإنجليزية، قل اسم لغتك بالإنجليزية ("Arabic") للحصول على مترجم.

إذا كنت قلقًا أو متخوفًا بشأن صحتك، فيمكنك الاتصال بـ C.A.L.L. يمكنك طلب مترجم إذا كنت بحاجة إلى مترجم.

0800 132737

 **www.callhelpline.org.uk**

إذا كنت في خطر مباشر، يمكنك الاتصال برقم **999** للشرطة أو سيارة إسعاف أو فرقة إطفاء

سلامتك

إذا كنت ضحية لجريمة، بما في ذلك جرائم الكراهية، فاتصل بـ:

الشرطة: 101

الإبلاغ والدعم فيما يخص جرائم الكراهية 0300 303 1982

إذا كنت تعاني من عنف من شريك أو فرد آخر من أفراد أسرتك في المنزل وكنت في خطر مُحقق، فيمكنك الاتصال بـ:

الشرطة على رقم 999 واضغط على 55 للمساعدة الصامتة

خط مساعدة Live Fear Free (يمكنك طلب مترجم) إذا كنت تعاني أنت أو أطفالك من الإساءة في المنزل:

0808 80 10 800 gov.wales/live-fear-free

إذا كان عمرك أقل من 18 عامًا وتحتاج إلى المساعدة يمكنك الاتصال بـ Childline:

0800 1111 www.childline.org.uk

حقوقك واستشارتك

للحصول على معلومات حول دعم طالبي اللجوء في ويلز:

برنامج حقوق اللاجئين:

Newport 01633 266 420 Cardiff 02920 489 800

Wrexham 07977 234 198 Swansea 07918 403 666

www.wrc.wales

Sanctuary: sanctuary.gov.wales موقع

للمساعدة في عملية اللجوء ومدفوعات السكن وما إلى ذلك:

اتصل بمساعدة اللاجئين: 0808 8010 503

للحصول على معلومات حول كيفية الحفاظ على سلامتك من فيروس كورونا، بالعديد من اللغات، راجع الموقع الإلكتروني للصحة العامة في ويلز:

https://covid.reciteme.com/nhs-novel

از اینکه به محافظت از همه ما در مقابل و بروس کرونا کمک می‌کنید، صمیمانه سپاسگزاریم.

اگر گفته می‌شود که باید در خانه بمانیم، در صورت نیاز به کمک، همچنان می‌توانید به آن دسترسی داشته باشید.

✓ درخواست برای کمک بر درخواست پناهندگی شما تأثیر **نخواهد** گذاشت – و اطلاعات شما نیز به اشتراک گذاشته **نخواهد** شد

✓ کلیه خدمات پزشکی در دسترس شما است و **هیچ** هزینه‌ای برای شما **نخواهد** گذاشت.

✓ می‌توانید در خصوص سایر مشکلات هم درخواست کمک کنید – کمک‌های لازم **هنوز** هم قابل دسترسی است.

سلامت شما

در صورت ابتلا به هر گونه بیماری، با پزشک عمومی (دکتر) خود تماس بگیرید، یا به (صورت رایگان) با شماره **111** تماس بگیرید؛ اگر این خدمات در ناحیه محل سکونت شما قابل دسترسی نیست، با NHS Direct Wales تماس بگیرید (البته این تماس رایگان نیست، اما می‌توانید از آنها بخواهید با شما تماس بگیرند):

0845 46 47  nhsdirect.wales.nhs.uk

اگر به زبان انگلیسی صحبت نمی‌کنید، نام زبان خود را به زبان انگلیسی بگویید (Farsi) تا یک مترجم شفاهی برای شما هماهنگ شود.

اگر درباره سلامت خود نگران یا مضطرب هستید، می‌توانید با C.A.L.L. تماس بگیرید. در صورت نیاز به مترجم شفاهی، می‌توانید درخواست کنید تا یک مترجم شفاهی برای شما هماهنگ شود.

0800 132737

 www.callhelpline.org.uk

اگر در معرض خطر فوری هستید، می‌توانید از طریق شماره **999** تماس بگیرید و برای پلیس، آمبولانس، یا آتش‌نشانی درخواست دهید.

اگر قربانی جنایت هستید، از جمله جنایت ناشی از تنفر، با مراجع ذیصلاح زیر تماس بگیرید:

پلیس: 101

خط ویژه «گزارش جنایت ناشی از تنفر و درخواست حمایت» 0300 303 1982

اگر از ناحیه همسر یا سایر اعضای خانواده خود مورد خشونت قرار می‌گیرید و در معرض خطر فوری هستید، می‌توانید با مراجع ذیصلاح زیر تماس بگیرید:

پلیس از طریق شماره 999 و دکمه 55 را برای درخواست کمک

خط کمک Live Fear Free (می‌توانید درخواست مترجم شفاهی کنید) اگر شما یا فرزندان در منزل مورد خشونت قرار می‌گیرید:

gov.wales/live-fear-free 0808 80 10 800

اگر نیاز به کمک دارید و سن شما کمتر از 18 سال است، می‌توانید با Childline تماس بگیرید: 0800 1111 www.childline.org.uk

حقوق شما و مشاوره

برای کسب اطلاعات درباره حمایت‌های ویژه پناهجویان در ویلز:

برنامه حقوق ویژه پناهجویان:

نیوپورت 01633 266 420 کاردیف 02920 489 800

وکسهم 07977 234 198 سوانسی 07918 403 666

www.wrc.wales

وبسایت Sanctuary: sanctuary.gov.wales

برای درخواست کمک در خصوص روند پناهندگی، پرداخت‌های مسکن، و غیره:

با «خط ویژه کمک به پناهجویان» تماس بگیرید: 0808 8010 503

برای کسب اطلاعات درباره نحوه ایمن ماندن از ویروس کرونا، به زبان‌های مختلف، به وبسایت اداره بهداشت همگانی «ویلز» رجوع کنید:

https://covid.reciteme.com/nhs-novel

Informacion i rëndësishëm

Faleminderit që po ndihmoni në mbrojtjen e të gjithëve ne nga Koronavirusi

Në qoftë se na kërkohet të qëndrojmë në shtëpi, mundet ende të kërkonti ndihmë nëse do t'ju nevojitet.

- ✓ Kërkesa për ndihmë **nuk** ndikon në kërkesën tuaj për azil; informacioni juaj **nuk** do të ndahet me të tjerë
- ✓ Të gjitha shërbimet mjekësore janë të disponueshme për ju dhe **nuk** janë me pagesë
- ✓ Mund të kërkonti ndihmë për probleme të tjera; kjo **është** ende e vlefshme

Shëndeti juaj

Nëse keni çfarëdolloj problemi shëndetësor telefononi mjekun tuaj të përgjithshëm (doktorin), ose në numrin **111** (pa pagesë); nëse nuk ofrohet për zonën tuaj, telefononi NHS Direct Wales (për këtë do të tarifoheni, por mund t'i kërkonti t'ju telefonojnë ata):

☎ **0845 46 47**

📶 nhsdirect.wales.nhs.uk

Nëse nuk jeni anglishtfolës, shqiptoni në anglisht emrin e gjuhës suaj ("Albanian") për të siguruar një përkthyes.

Nëse jeni të shqetësuar apo në ankth për mirëqenien tuaj mund t'i telefononi C.A.L.L. Mund të kërkonti për një përkthyes nëse do t'ju nevojitet.

☎ **0800 132737**

📶 www.callhelpline.org.uk

Nëse ndodheni në rrezik mund t'i telefononi numrit ☎ 999 për të kërkuar policinë, ambulancën apo zjarrfikësit

Siguria juaj

Nëse jeni viktimë e një krimi, përfshi këtu krimet e nxitura nga urrejtja, telefononi: Policinë: ☎ **101**

Denoncimi dhe Ndihma për Krimet e Nxitura nga Urrejtja ☎ **0300 303 1982**

Nëse po dhunoheni nga partneri apo nga një pjesëtar tjetër i familjes në shtëpi dhe ndodheni në rrezik mund t'i telefononi:

Policisë në numrin ☎ **999** dhe shtypni **55** për ndihmë të heshtur

Shërbimit të ndihmës Live Fear Free (mund të kërkonti përkthyes) nëse ju apo fëmijët tuaj po përjetoni abuzime në shtëpi:

☎ **0808 80 10 800** 📶 gov.wales/live-fear-free

Nëse jeni nën 18 vjeç dhe keni nevojë për ndihmë mund t'i telefononi Childline (Shërbimit të Kujdesit ndaj Fëmijëve):

☎ **0800 1111** 📶 www.childline.org.uk

Të drejtat tuaja dhe këshillimi

Për informacione në lidhje me mbështetjen ndaj azilkërkuesve në Uells:

Asylum Rights Programme (Programi i të Drejtave të Azilantëve):

Kardif ☎ **02920 489 800** Njuport ☎ **01633 266 420**

Suansi ☎ **07918 403 666** Urekzam ☎ **07977 234 198**

📶 www.wrc.wales

Uebsafti i Sanctuary (Qendra e Akomodimit): 📶 sanctuary.gov.wales

Për ndihmë me procesin e azilit, pagesat e strehimit, etj.:

Telefononi Migrant Help (Ndihma për Emigrantët): ☎ **0808 8010 503**

Për informacione rreth mënyrës se si duhet të mbrohem nga koronavirusi, në disa gjuhë, vizitoni uebsajtin Public Health Wales (Shëndeti Publik në Uells):

📶 <https://covid.reciteme.com/nhs-novel>

গুরুত্বপূর্ণ তথ্য

আমাদের সকলকে করোনাভাইরাসের বিরুদ্ধে সুরক্ষিত থাকতে সহায়তা করার জন্য আপনাকে ধন্যবাদ

আপনাকে বাড়িতে থাকতে বলা হয়ে থাকলে আপনার প্রয়োজন হলে সহায়তা পেতে পারেন।

- ✓ সহায়তা চাইলে আপনার আশ্রয় সংক্রান্ত দাবি ক্ষতিগ্রস্ত হবে না – আপনার তথ্য শেয়ার করা হবে না
- ✓ আপনার কাছে সকল চিকিৎসা পরিষেবা উপলব্ধ এবং কোনও মূল্য লাগবে না
- ✓ আপনি অন্যান্য সমস্যার জন্যে সহায়তা চাইতে পারেন – তা এখনও পাওয়া যায়

আপনার স্বাস্থ্য

আপনার যেকোনও ধরনের চিকিৎসাগত সমস্যা থাকলে আপনার জিপি (চিকিৎসক) কে ফোন করুন, অথবা  **111** (ফ্রি); এটি আপনার এলাকায় না পাওয়া গেলে, **NHS Direct Wales** এ ফোন করুন (এর জন্য মূল্য লাগবে, কিন্তু আপনি তাঁদের ফোন করার জন্য বলতে পারেন):

 **0845 46 47**

 nhsdirect.wales.nhs.uk

আপনি ইংরেজিভাষী না হলে, দোভাষী পাওয়ার জন্য ইংরেজিতে আপনার ভাষার নাম বলুন ("Bengali")।

আপনি যদি আপনার সুস্থতা সম্পর্কে চিন্তিত বা উদ্বেগ হন আপনি **C.A.L.L.** তে ফোন করতে পারেন। আপনার প্রয়োজন হলে দোভাষী চাইতে পারেন।

 **0800 132737**

 www.callhelpline.org.uk

আপনি তাৎক্ষণিক বিপদের মধ্যে পড়লে পুলিশ, অ্যাম্বুলেন্স বা দমকল বিভাগের জন্য  **999** এ ফোন করতে পারেন

আপনার নিরাপত্তা

আপনি যদি ঘৃণাজনিত অপরাধ সহ কোনও অপরাধের শিকার হন, ফোন করুন:

পুলিশ: **101**

ঘৃণাজনিত অপরাধ রিপোর্ট ও সহায়তা **0300 303 1982**

আপনি যদি সঙ্গী বা বাড়িতে অপর কোনও পারিবারিক সদস্য দ্বারা হিংসার শিকার হন এবং তাৎক্ষণিক বিপদে পড়েন এখানে ফোন করতে পারেন:

পুলিশ **999** এবং নীরবে সাহায্য পেতে **55** টিপুন

লিভ ফিয়ার ফ্রি হেল্পলাইন (আপনি দোভাষী চাইতে পারেন) আপনি অথবা আপনার সন্তান বাড়িতে দুর্ব্যবহারের শিকার হলে:

0808 80 10 800 gov.wales/live-fear-free

আপনার বয়স 18'র কম হলে এবং সহায়তা প্রয়োজন হলে আপনি চাইল্ডলাইনে ফোন করতে পারেন

0800 1111 www.childline.org.uk

আপনার অধিকার এবং পরামর্শ

ওয়েলস এ আশ্রয়প্রার্থীদের জন্য সহায়তা বা তথ্যের জন্য:

অ্যাসাইলাম রাইটস প্রোগ্রাম:

Cardiff (কার্ডিফ) **02920 489 800** Newport (নিউপোর্ট) **01633 266 420**

Swansea (সোয়ানসি) **07918 403 666** Wrexham (রেক্সহাম) **07977 234 198**

www.wrc.wales

স্যাংচুয়ারি ওয়েবসাইট: sanctuary.gov.wales

আশ্রয় প্রক্রিয়া, আবাসনের পেমেন্ট ইত্যাদির বিষয়ে সাহায্যের জন্য:

ফোন করুন মাইগ্র্যান্ট হেল্প: **0808 8010 503**

করোনাভাইরাস থেকে কিভাবে নিরাপদ থাকা যায় সে বিষয়ে বিভিন্ন ভাষায় তথ্যের জন্য, পাবলিক হেল্‌থ ওয়েলস ওয়েবসাইট দেখুন:

<https://covid.reciteme.com/nhs-novel>