

Welcome

A guide for new refugees



Chào mừng Hướng dẫn dành cho người tị nạn mới



The purpose of this guide

This guide is for adults who have recently been granted refugee or Humanitarian Protection status after claiming asylum. This guide is relevant to new refugees living in England. Refugees in Scotland can find information at www.gov.scot/publications/new-scots-refugee-integration-strategy-2018-2022/ and refugees in Wales can find information at www.gov.wales/sanctuary.

The Government published an Integrated Communities Strategy action plan in February 2019. This recognised that integration is a two-way process and everyone has a part to play in upholding our shared values, both people already here and those looking to make the UK their home. Information about life in the UK is important in helping refugees and other new migrants to take advantage of the opportunities that the UK offers, and to understand the responsibilities we all have to other groups in our society.

We hope this guide will help you find your way more easily. It contains useful information about how to make contact with the services that can help you after you have been granted refugee or Humanitarian Protection status. This information is intended as a helpful starting point. More detailed information about specific services in your local area will be available through local authorities and charities.



Mục đích của hướng dẫn này

Hướng dẫn này dành cho người trưởng thành gần đây đã được công nhận là tị nạn hoặc Bảo vệ Nhân đạo sau khi xin quy chế tị nạn. Hướng dẫn này có liên quan đến những người tị nạn mới sống ở Anh. Người tị nạn ở Scotland có thể tìm thông tin tại www.gov.scot/publications/new-scots-refugee-integration-strategy-2018-2022/ và người tị nạn ở Wales có thể tìm thông tin tại www.gov.wales/sanctuary.

Chính phủ đã công bố kế hoạch hành động Chiến lược Cộng đồng Hội nhập vào tháng 2 năm 2019. Chương trình hành động này nhận thấy hội nhập là một quá trình hai chiều và mọi người đều góp phần phát huy các giá trị chung của chúng ta, cả những người đã ở đây và những người muốn biến Vương quốc Anh thành nhà của họ. Thông tin về cuộc sống ở Vương quốc Anh rất quan trọng trong việc giúp đỡ người tị nạn và những người di cư mới khác tận dụng các cơ hội do Vương quốc Anh mang lại, và để hiểu trách nhiệm của tất cả chúng ta đối với các nhóm khác trong xã hội.

Chúng tôi hy vọng hướng dẫn này sẽ giúp bạn tìm cách thực hiện dễ dàng hơn. Hướng dẫn này chứa thông tin hữu ích về cách liên hệ với các dịch vụ có thể giúp bạn sau khi bạn đã được cấp tình trạng người tị nạn hoặc Bảo vệ Nhân đạo. Mục đích của thông tin này là đưa ra một điểm khởi đầu hữu ích. Thông tin chi tiết hơn về các dịch vụ cụ thể trong khu vực địa phương của bạn sẽ có sẵn thông qua chính quyền địa phương và các tổ chức từ thiện.



In this booklet you will find sections on:

A general introduction to the UK including things you may find helpful such as what money is used, how transport works and what the weather is like	
Relevant information once you've been recognised as a refugee	
Preparing you for the move on period: what you should do and how to access support, employment and housing	
Employment: how to find a job and apply for support while you search	
Finding accommodation	
Accessing education	
What rights and responsibilities you have, what is legal and illegal, and how to get help from the police	
How to see a doctor and other healthcare needs	

Trong tập sách này, bạn sẽ tìm thấy các phần về:

Giới thiệu chung về Vương quốc Anh bao gồm những nội dung bạn có thể thấy hữu ích như loại tiền nào được sử dụng, cách thức hoạt động của giao thông và thời tiết như thế nào



Thông tin liên quan sau khi bạn đã được công nhận là người tị nạn



Chuẩn bị cho bạn việc chuyển đổi trong giai đoạn này: bạn nên làm gì và làm thế nào để tiếp cận dịch vụ hỗ trợ, việc làm và nhà ở



Việc làm: làm thế nào để tìm việc và xin hỗ trợ trong khi bạn tìm việc



Tìm chỗ ở



Tiếp cận dịch vụ giáo dục



Bạn có quyền và trách nhiệm gì, điều gì là hợp pháp và bất hợp pháp, và làm thế nào để nhận được sự giúp đỡ từ cảnh sát



Làm thế nào để đến gặp bác sĩ và các nhu cầu chăm sóc sức khỏe khác



Contents

Chapter 1
Introduction to the UK

Chapter 2
Once you've been recognised as a refugee

Chapter 3
The first month

Chapter 4
Employment and Benefits

Chapter 5
Housing and Services

Chapter 6
Education

Chapter 7
Legal Rights and Responsibilities

Chapter 8
Healthcare

Chapter 9
Contacts and Further Information

Nội dung

Chương 1

Giới thiệu về Vương quốc Anh

Chương 2

Sau khi bạn đã được công nhận là người tị nạn

Chương 3

Tháng đầu tiên

Chương 4

Việc làm và trợ cấp

Chương 5

Nhà ở và dịch vụ

Chương 6

Giáo dục

Chương 7

Các quyền và trách nhiệm hợp pháp

Chương 8

Chăm sóc sức khỏe

Chương 9

Những cụm từ hữu ích, Liên Hệ và Thông Tin Bổ Xung

Chapter 1

Introduction to the UK

In this chapter you will learn about:

- ✓ The people, language and culture in the UK
- ✓ The political system

Chương 1

Giới thiệu về Vương quốc Anh

Trong chương này, bạn sẽ tìm hiểu về:



Con người, ngôn ngữ và văn hóa ở Vương quốc Anh



Hệ thống chính trị

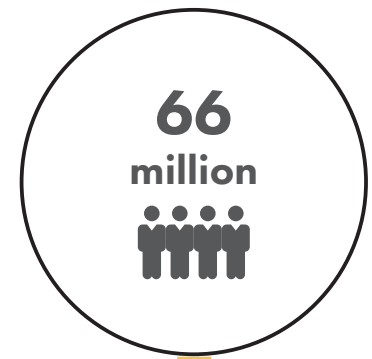
Population, culture and religion

Around 66 million people live in the UK. 55 million people live in England, while around 5.4 million people live in Scotland, 3 million in Wales and 1.9 million in Northern Ireland.

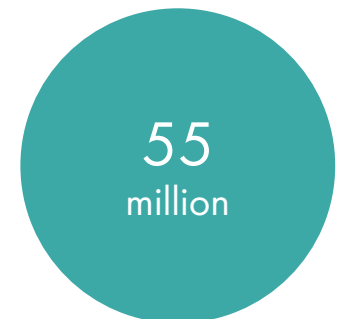
The UK is ethnically diverse with a multi-cultural and multi-faith society. Some areas of the UK are more diverse than others, especially larger cities. In 2011, over 14% of the population identified themselves as being part of an ethnic group other than white. This includes mixed ethnic groups, Asian, African and Arab people. The largest religion in the UK is Christianity, with 33.2 million people (59% of the population). The second largest religion is Islam, with 2.7 million people (5% of the population). Around a quarter of the UK population practise no religion.



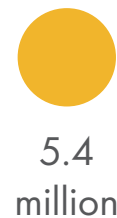
UK population



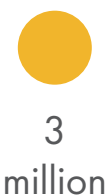
England



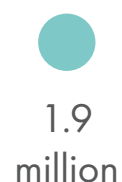
Scotland



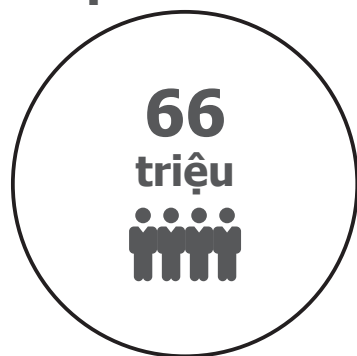
Wales



Northern Ireland



Dân số của Vương quốc Anh



Anh



Scotland



5,4 triệu

Wales



3 triệu

Bắc Ireland

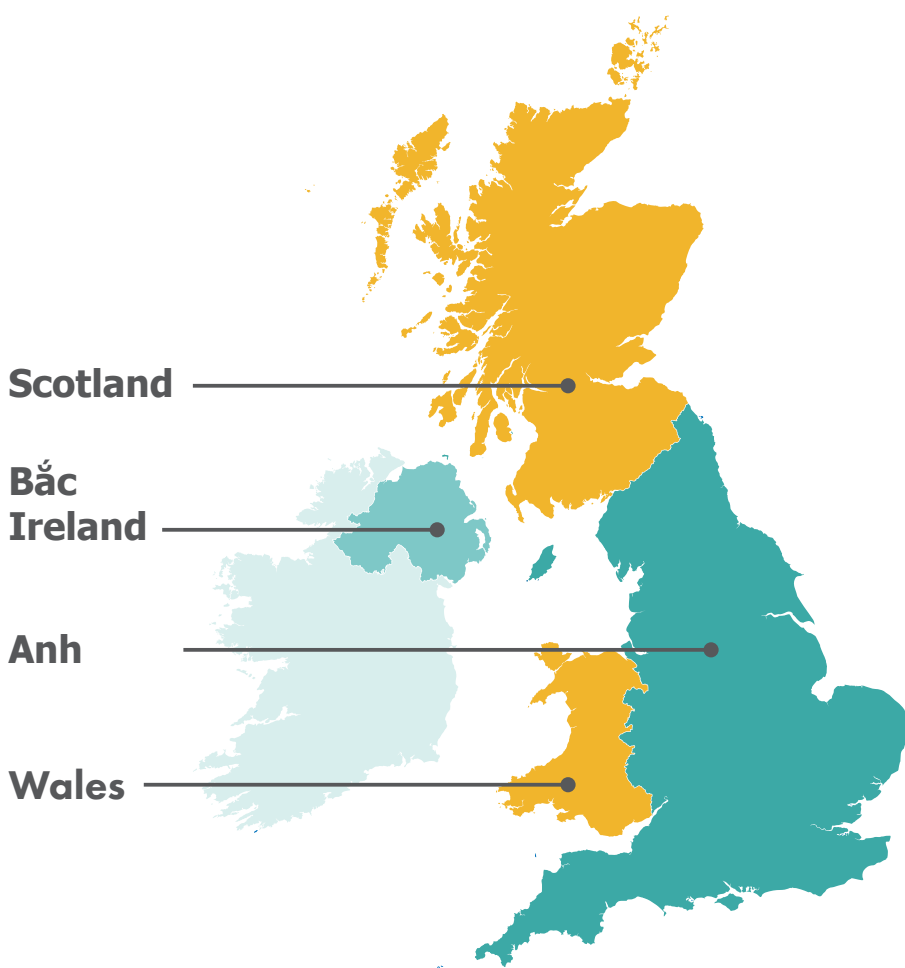


1,9 triệu

Dân số, văn hóa và tôn giáo

Có khoảng 66 triệu người sống ở Vương quốc Anh. 55 triệu người sống ở Anh, khoảng 5,4 triệu người sống ở Scotland, 3 triệu ở Wales và 1,9 triệu ở Bắc Ireland.

Vương quốc Anh đa dạng về sắc tộc với một xã hội đa văn hóa và đa tín ngưỡng. Một số khu vực của Vương quốc Anh đa dạng hơn các khu vực khác, đặc biệt là các thành phố lớn. Năm 2011, hơn 14% dân số tự nhận mình là một phần của một nhóm dân tộc khác không phải người da trắng. Con số này bao gồm các nhóm dân tộc hỗn hợp, người châu Á, châu Phi và Ả Rập. Tôn giáo lớn nhất ở Vương quốc Anh là Cơ đốc giáo, với 33,2 triệu người (chiếm 59% dân số). Tôn giáo lớn thứ hai là Hồi giáo, với 2,7 triệu người (chiếm 5% dân số). Khoảng một phần tư dân số Vương quốc Anh không theo tôn giáo.



Cultural and religious differences, tolerance and fairness are important values. People are allowed to practise or celebrate their beliefs or identity, provided they respect the belief or identity of others and are not in conflict with UK laws.

You are free to practise your religion. You can find churches, mosques, synagogues or other places of worship in many towns and cities, though there are fewer in rural areas. Christianity is the official religion and festivals such as Christmas and Easter are widely celebrated.

People must respect each other's views, religion and dress, even if it is different from what they are used to. It is illegal to treat people in a bad or different way because of where they come from, their gender, sexuality, religion, political views, age, disability or other characteristics.

Languages

The main language in the UK is English. The UK uses British spelling, which differs slightly to American English. There are many different regional accents across the UK.

Welsh is also widely used and taught in Wales and there are other recognised regional languages such as Scots Gaelic, Scots, Irish/Gaelic and Cornish.



**Main language:
English**



Regional dialects

People must respect each other's views, religion and dress, even if it is different from what they are used to. It is illegal to treat people in a bad or different way because of where they come from, their gender, sexuality, religion, political views, age, disability or other characteristics.



Sự khác biệt về văn hóa và tôn giáo, sự khoan dung và công bằng là những giá trị quan trọng. Mọi người được phép thực hành hoặc tôn vinh niềm tin hoặc bản sắc của họ, miễn là họ tôn trọng niềm tin hoặc bản sắc của người khác và không đi ngược với luật pháp của Vương quốc Anh.



Ngôn ngữ chính: Tiếng Anh

Bạn được tự do thực hành tôn giáo của mình. Bạn có thể tìm thấy nhà thờ, nhà thờ Hồi giáo, giáo đường Do Thái hoặc những nơi thờ cúng khác ở nhiều thị trấn và thành phố, mặc dù ở khu vực nông thôn có ít hơn. Cơ đốc giáo là tôn giáo chính thức và các lễ hội như Giáng sinh và Phục sinh được tổ chức rộng rãi.

Mọi người phải tôn trọng quan điểm, tôn giáo và trang phục của nhau, ngay cả khi những đặc điểm này khác với những gì họ đã quen thuộc. Việc đối xử với mọi người theo cách tồi tệ hoặc khác nhau vì lý do về nơi mà họ đến từ đó, giới tính, tình dục, tôn giáo, quan điểm chính trị, tuổi tác, tình trạng khuyết tật hoặc các đặc điểm khác là bất hợp pháp.



Phương ngữ khu vực

Ngôn ngữ

Ngôn ngữ chính ở Vương quốc Anh là tiếng Anh. Vương quốc Anh sử dụng chính tả tiếng Anh, khác một chút so với tiếng Anh Mỹ. Có nhiều kiểu giọng theo khu vực khác nhau trên khắp Vương quốc Anh.

Tiếng Wales cũng được sử dụng và giảng dạy rộng rãi ở xứ Wales và có những ngôn ngữ khu vực khác được công nhận như tiếng Gael Scotland, tiếng Scotland, tiếng Ireland/tiếng Gael và tiếng Cornwall.

Mọi người phải tôn trọng quan điểm, tôn giáo và trang phục của nhau, ngay cả khi những đặc điểm này khác với những gì họ đã quen thuộc. Việc đối xử với mọi người theo cách tồi tệ hoặc khác nhau vì lý do về nơi mà họ đến từ đó, giới tính, tình dục, tôn giáo, quan điểm chính trị, tuổi tác, tình trạng khuyết tật hoặc các đặc điểm khác là bất hợp pháp.



Political system and law

The UK is a constitutional monarchy and a parliamentary democracy. This means that the monarch is the head of state, but power rests in the democratically elected parliament.

The Prime Minister leads the government. The government is usually formed by the largest political party who are elected through free and fair elections.

The power to make laws rests in the two Houses of Parliament: the House of Commons and House of Lords. The House of Commons is made up of 650 representatives (Members of Parliament or MPs) from geographical constituencies, elected every five years by the general public. The House of Lords is made up of appointed members.

Scotland, Wales and Northern Ireland also each have their own government, and while their responsibilities differ, typically they have responsibility for issues such as healthcare and education. Scotland and Northern Ireland also have responsibility for policing. Local councils (also called local authorities) are elected by the local population and are responsible for local services such as social services, libraries and sports centres, rubbish collection, roads and other local issues.

The legal system is independent of the government and parliament. See Chapter 7 – Rights and Responsibilities for more details.

Hệ thống chính trị và pháp luật

Vương quốc Anh có chế độ quân chủ lập hiến và nền dân chủ nghị viện. Quốc vương là nguyên thủ quốc gia, nhưng quyền lực nằm trong quốc hội được bầu cử theo hình thức dân chủ.

Thủ tướng lãnh đạo chính phủ. Chính phủ thường được thành lập bởi đảng chính trị lớn nhất được bầu thông qua bầu cử tự do và công bằng.

Quyền lực xây dựng luật pháp thuộc về hai Nghị viện: Hạ nghị viện và Thượng nghị viện. Hạ nghị viện được thành lập từ 650 đại biểu (Thành viên Nghị viện hoặc Nghị sĩ) từ các khu vực bầu cử địa lý, được công chúng bầu chọn năm năm một lần. Thượng nghị viện được thành lập từ các thành viên chỉ định.

Scotland, Wales và Bắc Ireland cũng có chính phủ riêng và trong khi trách nhiệm của họ khác nhau, thông thường họ có trách nhiệm đối với các vấn đề như chăm sóc sức khỏe và giáo dục. Scotland và Bắc Ireland cũng có trách nhiệm kiểm soát. Hội đồng địa phương (còn gọi là chính quyền địa phương) do người dân địa phương bầu ra và chịu trách nhiệm cho các dịch vụ địa phương như dịch vụ xã hội, thư viện và trung tâm thể thao, thu gom rác, giao thông và các vấn đề địa phương khác.

Hệ thống pháp lý độc lập với chính phủ và quốc hội. Xem Chương 7 - Các quyền và trách nhiệm để biết thêm chi tiết.



The law is enforced by the police, who treat everyone fairly and ensure the safety of all citizens. If you are the victim of a crime or suspect a crime, you should contact the police immediately. The police are required to perform their duties in line with standards of professional behaviour for police officers. If you are not satisfied with the service you have received from the police, you can complain.



Queen Elizabeth II and the Monarchy

The UK has a royal family and Queen Elizabeth II has been the head of state since 1952, which makes her the longest-reigning monarch in the history of the UK. She is married to Prince Philip, who is also known as the Duke of Edinburgh.

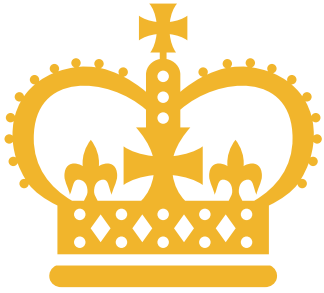


Her son Prince Charles, Prince of Wales, is next in line to the throne, followed by Prince William, the son of Prince Charles. Prince William and his wife Catherine hold the title of the Duke and Duchess of Cambridge.





Luật pháp được thực thi bởi cảnh sát. Họ đối xử công bằng với mọi người và đảm bảo an toàn cho mọi công dân. Nếu bạn là nạn nhân của tội phạm hoặc có nghi ngờ về một tội phạm, bạn nên liên hệ với cảnh sát ngay lập tức. Cảnh sát được yêu cầu thực hiện nhiệm vụ của mình theo tiêu chuẩn hành vi chuyên nghiệp dành cho sĩ quan cảnh sát. Nếu bạn không hài lòng với dịch vụ bạn đã nhận được từ cảnh sát, bạn có thể khiếu nại.



Nữ hoàng Elizabeth II và chế độ quân chủ

Vương quốc Anh có gia đình hoàng gia và Nữ hoàng Elizabeth II là nguyên thủ quốc gia kể từ năm 1952, khiến bà trở thành vị vua trị vì lâu nhất trong lịch sử Vương quốc Anh. Bà kết hôn với Hoàng tử Philip, người còn được gọi là Công tước xứ Edinburgh.

Con trai của bà là Hoàng tử Charles, Hoàng tử xứ Wales, là người kế vị ngai vàng, tiếp theo là Hoàng tử William, con trai của Hoàng tử Charles. Hoàng tử William và vợ Catherine giữ danh hiệu Công tước và Nữ Công tước xứ Cambridge.



Other important information

Money

The currency in the UK is the Pound Sterling (£).
£1 (one pound) = 100p (100 pennies, or pence).

Cash is accepted in most places but increasingly people use debit/credit cards to pay for goods and services.



Public transport

There is an extensive train and bus network across the country.

To use public transport, you usually have to buy a ticket before travelling. For national trains or buses, tickets are usually much cheaper if bought in advance. Times and ticket prices vary across the UK; you can find out more information on the national rail website:

www.nationalrail.co.uk or in your local train or bus station.



Thông tin quan trọng khác

Tiền tệ

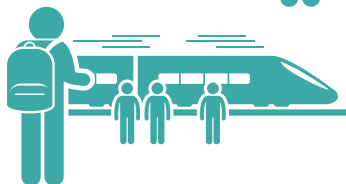


Tiền tệ ở Vương quốc Anh là Bảng Anh (£).
£1 (một bảng) = 100p (100 xu).

Tiền mặt được chấp nhận ở hầu hết mọi nơi nhưng ngày càng nhiều người sử dụng thẻ ghi nợ/thẻ tín dụng để thanh toán cho hàng hóa và dịch vụ.



TICKET 429



Giao thông công cộng

Có một mạng lưới tàu lửa và xe buýt rộng khắp cả nước.

Để sử dụng phương tiện giao thông công cộng, bạn thường phải mua vé trước khi đi. Với tàu hỏa quốc gia hoặc xe buýt, vé thường rẻ hơn nhiều nếu mua trước. Thời gian và giá vé khác nhau trên khắp Vương quốc Anh; bạn có thể tìm hiểu thêm thông tin trên trang web đường sắt quốc gia:

www.nationalrail.co.uk hoặc tại nhà ga tàu hỏa hoặc trạm xe buýt địa phương.

Timezone and daylight saving

The UK time zone is Greenwich Mean Time (GMT) during winter months and GMT +1 (also called British Summer Time or BST) during the summer. In order to make the most of sunlight hours, the UK (along with the rest of Europe) moves its clocks forward by one hour in late March, and then moves them back in late October.

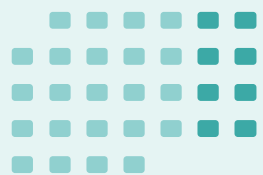


Weekends and bank holidays

The UK weekend falls on Saturday and Sunday, when most offices close. Banks and post offices are usually open Monday-Friday and on Saturday morning, but close on Saturday afternoon and Sunday. However, most shops and restaurants remain open on Saturday and for much of Sunday.

There are a number of public holidays throughout the year. Some apply across the entire UK and some are specific to England and Wales, Scotland or Northern Ireland. Most businesses close, but shops, restaurants and leisure facilities usually remain open.

• Calendar •





Múi giờ và giờ mùa hè

Múi giờ của Vương quốc Anh là Giờ chuẩn Greenwich (GMT) trong các tháng mùa đông và GMT+1 (còn được gọi là Giờ mùa hè của Anh hay BST) trong mùa hè. Để tận dụng tối đa số giờ có nắng, Vương quốc Anh (cùng với phần còn lại của châu Âu) dịch chuyển đồng hồ sớm hơn một giờ vào cuối tháng 3, và sau đó dịch chuyển đồng hồ trở lại vào cuối tháng 10.

Cuối tuần và ngày lễ

Cuối tuần ở Anh rơi vào Thứ Bảy và Chủ Nhật, lúc đó hầu hết các văn phòng đều đóng cửa. Ngân hàng và bưu điện thường mở cửa từ Thứ Hai đến Thứ Sáu và sáng Thứ Bảy, nhưng đóng cửa vào chiều Thứ Bảy và Chủ Nhật. Tuy nhiên, hầu hết các cửa hàng và nhà hàng vẫn mở cửa vào Thứ Bảy và trong phần lớn Chủ Nhật.

Có một số ngày lễ trong suốt cả năm. Một số ngày lễ áp dụng trên toàn bộ Vương quốc Anh và một số dành riêng cho Anh và xứ Wales, Scotland hoặc Bắc Ireland. Hầu hết các doanh nghiệp đều đóng cửa, nhưng các cửa hàng, nhà hàng và các cơ sở giải trí thường vẫn mở cửa.



Summary

The UK is a constitutional monarchy and a parliamentary democracy



English is the main language in the UK



The UK is multi-cultural and multi-faith. You must respect other people's views and beliefs and abide by UK law



Tóm tắt

Vương quốc Anh có chế độ quân chủ lập hiến và nền dân chủ nghị viện



Tiếng Anh là ngôn ngữ chính ở Vương quốc Anh



Vương quốc Anh đa văn hóa và đa tín ngưỡng. Bạn phải tôn trọng quan điểm và niềm tin của người khác và tuân thủ luật pháp Vương quốc Anh



Chapter 2

Once you have been recognised as a refugee

In this chapter you will learn about:

- ✓ Your immigration status and if your family can join you in the UK
- ✓ Your biometric residence permit and travelling outside the UK
- ✓ Opening a bank account
- ✓ Learning English

Chương 2

Sau khi bạn đã được công nhận là người tị nạn

Trong chương này, bạn sẽ tìm hiểu về:



Tình trạng nhập cư của bạn và liệu gia đình bạn có thể đoàn tụ cùng với bạn ở Vương quốc Anh hay không



Giấy phép cư trú sinh trắc học của bạn và đi ra ngoài Vương quốc Anh



Mở tài khoản ngân hàng



Học tiếng Anh

Your status

If you have refugee or Humanitarian Protection status in the UK, it means that:

- You may legally remain in the UK for five years from the date you are recognised as a refugee or in need of Humanitarian Protection
- You can access public services e.g. healthcare and schools
- You can apply to stay permanently in the UK (known as 'indefinite leave to remain') after five years
- You may work
- You may apply for social-welfare benefits to support you to live and find work

People granted Humanitarian Protection or refugee status have a number of the same entitlements. However, refugee status has some differences to Humanitarian Protection, for example in relation to university applications and education support (see further information on page 118) and travelling to other countries (see further information on page 34).



You may work



**You may apply
for benefits until you
are able to work**



Bạn có thể làm việc



Bạn có thể nộp đơn xin trợ cấp cho đến khi bạn có thể làm việc

Tình trạng của bạn

Nếu bạn có tình trạng người tị nạn hoặc Bảo vệ Nhân đạo ở Vương quốc Anh, điều đó có nghĩa là:

- Bạn có thể ở lại Vương quốc Anh một cách hợp pháp trong năm năm kể từ ngày bạn được công nhận là người tị nạn hoặc cần Bảo vệ Nhân đạo
- Bạn có thể tiếp cận các dịch vụ công cộng, ví dụ như chăm sóc sức khỏe và giáo dục
- Bạn có thể nộp đơn xin ở lại vĩnh viễn tại Vương quốc Anh (được gọi là "cho phép ở lại vĩnh viễn") sau năm năm
- Bạn có thể làm việc
- Bạn có thể nộp đơn xin trợ cấp phúc lợi xã hội để hỗ trợ bạn sống và tìm việc

Những người được công nhận tình trạng Bảo vệ Nhân đạo hoặc người tị nạn có một số quyền giống nhau. Tuy nhiên, tình trạng người tị nạn có một số khác biệt so với Bảo vệ Nhân đạo, ví dụ liên quan đến việc nộp đơn xin vào đại học và hỗ trợ giáo dục (xem thêm thông tin ở trang 118), đi đến các quốc gia khác (xem thêm thông tin ở trang 34).

Family links

Where possible, the aim is for refugees to be resettled as a family group but sometimes families can become separated. Opportunities for other family members to join you in the UK may be very limited and there is no guarantee that they will be able to join you. These opportunities may include family reunion under the immigration rules, Family Migration routes and resettlement.

If you have family based in one of the UK's resettlement host countries and they wish to join you in the UK, this may be possible but there is no guarantee. Resettlement is only available to a very small number of refugees and places are therefore reserved for the most vulnerable cases only.

You should advise them:

- To register with UNHCR in one of the UK's resettlement host countries
- To tell UNHCR that they wish to be reunited with you in the UK, providing your UNHCR reference number if you know this
- UNHCR may assess if resettlement is the appropriate solution for your family and whether they can be prioritised for resettlement based on their needs
- Even if UNHCR refer your family members to the UK under the resettlement scheme, the UK might reject the application or not be able to find suitable accommodation
- If the UK accepts them, we will try our best to locate families close to each other, but this is not always possible and they may be resettled in a different area of the UK



**Register with
UNHCR**



UNHCR will decide



**Family may be
resettled in a
different area**



**Đăng ký với
UNHCR**



**UNHCR sẽ quyết
định**



**Gia đình có thể
được tái định cư ở
một khu vực khác**

Liên kết gia đình

Nếu có thể, mục đích là để những người tị nạn được tái định cư thành một nhóm gia đình nhưng đôi khi gia đình có thể bị xa cách. Cơ hội cho các thành viên khác trong gia đình đoàn tụ cùng với bạn ở Vương quốc Anh có thể rất hạn chế và không có gì đảm bảo rằng họ sẽ có thể đoàn tụ cùng với bạn. Những cơ hội này có thể bao gồm đoàn tụ gia đình theo các quy tắc nhập cư, các lộ trình Di cư gia đình và tái định cư.

Nếu bạn có gia đình ở một trong những quốc gia tổ chức tái định cư của Vương quốc Anh và họ muốn đoàn tụ cùng với bạn ở Vương quốc Anh, điều này là có thể nhưng không có sự đảm bảo. Tái định cư chỉ dành cho một số rất ít người tị nạn và do đó chỉ dành riêng cho những trường hợp dễ bị tổn thương nhất.

Bạn nên khuyên họ:

- Đăng ký với UNHCR tại một trong những quốc gia tổ chức tái định cư của Vương quốc Anh
- Nói với UNHCR rằng họ muốn được đoàn tụ với bạn ở Vương quốc Anh, cung cấp số tham chiếu UNHCR của bạn nếu bạn biết số này
- UNHCR có thể đánh giá xem việc tái định cư có phải là giải pháp phù hợp cho gia đình bạn hay không và liệu họ có thể được ưu tiên tái định cư dựa trên nhu cầu của họ hay không
- Ngay cả khi UNHCR giới thiệu các thành viên gia đình của bạn đến Vương quốc Anh theo chương trình tái định cư, Vương quốc Anh có thể từ chối đơn đăng ký hoặc không thể tìm được chỗ ở phù hợp
- Nếu Vương quốc Anh chấp nhận họ, chúng tôi sẽ cố gắng hết sức để đặt các gia đình ở địa điểm gần nhau, nhưng điều này không phải lúc nào cũng có thể và họ có thể được tái định cư ở một khu vực khác của Vương quốc Anh

If you are married or have a partner and/or children under the age of 18, the leave you have been granted entitles your spouse or partner and minor children to join you in the UK, providing they were part of your family unit before you left your country of origin to seek asylum. They will need to meet certain conditions which are set out in the Home Office policy on Family Reunion and the Immigration Rules. You can find the policy on GOV.UK at: <http://www.gov.uk/government/collections/asylum-decision-making-guidance-asylum-instructions>

Family Reunion visas are free of charge. Your family must apply online at www.gov.uk/settlement-refugee-or-humanitarian-protection/family-reunion and make an appointment at a UK Visa Application Centre overseas to enrol their biometrics. The visa will be issued if the Visa Officer is satisfied, from the evidence presented, that the applicant is related as claimed to the person they are applying to join in the UK. This may lead to a review of your entitlement to refugee or Humanitarian Protection status in the UK.

If your spouse or partner and minor children are not in the UK and want to apply for family reunion, they will need to make an application for entry clearance to the UK before they travel. Details on how to apply are available on GOV.UK at: <http://www.gov.uk/settlement-refugee-or-humanitarian-protection/family-reunion>

If your family members wish to visit you in the UK for a shorter period of time, they may be able to apply for a visit visa although this may not be successful. More information can be found on GOV.UK

Nếu bạn đã kết hôn hoặc có bạn đời và/hoặc con dưới 18 tuổi, sự cho phép mà bạn đã được cấp sẽ cho phép người phối ngẫu hoặc bạn đời và con nhỏ của bạn đoàn tụ cùng với bạn ở Vương quốc Anh, với điều kiện họ là một phần của đơn vị gia đình trước khi bạn rời khỏi quốc gia xuất xứ của bạn để xin tị nạn. Họ sẽ cần phải đáp ứng một số điều kiện được quy định trong chính sách của Bộ Nội Vụ về Đoàn tụ Gia đình và Quy tắc Nhập cư. Bạn có thể tìm thấy chính sách trên GOV.UK tại: <http://www.gov.uk/government/collections/asylum-decision-making-guidance-asylum-instructions>

Thị thực Đoàn tụ gia đình là miễn phí. Gia đình bạn phải nộp đơn trực tuyến tại www.gov.uk/settlement-refugee-or-humanitarian-protection/family-reunion và đặt lịch hẹn tại Trung tâm Đăng ký xin Thị thực của Vương quốc Anh ở nước ngoài để đăng ký thông tin sinh trắc học của họ. Thị thực sẽ được cấp nếu Chuyên viên Thị thực thấy chấp nhận được, từ các bằng chứng được trình bày, rằng người nộp đơn có liên quan như đã xác nhận với người mà họ nộp đơn xin đoàn tụ ở Vương quốc Anh. Điều này có thể dẫn đến việc xem xét quyền của bạn đối với tình trạng người tị nạn hoặc Bảo vệ Nhân đạo ở Vương quốc Anh.

Nếu người phối ngẫu hoặc bạn đời và con cái vị thành niên của bạn không muốn đăng ký đoàn tụ gia đình, họ sẽ cần làm đơn xin giấy phép nhập cảnh đến Vương quốc Anh trước khi họ thực hiện chuyến đi. Chi tiết về cách làm đơn xin có trên GOV.UK tại: <http://www.gov.uk/settlement-refugee-or-humanitarian-protection/family-reunion>

Nếu các thành viên gia đình của bạn muốn đến thăm bạn ở Vương quốc Anh trong một khoảng thời gian ngắn hơn, họ có thể nộp đơn xin thị thực thăm người thân mặc dù việc này có thể không thành công. Bạn có thể tìm thêm thông tin trên GOV.UK

Biometric Residence Permit

Once you have been recognised as a refugee you will receive a Biometric Residence Permit (BRP) in the post which will have your national insurance number on the reverse of the card.

Please keep this important document safe as it is evidence of your legal status in the UK and shows how long you may stay in the UK for.

It will also say that you are allowed to work in the UK. This document is required to access benefits, healthcare, apply for jobs, and so on (see Chapter 4 – Employment and Benefits).

You do not need to pay for the BRP.

This is what your BRP will look like.



Giấy phép cư trú sinh trắc học

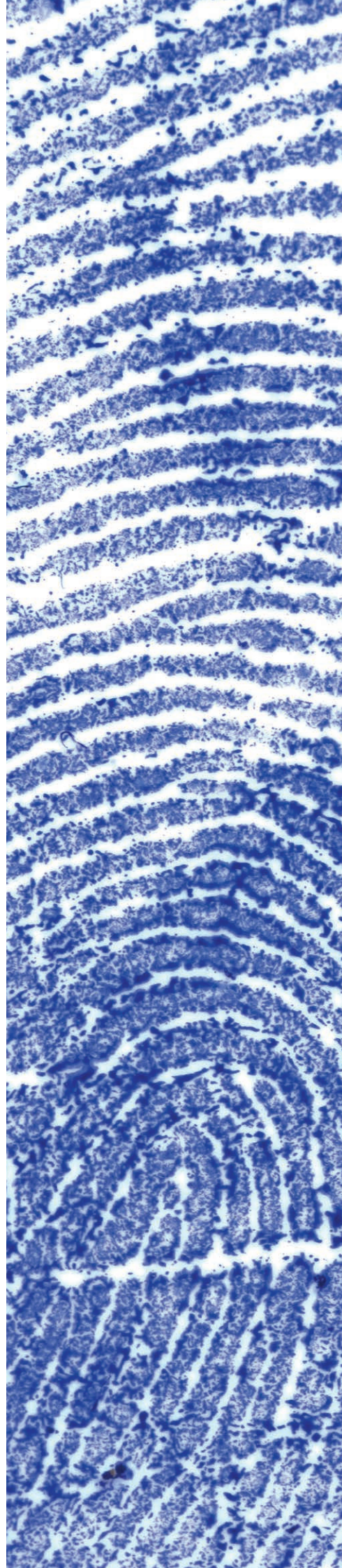
Khi bạn đã được công nhận là người tị nạn, bạn sẽ nhận được Giấy phép cư trú sinh trắc học (BRP) trong thư có số bảo hiểm quốc gia của bạn ở mặt sau của thẻ.

Vui lòng giữ tài liệu quan trọng này cẩn thận vì đó là bằng chứng về tình trạng pháp lý của bạn ở Vương quốc Anh và cho biết bạn có thể ở lại Vương quốc Anh trong bao lâu.

Giấy phép cũng cho biết rằng bạn được phép làm việc tại Vương quốc Anh. Bạn phải có giấy phép này để tiếp cận trợ cấp, chăm sóc sức khỏe, xin việc, v.v. (xem Chương 4 - Việc làm và trợ cấp).

Bạn không cần phải trả tiền cho BRP.

BRP của bạn trông sẽ như thế này.



Travelling outside the UK

You can travel outside the UK. However, you should not travel to your country of origin and/or the country from which you sought refuge as this could result in the withdrawal of your refugee or Humanitarian Protection status when you return to the UK. The rules relating to travelling outside the UK depend on whether you have Humanitarian Protection or refugee status.



Humanitarian Protection

If you have Humanitarian Protection you:

- Can travel on your national passport if you still hold a valid national passport
- Must take your BRP with you if you travel, as you will need to show this to an immigration officer to demonstrate that you have the right to enter and stay in the UK
- If you don't have a passport you should apply for a Home Office Travel Document (see below)



Refugee Status

If you have refugee status you:

- Cannot travel on your national passport, even if you still hold a valid passport, as this may impact your refugee status
- Will need to apply to the Home Office for a travel document



Đi ra ngoài Vương quốc Anh

Bạn có thể đi ra ngoài Vương quốc Anh. Tuy nhiên, bạn không nên đến quốc gia xuất xứ và/hoặc quốc gia mà từ đó bạn đã tìm nơi ẩn náu vì điều này có thể dẫn đến việc rút lại tình trạng người tị nạn hoặc Bảo vệ Nhân đạo khi bạn trở về Vương quốc Anh. Các quy tắc liên quan đến việc đi ra ngoài Vương quốc Anh phụ thuộc vào việc bạn có tình trạng Bảo vệ Nhân đạo hoặc người tị nạn hay không.



Bảo vệ Nhân đạo

Nếu bạn có Bảo vệ Nhân đạo:

- Bạn có thể đi lại bằng hộ chiếu quốc gia của bạn nếu bạn vẫn giữ hộ chiếu quốc gia hợp lệ
- Bạn phải mang theo BRP nếu bạn đi lại, vì bạn sẽ cần trình cho nhân viên nhập cư để chứng minh rằng bạn có quyền vào và ở lại Vương quốc Anh
- Nếu bạn không có hộ chiếu, bạn nên làm đơn xin Giấy phép Đi lại của Bộ Nội Vụ (xem bên dưới)



Tình trạng người tị nạn

Nếu bạn có tình trạng người tị nạn, bạn:

- Không thể đi lại bằng hộ chiếu quốc gia của bạn, ngay cả khi bạn vẫn giữ hộ chiếu hợp lệ, vì điều này có thể ảnh hưởng đến tình trạng người tị nạn của bạn
- Bạn cần phải nộp đơn xin giấy phép đi lại cho Bộ Nội Vụ

Applying for travel documents

If you are issued with a Home Office Travel Document, this will not be valid for travel back to your home country.

Details of how to apply and the cost of a Home Office travel document can be found at:

www.gov.uk/apply-home-office-travel-document/overview

You may need a visa to travel to other countries. Please check the visa and other entry requirements of the country you wish to visit via the relevant embassy for that country in London before buying a ticket or attempting to travel.

Làm đơn xin giấy phép đi lại

Nếu bạn được cấp Giấy phép đi lại của Bộ Nội Vụ, giấy phép này sẽ không có giá trị khi bạn quay trở lại đất nước của bạn.

Chi tiết về cách làm đơn xin và chi phí của giấy phép đi lại của Bộ Nội Vụ có tại:

www.gov.uk/apply-home-office-travel-document/overview

Bạn có thể cần thị thực để đi đến các nước khác. Vui lòng kiểm tra thủ tục làm thị thực và các yêu cầu nhập cảnh khác của quốc gia bạn muốn đến thông qua đại sứ quán liên quan của quốc gia đó ở Luân Đôn trước khi mua vé hoặc tìm cách đi.

Opening a bank account

Opening a bank account is important when you are recognised as a refugee: to keep your money safe and to enable you to receive payments. Benefit payments will usually be paid directly into your bank account and it is also the easiest way for employers to pay you when you get a job.

There are a range of banks and you can choose one that suits you best. There are also online-only providers which you can use.

In order to open a bank account you will usually need to show a form of identification such as your passport or BRP as well as proof of your address, such as your tenancy agreement (see Chapter 5 – Housing and Services) or a gas, electric or phone bill. Some banks will accept sight of your Universal Credit account as proof of identification.

You should ask about any charges when you open a bank account. Depending on the terms and conditions of your account, you may be charged if you spend more money than you have or for other services that may be included.

Once you open your account, you will usually be issued with a debit card which can be used to pay for things in most shops. You can also arrange for bills to be paid directly from your account using 'direct debit'.





Mở tài khoản ngân hàng

Mở tài khoản ngân hàng là việc rất quan trọng khi bạn được công nhận là người tị nạn: để giữ an toàn cho tiền của bạn và cho phép bạn nhận thanh toán. Các khoản thanh toán trợ cấp thường sẽ được thanh toán trực tiếp vào tài khoản ngân hàng của bạn và đó cũng là cách dễ nhất để nhà tuyển dụng trả lương cho bạn khi bạn có việc làm.



Có nhiều ngân hàng và bạn có thể chọn một ngân hàng phù hợp nhất với bạn. Ngoài ra bạn có thể sử dụng các nhà cung cấp chỉ bằng hình thức trực tuyến.



Để mở tài khoản ngân hàng, thường thì bạn phải có một dạng chứng minh thư như hộ chiếu hoặc BRP cũng như bằng chứng về địa chỉ của bạn, chẳng hạn như hợp đồng thuê nhà (xem Chương 5 - Nhà ở và dịch vụ) hoặc hóa đơn gas, điện hoặc điện thoại. Một số ngân hàng chấp nhận tài khoản trợ cấp Universal Credit của bạn coi như là bằng chứng nhân thân.



Bạn nên hỏi về mọi khoản phí khi mở tài khoản ngân hàng. Tùy thuộc vào các điều khoản và điều kiện của tài khoản, bạn có thể bị tính phí nếu bạn chi nhiều tiền hơn số tiền bạn có hoặc cho các dịch vụ khác có thể được đưa vào.

Khi bạn mở tài khoản, thường thì bạn sẽ được cấp thẻ ghi nợ có thể sử dụng để thanh toán mọi mặt hàng trong hầu hết các cửa hàng. Bạn cũng có thể sắp xếp thanh toán trực tiếp cho hóa đơn từ tài khoản của mình bằng cách sử dụng 'ghi nợ trực tiếp'.



Learning English

Learning to speak English is very important and will help you to settle into your new life and live independently, enable you to go to the doctor on your own, help your children at school and help you get a job or study further.

You are entitled to free English language tuition if you are unemployed and looking for work. If you are attending appointments at the Jobcentre (see chapter 4 on Employment and Benefits), your work coach may refer you to an English language class.

You can also find information about English classes by contacting the local council where you live. Before you join a class, a teacher will check your level and find out more about you, so that you can join a class with people who are at a similar level as you, and which is suitable for your needs. If you have a baby or young children, you may need to arrange for someone to care for them while you attend classes, or find a class with a creche.

You do not need to know any English to join an English course. Classes can be a lot of fun and are a good place to meet people and make friends.

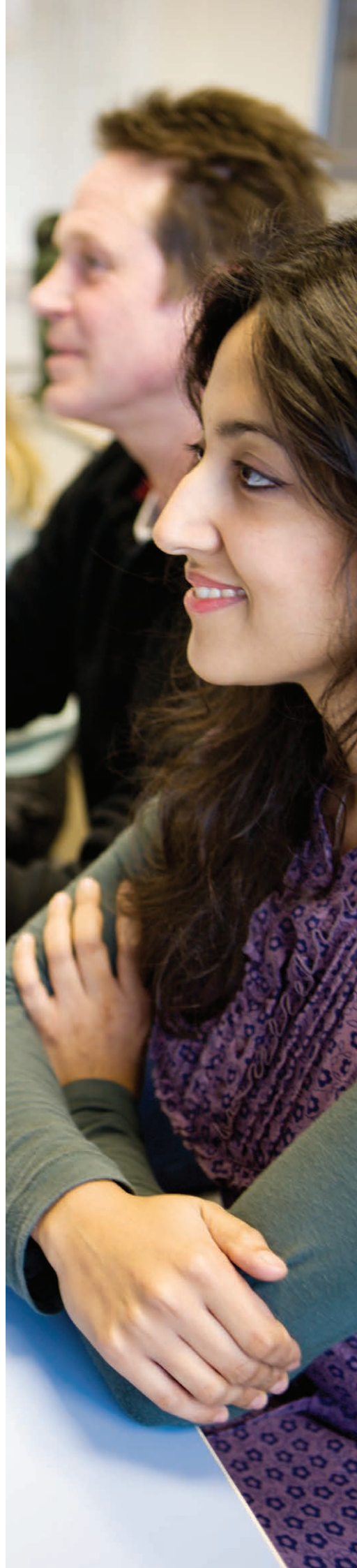
Học tiếng Anh

Học nói tiếng Anh là việc rất quan trọng và sẽ giúp bạn ổn định cuộc sống mới và sống độc lập, cho phép bạn tự mình đến gặp bác sĩ, giúp con bạn ở trường học, tìm việc làm hoặc tiếp tục học thêm.

Bạn được hưởng học phí tiếng Anh miễn phí nếu bạn thất nghiệp và đang tìm việc làm. Nếu bạn đang có các cuộc hẹn gặp với Jobcentre (xem chương 4 về Việc làm và trợ cấp), người hướng dẫn công việc của bạn có thể giới thiệu bạn đến lớp học tiếng Anh.

Bạn cũng có thể tìm thông tin về lớp học tiếng Anh bằng cách liên hệ với hội đồng địa phương nơi bạn sinh sống. Trước khi bạn tham gia một lớp học, giáo viên sẽ kiểm tra trình độ của bạn và tìm hiểu thêm về bạn, để bạn có thể tham gia lớp học với những người có trình độ tương tự như bạn, và phù hợp với nhu cầu của bạn. Nếu bạn có con còn bé hoặc trẻ nhỏ, bạn có thể cần sắp xếp cho ai đó chăm sóc chúng trong khi bạn tham gia lớp học, hoặc tìm lớp học có nhà trẻ.

Bạn không cần biết tiếng Anh để tham gia khóa học tiếng Anh. Các lớp học có thể rất vui và là một nơi tốt để gặp gỡ mọi người và kết bạn.



Summary

You can access public services, work and claim benefits



Family links



You will receive a Biometric Residence Permit (BRP), which allows you to remain in the UK and find work – please keep this safe








You should open a bank account as soon as possible to help manage your money



Learning to speak English is very important and you should find out about classes available in your local area as soon as possible



Tóm tắt

Bạn có thể tiếp cận các dịch vụ công cộng, việc làm và yêu cầu trợ cấp	
Liên kết gia đình	
Bạn sẽ nhận được Giấy phép cư trú sinh trắc học (BRP), cho phép bạn ở lại Vương quốc Anh và tìm việc làm - vui lòng giữ giấy phép này cẩn thận	
Bạn nên mở tài khoản ngân hàng càng sớm càng tốt để giúp quản lý tiền của bạn	
Học nói tiếng Anh là việc rất quan trọng và bạn nên tìm hiểu về các lớp học có sẵn trong khu vực địa phương của bạn càng sớm càng tốt	

Chapter 3

The First Month

In this chapter you will learn about:

- Moving from asylum support to other services
- Migrant Help services
- Finding accommodation
- Integration loans

Chương 3

Tháng đầu tiên

Trong chương này, bạn sẽ tìm hiểu về:

- Chuyển từ hỗ trợ tị nạn sang các dịch vụ khác
- Dịch Vụ Migrants Help (Trợ Giúp người Di Cư)
- Tìm chỗ ở
- Các khoản vay hòa nhập

Successful Claims

Once you are recognised as a refugee by the Home Office you should read your decision letter carefully. It contains important information about the support you are entitled to, and what you need to do next.



Home Office support stops

You will receive your Biometric Residence Permit within 5 to 7 working days from when you have been granted refugee or Humanitarian Protection status. If you have been receiving support from the Home Office this will stop 28 days after your BRP has been sent to you. This means that you will need to make an appointment with the Department for Work and Pensions (DWP) at your local Jobcentre to ask for help in finding employment, and to claim the benefits you are entitled to. You will also need to arrange your own housing.



It is very important that you make an appointment with DWP quickly, so that your benefits can be paid to you as soon as possible



Yêu cầu thành công

Khi bạn được Bộ Nội Vụ công nhận là người tị nạn, bạn nên đọc kỹ thư quyết định của mình. Thư này chứa thông tin quan trọng về sự hỗ trợ mà bạn có quyền nhận và những gì bạn cần làm tiếp theo.



Dịch vụ hỗ trợ của Bộ Nội Vụ sẽ chấm dứt

Bạn sẽ nhận được Giấy phép cư trú sinh trắc học trong vòng 5 đến 7 ngày làm việc sau khi bạn được cấp tình trạng người tị nạn hoặc Bảo vệ nhân đạo. Nếu bạn đang nhận dịch vụ hỗ trợ từ Bộ Nội Vụ, dịch vụ này sẽ chấm dứt 28 ngày sau khi BRP được gửi cho bạn. Điều này có nghĩa là bạn sẽ cần hẹn gặp với Bộ Lao Động và Lương Hưu (DWP) tại Jobcentre tại địa phương của bạn để yêu cầu giúp đỡ tìm kiếm việc làm và để nhận trợ cấp mà bạn được hưởng. Bạn cũng sẽ cần sắp xếp nhà ở cho bạn.

Một việc rất quan trọng là bạn phải nhanh chóng thực hiện hẹn gặp với DWP, để có thể trả các trợ cấp cho bạn càng sớm càng tốt

Support from Migrant Help

If you have received asylum support from the Home Office, Migrant Help can provide advice about accessing benefits, housing and other services before the end of the 28 day period when your asylum support will end. They can help you book an appointment at your local Jobcentre to access benefits and receive advice on employment.

The Home Office will notify Migrant Help about the outcome of your asylum claim and Migrant Help will contact you within one working day. They will advise of the support they can provide and if you wish to receive their assistance, they will schedule a follow-on appointment.

Appointments will be provided either via telephone or face to face:

Tel: 0808 8010 503

Website: <https://www.migranthelpuk.org/contact>





Hỗ trợ của migrant Help

Nếu bạn đã nhận sự hỗ trợ xin tị nạn của của Bộ Nội, Migrant Help có thể cung cấp tư vấn về tiếp cận trợ cấp, nhà ở, và các dịch vụ khác trước khi kết thúc thời hạn 28 ngày khi hỗ trợ tị nạn của bạn sẽ kết thúc. Họ có thể giúp bạn đặt cuộc hẹn với trung tâm tìm việc làm tại địa phương của bạn(jobcentre) để tiếp cận trợ cấp và nhận được tư vấn về việc làm.

Bộ Nội Vụ sẽ thông báo cho Migrant Help về lết quả đơn xin tin nạn của bạn và Migrant Help sẽ liên hệ với bạn trong khoảng một ngày làm việc. Họ sẽ tư vấn về sự hỗ trợ họ có thể đáp ứng nếu bạn muốn nhận sự trợ giúp của họ, họ sẽ đặt lịch cho các buổi hẹn tiếp theo.

Buổi hẹn có thể đáp ứng qua điện thoại hoặc gặp mặt trực tiếp:

Tel: 0808 8010 503

Website: <https://www.migranthehelpuk.org/contact>

Leaving your accommodation

If you have been in government asylum accommodation while you have been waiting for your asylum decision this support will come to an end. You will need to find somewhere else to live. This could be private rented accommodation, a live-in job, hostel, flat, or house-share. You can also ask your Local Authority's Housing Department for advice and help.

Whichever option you choose, finding a new home once you leave your asylum accommodation is likely to take time. We strongly advise you to think about this as soon as possible, and to contact your Housing Officer who can advise you.

On the day you leave, you must take all your belongings with you, and leave your accommodation in the same condition as it was when you first moved in; clean and tidy.

If you have any problems or questions about your accommodation, you should contact Migrant Help. Your letter from the Home Office tells you the name of your accommodation provider and gives details of your support.

You can also discuss this at your appointment with DWP, who may be able to advise you further.

Rời khỏi chỗ ở của bạn

Nếu bạn đã ở tại nơi ở tị nạn của chính phủ trong khi chờ quyết định tị nạn, hỗ trợ này sẽ chấm dứt. Bạn sẽ cần tìm một nơi khác để ở. Đây có thể là chỗ ở thuê riêng, việc làm có chỗ ở tại chỗ, nhà trọ, căn hộ, hoặc nhà dùng chung. Bạn cũng có thể hỏi xin lời khuyên và giúp đỡ của Sở Nhà ở của Chính quyền Địa phương.

Cho dù bạn chọn phương án nào, việc tìm một ngôi nhà mới sau khi rời khỏi nơi ở tị nạn có thể sẽ mất thời gian. Chúng tôi khuyên bạn nên suy nghĩ về điều này càng sớm càng tốt và liên hệ với Chuyên viên Nhà ở của bạn, họ có thể giúp tư vấn cho bạn.

Khi bạn rời đi, bạn phải mang theo tất cả đồ đạc của mình, và giữ chỗ ở của bạn trong tình trạng giống như khi bạn mới chuyển đến; sạch sẽ và gọn gàng.

Nếu bạn gặp phải bất kỳ vấn đề hoặc thắc mắc nào về chỗ ở của mình, bạn nên liên hệ với Migrant Help. Thư của bạn từ Bộ Nội Vụ cho bạn biết tên của nhà cung cấp chỗ ở và cung cấp thông tin chi tiết về hỗ trợ của bạn.

Bạn cũng có thể thảo luận về vấn đề này tại buổi hẹn gặp với DWP, ở đây họ có thể tư vấn thêm cho bạn.

Integration loans

You are entitled to apply for an integration loan if you are 18 years of age or over. Integration loans have to be paid back but they are interest free. Loan applications can be made for items or activities that will help your integration into society. This could be help with housing, getting a job or education.

Information on the loan and an application form can be found on GOV.UK at

www.gov.uk/government/publications/application-for-an-integration-loan or you can request a form from the contact details provided in the accompanying paperwork with your decision letter.



Receive loans

Don't forget to read the following chapter – Employment & Benefits.



Nhận khoản vay

Các khoản vay hòa nhập

Bạn có quyền làm đơn xin một khoản vay hòa nhập nếu bạn từ 18 tuổi trở lên. Bạn phải trả lại các khoản vay hòa nhập nhưng không phải trả lãi. Bạn có thể làm đơn xin vay cho các mục hoặc hoạt động sẽ giúp bạn hòa nhập với xã hội. Sự giúp đỡ có thể là về nhà ở, tìm việc làm hoặc giáo dục.

Thông tin về khoản vay và mẫu đơn xin có trên GOV. UK tại

www.gov.uk/government/publications/application-for-an-integration-loan hoặc bạn có thể yêu cầu mẫu đơn từ thông tin liên hệ được cung cấp trong giấy tờ kèm theo thư quyết định của bạn.

Summary

Jobcentre Plus can help you find employment and access benefits



Home Office support stops







Migrant Help can help you make an appointment at the Jobcentre



If you have been in Government asylum accommodation, you will need to find somewhere else to live and your local authority can help



Tóm tắt

Jobcentre Plus có thể giúp bạn tìm việc làm và tiếp cận trợ cấp	
Dịch vụ hỗ trợ của Bộ Nội Vụ sẽ chấm dứt	
Migrant Help có thể giúp bạn đặt buổi hẹn với Jobcentre	
Nếu bạn đã ở tại nơi ở tị nạn của chính quyền, bạn sẽ cần tìm một nơi khác để sống và chính quyền địa phương có thể giúp bạn	

Chapter 4

Employment and Benefits

In this chapter you will learn about:

- Work in the UK
- How to find a job
- Paying taxes
- Financial support while you are not working or you are on a low income
- Your employment rights and how the law protects you at work

Chương 4

Việc làm và trợ cấp

Trong chương này, bạn sẽ tìm hiểu về:

- Làm việc ở Vương quốc Anh
- Cách tìm việc
- Trả thuế
- Hỗ trợ tài chính trong khi bạn không làm việc hoặc có thu nhập thấp
- Quyền có việc làm của bạn và luật pháp bảo vệ bạn tại nơi làm việc như thế nào

Employment opportunities

Finding a job will not only increase your income but will help you settle into your new life. There are many different kinds of jobs. Major industries in the UK include agriculture, production and services.

Some jobs will require qualifications or skills including speaking English. It may take time to build your skills and gain experience until you find a suitable job.

Many jobs require you to work 'normal working hours', often 9am to 5pm Monday to Friday. Your normal working hours will be fixed by your employment contract. For some jobs you may be expected to work in the evenings, weekends or at night.

Part-time jobs are also available. Some people may choose to work part-time in order to look after children, support themselves while studying or alongside another part-time job to increase their earnings.

Most people between 18 and 65 years old are expected to find work unless they are studying, caring for children or other family members or unable to work due to health issues. From the age of 16, it is possible to start to work for a few hours alongside studies, or take on an apprenticeship.

16 – 65 years old
Working age



9:00am to 5:00pm
Normal working hours



You have the right to work as soon as you have been granted refugee or Humanitarian Protection status in the UK. However, you will not automatically be given a job.

16 – 65 tuổi
Độ tuổi lao động



**9:00 sáng đến
5:00 chiều**
Giờ làm việc bình
thường



Cơ hội việc làm

Tìm việc không chỉ giúp tăng thu nhập mà còn giúp bạn ổn định cuộc sống mới. Có nhiều loại công việc khác nhau. Các ngành công nghiệp chính ở Vương quốc Anh bao gồm nông nghiệp, sản xuất và dịch vụ.

Một số công việc yêu cầu trình độ hoặc kỹ năng bao gồm nói tiếng Anh. Có thể mất thời gian để xây dựng kỹ năng của bạn và tích lũy kinh nghiệm cho đến khi bạn tìm được một công việc phù hợp.

Nhiều công việc yêu cầu bạn phải làm việc 'giờ làm việc bình thường', thường là 9 giờ sáng đến 5 giờ chiều từ Thứ Hai đến Thứ Sáu. Giờ làm việc bình thường sẽ được cố định theo hợp đồng lao động của bạn. Với một số công việc, bạn có thể phải làm việc vào buổi tối, cuối tuần hoặc vào ban đêm.

Có cả công việc bán thời gian. Một số người có thể chọn làm việc bán thời gian để chăm sóc con cái, hỗ trợ bản thân trong khi đi học hoặc cùng với một công việc bán thời gian khác để tăng thu nhập.

Hầu hết mọi người từ 18 đến 65 tuổi dự kiến sẽ tìm được việc làm trừ khi họ đang học tập, chăm sóc con cái hoặc các thành viên khác trong gia đình hoặc không thể làm việc do vấn đề về sức khỏe. Từ 16 tuổi, mọi người có thể bắt đầu làm việc một vài giờ bên cạnh việc học tập, hoặc học nghề.

Bạn có quyền làm việc ngay sau khi bạn được công nhận tình trạng người tị nạn hoặc Bảo vệ Nhân đạo ở Vương quốc Anh. Tuy nhiên, bạn sẽ không tự động có được việc làm.



Getting a job

In order to work in the UK, you will need your National Insurance number (NINO or NI number), which will be printed on your BRP. This is a unique set of letters and numbers for each person. It records the tax and National Insurance contributions you make, which pay for your healthcare and other public services. You cannot work or receive benefits without your NI number.

To get help to find a job, you should:

- Visit your local Jobcentre Plus – the Jobcentre can help you find jobs or direct you to training to help you get a job
- Look in local and national newspapers or recruitment websites where jobs are advertised
- Register with a recruitment agency who can find jobs for you
- Ask friends and relatives if they know of any available jobs where they work
- Visit local companies to enquire about job vacancies



Visit Jobcentre Plus



**Look in newspapers
or recruitment
websites**



**Register with
recruitment agency**





**Ghé thăm
Jobcentre Plus**



**Xem trên báo hoặc
trang web tuyển
dụng**



**Đăng ký với đại lý
tuyển dụng**

Tìm việc làm

Để làm việc tại Vương quốc Anh, bạn sẽ cần số Bảo hiểm Quốc gia (số NINO hoặc NI), được in trên BRP của bạn. Đây là một bộ chữ và số duy nhất cho mỗi người. Số này ghi lại các khoản đóng góp thuế và Bảo hiểm Quốc gia mà bạn thực hiện, những khoản đóng góp này sẽ chi trả cho hoạt động chăm sóc sức khỏe của bạn và các dịch vụ công cộng khác. Bạn không thể làm việc hoặc nhận trợ cấp nếu không có số NI.

Để được giúp đỡ tìm việc làm, bạn nên:

- Đến Jobcentre Plus tại địa phương của bạn - Jobcentre có thể giúp bạn tìm việc hoặc hướng dẫn bạn đào tạo để giúp bạn có việc làm
- Xem các tờ báo địa phương và quốc gia hoặc các trang web tuyển dụng ở đó có quảng cáo việc làm
- Đăng ký với một đại lý tuyển dụng, những người này có thể tìm việc làm cho bạn
- Hỏi bạn bè và người thân xem họ biết về bất kỳ công việc có sẵn nào tại nơi họ làm việc hay không
- Đến các công ty địa phương để hỏi về các đang tuyển dụng việc làm



Applying for a job

Once you have identified a job you want to do, you must submit an application. You must carefully read what information the employer has asked for. Usually this is either an application form, or a CV (curriculum vitae) and a covering letter.

A CV is a formal list of your qualifications and experience. A covering letter is a short description that states why you are applying for the job and why you think you meet the requirements in the job description advertised. Your Jobcentre Plus work coach can arrange help for you to prepare these if required.

Once the application is submitted, you may be invited to an interview. The format of interviews can vary. For example, you may be asked a series of questions in a face-to-face meeting or you may be given a trial shift where you do the job for a day or part of a day. You should pay close attention to the instructions for any interview you are offered.

Employers may also ask to see your documentation. It will help if you can bring your original documents such as your BRP which is evidence of your right to work in the UK, college diplomas and any other proof of your qualifications and experience to show to employers. Employers may also ask for references from people who can verify your suitability for employment (such as a former manager, teacher or colleague). You can also go online onto <https://www.gov.uk/prove-right-to-work> which allows you to authorise an employer to access your data to prove that you have the right to work in the UK.



Nộp đơn xin việc

Khi bạn đã xác định được một công việc bạn muốn làm, bạn phải nộp đơn. Bạn phải đọc kỹ những thông tin mà nhà tuyển dụng yêu cầu. Thông thường, đây là một mẫu đơn xin việc, hoặc CV (sơ yếu lý lịch) và thư giới thiệu.

CV là một danh sách chính thức về trình độ và kinh nghiệm của bạn. Thư giới thiệu là một mô tả ngắn nêu rõ lý do tại sao bạn nộp đơn xin việc và tại sao bạn nghĩ rằng bạn đáp ứng các yêu cầu trong bản mô tả công việc đã quảng cáo. Dịch vụ hướng dẫn việc làm của Jobcentre Plus có thể sắp xếp giúp đỡ để bạn chuẩn bị những nội dung này nếu cần.

Sau khi nộp đơn, bạn có thể được mời đến phỏng vấn. Hình thức phỏng vấn có thể khác nhau. Ví dụ, bạn có thể được hỏi một loạt câu hỏi trong một cuộc gặp mặt trực tiếp hoặc bạn có thể được yêu cầu làm một ca làm việc thử nghiệm ở đó bạn làm công việc trong một ngày hoặc một phần của ngày. Bạn nên lưu ý đến các hướng dẫn cho bất kỳ buổi phỏng vấn nào bạn được mời tham gia.

Nhà tuyển dụng cũng có thể yêu cầu xem giấy tờ của bạn. Sẽ rất hữu ích nếu bạn có thể mang theo tài liệu gốc của mình như BRP là bằng chứng về quyền làm việc tại Vương quốc Anh, bằng tốt nghiệp đại học và bất kỳ bằng chứng nào khác về trình độ và kinh nghiệm của bạn để trình bày cho nhà tuyển dụng. Nhà tuyển dụng cũng có thể yêu cầu thư giới thiệu từ những người có thể xác minh sự phù hợp của bạn đối với việc làm (chẳng hạn như người quản lý trước đây, giáo viên hoặc đồng nghiệp). Bạn cũng có thể truy cập trực tuyến tại www.gov.uk/prove-the-right-to-work cho phép bạn ủy quyền cho một nhà tuyển dụng truy cập dữ liệu của bạn để chứng minh rằng bạn có quyền làm việc tại Vương quốc Anh.



Skills and language

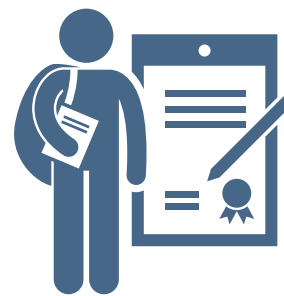
Many newcomers face challenges in finding employment. There are other people in your area also looking for jobs, and you will face competition for jobs you apply for.

Any skills and experience you have will help you to apply for jobs. Restrictions will apply to certain professions such as medicine, law and engineering. You may have to take exams to obtain the required licence to practise. If you are already trained or have qualifications in a profession, you may be able to practise in the UK as long as your qualifications are recognised in the UK.

Diplomas from your country are not automatically recognised in the UK. So you should contact a potential employer or seek advice from your Jobcentre Plus work coach to ask if your qualifications will be accepted.

English is the usual working language in England. Most jobs will need employees to speak a minimum level of English. Learning and improving your English will increase job opportunities for you and will also help you to settle into your new life.

Your Jobcentre Plus work coach can help arrange specific skills training to help you find a job.



Some qualifications may be recognised in the UK



Speak to Jobcentre Plus advisor



Receive English classes or training for specific skills



Learn and improve your English



Một số bằng cấp có thể được công nhận tại Vương quốc Anh



Nói chuyện với Cố vấn của Jobcentre Plus



Tham gia các lớp học tiếng Anh hoặc đào tạo cho các kỹ năng cụ thể



Học và cải thiện tiếng Anh của bạn

Kỹ năng và ngôn ngữ

Nhiều người mới đến phải đối mặt với những thách thức trong việc tìm kiếm việc làm. Có những người khác trong khu vực của bạn cũng đang tìm kiếm việc làm, và bạn sẽ phải đối mặt với sự cạnh tranh cho các công việc bạn nộp đơn xin.

Mọi kỹ năng và kinh nghiệm bạn có sẽ giúp bạn xin việc. Cũng sẽ có giới hạn cho một số ngành nghề nhất định như y học, luật và kỹ thuật. Bạn có thể phải làm bài kiểm tra để có được giấy phép cần thiết để thực hành. Nếu bạn đã được đào tạo hoặc có trình độ chuyên môn, bạn có thể thực hành tại Vương quốc Anh miễn là bằng cấp của bạn được công nhận tại Vương quốc Anh.

Văn bằng từ quốc gia của bạn không được tự động công nhận tại Vương quốc Anh. Vì vậy bạn nên liên hệ với một nhà tuyển dụng tiềm năng hoặc tìm kiếm lời khuyên từ người hướng dẫn công việc của Jobcentre Plus để hỏi xem trình độ của bạn có được chấp nhận hay không.

Tiếng Anh là ngôn ngữ làm việc thông thường ở Anh. Hầu hết các công việc sẽ cần nhân viên nói tiếng Anh ở mức tối thiểu. Học và cải thiện tiếng Anh của bạn sẽ tăng cơ hội việc làm cho bạn và cũng sẽ giúp bạn ổn định cuộc sống mới.

Người hướng dẫn công việc của Jobcentre Plus có thể giúp sắp xếp đào tạo các kỹ năng cụ thể để giúp bạn tìm việc.

Benefits – supporting you to find work

When you have been recognised as a refugee, you can apply for benefits. You should do this straightaway, do not delay.

‘Benefits’ are monetary payments from the government to help you and your family live in the UK.

You can contact your local Citizens Advice Centre at <https://www.citizensadvice.org.uk/about-us/contact-us/contact-us/search-for-your-local-citizens-advice/> for guidance on how to apply and for a better idea of whether you’re eligible.

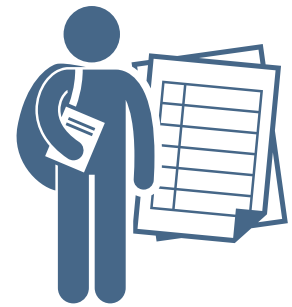
Universal Credit

From 1st February 2019, all new claims will be for Universal Credit. Universal Credit is a payment from the UK government to help you and your family live in the UK. Universal Credit is paid monthly, and you apply for it online. You might also need to phone the Universal Credit helpline to book an interview with a work coach at a Jobcentre. You’ll be told if you need to do this after you apply.

To receive Universal Credit, you’ll make an agreement called a ‘Claimant Commitment’ with your Jobcentre work coach. What you do depends on your situation, whether you are looking for work, or whether you have a caring responsibility or a health condition that prevent you from working. You might need to do activities such as: write a CV; look and apply for jobs; or go on training courses.

Your Universal Credit payment is made up of a standard allowance and any extra amounts that apply to you, for example if you: have children; have a disability or health condition which prevents you from working; or need help paying your rent.

Age 18 – 65



Actively looking for work



Approved



Receive support



Receive benefits

Tuổi 18 - 65



Tích cực tìm kiếm việc làm



Được phê duyệt



Nhận hỗ trợ



Nhận trợ cấp

Trợ cấp - hỗ trợ bạn tìm việc

Khi bạn đã được công nhận là người tị nạn, bạn có thể nộp đơn xin trợ cấp. Tại Trung Tâm Tìm Việc Làm. Bạn nên làm điều này ngay, đừng trì hoãn.

'Trợ cấp' là các khoản thanh toán bằng tiền từ chính phủ để giúp bạn và gia đình bạn sống ở Vương quốc Anh.

Bạn có thể liên hệ với bộ phận Trung Tâm Tư vấn Công dân địa phương tại <https://www.citizensadvice.org.uk/about-us/contact-us/contact-us/search-for-your-local-citizens-advice/> và để được hướng dẫn về cách làm đơn xin để hiểu rõ hơn về việc bạn có đủ điều kiện hay không.

Universal Credit

Từ ngày 1 tháng 2 năm 2019, tất cả các yêu cầu mới sẽ được chuyển đến Universal Credit. Universal Credit được trả hàng tháng và bạn phải làm đơn xin trên mạng để giúp bạn và gia đình bạn sống ở Vương quốc Anh. Khoản này được thanh toán hàng tháng, bạn cần làm đơn xin Universal Credit trực tuyến. Bạn có cũng thể gọi điện cho đường dây giúp đỡ Universal Credit để đặt cuộc hẹn phỏng vấn với huấn luyện viên việc làm tại Jobcentre-Trung Tâm Tìm Việc. Bạn sẽ được thông báo nếu bạn cần làm điều này sau khi bạn nộp đơn.

Để nhận được Universal Credit, bạn sẽ ký kết một thỏa thuận được gọi là 'Cam kết của người yêu cầu' với người hướng dẫn công việc của bạn tại Jobcentre. Những gì bạn làm phụ thuộc vào tình huống của bạn, cho dù bạn đang tìm việc, hoặc bạn có trách nhiệm chăm sóc hay tình trạng sức khỏe không cho phép bạn làm việc. Bạn có thể cần thực hiện các hoạt động như: viết CV; tìm và xin việc; hoặc tham gia các khóa đào tạo.

Khoản thanh toán Universal Credit bao gồm một khoản trợ cấp tiêu chuẩn và các khoản tiền bổ sung dành cho bạn, ví dụ nếu bạn: có con; bị khuyết tật hoặc tình trạng sức khỏe không cho phép bạn làm việc; hoặc cần giúp đỡ trả tiền thuê nhà.

Universal Credit can be used to pay for your living expenses such as food, clothing, transport, household bills (See Chapter 5 – Housing and Services) and anything you want to buy.

You will also be eligible to apply for housing benefit (see Chapter 5 – Housing and Services).

Contact the Universal Credit helpline if:

- You cannot use digital services at all, this might be due to disability or your circumstances
- You have a question about your claim and cannot access your online claim

Universal Credit helpline:

Telephone: 0800 328 5644

Welsh language: 0800 328 1744

NGT text relay – if you cannot hear or speak on the phone: 18001 then 0800 328 5644

Textphone: 0800 328 1344

Monday to Friday, 8am to 6pm

Help to Claim

Help to Claim can support you in the early stages of your Universal Credit claim, from the online application, through to support with your application before your first full payment. It's a free, independent, confidential and impartial service provided by trained advisers from Citizens Advice. They can help with things like how to gather evidence for your application or how to prepare for your first Jobcentre appointment.

Pensions

Persons who have reached state pension age

The state pension age is currently 65 years old. The age at which you may become entitled to both State Pension and Pension Credit is determined by your date of birth. You can check the date at which you may qualify at GOV.UK. If you are of state pension age you do not have to look for work. You can contact the Pension Service for information and advice about entitlement to benefits.

Universal Credit có thể được sử dụng để thanh toán các chi phí sinh hoạt của bạn như thực phẩm, quần áo, vận chuyển, hóa đơn gia đình (Xem Chương 5 - Nhà ở và dịch vụ) và bất cứ thứ gì bạn muốn mua.

Bạn cũng sẽ đủ điều kiện để nộp đơn xin trợ cấp nhà ở (xem Chương 5 - Nhà ở và dịch vụ).

Liên hệ đường giây giúp đỡ Universal Credit nếu:

- Bạn hoàn toàn không thể sử dụng dịch vụ kỹ thuật số, điều này có thể do khuyết tật hoặc hoàn cảnh của bạn.
- Bạn có câu hỏi về đơn xin của bạn và không thể truy cập đơn xin trực tuyến của bạn

Đường giây giúp đỡ Universal Credit:

Số điện thoại 0800 328 5644

Ngôn ngữ Tiếng Welsh: 0800 328 1744

Chuyển tiếp văn bản NGT- nếu bạn không thể nghe hoặc nói trên điện thoại: 18001 rồi 0800 328 5644

Số điện thoại: 0800 328 1344

Thứ Hai đến Thứ Sáu, 8 giờ sáng- 6 giờ chiều

Help to Claim-Trợ giúp Làm Đơn)

Help to Claim có thể hỗ trợ bạn trong giai đoạn đầu đơn xin trợ cấp-Universal Credit của bạn, từ ứng dụng trực tuyến, đến hỗ trợ với đơn xin của bạn trước khi bạn nhận được đầy đủ trợ cấp lần đầu. Đó là dịch vụ miễn phí, độc lập, bảo mật, khách quan được cung cấp bởi tư vấn được đào tạo đến từ Citizens Advice-Tư Vấn Công Dân. Họ có thể giúp đỡ những việc như làm thế nào để thu thập bằng chứng cho đơn xin của bạn hoặc cách chuẩn bị cho buổi hẹn lần đầu với trung tâm tìm việc làm.

Lương hưu

Những người đã đến tuổi hưởng lương hưu nhà nước

Tuổi nhận lương hưu nhà nước hiện nay là 65 tuổi. Độ tuổi mà bạn có thể được hưởng cả Lương hưu nhà nước và Tín dụng hưu trí được xác định theo ngày sinh của bạn. Bạn có thể kiểm tra ngày mà bạn có thể đủ điều kiện tại GOV.UK. Nếu bạn ở độ tuổi nhận lương hưu nhà nước, bạn không phải tìm việc làm. Bạn có thể liên hệ với Dịch vụ Hưu trí để biết thông tin và tư vấn về quyền lợi.

Paying tax

If you work you have a responsibility to pay the right amount of income tax. Income tax is a set percentage of your yearly income. If you are employed by someone else, it is often deducted directly from your monthly salary through a system called Pay As You Earn (PAYE).

If you are not employed by a company or another person but earn an income, you have a responsibility to declare that income and pay the right amount of tax.

The amount of tax you pay depends on how much you earn. You can check this at

www.gov.uk/estimate-income-tax

Voluntary work

Voluntary work is working for any organisation without being paid a wage. This could be a charity, voluntary organisation or associated fund-raising body or statutory body.



Voluntary work can be very useful for a person who is looking to develop skills and experience in order to increase their chance of getting a job. It is particularly useful for someone who has not worked in the UK and is looking to build up their confidence and skills at the same time.



Trả thuế

Nếu bạn làm việc, bạn có trách nhiệm trả đúng số tiền thuế thu nhập. Thuế thu nhập là một tỷ lệ phần trăm đã được thiết lập của thu nhập hàng năm của bạn. Nếu bạn làm việc cho người khác, thuế thu nhập thường được khấu trừ trực tiếp vào tiền lương hàng tháng của bạn thông qua một hệ thống có tên là Pay As You Earn (PAYE).

Nếu bạn không làm việc cho một công ty hoặc người khác nhưng có thu nhập, bạn có trách nhiệm khai báo thu nhập đó và trả đúng số tiền thuế.

Số tiền thuế bạn phải trả tùy thuộc vào số tiền bạn kiếm được. Bạn có thể kiểm tra số này tại www.gov.uk/estimate-income-tax

Công việc tình nguyện

Công việc tình nguyện là làm việc cho các tổ chức mà không được trả lương. Đây có thể là một tổ chức từ thiện, tự nguyện hoặc cơ quan gây quỹ liên quan hoặc cơ quan theo luật định.

Công việc tình nguyện có thể rất hữu ích cho một người đang muốn phát triển kỹ năng và kinh nghiệm để tăng cơ hội nhận được việc làm. Công việc này đặc biệt hữu ích cho những người chưa từng làm việc ở Vương quốc Anh và đang tìm cách xây dựng sự tự tin và kỹ năng cùng một lúc.



Your rights and protection at work

When you go to work, you have the right to be treated fairly and work in a safe environment. You also have the right to be able to work without fear or harassment from your employer, colleagues or customers.

Workers over the age of 18 are usually entitled to three types of break – rest breaks at work, daily rest and weekly rest.

If you work more than six hours in a day, you have the right to one uninterrupted 20 minute rest break during your working day. The break doesn't have to be paid – it depends on your employment contract.

You also have the right to 11 hours rest between working days (e.g. if you finish work at 8pm, you shouldn't start work again until 7am the next day) and the right to either:

- An uninterrupted 24 hours without any work each week
- An uninterrupted 48 hours without any work each fortnight

Almost all workers are legally entitled to 5.6 weeks paid holiday per year (known as statutory leave entitlement or annual leave). An employer can include bank holidays (also known as public holidays) as part of statutory annual leave.

Quyền của bạn và sự bảo vệ tại nơi làm việc

Khi bạn đi làm, bạn có quyền được đối xử công bằng và làm việc trong một môi trường an toàn. Bạn cũng có quyền có thể làm việc mà không thấy sợ hãi hay bị quấy rối từ chủ lao động, đồng nghiệp hoặc khách hàng của bạn.

Người lao động trên 18 tuổi thường có quyền được hưởng ba loại nghỉ - nghỉ ngơi tại nơi làm việc, nghỉ hàng ngày và nghỉ hàng tuần.

Nếu bạn làm việc hơn sáu giờ trong một ngày, bạn có quyền nghỉ ngơi 20 phút không bị gián đoạn trong ngày làm việc của bạn. Thời gian nghỉ không nhất thiết phải được trả lương - điều này phụ thuộc vào hợp đồng lao động của bạn.

Bạn cũng có quyền nghỉ 11 giờ giữa các ngày làm việc (ví dụ: nếu bạn kết thúc công việc lúc 8 giờ tối, bạn không nên bắt đầu lại công việc trước 7 giờ sáng ngày hôm sau) và quyền:

- 24 giờ không bị gián đoạn không phải làm việc mỗi tuần
- 48 giờ không bị gián đoạn không phải làm việc cứ mỗi hai tuần

Hầu hết tất cả người lao động đều có quyền hợp pháp được hưởng 5,6 tuần nghỉ lễ có lương mỗi năm (được gọi là quyền nghỉ phép theo luật định hoặc nghỉ phép hàng năm). Chủ lao động có thể đưa vào các ngày lễ quốc gia (còn được gọi là ngày lễ) như là một phần của nghỉ phép hàng năm theo luật định.



Every employer in the country must pay their employees a minimum amount per hour. How much this is depends on how old you are.

The rates in place until 31 st March 2021 are shown below. After this date, some rates may change. Please check www.gov.uk/national-minimum-wage-rates for the most up-to-date information.

Age	Rate per hour
25 and over	£8.72
21 to 24	£8.20
18 to 20	£6.45
Under 18	£4.55
Apprentice	£4.15

The terms and conditions of your work will be outlined in your contract. Make sure you read this carefully, with an interpreter if necessary, before you sign.

You can get further advice about your rights and Employer's responsibilities by contacting ACAS on 0300 123 1100.

Minimum wage:

25 and over



£8.72

21-24



£8.20

18-20



£6.45

Under 18



£4.55

Apprentice



£4.15

Tiền công tối thiểu:

25 tuổi trở lên



£8.72

21-24



£8.20

18-20



£6.45

Dưới 18 tuổi



£4.55

Học nghề



£4.15

Mọi chủ lao động trong nước phải trả lương cho nhân viên của họ một khoản tiền tối thiểu mỗi giờ. Số tối thiểu này là bao nhiêu tùy thuộc vào tuổi của bạn.

Các mức tối thiểu hiện tại cho đến ngày 31 tháng 3 năm 2021 được trình bày dưới đây. Sau ngày này, một số mức tối thiểu có thể thay đổi. Vui lòng xem www.gov.uk/national-minimum-wage-rates để biết thông tin mới nhất.

Các điều khoản và điều kiện làm việc của bạn sẽ được nêu trong hợp đồng của bạn. Hãy chắc chắn rằng bạn đọc kỹ nội dung này, cùng với một thông dịch viên nếu cần, trước khi ký hợp đồng.

Bạn có thể nhận thêm lời khuyên về các quyền của bạn và trách nhiệm của chủ lao động của bạn bằng cách liên hệ với ACAS theo số 0300 123 1100.



Equality and discrimination in the workplace

Organisations and businesses have a legal duty to treat everyone fairly in the workplace and in the way they recruit people for jobs. Men and women have the right to work. Men and Women have equal rights and duties in employment.

You have the right to be safe at work and be free from threat or violence. You should also keep your passport or ID – your employer does not have the right to keep them.

It is illegal to discriminate against anyone applying for a job or in the workplace or in applying for a job on the basis of gender, race, religion, being married or in a civil partnership, disability, age, sexual orientation or if they are pregnant.

Employers must therefore respect the needs of an employee as long as it does not interfere with the work they are employed to do. For example, Muslim women will be allowed to wear a hijab and employers must make reasonable adjustments to accommodate disabled people.

Sự bình đẳng và phân biệt đối xử tại nơi làm việc

Các tổ chức và doanh nghiệp có nghĩa vụ pháp lý đối xử công bằng với mọi người tại nơi làm việc và trong cách họ tuyển dụng nhân viên cho công việc. Đàn ông và phụ nữ có quyền làm việc. Đàn Ông và Phụ Nữ nữ có quyền và nghĩa vụ ngang nhau trong việc làm.

Bạn có quyền được an toàn tại nơi làm việc và không bị đe dọa hoặc bạo lực. Bạn cũng nên giữ hộ chiếu hoặc chứng minh thư của mình - chủ lao động của bạn không có quyền giữ những giấy tờ này.

Đó là phi pháp phân biệt đối xử với bất kỳ người nào tại nơi làm việc hoặc khi xin việc dựa trên cơ sở giới tính, chủng tộc, tôn giáo, kết hôn hoặc có quan hệ bạn đời mang tính dân sự, tình trạng khuyết tật, tuổi tác, khuynh hướng tình dục hoặc nếu họ đang mang thai là việc bất hợp pháp.

Do đó, chủ lao động phải tôn trọng nhu cầu của nhân viên miễn là nhu cầu này không ảnh hưởng đến công việc họ đang làm. Ví dụ, phụ nữ Hồi giáo sẽ được phép mặc áo trùm và chủ lao động phải điều chỉnh hợp lý để tạo điều kiện thuận lợi cho người khuyết tật.



If you think you have been unfairly discriminated against you can:

- Complain directly to the person or organisation
- Use someone else to help you sort it out (called mediation or alternative dispute resolution)
- Make a claim in a court or tribunal

You can get further advice and support from the Equality Advisory Service: www.equalityadvisoryservice.com

If you are being forced to work or your employer isn't willing to respect your rights, you can also get advice from the Modern Slavery Helpline by calling **0800 0121 700**.



Nếu bạn nghĩ rằng bạn đã bị phân biệt đối xử không công bằng, bạn có thể:

- Khiếu nại trực tiếp với người hoặc tổ chức
- Nhờ người khác giúp bạn giải quyết việc này (được gọi là hòa giải hoặc giải quyết tranh chấp thay thế)
- Khiếu nại ra tòa án

Bạn có thể nhận thêm lời khuyên và hỗ trợ từ Dịch vụ Tư vấn Bình đẳng:

www.equalityadvisoryservice.com

Nếu bạn bị ép buộc phải làm việc hoặc chủ lao động của bạn không sẵn sàng tôn trọng quyền của bạn, bạn cũng có thể nhận lời khuyên từ Đường dây Trợ giúp Nô lệ Hiện đại bằng cách gọi

0800 0121 700.



Summary

Finding a job will raise your income to help support you and your family



You must have a National Insurance number to work



You can visit your Jobcentre Plus for advice and support to find a job, as well as to apply for benefits



Improving your skills, particularly your English, will increase the opportunities available to you









If you are earning a salary, you must make sure you pay any tax you owe



You are protected by law in the workplace – employers have a responsibility towards you, and you should not experience discrimination in the workplace



Tóm tắt

Tìm việc làm sẽ tăng thu nhập của bạn để giúp hỗ trợ bạn và gia đình bạn	
Bạn phải có số Bảo hiểm Quốc gia để có thể làm việc	
Bạn có thể đến Jobcentre Plus để được tư vấn và hỗ trợ tìm việc làm, cũng như để xin trợ cấp	
Cải thiện kỹ năng của bạn, đặc biệt là tiếng Anh của bạn, sẽ tăng cơ hội cho bạn	
Nếu bạn nhận được lương, bạn phải chắc chắn rằng bạn trả mọi khoản nợ thuế của mình	
Bạn được pháp luật bảo vệ tại nơi làm việc - chủ lao động có trách nhiệm với bạn và không ai được phân biệt đối xử với bạn tại nơi làm việc	

Chapter 5

Housing and Services

In this chapter you will learn about:

- Types of housing
- Your tenancy agreement
- Paying your rent
- How to access utilities and services
- Your local area

Chương 5

Nhà ở và dịch vụ

Trong chương này, bạn sẽ tìm hiểu về:

- Các loại nhà ở
- Hợp đồng thuê nhà
- Trả tiền thuê nhà
- Cách tiếp cận các tiện ích và dịch vụ
- Khu vực địa phương của bạn

In Chapter 3 you read about having 28 days to secure your own accommodation once you are recognised as a refugee. There are different ways you can do this. Two of the main options are social housing provided by the local authority or privately rented housing. Depending on which path you take different people can help you with this. If you have received asylum support, Migrant Help can direct you to the relevant local authority housing team, in the area in which you live.



Housing in the UK varies greatly depending on where you live – from individual houses for a single family that are more common in rural areas or the outskirts of cities, to large apartment blocks close to the centre of towns and cities.



Trong Chương 3, bạn đọc về có 28 ngày để chặn chặn có chỗ ở riêng của bạn một khi bạn được công nhận tin nạn. Có nhiều cách khác nhau để bạn có thể thực hiện việc này. Hai trong số các lựa chọn chính là nhà ở xã hội do chính quyền địa phương cung cấp hoặc nhà ở thuê riêng. Tùy thuộc vào cách thực hiện do bạn chọn, sẽ có những người khác nhau có thể giúp bạn việc này. Nếu bạn đã nhận được sự hỗ trợ, Migrant Help có thể chỉ dẫn bạn đến tổ chuyên trách về nhà ở của cơ quan địa phương thích hợp trong khu vực bạn cư trú.

Nhà ở tại Vương quốc Anh rất khác nhau tùy thuộc vào nơi bạn sống - từ nhà riêng lẻ cho một gia đình, phổ biến hơn ở khu vực nông thôn hoặc ngoại ô thành phố, đến các khu chung cư lớn gần trung tâm thị trấn và thành phố.

Types of housing

Private housing

Privately rented housing is an alternative to social housing. You can find it through local lettings agents and on property listings websites. The types of privately rented housing available is different across the country.

When you find a house or flat you will probably need to pay a deposit. You will then need to sign a 'tenancy agreement'. This is a legal contract between you and the landlord.

Your tenancy agreement will state;

- The date you can move in
- How long the contract is for
- How much the rent is
- When you must pay the rent

Social housing

Social housing is provided by local councils and housing associations.

To access social housing you will need to apply to the council (local housing authority) where you wish to live in order to go onto their housing waiting list. You will usually need to fill in an application form, and you may be able to do this online.

Many housing associations let some or all of their properties through the council waiting list. However, in some areas you may also be able to apply to housing associations directly, and the council should be able to inform you if this is the case.

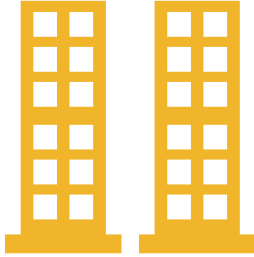




Các loại nhà ở

Nhà ở tư nhân

Nhà ở thuê riêng là một lựa chọn thay thế cho nhà ở xã hội. Bạn có thể tìm thấy thông qua các đại lý bất động sản cho thuê tại địa phương và trên các trang web danh sách bất động sản. Các loại nhà ở thuê riêng khác nhau trên toàn quốc.



Khi bạn đã tìm thấy một ngôi nhà hoặc căn hộ, bạn có thể cần phải đặt cọc trước khi ký 'hợp đồng thuê nhà'. Đây là hợp đồng pháp lý giữa bạn và chủ nhà.

Hợp đồng thuê nhà sẽ ghi rõ:

- Ngày bạn chuyển vào
- Hợp đồng nhà bao lâu
- Tiền thuê nhà bao nhiêu
- Khi nào bạn phải trả tiền thuê nhà



Nhà ở xã hội

Nhà ở xã hội được cung cấp bởi các hội đồng địa phương và hiệp hội nhà ở.



Để tiếp cận nhà ở xã hội, bạn cần nộp đơn lên hội đồng (cơ quan nhà ở địa phương) nơi bạn muốn sống để xin vào danh sách chờ nhà ở của họ. Bạn thường sẽ phải điền vào một mẫu đơn xin, và bạn có thể thực hiện điều này trực tuyến.



Nhiều hiệp hội nhà ở cho thuê một số hoặc tất cả nhà ở của họ thông qua danh sách chờ của hội đồng. Tuy nhiên, trong một số khu vực, bạn cũng có thể nộp đơn trực tiếp cho các hiệp hội nhà ở và hội đồng có thể thông báo cho bạn nếu bạn có thể thực hiện việc này.

People who have been granted refugee status are eligible to be considered for social housing. However, to get onto the council waiting list, a person must also qualify under rules set by the local council itself. Local councils must have a scheme (their allocation scheme) setting out their policies and procedures for allocating social housing and most councils publish it on line. This should explain who qualifies to go onto the waiting list, and how the council prioritise applicants.

Most councils in England apply a residency test, or wider local connection test, as part of their qualification criteria to go on the waiting list. A 'local connection' may usually be established through living or working in an area, or through have close family living in an area.

Councils can also set their own local priorities which must be set out in their allocation scheme.

Your length of time on the waiting list will depend on the area you wish to live in, the type and size of house you require, as well as any priority you may have. In many areas there is not enough social housing to meet demand. The local council will be able to give you advice on the possible waiting time.

Những người đã được công nhận tình trạng người tị nạn sẽ đủ điều kiện được xem xét nhận nhà ở xã hội. Tuy nhiên, để vào danh sách chờ của hội đồng, người này cũng phải đủ điều kiện theo các quy tắc do chính hội đồng địa phương đặt ra. Hội đồng địa phương phải có một chương trình (chương trình phân bổ của họ) đưa ra các chính sách và thủ tục phân bổ nhà ở xã hội và hầu hết các hội đồng đều công bố chương trình này trên mạng. Chương trình này sẽ giải thích ai đủ điều kiện vào danh sách chờ và hội đồng sắp xếp mức độ ưu tiên ứng viên như thế nào.

Hầu hết các hội đồng ở Anh áp dụng một bài kiểm tra cư trú, hoặc kiểm tra sự kết nối với địa phương rộng hơn, như là một phần của tiêu chí về trình độ của họ để vào danh sách chờ. 'Sự kết nối với địa phương' thường có thể được thiết lập thông qua việc sống hoặc làm việc trong một khu vực hoặc thông qua việc có gia đình gần gũi sống trong một khu vực.

Hội đồng cũng có thể thiết lập các ưu tiên địa phương của riêng họ và những ưu tiên này phải được đặt ra trong chương trình phân bổ.

Thời gian của bạn trong danh sách chờ sẽ phụ thuộc vào khu vực bạn muốn sống, loại và kích cỡ của ngôi nhà bạn yêu cầu, cũng như mức độ ưu tiên có thể của bạn. Nhiều khu vực không có đủ nhà ở xã hội để đáp ứng nhu cầu. Hội đồng địa phương có khả năng cho bạn lời khuyên về thời gian chờ có thể.

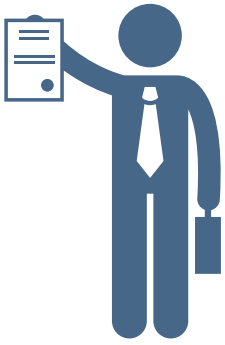
Your tenancy agreement

For private accommodation, there will be a landlord who owns the property – this may be a private individual, the local authority or a housing association. You will need to sign a written agreement in the form of a document known as a tenancy agreement.

The tenancy agreement is a legally binding document which sets out the rights and responsibilities of both landlord and tenant. It is important to read any tenancy agreement carefully – use an interpreter if you have any doubts. You should check:

- The amount you must pay in your deposit and rent, and when this must be paid
- What date your tenancy will run from and to
- Whether you can cancel your tenancy agreement early or change the terms
- A list of repairs and maintenance that are your responsibility, and which are the landlord's responsibility
- Any other rules or restrictions, e.g. having pets or smoking restrictions





Hợp đồng thuê nhà

Với chỗ ở riêng, sẽ có chủ nhà sở hữu tài sản - đây có thể là một cá nhân tư nhân, chính quyền địa phương hoặc hiệp hội nhà ở. Bạn sẽ cần phải ký kết một thỏa thuận bằng văn bản dưới dạng tài liệu được gọi là hợp đồng thuê nhà.



Hợp đồng thuê nhà là một tài liệu ràng buộc về mặt pháp lý quy định các quyền và trách nhiệm của cả chủ nhà và người thuê nhà. Điều quan trọng là phải đọc hợp đồng thuê nhà một cách cẩn thận - nhờ một thông dịch viên nếu bạn có bất kỳ nghi ngờ nào. Bạn nên kiểm tra:

- Số tiền bạn phải trả cho khoản đặt cọc và tiền thuê nhà, và khi nào phải trả khoản này
- Thời gian thuê nhà của bạn từ ngày nào đến ngày nào
- Liệu bạn có thể hủy hợp đồng thuê nhà sớm hoặc thay đổi các điều khoản hay không
- Danh sách các sửa chữa và bảo trì thuộc trách nhiệm của bạn và những mục nào thuộc trách nhiệm của chủ nhà
- Tất cả quy tắc hoặc hạn chế khác, ví dụ như có hạn chế về vật nuôi hoặc hút thuốc không



You can find out about your responsibilities and rights as a tenant in the Government's 'How to Rent Guide', which is at www.gov.uk/government/collections/housing-how-to-guides

In general, a landlord and tenant have the following responsibilities:

Landlord	Tenant
Collecting rent	Paying your rent in full and on time
Keeping your building safe and in good condition	Keeping the house clean and not mis-using it or any furniture included
Providing everything set out in your tenancy agreement (including furniture if agreed)	Contacting the landlord if there are any repairs needed or any issues with the house
Handling or paying for repairs to the house and appliances covered by the tenancy agreement	Allowing the landlord to enter to repair your home or to do an inspection at a time and frequency agreed in the tenancy agreement

Paying your rent

Your tenancy agreement will set out how much rent needs to be paid and how often – this will usually be monthly. When you are first recognised as a refugee, it is likely you will have no income, so you will be entitled to claim benefits to help pay all or part of your rent and to cover expenses such as food and bills (see Chapter 4 – Employment and Benefits).

The amount of benefits you will receive is dependent on your personal circumstances. You should go to your local Jobcentre Plus to claim benefits (see Chapter 4 – Employment and Benefits). Welfare benefits will usually be paid directly to you and you are responsible for paying your housing and living costs with the money you receive.

Bạn có thể tìm hiểu về trách nhiệm và các quyền của mình với tư cách là người thuê nhà trong 'Hướng dẫn cách thuê nhà' của Chính phủ, tại www.gov.uk/government/collections/housing-how-to-guides

Nói chung, chủ nhà và người thuê nhà có các trách nhiệm sau:

Chủ nhà	Người thuê nhà
Thu tiền thuê nhà	Trả tiền thuê nhà đầy đủ và đúng hạn
Giữ cho tòa nhà của bạn an toàn và trong tình trạng tốt	Giữ nhà sạch sẽ và không sử dụng sai ngôi nhà hoặc bất kỳ đồ nội thất nào đi kèm
Cung cấp mọi thứ được quy định trong hợp đồng thuê nhà (bao gồm cả đồ nội thất nếu đã thỏa thuận)	Liên hệ với chủ nhà nếu có bất kỳ sửa chữa nào cần thiết hoặc bất kỳ vấn đề nào với ngôi nhà
Xử lý hoặc trả tiền cho việc sửa chữa nhà và các thiết bị nằm trong phạm vi của hợp đồng thuê nhà	Cho phép chủ nhà vào để sửa chữa nhà của bạn hoặc thực hiện kiểm tra tại một thời điểm và tần suất đã thỏa thuận trong hợp đồng thuê nhà

Trả tiền thuê nhà

Hợp đồng thuê nhà của bạn sẽ quy định số tiền thuê cần phải trả và mức độ thường xuyên - thường là hàng tháng. Khi bạn lần đầu tiên được công nhận là người tị nạn, có khả năng bạn sẽ không có thu nhập, vì vậy bạn sẽ có quyền yêu cầu trợ cấp để trả tất cả hoặc một phần tiền thuê nhà và trang trải các chi phí như thực phẩm và hóa đơn (xem Chương 4 - Việc làm và trợ cấp).

Số tiền trợ cấp bạn sẽ nhận được phụ thuộc vào hoàn cảnh cá nhân của bạn. Bạn nên đến Jobcentre Plus tại địa phương để yêu cầu trợ cấp (xem Chương 4 - Việc làm và trợ cấp). Trợ cấp phúc lợi thường sẽ được trả trực tiếp cho bạn và bạn có trách nhiệm trả chi phí nhà ở và sinh hoạt bằng số tiền bạn nhận được.

Gas, electricity, water and other services

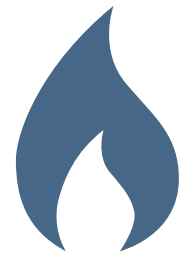
When you move in, your water and electricity should already be working. There won't necessarily be gas in all properties, but where there are gas appliances landlords are required to provide you with a gas safety certificate. If you have a problem you should contact the supplier stated in your tenancy agreement who will make necessary arrangements to set up how you will pay for your energy and water.

Gas and electricity can be expensive, so doing things like turning the heating off when you leave the house or keeping windows closed when you have the heating on can save you money. Make sure that you turn off lights and do not leave electrical appliances on. This also helps to protect the environment, as it creates less waste and pollution.

If you smell gas, this could be a sign of a dangerous gas leak. You should call **0800 111 999** immediately if you suspect there is a gas leak in your building.

Smoke and Carbon Monoxide detectors:

All properties must have working smoke alarms (on every floor used as living accommodation) and a carbon monoxide alarm (in rooms using solid fuels – such as a coal fire or wood burning stove).





Gas, điện, nước và các dịch vụ khác

Khi bạn chuyển đến, dịch vụ nước và điện của bạn sẽ hoạt động. Không nhất thiết phải có gas trong tất cả các nhà ở, nhưng ở những nơi có thiết bị gas, chủ nhà bắt buộc phải cung cấp cho bạn giấy chứng nhận an toàn gas. Nếu bạn gặp vấn đề, bạn nên liên hệ với nhà cung cấp được nêu trong hợp đồng thuê nhà, đơn vị này sẽ thực hiện sắp xếp cần thiết để thiết lập cách bạn sẽ trả tiền cho năng lượng và nước.



Gas và điện có thể tốn kém, vì vậy những việc như tắt máy sưởi khi bạn rời khỏi nhà hoặc đóng cửa sổ khi bạn bật máy sưởi có thể giúp bạn tiết kiệm tiền. Đảm bảo rằng bạn tắt đèn và không để các thiết bị điện bật. Việc này cũng giúp bảo vệ môi trường, vì tạo ra ít chất thải và ô nhiễm hơn.



Nếu bạn ngửi thấy mùi gas, đây có thể là dấu hiệu rò rỉ khí gas nguy hiểm. Bạn nên gọi cho **0800 111 999** ngay lập tức nếu bạn nghi ngờ có rò rỉ khí gas trong tòa nhà.

Máy phát hiện khói và Carbon Monoxide:

Tất cả các tài sản phải có thiết bị báo khói hoạt động (trên mọi tầng được sử dụng làm nơi ở) và báo động carbon monoxide (trong phòng sử dụng nhiên liệu rắn - chẳng hạn như bếp than hoặc bếp đốt củi).

Getting a telephone and the internet

You can arrange to have a land line (fixed phone) installed at your home and pay a monthly fee to use it, known as line rental. A land line is usually needed in order to receive internet access. Depending on the deal you choose, the provider will either send you the equipment to set up yourself or somebody will visit to help you install it. There are a wide range of deals, so you should check with a number of providers before buying.

Most people will also have their own personal mobile phone. Mobile phones will vary in cost, but basic mobile phones are available for as little as £10. Smartphones, which can access the internet, are more expensive.

You can get a contract where you pay monthly to use a mobile, or a pay as you go deal where you pay for what you use.

- Pay monthly contracts are where you can make calls on your phone for a fixed number of minutes, send a number of texts and use a certain amount of internet data. You will pay a fixed amount each month unless you exceed the number of minutes, texts or data set out in your contract, in which case you must pay for what you use. These can be very expensive, so it is important to be careful and check that you have not exceeded your allowance. It is necessary to have a bank account and provide proof of address (for example a copy of your tenancy agreement) to take out a contract. Contracts can vary greatly in cost, from as little as £5 per month for a SIM card only to £60+ for contracts with the latest and most expensive phones included.





Nhận dịch vụ điện thoại và internet

Bạn có thể sắp xếp để lắp đặt điện thoại cố định tại nhà của bạn và trả phí hàng tháng để sử dụng dịch vụ, được gọi là tiền thuê đường điện thoại. Đường dây điện thoại cố định thường là cần thiết để có thể truy cập Internet. Tùy thuộc vào thỏa thuận bạn chọn, nhà cung cấp sẽ gửi cho bạn thiết bị để tự thiết lập hoặc ai đó sẽ đến để giúp bạn cài đặt. Có rất nhiều loại thỏa thuận, vì vậy bạn nên kiểm tra với một số nhà cung cấp trước khi mua.



Hầu hết mọi người cũng sẽ có điện thoại di động cá nhân của riêng họ. Điện thoại di động có chi phí khác nhau, nhưng điện thoại di động cơ bản có sẵn với giá chỉ £10. Điện thoại thông minh, có thể truy cập Internet, sẽ đắt hơn.



Bạn có thể ký hợp đồng mà bạn phải trả hàng tháng để sử dụng điện thoại di động hoặc thỏa thuận trả trước khi bạn muốn trả tiền theo mức độ sử dụng.

- Với hợp đồng thanh toán hàng tháng, bạn có thể thực hiện cuộc gọi bằng điện thoại của mình trong một số phút cố định, gửi một số tin nhắn văn bản và sử dụng một lượng dữ liệu Internet nhất định. Bạn sẽ trả một khoản cố định mỗi tháng trừ khi bạn vượt quá số phút, tin nhắn văn bản hoặc dữ liệu đã quy định trong hợp đồng, trong trường hợp đó bạn phải trả theo mức sử dụng của mình. Những khoản này có thể rất tốn kém, vì vậy điều quan trọng là phải cẩn thận và kiểm tra xem bạn có vượt quá mức được phép của mình hay không. Bạn phải có tài khoản ngân hàng và cung cấp bằng chứng về địa chỉ (ví dụ bản sao hợp đồng thuê nhà) để ký hợp đồng. Hợp đồng có thể có chi phí khác nhau rất nhiều, từ mức rất thấp £5 mỗi tháng chỉ cho thẻ SIM cho đến £60+ cho các hợp đồng có điện thoại mới nhất và đắt nhất đi kèm.

- You can also buy a pay as you go SIM card which means you pay for the minutes, texts or data you use. This means you can control how much you spend more easily. In some cases, a phone company will offer a deal where if you top-up, or add a minimum amount of money each month, they will give you a certain amount of minutes, texts and data to use. You can top-up whatever amount you want but to get a good deal from a phone company you usually need to top up around £10 each month.



Council Tax

You are liable for paying Council Tax for your property. This is a set amount for the financial year which runs from April to March, and you can pay this monthly. Council Tax is a tax which goes to your local authority for local services such as care, social services, police and local facilities.

If you are on a low income or out of work you may be eligible for financial help towards your Council Tax bill – this is called Council Tax Reduction. Each local authority has its own scheme and you need to apply to your local authority.

COUNCIL TAX

Homelessness/Crisis support

If you are concerned that you may become homeless the following services can advise you on what to do:

- Your local authority, you can find this at **www.gov.uk/find-local-council**
- Shelter Tel: 0808 800 4444
- Crisis Tel: 0800 038 4838
- Refugee Council **www.refugeecouncil.org.uk**



COUNCIL TAX

- Bạn cũng có thể mua thẻ SIM trả trước, có nghĩa là bạn trả tiền cho số phút, tin nhắn văn bản và dữ liệu bạn sử dụng. Điều này có nghĩa là bạn có thể kiểm soát số tiền bạn chi tiêu dễ dàng hơn. Trong một số trường hợp, công ty điện thoại sẽ cung cấp một thỏa thuận trong đó nếu bạn nạp tiền hoặc thêm một khoản tiền tối thiểu mỗi tháng, họ sẽ cung cấp cho bạn một số phút, tin nhắn văn bản và dữ liệu nhất định để sử dụng. Bạn có thể nạp bất cứ số tiền nào bạn muốn nhưng để có được một thỏa thuận tốt từ công ty điện thoại, bạn thường cần phải nạp khoảng £10 mỗi tháng.

Thuế hội đồng

Bạn có trách nhiệm trả thuế hội đồng cho nhà ở của bạn. Đây là số tiền được quy định cho năm tài chính kéo dài từ tháng 4 đến tháng 3 năm sau và bạn có thể thanh toán số tiền này hàng tháng. Thuế hội đồng là một loại thuế thuộc về chính quyền địa phương cho các dịch vụ địa phương như chăm sóc, dịch vụ xã hội, cảnh sát và các cơ sở tại địa phương.

Nếu bạn có thu nhập thấp hoặc không có việc làm, bạn có thể đủ điều kiện nhận trợ giúp tài chính cho hóa đơn Thuế hội đồng - đây được gọi là Giảm thuế hội đồng. Mỗi chính quyền địa phương có chương trình riêng và bạn cần nộp đơn xin cho chính quyền địa phương.

Hỗ trợ người vô gia cư/ khủng hoảng

Nếu bạn lo ngại rằng bạn có thể trở thành người vô gia cư, các dịch vụ sau đây có thể tư vấn cho bạn về những việc cần làm:

- Chính quyền địa phương của bạn, bạn có thể tìm thông tin này tại **www.gov.uk/find-local-council**
- Điện thoại nơi trú ẩn: 0808 800 4444
- Điện thoại khủng hoảng: 0800 038 4838
- Refugee Council **www.refugeecouncil.org.uk**

Your local neighbourhood

Your local area will likely have a leisure centre where you can play sport or exercise, local parks and libraries where you can borrow books and access the internet if you do not have it at home. Libraries and parks are free to everyone and leisure centres are often cheap to use.

You should also familiarise yourself with the local transport links and bus stops and learn how to use transport to reach places further away. You may not live very close to a doctor, school or Jobcentre Plus and may need to travel to get there.



Khu phố địa phương của bạn

Khu vực địa phương của bạn thường sẽ có một trung tâm giải trí nơi bạn có thể chơi thể thao hoặc tập thể dục, công viên và thư viện địa phương nơi bạn có thể mượn sách và truy cập Internet nếu bạn không có ở nhà. Thư viện và công viên miễn phí cho mọi người và các trung tâm giải trí thường có chi phí thấp.

Bạn cũng nên tự mình làm quen với các tuyến đường giao thông tại địa phương và các điểm dừng xe buýt và tìm hiểu cách sử dụng phương tiện giao thông để đến những nơi xa hơn. Bạn có thể sống không gần với bác sĩ, trường học hoặc Jobcentre Plus và có thể cần phải di chuyển để đến đó.



Places of worship

The UK is a multi-faith society and there are mosques, churches, synagogues and other places of worship in larger towns or cities.

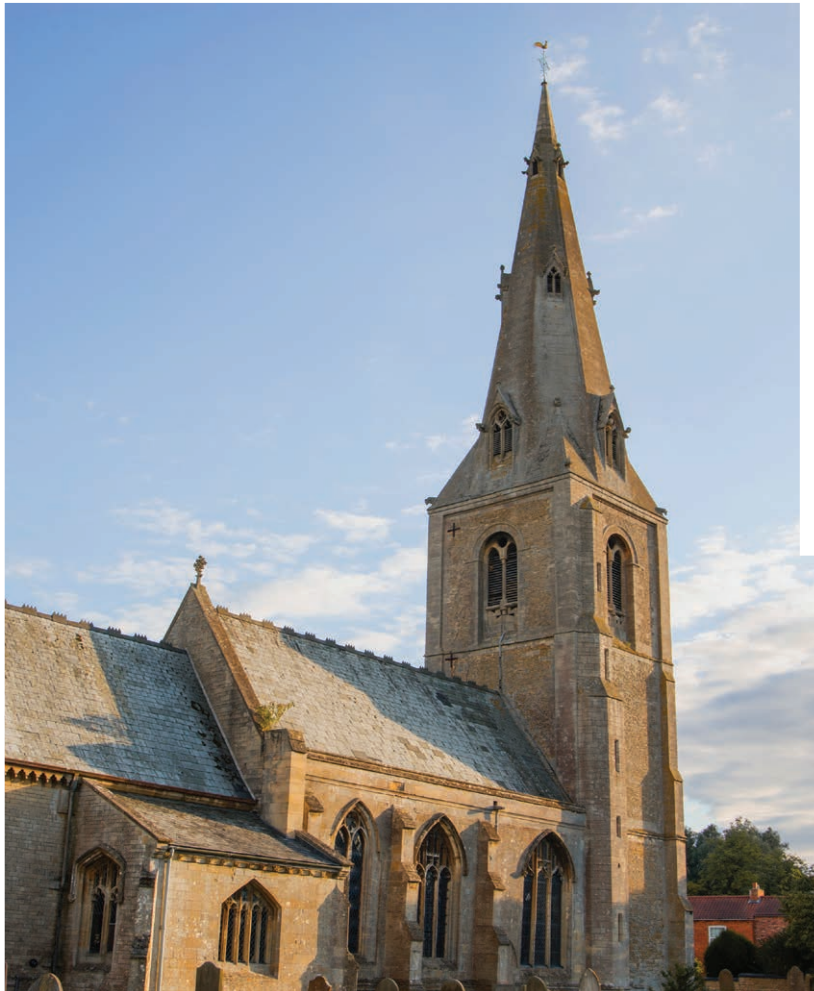
Many newcomers to the UK have found that they have had support and help through their place of worship and have also made friends who have helped them to adapt and made them feel welcome.



Nơi thờ cúng

Vương quốc Anh là một xã hội đa tín ngưỡng và có nhà thờ Hồi giáo, nhà thờ, giáo đường Do Thái và những nơi thờ cúng khác trong các thị trấn hoặc thành phố lớn hơn.

Nhiều người mới đến Vương quốc Anh đã phát hiện ra rằng họ đã có được sự hỗ trợ và giúp đỡ thông qua nơi thờ cúng của họ và cũng đã kết bạn, những người đã giúp họ thích nghi và khiến họ cảm thấy được chào đón.



Summary

You are eligible to receive benefits which can pay for your rent and other essential living costs



If you are renting a house or a flat, you will have a tenancy agreement with your landlord that sets out the rights and responsibilities for both landlord and you, the tenant







You must manage your money with care and ensure you pay for all bills and living expenses – you should open a bank account



Look out for local services and places of worship in your local area



Tóm tắt

Bạn đủ điều kiện nhận các trợ cấp có thể thanh toán cho tiền thuê nhà và các chi phí sinh hoạt thiết yếu khác	
Nếu bạn đang thuê một căn nhà hoặc một căn hộ, bạn sẽ có hợp đồng thuê nhà với chủ nhà của bạn, quy định các quyền và trách nhiệm cho cả chủ nhà và bạn, là người thuê nhà	
Bạn phải quản lý tiền của mình một cách cẩn thận và đảm bảo thanh toán cho tất cả các hóa đơn và chi phí sinh hoạt - bạn nên mở một tài khoản ngân hàng	
Hãy tìm các dịch vụ địa phương và nơi thờ cúng trong khu vực địa phương của bạn	

Chapter 6

Education

In this chapter you will learn about:

- The education system
- Types of school
- The subjects that you can study

Chương 6

Giáo dục

Trong chương này, bạn sẽ tìm hiểu về:



Hệ thống giáo dục



Các loại trường học



Những môn học bạn có thể học

Overview of education

If you have children, they may already be attending school and you may have some existing knowledge of the education system. This chapter is intended to give a helpful overview of the education system, including adult learning.

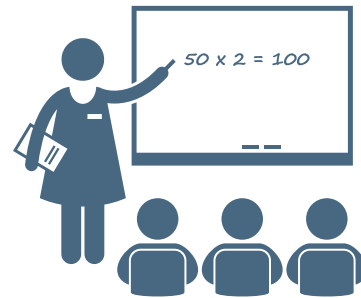
Education is important in the UK and there is a strong culture of lifelong learning. This means that education does not finish at school but continues throughout a person's working life through professional or personal development.

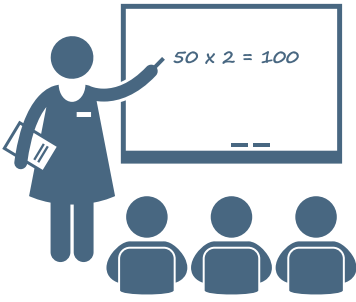
The school system encourages children to question and think for themselves rather than simply learning facts and figures. Parents are expected to take a prominent and supportive role in their children's education, meeting with teachers regularly for a progress report, helping children with their homework and ensuring they arrive at school clothed, fed and ready to learn.

As a parent you are responsible for ensuring that your children of compulsory school age receive a full-time education. Local authorities have powers to enforce school attendance, including the power to prosecute parents who fail to ensure their child's regular attendance at school. This guidance sets out how schools, local authorities and the police can deal with poor attendance and behaviour in school.

Education for children is free and compulsory. In England, the statutory school age is from 5 years to 16 years and individuals aged 16 to 18 must be in either full-time education or work (with an educational component).

The UK has some of the world's finest and oldest universities and is a world leader in research and innovation.





Tổng quan về giáo dục

Nếu bạn có con, chúng có thể đã đi học và bạn có thể đã có một số kiến thức về hệ thống giáo dục. Chương này nhằm cung cấp một cái nhìn tổng quan hữu ích về hệ thống giáo dục, bao gồm cả việc học tập của người lớn.



Giáo dục rất quan trọng ở Vương quốc Anh và có một nền văn hóa học tập suốt đời mạnh mẽ. Điều này có nghĩa là giáo dục không kết thúc ở trường học mà tiếp tục trong suốt cuộc đời làm việc của một người thông qua quá trình phát triển nghề nghiệp hoặc cá nhân.

Hệ thống trường học khuyến khích trẻ tự đặt câu hỏi và suy nghĩ thay vì chỉ đơn giản là học các sự kiện và số liệu. Phụ huynh được kỳ vọng sẽ đóng một vai trò nổi bật và hỗ trợ trong việc giáo dục con cái, thường xuyên gặp gỡ giáo viên để biết báo cáo tiến bộ, giúp trẻ làm bài tập về nhà và đảm bảo cho chúng mặc quần áo, ăn uống và sẵn sàng học trước khi đến trường.

Là phụ huynh, bạn có trách nhiệm đảm bảo rằng con bạn trong độ tuổi đi học bắt buộc nhận được giáo dục toàn thời gian. Chính quyền địa phương có quyền ép buộc việc đi học, bao gồm quyền truy tố các phụ huynh không đảm bảo cho con họ đi học đều đặn. Hướng dẫn này đưa ra cách các trường học, chính quyền địa phương và cảnh sát có thể đối phó với việc đi học và hành vi yếu kém ở trường học.

Giáo dục cho trẻ em là miễn phí và bắt buộc. Ở Anh, tuổi đi học theo luật định là từ 5 tuổi đến 16 tuổi và các cá nhân từ 16 đến 18 tuổi phải nằm trong hệ thống giáo dục toàn thời gian hoặc làm việc (trong đó có thành phần giáo dục).

Vương quốc Anh có một số trường đại học tốt nhất và lâu đời nhất thế giới và là quốc gia hàng đầu thế giới về nghiên cứu và đổi mới.

A young girl with blonde hair, wearing a light blue school uniform, is sitting in a classroom. She has her right hand raised high, and she is looking towards the right of the frame with a slight smile. Another child's hand is visible in the foreground, also raised. The background is dark, suggesting a classroom setting.

Joining the education system

You should get in touch with your local authority to ensure your children are registered in an age appropriate school. Your local authority will have more information about schools in your area. We recommend you review this GOV.UK webpage (www.gov.uk/schools-admissions) which provides general information for parents about school admissions and how to apply for a school place. If you don't know your local authority, you can find out through this website: www.gov.uk/find-local-council. You should enrol your child at school and familiarise yourself with what support is expected from parents. These include taking an active part in your child's education such as ensuring that they attend school, complete their homework and get enough sleep.

If you have a child of nursery age (under 5 years old) the local authority Family Information Service can help you find a nursery place for them. Once you know your local authority, you can check your Family Information Service here: findyourfis.familyandchildcaretrust.org. Similarly, if your child has additional learning needs, you should liaise with your local authority to ensure that their needs are met.

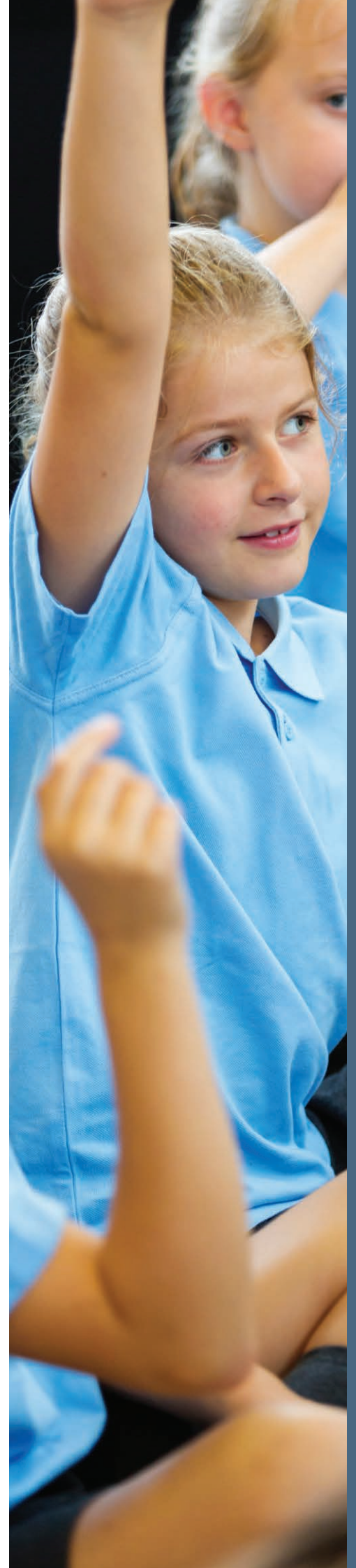
Your child will be given additional support to meet the requirements of education, such as additional English language support. These opportunities will not only enable them to re-engage with their education as quickly as possible, but also help the whole family to adjust.

Tham gia hệ thống giáo dục

Bạn nên liên hệ với chính quyền địa phương để đảm bảo con bạn được đăng ký vào một trường phù hợp với lứa tuổi. Chính quyền địa phương sẽ có thêm thông tin về các trường học trong khu vực của bạn. Chúng tôi khuyên bạn nên xem lại trang web GOV.UK (www.gov.uk/schools-admissions) ở đó cung cấp thông tin chung cho phụ huynh về tuyển sinh của trường và cách làm đơn xin vào trường. Nếu bạn không biết chính quyền địa phương của mình, bạn có thể tìm hiểu thông qua trang web này: www.gov.uk/find-local-council. Bạn nên ghi danh cho con bạn ở trường và tự mình làm quen với những hỗ trợ được kỳ vọng từ phụ huynh. Các hỗ trợ này bao gồm tham gia tích cực vào giáo dục của con bạn như đảm bảo rằng chúng đi học, hoàn thành bài tập về nhà và ngủ đủ giấc.

Nếu bạn có con ở độ tuổi nhà trẻ (dưới 5 tuổi), Dịch vụ thông tin gia đình của chính quyền địa phương có thể giúp bạn tìm một cơ sở nhà trẻ cho chúng. Khi bạn biết chính quyền địa phương của mình, bạn có thể kiểm tra Dịch vụ thông tin gia đình tại đây: findyourfis.familyandchildcaretrust.org. Tương tự như vậy, nếu con bạn có nhu cầu học tập bổ sung, bạn nên liên hệ với chính quyền địa phương để đảm bảo rằng nhu cầu của chúng được đáp ứng.

Con của bạn sẽ được hỗ trợ thêm để đáp ứng các yêu cầu của giáo dục, chẳng hạn như hỗ trợ thêm ngôn ngữ tiếng Anh. Những cơ hội này không chỉ cho phép chúng tái gắn kết với giáo dục nhanh nhất có thể, mà còn giúp cả gia đình điều chỉnh theo.



Nursery education

Between the ages of 3 and 4, children can get free early education. Some 2-year-olds are also eligible. The local authority Family Information Service will be able to provide advice about local childcare providers and how many hours of free early education you may be entitled to.

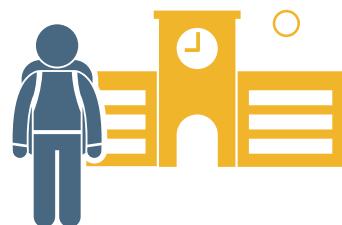
At nursery children will learn through play, giving children the broad range of knowledge and skills that provide the foundation for good future progress through school and life.



Nursery education



Primary education



Secondary education



Further education



Higher education

Primary education

Primary education is taught at primary schools. These teach the fundamental basics of reading, writing, arithmetic and science. They are attended by children aged 5 to 11 years old.

Primary schools are sometimes separated into infant schools (ages 4 to 6) and junior schools (ages 7 to 11), and you may be told that your child is attending one of these types of school (although some children might start when they're 4 years old).



Giáo dục nhà trẻ

Giáo dục nhà trẻ

Trong độ tuổi từ 3 đến 4 tuổi, trẻ em có thể được giáo dục sớm miễn phí. Một số trẻ 2 tuổi cũng đủ điều kiện. Dịch vụ thông tin gia đình của chính quyền địa phương có thể cung cấp lời khuyên về các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc trẻ em địa phương và số giờ giáo dục sớm miễn phí bạn có thể được hưởng.



Giáo dục tiểu học

Ở nhà trẻ, trẻ sẽ học thông qua chơi, mang đến cho trẻ kiến thức và kỹ năng rộng, tạo nền tảng cho sự tiến bộ trong tương lai thông qua trường học và cuộc sống.

Giáo dục tiểu học



Giáo dục trung học

Giáo dục tiểu học được dạy ở trường tiểu học. Những trường này dạy kiến thức cơ bản về đọc, viết, số học và khoa học. Trẻ em từ 5 đến 11 tuổi sẽ đi học ở những trường này.

Trường tiểu học đôi khi được tách thành trường trẻ sơ sinh (từ 4 đến 6 tuổi) và trường trung học cơ sở (từ 7 đến 11 tuổi), và bạn có thể được thông báo rằng con bạn đang theo học một trong những loại trường này (mặc dù một số trẻ có thể bắt đầu khi chúng 4 tuổi).



Giáo dục nâng cao



Giáo dục đại học



Secondary education

Secondary education is taught at secondary schools. These build on the primary curriculum and teach a more academic curriculum across a range of subjects (such as the sciences, mathematics, English language and literature and foreign languages), alongside practical subjects (such as music, design and technology, physical education and information technology). These schools are attended by children aged 11 to 16.

Secondary schools vary across local authorities and the type of school your child may attend could be a comprehensive school, an academy or a grammar school.

At the age of 16 students in England sit public examinations in all their subjects known as the General Certificates of Secondary Education (GCSEs). These qualifications will be used to apply for jobs, further education and higher education.

School leaving ages

You can leave school on the last Friday in June if you will be 16 by the end of the summer holidays.

You must then do one of the following until you are 18:

- Stay in full-time education e.g. at a college or secondary school
- Start an apprenticeship or traineeship. An apprenticeship is a genuine job, where you spend at least 20% of your time in off the job training. For more information, visit www.apprenticeships.gov.uk
- Volunteer (for 20 hours or more a week) while in part-time education or training

Giáo dục trung học

Giáo dục trung học được dạy ở trường trung học. Những trường này xây dựng trên cơ sở chương trình giảng dạy tiểu học và dạy một chương trình mang tính học thuật hơn với nhiều môn học (như khoa học, toán học, tiếng Anh và văn học, và ngoại ngữ), bên cạnh các môn học thực tế (như âm nhạc, thiết kế và công nghệ, giáo dục thể chất và công nghệ thông tin). Trẻ em từ 11 đến 16 tuổi sẽ đi học ở những trường này.

Các trường trung học sẽ khác nhau giữa các chính quyền địa phương và loại trường mà con bạn có thể theo học có thể là một trường toàn diện, một học viện hoặc một trường văn phạm.

Ở tuổi 16, học sinh ở Anh tham dự các kỳ thi công cộng cho tất cả các môn học, được gọi là Chứng chỉ Giáo dục Trung học (GCSE). Những bằng cấp này sẽ được sử dụng để xin việc, giáo dục nâng cao và giáo dục đại học.

Độ tuổi rời trường học

Bạn có thể rời trường học vào Thứ Sáu cuối cùng của tháng 6 nếu bạn 16 tuổi vào cuối kỳ nghỉ hè.

Sau đó, bạn phải thực hiện một trong những hoạt động sau cho đến khi 18 tuổi:

- Tiếp tục tham gia giáo dục toàn thời gian, ví dụ như ở trường cao đẳng hoặc trung học
- Bắt đầu học nghề hoặc thực tập sinh. Học nghề là một công việc thực sự, ở đó bạn dành ít nhất 20% thời gian cho việc đào tạo công việc. Truy cập www.apprenticeships.gov.uk để biết thêm thông tin
- Tình nguyện viên (từ 20 giờ trở lên một tuần) trong khi học tập hoặc đào tạo bán thời gian



Further education

In England, after taking GCSEs young people normally choose between a practical route or an academic route. Further education for young people aged 16-18 can be provided in schools (often as part of a continuous educational journey from the age of 11 to 18), sixth form or FE colleges, or independent training providers.

The most common academic qualifications are called A-Levels and these are often required to go on to university. Students will typically study three or four subjects at A-Level often related to what they want to study at university.

Technical qualifications come in a number of forms, the most common of which are Business and Technician Education Council qualifications (BTECs) and National Vocational Qualifications (NVQs). These develop practical skills such as management, hairdressing or carpentry. Often these are taken in conjunction with, or as a precursor to, apprenticeships (see Chapter 4 – Employment and Benefits).

Further Education is also open to adults. Adult provision is funded through a combination of government funds, employer contributions, learner contributions and learner loans, depending on the type/level of course and learner circumstances. To find out what opportunities are available in your local area, and whether you are eligible for government funding, please contact your local authority, college or training provider, or find out more information at www.nationalcareersservice.direct.gov.uk

Giáo dục nâng cao

Ở Anh, sau khi thi GCSE, thanh thiếu niên thường chọn giữa một lộ trình thực hành hoặc một lộ trình học thuật. Giáo dục nâng cao cho thanh thiếu niên 16-18 tuổi có thể được cung cấp tại các trường học (thường là một phần của hành trình giáo dục liên tục từ 11 đến 18 tuổi), dạng thứ sáu hoặc các trường cao đẳng FE hoặc các nhà cung cấp dịch vụ đào tạo độc lập.

Các bằng cấp học thuật phổ biến nhất được gọi là A-Level và những bằng cấp này thường được yêu cầu để vào đại học. Sinh viên thường sẽ học ba hoặc bốn môn học ở A-Level thường liên quan đến những gì họ muốn học tại trường đại học.

Bằng cấp kỹ thuật có một số dạng, phổ biến nhất là bằng cấp của Hội đồng Giáo dục Kỹ thuật và Kinh doanh (BTEC) và Bằng cấp Nghề nghiệp Quốc gia (NVQ). Những bằng cấp này phát triển các kỹ năng thực tế như quản lý, làm tóc hoặc nghề mộc. Thông thường những bằng cấp này được thực hiện cùng với, hoặc là tiền thân của việc học nghề (xem Chương 4 - Việc làm và trợ cấp).

Giáo dục nâng cao cũng tiếp nhận người lớn. Việc cung cấp dịch vụ cho người lớn được tài trợ thông qua sự kết hợp của các quỹ chính phủ, đóng góp của người sử dụng lao động, đóng góp của người học và các khoản vay dành cho người học, tùy thuộc vào loại/cấp độ của khóa học và hoàn cảnh của người học. Để tìm hiểu xem có những cơ hội nào trong khu vực địa phương của bạn và liệu bạn có đủ điều kiện nhận tài trợ của chính phủ hay không, vui lòng liên hệ với chính quyền địa phương, trường cao đẳng hoặc nhà cung cấp đào tạo, hoặc tìm hiểu thêm thông tin tại

www.nationalcareersservice.direct.gov.uk



Higher education

Higher education is taught at universities and individuals will usually begin applying between the ages of 17 and 18. Different universities will offer different subjects and requirements needed to confirm a place (usually certain grades at A-Level sometimes in certain subjects).

Students will receive guidance from their school teachers and careers advisers about where to apply and what to apply for. Applications are submitted through an online system.

University education is not free in all parts of the UK, and individual universities set the level of their fees. These are currently capped at up to £9,250 per year in England. You may be able to apply for a student loan to cover the costs of these fees, and an additional loan to contribute to the costs of living as a student. A careers adviser at your school will provide you with more information.

If you have refugee status you are eligible for home fee status for tuition fees and you are eligible to apply for student loans to help with tuition fees and living costs. If you have Humanitarian Protection status, you will need to satisfy a three year ordinary residency requirement to qualify for home fee status and to be eligible to apply for student loans.

For more information on student finance visit:
www.gov.uk/student-finance

Student Loans Company – www.slc.co.uk.
Telephone no: 0300 100 0622.

Giáo dục đại học

Giáo dục đại học được giảng dạy tại các trường đại học và các cá nhân thường sẽ bắt đầu làm đơn xin học trong độ tuổi từ 17 đến 18. Các trường đại học khác nhau sẽ cung cấp các môn học và yêu cầu khác nhau cần thiết để xác nhận một suất học (thường là một số điểm A-Level nhất định, đôi khi là với một số môn học nhất định).

Sinh viên sẽ nhận được hướng dẫn từ giáo viên trường học và cố vấn nghề nghiệp về nơi nộp đơn xin và nên xin học những ngành gì. Đơn xin được gửi qua một hệ thống trực tuyến.

Giáo dục đại học không miễn phí trên toàn bộ Vương quốc Anh và các trường đại học tự đặt ra mức phí riêng. Mức phí này hiện đang được giới hạn ở mức £9.250 mỗi năm ở Anh. Bạn có thể làm đơn xin một khoản vay sinh viên để trang trải chi phí cho các khoản phí này và một khoản vay bổ sung để đóng góp vào chi phí sinh hoạt của sinh viên. Một cố vấn nghề nghiệp tại trường của bạn sẽ cung cấp cho bạn thêm thông tin.

Nếu bạn có tình trạng người tị nạn, bạn sẽ đủ điều kiện nhận tình trạng lệ phí nhà ở cho học phí và bạn đủ điều kiện để làm đơn xin các khoản vay dành cho sinh viên để giúp đỡ cho các khoản học phí và chi phí sinh hoạt. Nếu bạn có tình trạng Bảo vệ Nhân đạo, bạn sẽ cần phải đáp ứng yêu cầu cư trú thông thường ba năm để đủ điều kiện nhận tình trạng lệ phí nhà ở và đủ điều kiện để làm đơn xin các khoản vay dành cho sinh viên.

Để biết thêm thông tin về hỗ trợ tài chính dành cho sinh viên, vui lòng truy cập:

www.gov.uk/student-finance

Student Loans Company – **www.slc.co.uk**.

Số điện thoại: 0300 100 0622.





Adult learning

Adult learning is strongly encouraged and many different courses are available. Colleges, adult education services and other educational institutions in your local area may offer full and part-time adult learning opportunities. These could include taught courses, workshops and online learning on a wide range of subjects including job training and courses for personal development such as IT, gardening, arts and crafts, and well-being. Some courses are specifically designed to support parents and their families. These courses are likely to be available in the daytime, evening and weekends. Some courses, including literacy and numeracy, are free of charge and some courses are fee-paying so adults may be asked to contribute fully or partially towards the cost. To find out what opportunities are available in your local area, and whether you are eligible for government funding, then please try:

- Looking at the website or prospectus of your local authority adult education service, further education college and/or Workers' Educational Association (WEA) branch
- Using the National Careers Service website, <https://nationalcareersservice.direct.gov.uk>, which offers advice on choosing courses and a post code search to help you find a suitable class
- Reading notices in local newspapers or on notice boards in schools, children's centres, doctors' surgeries, community centres, libraries or voluntary groups
- Speaking to friends, neighbours and colleagues to find out what's happening locally and what courses are on offer

Học tập dành cho người lớn

Học tập dành cho người lớn được khuyến khích mạnh mẽ và có nhiều khóa học khác nhau. Các trường cao đẳng, dịch vụ giáo dục người lớn và các tổ chức giáo dục khác trong khu vực địa phương của bạn có thể cung cấp cơ hội học tập cho người lớn toàn thời gian và bán thời gian. Các dịch vụ này có thể bao gồm các khóa học có giảng viên, hội thảo và học tập trực tuyến về nhiều môn học bao gồm đào tạo nghề và các khóa học để phát triển cá nhân như CNTT, làm vườn, nghệ thuật và thủ công, và hạnh phúc. Một số khóa học được thiết kế đặc biệt để hỗ trợ phụ huynh và gia đình của họ. Các khóa học này có thể có sẵn vào ban ngày, buổi tối và cuối tuần. Một số khóa học miễn phí, bao gồm xóa mù chữ và tính toán, và một số khóa học phải trả phí, vì vậy người lớn có thể được yêu cầu đóng góp đầy đủ hoặc một phần vào chi phí. Để tìm hiểu những cơ hội nào có sẵn trong khu vực địa phương của bạn và liệu bạn có đủ điều kiện nhận tài trợ của chính phủ hay không, vui lòng thử:

- Xem trang web hoặc bản cáo bạch của dịch vụ giáo dục dành cho người lớn của chính quyền địa phương của bạn, trường cao đẳng giáo dục nâng cao và/hoặc chi nhánh Hiệp hội giáo dục dành cho người lao động (WEA)
- Xem trang web Dịch vụ Nghề nghiệp Quốc gia, <https://nationalcareersservice.direct.gov.uk>, ở đó đưa ra lời khuyên về việc chọn các khóa học và tìm kiếm mã bưu điện để giúp bạn tìm thấy một lớp học phù hợp
- Đọc thông báo trên báo địa phương hoặc trên bảng thông báo trong trường học, trung tâm trẻ em, phòng khám bác sĩ, trung tâm cộng đồng, thư viện hoặc các nhóm tình nguyện
- Nói chuyện với bạn bè, hàng xóm và đồng nghiệp để tìm hiểu những gì đang diễn ra tại địa phương và những khóa học nào được cung cấp



Summary

Education is important, and all children must attend school from the age of 5 until they turn 16



There are opportunities for adults to undertake further learning



Tóm tắt

Giáo dục rất quan trọng và tất cả trẻ em phải đi học từ 5 tuổi cho đến khi 16 tuổi



Có nhiều cơ hội dành cho người lớn để học thêm



Chapter 7

Legal Rights and Responsibilities

In this chapter you will learn about:

- Your rights and responsibilities
- What is legal and illegal
- Protecting and caring for your children
- Gender-based laws
- Discrimination

Chương 7

Các quyền và trách nhiệm hợp pháp

Trong chương này, bạn sẽ tìm hiểu về:

- Các quyền và trách nhiệm của bạn
- Điều gì hợp pháp và bất hợp pháp
- Bảo vệ và chăm sóc con bạn
- Luật pháp dựa trên giới tính
- Phân biệt đối xử

Rights and freedoms

Every person in the UK has the same basic human rights and freedoms, which are protected in law. These underpin how people live in the UK. For example:

- Every person has a right to liberty, which means you cannot be unlawfully detained. You also have a right to a fair trial. Everyone must be treated fairly and equally under the law.
- Every person has freedom of thought and the right to practise their religion. However it is illegal if, as part of this, you take part in activities which break UK laws. It is against the law to discriminate against or persecute someone because of their beliefs.
- Every individual has a right to marry whomever they want, regardless of race, or religion. However there are exceptions, for example you cannot be married to more than one person at one time, or marry certain relatives.



Right to equality



Right to education



Right to work

Values and responsibilities in the UK

Based on the rights and freedoms protected in law, everyone living in or visiting the UK is expected to adhere to a set of shared values and responsibilities. Core values include:

- Respect and obey the law
- Respect the rights of others, including their right to their own opinions
- Treat others with fairness



Right to marry



Quyền bình đẳng



Quyền giáo dục



Quyền làm việc



Quyền kết hôn

Các quyền và sự tự do

Mọi người ở Vương quốc Anh đều có các quyền con người cơ bản và sự tự do giống nhau, được bảo vệ trước pháp luật. Đây là nền tảng cho cách mọi người sống ở Vương quốc Anh. Ví dụ:

- Mọi người đều có quyền tự do, điều đó có nghĩa không ai có thể giam giữ bạn bất hợp pháp. Bạn cũng có quyền được xét xử công bằng. Mọi người phải được đối xử công bằng và bình đẳng trước pháp luật.
- Mọi người đều có quyền tự do tư tưởng và quyền thực hành tôn giáo của mình. Tuy nhiên, đó là điều bất hợp pháp nếu bạn tham gia vào các hoạt động vi phạm luật pháp của Vương quốc Anh khi thực hành tôn giáo của mình. Việc phân biệt đối xử hoặc ngược đãi ai đó vì niềm tin của họ là trái pháp luật.
- Mỗi cá nhân đều có quyền kết hôn với bất cứ ai họ muốn, bất kể chủng tộc hay tôn giáo. Tuy nhiên, có những trường hợp ngoại lệ, ví dụ bạn không thể kết hôn với hơn một người cùng một lúc hoặc kết hôn với họ hàng nhất định.

Các giá trị và trách nhiệm ở Vương quốc Anh

Dựa trên các quyền và sự tự do được bảo vệ trước pháp luật, mọi người sống hoặc đến Vương quốc Anh được kỳ vọng sẽ tuân thủ một tập hợp các giá trị và trách nhiệm chung. Các giá trị cốt lõi bao gồm:

- Tôn trọng và tuân thủ pháp luật
- Tôn trọng quyền của người khác, bao gồm quyền đối với ý kiến của riêng họ
- Đối xử công bằng với người khác



The law in the UK

The law applies to everyone in the UK. Cases are decided by judges in a court of law. In every case both sides are treated fairly. Every person can be represented by a lawyer.

Respect for the law is very important in the UK and everyone must obey the law. If you break the law, there are consequences. You could receive a fine or you could go to prison.

It is important to know that some things which may be allowed in other countries are not acceptable in the UK and it is your responsibility to live within the law of the UK. It is also important to understand some things which may not be allowed in other countries may be legal in the UK.

What is legal and illegal?

There are two types of law in the UK:

- Civil Law, which settles disputes between people
- Criminal Law, which covers crime and punishment

Both govern what you can and cannot do in the UK.

Some specific laws vary between England, Wales, Scotland and Northern Ireland.

The table below applies to England.

Luật pháp ở Vương quốc Anh

Luật áp dụng cho tất cả mọi người ở Vương quốc Anh. Các vụ việc được quyết định bởi thẩm phán tại tòa án pháp luật. Trong mọi trường hợp cả hai bên đều được đối xử công bằng. Mọi người đều có thể có luật sư đại diện.

Tôn trọng luật pháp là rất quan trọng ở Vương quốc Anh và mọi người phải tuân thủ luật pháp. Nếu bạn vi phạm pháp luật, thì sẽ có hậu quả. Bạn có thể bị phạt tiền hoặc bạn có thể đi tù.

Điều quan trọng cần biết là một số việc có thể được cho phép ở các quốc gia khác nhưng không được chấp nhận ở Vương quốc Anh và bạn có trách nhiệm sống theo luật pháp của Vương quốc Anh. Cũng quan trọng cần phải hiểu là một số việc có thể không được phép ở các quốc gia khác nhưng lại có thể là hợp pháp ở Vương quốc Anh.

Điều gì hợp pháp và bất hợp pháp?

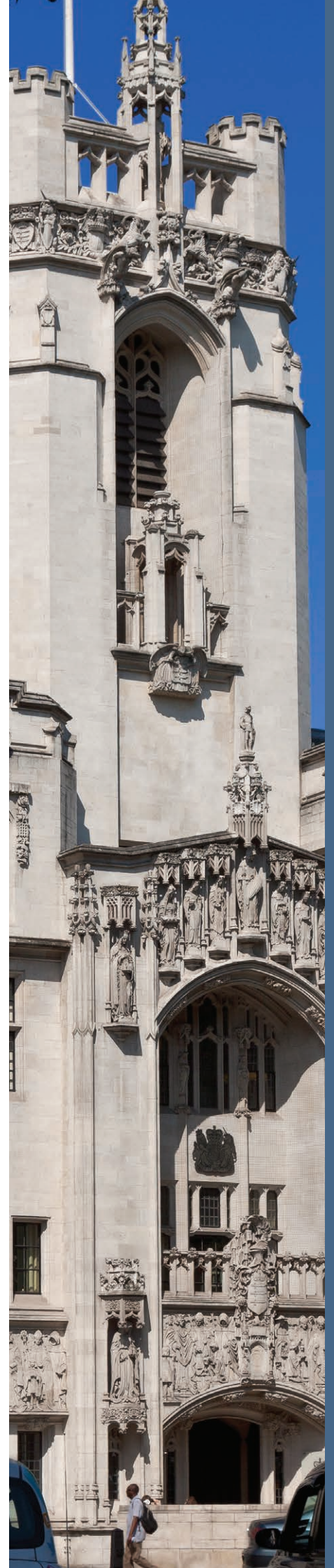
Có hai loại luật ở Vương quốc Anh:

- Luật dân sự, giải quyết tranh chấp giữa mọi người với nhau
- Luật hình sự, bao gồm tội phạm và hình phạt

Cả hai loại luật này điều chỉnh những gì bạn có thể và không thể làm ở Vương quốc Anh.

Một số luật cụ thể khác nhau giữa Anh, Wales, Scotland và Bắc Ireland.

Bảng dưới đây áp dụng cho Anh.



Below are some examples of issues that are decided in law, and their consequences:

Civil Law

Marriage and divorce

Anyone can marry whomever they want unless they are closely related (e.g. sibling, half sibling or aunt/uncle) or are already married. People of the same gender can marry each other. Either partner can apply for a divorce. If the couple is unable to agree the terms of the divorce, the courts will decide them.

Employment

The law protects both employers and employees. If an employer asks you to do things you did not agree to in a contract, you can challenge this.

Consumer rights

If a company does not provide the service or product you paid for, you can challenge this.

Housing

Any dispute between a tenant and landlord will be settled through Civil Law. As a tenant you should be fully aware of your rights, please look at chapter 5.

Discrimination and harassment

Discriminating against or harassing another person on the grounds of gender reassignment, colour, national or ethnic origin, religion or belief, age, disability or sexual orientation is prohibited under the equalities legislation. Any conduct that can reasonably be expected to cause harassment, alarm or distress to another person on any grounds is also prohibited under harassment legislation. Anyone who suffers this kind of discrimination or harassment can claim damages or seek an injunction against the perpetrator. This includes verbal insults based on religion.

Dưới đây là một số ví dụ về các vấn đề được quyết định theo luật và hậu quả của chúng:

Luật dân sự	
Kết hôn và ly hôn	Mọi người có thể kết hôn với bất cứ ai họ muốn trừ khi họ có quan hệ mật thiết với nhau (ví dụ như anh chị em ruột, anh chị em cùng cha khác mẹ hoặc cô/chú) hoặc đã kết hôn. Những người cùng giới tính có thể kết hôn với nhau. Một trong hai bên có thể nộp đơn xin ly hôn. Nếu cặp vợ chồng không thể đồng ý các điều khoản của ly hôn, tòa án sẽ quyết định các điều khoản này.
Việc làm	Luật pháp bảo vệ cả người sử dụng lao động và người lao động. Nếu người sử dụng lao động yêu cầu bạn làm những việc bạn không đồng ý trong hợp đồng, bạn có thể phản đối điều này.
Quyền của người tiêu dùng	Nếu một công ty không cung cấp dịch vụ hoặc sản phẩm bạn đã trả tiền, bạn có thể phản đối điều này.
Nhà ở	Mọi tranh chấp giữa người thuê nhà và chủ nhà sẽ được giải quyết thông qua Luật dân sự. Là người thuê nhà, bạn cần nhận thức đầy đủ về các quyền của mình, vui lòng xem chương 5.
Phân biệt đối xử và quấy rối	Phân biệt đối xử hoặc quấy rối người khác với lý do xác định lại giới tính, màu da, nguồn gốc quốc gia hoặc dân tộc, tôn giáo hoặc tín ngưỡng, tuổi tác, tình trạng khuyết tật hoặc khuynh hướng tình dục đều bị cấm theo luật về sự bình đẳng. Bất kỳ hành vi nào được dự kiến một cách hợp lý là sẽ gây ra sự quấy rối, lo sợ hoặc đau khổ cho người khác vì bất kỳ lý do gì cũng đều bị cấm theo luật về sự quấy rối. Bất cứ ai phải chịu sự phân biệt đối xử hoặc quấy rối này đều có thể yêu cầu bồi thường thiệt hại hoặc yêu cầu lệnh cấm đối với thủ phạm. Điều này bao gồm cả xúc phạm bằng lời nói dựa trên tôn giáo.

Criminal Law

Violence

It is illegal to kill or injure another person or group of people, and this can be punished severely. Violent offences which are against UK law include forced sexual contact or behaviour and domestic violence between family members in the home.

Racist and religious hate crime

Criminal behaviour such as violence, verbal abuse, bullying or damage to property is hate crime if it is carried out because of race or religion. This can include where the victim is believed to be of a particular religion or race, or where their partner or friend is. It is also illegal to encourage religious or racial hatred.

Harassment

Any conduct that can reasonably be expected to cause harassment, alarm or distress to another person on any grounds is a criminal offence. The perpetrator can face criminal charges as well as or instead of damages or an injunction under civil law.

Sex

The age of consent (when it is legal) for two people to have sex is 16, regardless of gender or sexual orientation.

Luật hình sự

Bạo lực

Việc giết người hoặc gây thương tích cho người hoặc nhóm người khác là bất hợp pháp và điều này có thể bị trừng phạt nghiêm khắc. Tội phạm bạo lực trái pháp luật của Vương quốc Anh bao gồm tiếp xúc hoặc hành vi tình dục cưỡng bức, bạo hành gia đình giữa các thành viên trong gia đình.

Tội ác gây hận thù phân biệt chủng tộc và tôn giáo

Hành vi tội phạm như bạo lực, lạm dụng bằng lời nói, bắt nạt hoặc gây thiệt hại cho tài sản là tội ác gây hận thù nếu được thực hiện vì lý do chủng tộc hoặc tôn giáo. Điều này có thể bao gồm trường hợp nạn nhân, hoặc đối tác hoặc bạn bè của nạn nhân, được cho là thuộc một tôn giáo hoặc chủng tộc cụ thể. Khuyến khích hận thù tôn giáo hoặc chủng tộc cũng là điều bất hợp pháp.

Quấy rối

Bất kỳ hành vi nào được dự kiến một cách hợp lý là sẽ gây ra sự quấy rối, lo sợ hoặc đau khổ cho người khác vì bất kỳ lý do gì đều là một tội hình sự. Thủ phạm có thể phải đối mặt với cáo buộc hình sự cũng như hoặc thay vì thiệt hại hoặc lệnh cấm theo luật dân sự.

Tình dục

Độ tuổi đồng ý (khi hợp pháp) để hai người có quan hệ tình dục là 16, bất kể giới tính hay xu hướng tình dục.

Criminal Law

Drugs

It is illegal to possess, transport or distribute certain controlled drugs. Punishments can be severe, including custodial sentences.

Alcohol

It is legal for adults over 18 to purchase and consume alcohol.
It is illegal to drive under the influence of alcohol.

Smoking

It is illegal to smoke indoors in most public areas, e.g. shops, restaurants, bars. It is illegal to sell tobacco to anyone under the age of 18. In England it is also illegal to smoke in vehicles with passengers under 18. Breaking these laws could lead to a fine.

Driving

It is illegal to drive without a driving licence. You can begin learning to drive from 17 years of age and you must pass a driving test in order to obtain a driving licence.

Weapons

You cannot buy or possess a firearm without a licence. Carrying a knife in public is also punishable.

Luật hình sự

Ma túy

Việc sở hữu, vận chuyển hoặc phân phối một số loại thuốc có kiểm soát là bất hợp pháp. Hình phạt có thể nghiêm khắc, bao gồm bản án giam giữ.

Rượu

Người lớn trên 18 tuổi mua và uống rượu là hợp pháp. Lái xe khi có sự ảnh hưởng của rượu là bất hợp pháp.

Hút thuốc

Hút thuốc trong nhà ở hầu hết các khu vực công cộng là bất hợp pháp, ví dụ như cửa hàng, nhà hàng, quán bar. Bán thuốc lá cho bất cứ ai dưới 18 tuổi là bất hợp pháp. Ở Anh, hút thuốc trong xe có hành khách dưới 18 tuổi cũng là việc bất hợp pháp. Vi phạm các luật này có thể dẫn đến phạt tiền.

Lái xe

Lái xe không có giấy phép lái xe là bất hợp pháp. Bạn có thể bắt đầu học lái xe từ 17 tuổi và bạn phải qua được bài kiểm tra lái xe để lấy bằng lái xe.

Vũ khí

Bạn không thể mua hoặc sở hữu súng nếu không có giấy phép. Mang dao ở nơi công cộng cũng có thể bị phạt.

Protecting and caring for your children

The UK has signed the UN Convention on the Rights of the Child and other international laws promoting children's rights. The UK takes children's rights seriously and is always trying to improve the situation of all children. For this reason the UK has passed a number of laws that help protect children.

Children have a right to have their views listened to and considered. There are official Children's Commissioners that help make sure that the rights and views of children are considered.

In some circumstances in the UK, children aged 14 and older have a right to make certain decisions for themselves, such as medical decisions.

As a parent you are legally responsible for the protection, care and well-being of your children.

- It is a parent's responsibility to make sure their children attend school. If you do not there can be legal action such as: a Parenting Order, an Education Supervision Order, a School Attendance Order or a fine.
- It is an offence to leave children alone if this will put them at risk. Babies, toddlers and very young children should never be left alone.

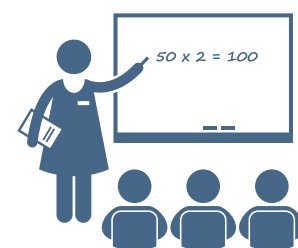
Going to school is very important for the welfare of a child. Helping out with tasks at home must not stop a child from going to school.

When parents are having difficulties caring for their children, the government social services may be able to offer some help or advice. UK laws require social services to investigate allegations of child neglect or abuse.

If you beat, harm or neglect your children social services can intervene. In some severe cases courts can ask social services to take the child to a foster home to make sure they are safe from harm.



Responsible parents



Going to school

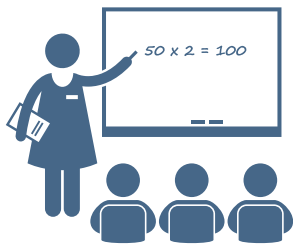
If you are worried about your child or another child you can contact:

**National Society for the Prevention of Cruelty to Children (NSPCC) on
0808 800 5000**

**Childline on
0800 1111**



Cha mẹ có trách nhiệm



Đi học

Bảo vệ và chăm sóc con bạn

Vương quốc Anh đã ký Công ước Liên hợp quốc về quyền trẻ em và các luật quốc tế khác thúc đẩy quyền trẻ em. Vương quốc Anh coi trọng quyền trẻ em và luôn cố gắng cải thiện tình hình của tất cả trẻ em. Vì lý do này, Vương quốc Anh đã thông qua một số luật giúp bảo vệ trẻ em.

Trẻ em có quyền được lắng nghe và xem xét đối với quan điểm của mình. Có những Ủy viên chính thức của Trẻ em giúp đảm bảo rằng các quyền và quan điểm của trẻ em được xem xét.

Trong một số tình huống ở Vương quốc Anh, trẻ em từ 14 tuổi trở lên có quyền đưa ra quyết định nhất định cho bản thân, chẳng hạn như quyết định về y tế.

Là cha mẹ, bạn có trách nhiệm pháp lý trong việc bảo vệ, chăm sóc và giữ gìn sức khỏe của con bạn.

- Trách nhiệm của cha mẹ là đảm bảo con cái họ được đi học. Nếu bạn không làm như vậy, có thể có hành động pháp lý như: Lệnh nuôi dạy con cái, Lệnh giám sát giáo dục, Lệnh đi học hoặc phạt tiền.
- Việc để trẻ một mình là hành vi phạm tội nếu điều này sẽ khiến chúng gặp nguy hiểm. Không bao giờ để trẻ sơ sinh, trẻ mới biết đi và trẻ nhỏ một mình.

Đi học là việc rất quan trọng đối với quyền lợi của một đứa trẻ. Giúp đỡ các công việc ở nhà không được ngăn cản việc trẻ đi học.

Khi cha mẹ gặp khó khăn trong việc chăm sóc con cái, các dịch vụ xã hội của chính phủ có thể cung cấp một số trợ giúp hoặc lời khuyên. Luật pháp của Vương quốc Anh yêu cầu các dịch vụ xã hội điều tra các cáo buộc bỏ mặc hoặc lạm dụng trẻ em.

Nếu bạn đánh đập, làm hại hoặc bỏ mặc con bạn, các dịch vụ xã hội có thể can thiệp. Trong một số trường hợp nghiêm trọng, tòa án có thể yêu cầu các dịch vụ xã hội đưa đứa trẻ đến nhà nuôi dưỡng để đảm bảo chúng an toàn tránh bị tổn hại.

Nếu bạn lo lắng về con của bạn hoặc một đứa trẻ khác, bạn có thể liên hệ:

Hiệp hội Quốc gia Phòng chống Tàn bạo đối với Trẻ em (NSPCC) theo số

0808 800 5000

Childline theo số

0800 1111

Gender and sex in law

Issues related to gender and sex are taken very seriously in the UK. The law says that you cannot be discriminated against because of your sex or your gender. This means:

- Organisations, including companies and individuals in the UK have a legal duty to treat men and women equally
- Men and women have equal rights and duties in employment and in marriage and in all aspects of private and public life in the UK
- Transgender people have equal rights too

You can also contact the police if you are worried about crime.



Giới và giới tính trước pháp luật

Các vấn đề liên quan đến giới và giới tính được quan tâm rất nghiêm túc ở Vương quốc Anh. Luật tuyên bố rằng bạn không thể bị phân biệt đối xử vì giới hoặc giới tính của bạn. Điều này có nghĩa là:

- Các tổ chức, bao gồm các công ty và cá nhân ở Vương quốc Anh có nghĩa vụ pháp lý đối xử bình đẳng giữa nam và nữ
- Nam và nữ có quyền và nghĩa vụ ngang nhau trong việc làm và trong hôn nhân và trong tất cả các khía cạnh của cuộc sống riêng tư và công cộng ở Vương quốc Anh
- Người chuyển giới cũng có quyền bình đẳng

Bạn cũng có thể liên hệ với cảnh sát nếu bạn lo lắng về tội phạm.



Domestic abuse

Domestic abuse usually occurs in the home and can take many forms:

- It can be physical abuse like hitting, kicking or hair pulling
- It can include emotional abuse like blackmail, mental torture and threats to disown a person or harm those they care about
- It can also be controlling, for example, restricting a person's movements or access to or contact with family or friends or preventing access to money or a chosen career
- It can be coercive behaviour for example threats, humiliation or intimidation that is used to harm, punish or frighten
- It can be rape – being married doesn't mean that a partner has the right to force sex against the will of the other

Anybody, regardless of gender, nationality or any other distinguishing factor, can find themselves at risk of domestic abuse.

Domestic abuse is a serious crime in the UK. Anyone who is violent towards their partner, spouse or another family member, whether they are a man or a woman, married or living together, can be prosecuted. If children witness domestic abuse this could be considered child abuse and social services will investigate.



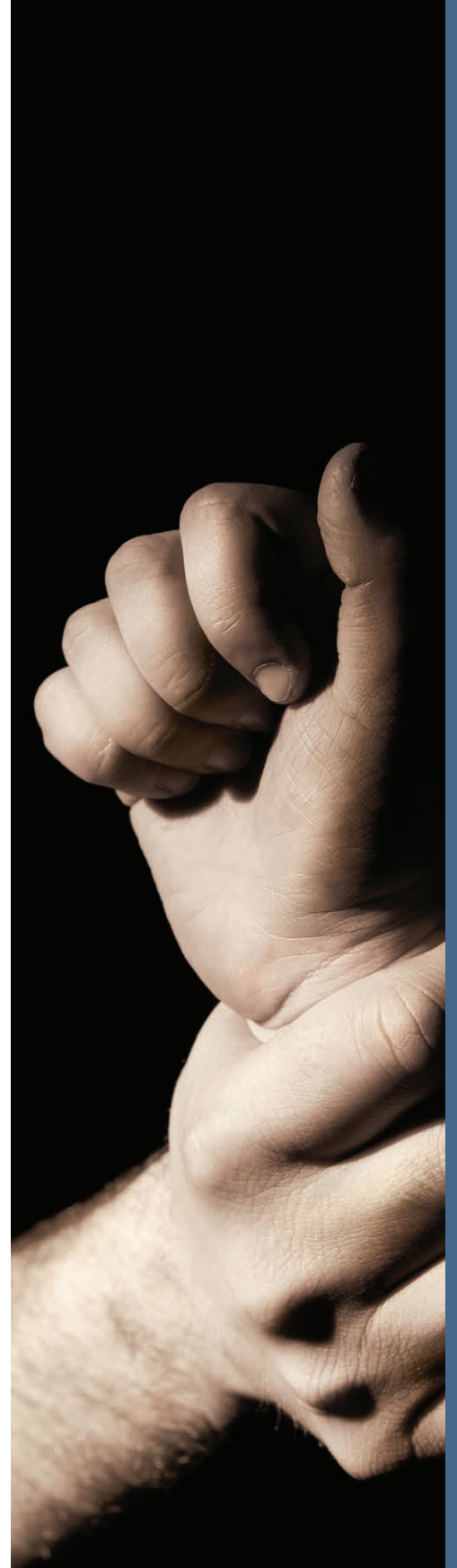
Lạm dụng trong gia đình

Lạm dụng trong gia đình thường xảy ra trong nhà và có thể có nhiều hình thức:

- Đó có thể là lạm dụng thể chất như đánh, đá hoặc kéo tóc
- Đó có thể bao gồm lạm dụng tình cảm như tống tiền, tra tấn tinh thần và đe dọa từ bỏ một người hoặc làm hại những người họ quan tâm
- Đó cũng có thể kiểm soát, ví dụ: hạn chế việc di chuyển của một người, hoặc tiếp cận hoặc liên hệ với gia đình hoặc bạn bè, hoặc ngăn chặn việc tiếp cận đến tiền hoặc nghề nghiệp đã chọn
- Đó có thể là hành vi cưỡng chế, ví dụ như đe dọa, sỉ nhục hoặc sự dọa dẫm được sử dụng để làm hại, trừng phạt hoặc gây sợ hãi
- Đó có thể là cưỡng hiếp - kết hôn không có nghĩa là đối tác có quyền ép buộc quan hệ tình dục trái với ý muốn của người kia

Bất kỳ ai, bất kể giới tính, quốc tịch hay bất kỳ yếu tố phân biệt nào khác, đều có thể thấy mình có nguy cơ bị lạm dụng trong gia đình.

Lạm dụng trong gia đình là một tội nghiêm trọng ở Vương quốc Anh. Bất cứ ai gây bạo lực cho bạn đời của họ, vợ/chồng hoặc một thành viên khác trong gia đình, cho dù họ là đàn ông hay phụ nữ, kết hôn hoặc sống chung, đều có thể bị truy tố. Nếu trẻ em chứng kiến tình trạng lạm dụng trong gia đình, điều này có thể được coi là lạm dụng trẻ em và các dịch vụ xã hội sẽ điều tra.



Anyone, including neighbours, can report domestic abuse and violence. Police will respond to reports and may make arrests or ask one partner to leave the home.

Conviction of a crime related to domestic abuse can negatively affect your immigration status and your ability to apply to live long term in the UK.

In some cases courts can order the perpetrators of domestic abuse to stay away from the victim, from the family home and from places where the victim and children normally go, such as school. Violating this order can result in police action.

It is important for anyone facing domestic abuse to get help as soon as possible. There are safe places to go and stay in, called refuges or shelters.

If you experience domestic abuse, you should report it to the police. They can help you find a safe place to stay. You can also phone the 24 hour national Domestic Violence Freephone Helpline on **0808 2000 247** at any time.

Emergency numbers and Domestic Violence Helpline

- The police, ambulance and fire brigade: **999** (freephone, 24 hours)
- National Domestic Violence Helpline: **0808 2000 247** (freephone, 24 hours) Run in partnership between Women's Aid and Refuge
- Broken Rainbow National LGBT domestic abuse helpline: **0300 999 5428** (not 24 hour freephone line)
- Worldwide: visit **International Directory of Domestic Violence Agencies** for a global list of helplines and crisis centres



Reporting abuse



Police may make arrests



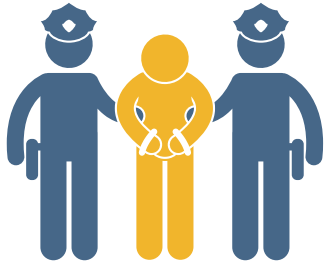
Police, ambulance and fire brigade:
999

National Domestic Violence Helpline:
0808 2000 247

Broken Rainbow National LGBT domestic abuse helpline:
0300 999 5428



Báo cáo lạm dụng



Cảnh sát có thể bắt giữ



Cảnh sát, xe cứu thương và đội cứu hỏa: **999**

Đường dây Trợ giúp Bạo hành Gia đình của Quốc gia: **0808 2000 247**

Đường dây trợ giúp lạm dụng trong gia đình của Broken Rainbow National LGBT: **0300 999 5428**

Bất cứ ai, kể cả hàng xóm, đều có thể báo cáo về lạm dụng và bạo lực trong gia đình. Cảnh sát sẽ phản hồi với các báo cáo và có thể bắt giữ hoặc yêu cầu một đối tác rời khỏi nhà.

Kết án về tội phạm liên quan đến lạm dụng trong gia đình có thể ảnh hưởng tiêu cực đến tình trạng nhập cư của bạn và khả năng bạn có thể làm đơn xin sống lâu dài ở Vương quốc Anh.

Trong một số trường hợp, tòa án có thể ra lệnh cho thủ phạm của lạm dụng trong gia đình tránh xa nạn nhân, tránh xa ngôi nhà của gia đình và những nơi mà nạn nhân và trẻ em thường đến, chẳng hạn như trường học. Vi phạm lệnh này có thể dẫn đến hành động của cảnh sát.

Điều quan trọng là bất cứ ai phải đối mặt với lạm dụng trong gia đình nhận được giúp đỡ càng sớm càng tốt. Có những nơi an toàn để đến và ở lại đó, được gọi là nơi ẩn náu hoặc nơi trú ẩn.

Nếu bạn gặp phải tình trạng lạm dụng trong gia đình, bạn nên báo cáo cho cảnh sát. Họ có thể giúp bạn tìm một nơi an toàn để ở. Bạn cũng có thể gọi điện cho Đường dây Trợ giúp Điện thoại Miễn phí Bạo hành Gia đình 24 giờ trên toàn quốc theo số **0808 2000 247** bất cứ lúc nào.

Các số khẩn cấp và Đường dây Trợ giúp Bạo hành Gia đình

- Cảnh sát, xe cứu thương và đội cứu hỏa: **999** (điện thoại miễn phí, 24 giờ)
- Đường dây Trợ giúp Bạo hành Gia đình của Quốc gia: **0808 2000 247** (điện thoại miễn phí, 24 giờ) Hoạt động cùng với sự hợp tác giữa Trợ giúp Phụ nữ và Nơi ẩn náu
- Đường dây trợ giúp lạm dụng trong gia đình của Broken Rainbow National LGBT: **0300 999 5428** (đường dây điện thoại miễn phí không phải 24 giờ)
- Trên toàn cầu: truy cập **Danh bạ quốc tế của các cơ quan hỗ trợ bạo hành trong gia đình** để biết danh sách toàn cầu về các đường dây trợ giúp và trung tâm hỗ trợ khủng hoảng

Honour based violence

In the UK it is illegal to abuse or harm anyone for cultural reasons or reasons of family honour, whether they are a member of the same family or not. For example, it is illegal to punish another family member for what someone considers to be dishonourable behaviour. There are men and women in the UK who have been convicted and sent to prison for harming family members for reasons of honour.

If you are worried about honour based violence you can speak to the police. You can also get confidential advice from an organisation called Karma Nirvana on **0800 5999 247**.



Karma Nirvana:
0800 5999 247

Female Genital Mutilation

Female Genital Mutilation (FGM) also known as cutting or female circumcision is illegal in the UK. Practising FGM or taking a girl or woman abroad for FGM is a criminal offence punishable by law.

If you are a victim of FGM, you need to speak with your doctor. There are doctors who specialise in helping FGM victims. You can also ask for advice from one of several national organisations, such as the NSPCC on **0800 028 3550**.

Children who are worried that they are in danger of FGM can speak to police, teachers, social workers, or Childline on **0800 1111**.



NSPCC:
0800 028 3550

Childline:
0800 1111



Karma Nirvana:
0800 5999 247

Bạo lực vì danh dự

Ở Vương quốc Anh, việc lạm dụng hoặc làm hại bất cứ ai vì lý do văn hóa hoặc lý do danh dự gia đình là bất hợp pháp, cho dù họ có phải là thành viên của cùng một gia đình hay không. Ví dụ, việc trừng phạt một thành viên khác trong gia đình vì những việc mà người nào đó coi là hành vi đáng hổ thẹn là bất hợp pháp. Có những người đàn ông và phụ nữ ở Vương quốc Anh đã bị kết án và đi tù vì làm hại các thành viên gia đình vì lý do danh dự.

Nếu bạn lo lắng về bạo lực vì danh dự, bạn có thể nói chuyện với cảnh sát. Bạn cũng có thể nhận được lời khuyên bí mật từ một tổ chức có tên Karma Nirvana theo số **0800 5999 247**.



NSPCC:
0800 028 3550

Childline:
0800 1111

Cắt xén bộ phận sinh dục nữ

Cắt bỏ bộ phận sinh dục nữ (FGM) còn được gọi là cắt bao quy đầu hoặc cắt bao quy đầu nữ là bất hợp pháp ở Anh. Thực hành FGM hoặc đưa một cô gái hoặc một phụ nữ ra nước ngoài để làm FGM là một tội hình sự bị pháp luật trừng phạt.

Nếu bạn là nạn nhân của FGM, bạn cần nói chuyện với bác sĩ của mình. Có những bác sĩ chuyên giúp đỡ nạn nhân FGM. Bạn cũng có thể xin lời khuyên từ một số tổ chức quốc gia, chẳng hạn như NSPCC theo số **0800 028 3550**.

Trẻ em lo lắng rằng chúng có nguy cơ gặp phải FGM có thể nói chuyện với cảnh sát, giáo viên, nhân viên xã hội hoặc Childline theo số **0800 1111**.

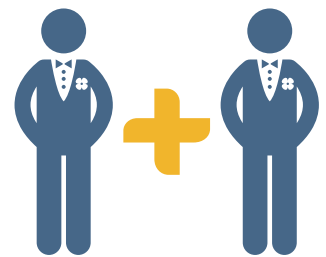
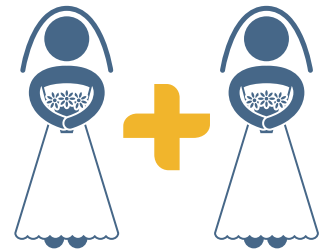
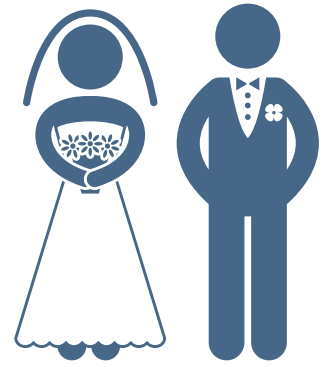
Marriage

There is a distinction between civil and religious marriages. Religious marriages are not recognised unless they are registered by the state. Some religious marriages are not recognised in the UK and couples entering into them must have a civil marriage as well.

The legal minimum age to marry in the UK is 16. In England you need parental consent to marry between the ages of 16 and 18.

In England it is legal and accepted for men and women to marry, for women and women to marry and for men and men to marry. All of these marriages are protected by law.

A marriage should be entered into with the full and free consent of both people involved.

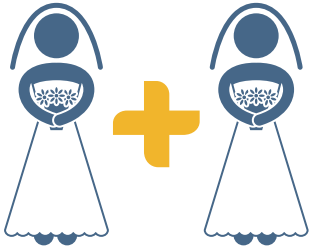




Kết hôn

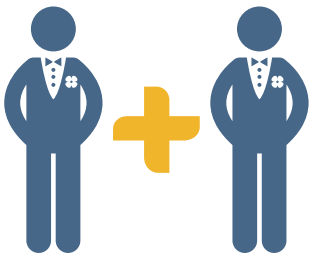
Có sự phân biệt giữa hôn nhân dân sự và tôn giáo. Hôn nhân tôn giáo không được công nhận trừ khi được đăng ký với nhà nước. Một số cuộc hôn nhân tôn giáo không được công nhận ở Anh và các cặp vợ chồng tổ chức hôn nhân tôn giáo cũng phải có một cuộc hôn nhân dân sự.

Độ tuổi tối thiểu hợp pháp để kết hôn ở Vương quốc Anh là 16. Ở Anh, bạn cần có sự đồng ý của cha mẹ để kết hôn trong độ tuổi từ 16 đến 18.



Ở Anh, việc kết hôn giữa nam với nữ, nam với nam, và nữ với nữ là hợp pháp và được chấp nhận. Tất cả những cuộc hôn nhân này đều được pháp luật bảo vệ.

Một cuộc hôn nhân nên được thực hiện với sự đồng ý đầy đủ và tự do của cả hai người liên quan.



Arranged marriages, where both parties agree to the marriage, are acceptable in the UK.

Forced marriage is where one or both parties do not or cannot give their consent or where duress is a factor. Forcing another person to marry is a criminal offence. Parents cannot force their children to marry. It is also an offence to take someone overseas to force them to marry.

For advice on forced marriage, contact Karma Nirvana on **0800 5999 247** or The Forced Marriage Unit on **020 7008 0151**.



Karma Nirvana:
0800 5999 247

**The Forced
Marriage Unit:**
020 7008 0151

Racism and discrimination

In the UK it is illegal to treat anyone differently because of their gender, race, religion, age, disability or sexual orientation.

Racism is unacceptable in the UK. It is a serious offence to injure, harass or verbally abuse someone because of their race or to damage their property for that reason. It is also against the law to stir up racial hatred. It is unacceptable to discriminate against another person because of their race, ethnicity or where they came from. You should not be treated any differently because of your race when applying for a job, looking for somewhere to live, using the National Health Service (NHS) or just buying something in a shop.



Karma Nirvana:
0800 5999 247

**Bộ phận Kết hôn
Cưỡng ép:**
020 7008 0151

Các cuộc hôn nhân sắp đặt, ở đó cả hai bên đồng ý kết hôn, được chấp nhận ở Vương quốc Anh.

Hôn nhân cưỡng ép là khi một hoặc cả hai bên không hoặc không thể đưa ra sự đồng ý của họ hoặc khi sự ép buộc là một yếu tố. Ép buộc người khác kết hôn là một tội hình sự. Cha mẹ không thể ép con cái họ kết hôn. Đưa ai đó ra nước ngoài để ép buộc họ kết hôn cũng là một hành vi phạm tội.

Để xin lời khuyên về hôn nhân cưỡng ép, hãy liên hệ với Karma Nirvana theo số **0800 5999 247** hoặc Bộ phận Kết hôn Cưỡng ép theo số **020 7008 0151**.

Phân biệt chủng tộc và phân biệt đối xử

Ở Vương quốc Anh, việc đối xử khác biệt với bất kỳ người nào vì giới tính, chủng tộc, tôn giáo, tuổi tác, tình trạng khuyết tật hoặc khuynh hướng tình dục của họ là bất hợp pháp.

Phân biệt chủng tộc không được chấp nhận ở Vương quốc Anh. Việc gây thương tích, quấy rối hoặc lạm dụng bằng lời nói với một ai đó vì chủng tộc hoặc gây hư hỏng cho tài sản của họ vì lý do đó là một hành vi phạm tội nghiêm trọng. Khuấy động hận thù chủng tộc cũng là hành vi trái pháp luật. Phân biệt đối xử với người khác vì chủng tộc, sắc tộc hoặc nơi họ đã đến từ đó là hành vi không thể chấp nhận. Không ai được đối xử khác biệt với bạn vì chủng tộc của bạn khi bạn đi xin việc, tìm nơi ở, sử dụng Dịch vụ Y tế Quốc gia (NHS) hoặc chỉ mua một thứ gì đó trong cửa hàng.

You should not experience racial harassment at work, school or in public (where other people make comments about your race or where you come from that are offensive or make you uncomfortable). If you or someone you know is the victim of racism:

Do tell the authorities about it.

- You can go to the police. If you don't want to walk into a police station there are many ways you can report a racist crime; for example you can do it online at www.report-it.org.uk/home

Do not try to deal with racism or racist attackers on your own. Get the authorities involved. If you try to resolve it on your own you could get hurt or even get into trouble with the police yourself.



Harassment



Talk to the police



Report crime online



Quấy rối

Không ai được gây ra sự quấy rối chủng tộc cho bạn tại nơi làm việc, trường học hoặc nơi công cộng (nơi người khác đưa ra nhận xét về chủng tộc của bạn hoặc về nơi mà bạn đã đến từ đó, mang tính xúc phạm hoặc làm bạn không thoải mái). Nếu bạn hoặc ai đó bạn biết là nạn nhân của phân biệt chủng tộc:

Hãy nói với chính quyền về việc này.



Nói chuyện với cảnh sát

- Bạn có thể đến gặp cảnh sát. Nếu bạn không muốn vào đồn cảnh sát, có nhiều cách bạn có thể báo cáo tội phạm phân biệt chủng tộc; ví dụ bạn có thể thực hiện việc này trực tuyến tại **www.report-it.org.uk/home**

Không tự mình tìm cách đối phó với nạn phân biệt chủng tộc hoặc những kẻ tấn công phân biệt chủng tộc. Hãy để chính quyền thực hiện việc này. Nếu bạn tự mình tìm cách giải quyết, bạn có thể bị tổn thương hoặc thậm chí gặp rắc rối với chính cảnh sát.



Báo cáo tội phạm trực tuyến

The police and their duties

The police in the UK will:

- Protect life and property
- Prevent disturbances
- Prevent and detect crime

The police exist to protect the public, their rights and the law. The police are there to help and assist you and you should not be afraid to approach them if you are the victim of a crime, see a crime happening, or for general assistance for example if you are lost.

If you need the police because of a crime then you should call the following telephone numbers:

999 – This is the number to call if you have an emergency, for example if you are the victim of an assault or see a crime taking place. When you call, say you need 'police', as this is also the number to call an ambulance or if there is a fire.

101 – This is the number to call for less urgent situations, for example if your property has been damaged, to give police information about a crime, or any general enquiries.





Cảnh sát và nhiệm vụ của họ

Cảnh sát ở Vương quốc Anh sẽ:

- Bảo vệ tính mạng và tài sản
- Ngăn chặn sự xáo trộn
- Ngăn chặn và phát hiện tội phạm



Cảnh sát là để bảo vệ công chúng, quyền của họ và pháp luật. Cảnh sát có mặt để giúp đỡ và hỗ trợ bạn và bạn không nên lo ngại khi tiếp cận họ nếu bạn là nạn nhân của tội phạm, nhìn thấy tội phạm xảy ra hoặc để được hỗ trợ nói chung chẳng hạn như khi bạn bị lạc.

Nếu bạn cần cảnh sát vì tội phạm thì bạn nên gọi các số điện thoại sau:

999 - Đây là số cần gọi nếu bạn gặp trường hợp khẩn cấp, ví dụ nếu bạn là nạn nhân của một vụ tấn công hoặc thấy tội phạm đang diễn ra. Khi bạn gọi, nói rằng bạn cần 'cảnh sát', vì đây cũng là số để gọi xe cứu thương hoặc nếu có hỏa hoạn.

101 - Đây là số để gọi cho các tình huống ít khẩn cấp hơn, ví dụ nếu tài sản của bạn bị hư hại, để cung cấp cho cảnh sát thông tin về tội phạm hoặc bất kỳ yêu cầu chung nào.

Summary

Everyone in the UK has rights that are protected in law – everyone also has a responsibility to respect the law



The law may be different from where you came from, so you should make sure you understand what is legal and illegal in the UK



If you have children, you have a responsibility for their health and well-being



Issues related to gender are taken very seriously in the UK – domestic violence, FGM, forced marriages, and discrimination based on sex are illegal









Discrimination is illegal in the UK – if you experience racism, you should report it



The police exist to enforce the law, and protect and assist you if needed – you should call 999 in an emergency



Tóm tắt

Mọi người ở Vương quốc Anh đều có quyền được pháp luật bảo vệ - mọi người cũng có trách nhiệm tôn trọng luật pháp	
Luật pháp có thể khác với nơi mà bạn đã đến từ đó, vì vậy bạn nên chắc chắn rằng bạn hiểu điều gì là hợp pháp và bất hợp pháp ở Vương quốc Anh	
Nếu bạn có con, bạn phải có trách nhiệm với sức khỏe và hạnh phúc của chúng	
Các vấn đề liên quan đến giới tính được quan tâm rất nghiêm túc ở Anh - bạo hành gia đình, FGM, hôn nhân cưỡng ép và phân biệt đối xử dựa trên giới tính là bất hợp pháp	
Phân biệt đối xử là bất hợp pháp ở Vương quốc Anh - nếu bạn gặp phải nạn phân biệt chủng tộc, bạn nên báo cáo	
Cảnh sát là để thực thi luật pháp, và bảo vệ và hỗ trợ bạn nếu cần - bạn nên gọi 999 trong trường hợp khẩn cấp	

Chapter 8

Healthcare

In this chapter you will learn about:

- Accessing health services
- The National Health Service
- What other health services are available and how you can access them

Chương 8

Chăm sóc sức khỏe



Tiếp cận dịch vụ y tế



Dịch vụ Y tế Quốc gia



Có những dịch vụ y tế nào khác và làm thế nào bạn có thể tiếp cận các dịch vụ này



A General Practitioner

A General Practitioner (GP) is the first doctor you will usually visit when accessing healthcare in the UK. You may have registered with a GP before you were granted status.

If someone is seriously ill or injured and their life is at risk call 999.

You can also visit your nearest hospital with an Accident and Emergency (A&E) Department if there is a genuine life-threatening emergency. If you have phoned 999 an ambulance may take you to the hospital. Do not use A&E for minor medical problems.

If you urgently need medical help or advice but it's not a life threatening situation call NHS 111 if you are living in England.

A General Practitioner (GP) is the first doctor you will usually visit when accessing healthcare in the UK

Bác sĩ đa khoa

Bác sĩ đa khoa (GP) là bác sĩ đầu tiên bạn thường đến khám khi tiếp cận dịch vụ chăm sóc sức khỏe tại Vương quốc Anh. Bạn có thể đã đăng ký với bác sĩ GP trước khi bạn được công nhận tình trạng người tị.

Nếu ai đó bị bệnh nặng hoặc bị thương và mạng sống của họ gặp nguy hiểm, hãy gọi 999.

Bạn cũng có thể đến bệnh viện gần nhất vào Khoa Tai nạn và Cấp cứu (A&E) nếu có trường hợp cấp cứu đe dọa tính mạng thực sự. Nếu bạn đã gọi 999, xe cứu thương có thể đưa bạn đến bệnh viện. Không sử dụng A&E cho các vấn đề y tế không nghiêm trọng.

Nếu bạn rất cần sự giúp đỡ hoặc tư vấn y tế nhưng đó không phải là tình huống đe dọa đến tính mạng, hãy gọi NHS 111 nếu bạn đang sống ở Anh.



Bác sĩ đa khoa (GP) là bác sĩ đầu tiên bạn thường đến khám khi tiếp cận dịch vụ chăm sóc sức khỏe tại Vương quốc Anh



What is the National Health Service?

As a person granted humanitarian protection or refugee status, you are entitled to access the health services provided by the National Health Service (NHS) if you are living in Great Britain.

You can access the following services for free:

- General Practitioners (GPs), also known as family doctors
- Hospitals
- Maternity services

The NHS provides services to those who need medical treatment and can also help with - contraception, family planning, healthy eating and mental health.

Your health will not affect your immigration status or affect what NHS services are available to you. None of the people who work for the NHS, including doctors, nurses and interpreters will pass on any information about your health to any other person or organisation outside of the NHS without your permission (except in very exceptional circumstances, such as if the doctor believes you may be of harm to yourself or others).



Visit a GP



Visit A&E



Call 999 or 111



Thăm khám với bác sĩ gia đình



Thăm khám tại A&E



Gọi 999 hoặc 111

Dịch Vụ Y Tế Quốc Gia là gì?

Là một người được công nhận tình trạng bảo vệ nhân đạo hoặc người tị nạn, bạn có quyền tiếp cận các dịch vụ y tế do Dịch vụ Y tế Quốc gia (NHS) cung cấp nếu bạn đang sống ở Vương quốc Anh.

Bạn có thể tiếp cận miễn phí các dịch vụ sau:

- Bác sĩ đa khoa (GP), còn được gọi là bác sĩ gia đình
- Bệnh viện
- Dịch vụ thai sản

NHS cung cấp dịch vụ cho những người cần điều trị y tế và cũng có thể giúp đỡ - tránh thai, kế hoạch hóa gia đình, ăn uống lành mạnh và sức khỏe tâm thần.

Sức khỏe của bạn sẽ không ảnh hưởng đến tình trạng nhập cư của bạn hoặc ảnh hưởng đến những dịch vụ NHS có sẵn dành cho bạn. Không ai trong số những người làm việc cho NHS, bao gồm bác sĩ, y tá và thông dịch viên sẽ chuyển bất kỳ thông tin nào về sức khỏe của bạn cho bất kỳ người nào khác hoặc tổ chức nào ngoài NHS mà không có sự cho phép của bạn (trừ trường hợp rất đặc biệt, như nếu bác sĩ tin bạn có thể gây hại cho bản thân hoặc người khác).



Seeing a General Practitioner (GP)

What are GP services?

Visit a GP if it is not an emergency and you need to see a doctor or nurse about your health. GPs are highly skilled doctors who are trained in all aspects of general medicine e.g. child health, adult medicine and mental health. Practice nurses are qualified and registered nurses who usually run clinics for long-term conditions e.g. diabetes.

GPs also provide services such as:

- Antenatal care (care for pregnant women and their unborn children)
- Vaccinations
- Advice on smoking and diet

You will not be charged for the majority of GP services.

Thăm khám với bác sĩ đa khoa (GP)

Có những dịch vụ bác sĩ gia đình nào?

Đến thăm khám với bác sĩ gia đình nếu không phải là trường hợp cấp cứu và bạn cần khám sức khỏe với bác sĩ hoặc y tá. Bác sĩ gia đình là những bác sĩ có tay nghề cao, được đào tạo về tất cả các khía cạnh của y học nói chung, ví dụ như sức khỏe trẻ em, y học người lớn và sức khỏe tâm thần. Y tá thực hành là những y tá có trình độ và có đăng ký, thường điều hành phòng khám cho các bệnh trạng dài hạn, ví dụ như bệnh tiểu đường.

Bác sĩ gia đình cũng cung cấp các dịch vụ như:

- Chăm sóc tiền sản (chăm sóc bà bầu và con chưa sinh)
- Tiêm phòng
- Tư vấn về hút thuốc và chế độ ăn uống

Bạn sẽ không bị tính phí cho phần lớn các dịch vụ bác sĩ gia đình.



How do I register with a GP?

You will need to register at a GP surgery, also called a practice, near where you are living as soon as possible, even if you are not currently ill.

The NHS Choices website has a list of all GP surgeries in the UK: www.nhs.uk/Service-Search/GP/LocationSearch/4. You should check online to see where your nearest surgery is and how you can register there.

GP surgeries are generally open Monday to Friday between 8.30am and 6.30pm, and some surgeries are also open on Saturdays.

To register with a GP you will need to give your name, date of birth, address and telephone number if you have one. GP surgeries may ask to see proof of identity with your name and date of birth (such as your Biometric Residence Permit) and proof of address (such as your tenancy agreement). However, they cannot refuse to register you if these are not available. More information about registering with a GP can be found here:

<https://assets.nhs.uk/prod/documents/how-to-register-with-a-gp-asylum-seekers-and-refugees.pdf>

After you have registered with your new GP you might be asked to have a health check. This will usually be carried out by a nurse. It is important that you go to this appointment even if you are well.

If you move to a different part of the UK you will need to register with a new GP.



Biometric Residence Permit



Proof of address



Health check



Giấy phép cư trú sinh trắc học



Bảng chứng địa chỉ



Kiểm tra sức khỏe

Làm thế nào để đăng ký với bác sĩ gia đình?

Bạn cần phải đăng ký tại một phòng khám bác sĩ gia đình, còn được gọi là nơi hành nghề, gần nơi bạn đang sống càng sớm càng tốt, ngay cả khi bạn không mắc bệnh.

Trang web Lựa chọn NHS có một danh sách tất cả các phòng khám bác sĩ gia đình ở Vương quốc Anh:

[www.nhs.uk/Service-Search/GP/](http://www.nhs.uk/Service-Search/GP/LocationSearch/4)

[LocationSearch/4](http://www.nhs.uk/Service-Search/GP/LocationSearch/4). Bạn nên kiểm tra trực tuyến để xem phòng khám gần nhất của bạn ở đâu và làm thế nào bạn có thể đăng ký ở đó.

Phòng khám bác sĩ gia đình thường mở cửa từ Thứ Hai đến Thứ Sáu, từ 8:30 sáng đến 6:30 chiều, và một số phòng khám cũng mở cửa vào Thứ Bảy.

Để đăng ký với bác sĩ gia đình, bạn cần cung cấp tên, ngày sinh, địa chỉ và số điện thoại nếu bạn có. Phòng khám bác sĩ gia đình có thể yêu cầu xem bằng chứng danh tính có tên và ngày sinh của bạn (chẳng hạn như Giấy phép cư trú sinh trắc học) và bằng chứng địa chỉ (chẳng hạn như hợp đồng thuê nhà). Tuy nhiên, họ không thể từ chối đăng ký cho bạn nếu bạn không có những giấy tờ này. Bạn có thể xem thông tin thêm về việc đăng ký với bác sĩ gia đình ở đây:

<https://assets.nhs.uk/prod/documents/how-to-register-with-a-gp-asylum-seekers-and-refugees.pdf>

Sau khi bạn đã đăng ký với bác sĩ gia đình mới, bạn có thể được yêu cầu kiểm tra sức khỏe. Việc này thường sẽ do một y tá thực hiện. Điều quan trọng là bạn đến cuộc hẹn này ngay cả khi bạn khỏe.

Nếu bạn chuyển đến một khu vực khác của Vương quốc Anh, bạn cần phải đăng ký với bác sĩ gia đình mới.



What if a GP refuses to register me?

A GP surgery can refuse your application to register if they have reasonable grounds for doing so, but a surgery cannot refuse an application on the grounds of race, gender, social class, age, religion, sexual orientation, appearance, disability or medical condition. A GP surgery cannot refuse to register a patient because they do not have identification or proof of address.

If a GP refuses to register you, they must provide, free of charge, any immediately necessary treatment that is requested for a period of up to 14 days (this can vary according to circumstances).

If a GP surgery refuses to register you the surgery must notify you, in writing, of the refusal and the reason for it, within 14 days of its decision.

A GP surgery may not be able to register you if they have no space, but you will always be able to find another surgery near to your home that can register you.

If you have difficulty registering with a GP you can contact your local NHS England area team:

www.nhs.uk/Service-Search/Area-Team/LocationSearch/1839

Nếu bác sĩ gia đình từ chối đăng ký cho tôi thì sao?

Phòng khám bác sĩ gia đình có thể từ chối đơn xin đăng ký của bạn nếu họ có căn cứ hợp lý để từ chối, nhưng phòng khám không thể từ chối đơn xin vì lý do chủng tộc, giới tính, tầng lớp xã hội, tuổi tác, tôn giáo, khuynh hướng tình dục, ngoại hình, tình trạng khuyết tật hoặc bệnh trạng y tế. Phòng khám bác sĩ gia đình không thể từ chối đăng ký cho bệnh nhân vì họ không có chứng minh thư hoặc bằng chứng địa chỉ.

Nếu bác sĩ gia đình từ chối đăng ký cho bạn, họ phải cung cấp miễn phí bất kỳ điều trị cần thiết nào ngay lập tức được yêu cầu trong thời gian tối đa 14 ngày (điều này có thể thay đổi tùy theo hoàn cảnh).

Nếu phòng khám bác sĩ gia đình từ chối đăng ký cho bạn, phòng khám phải thông báo cho bạn bằng văn bản về việc từ chối và lý do cho việc đó, trong vòng 14 ngày kể từ ngày ra quyết định.

Phòng khám bác sĩ gia đình có khả năng không thể đăng ký cho bạn nếu họ không còn chỗ trống, nhưng bạn sẽ luôn có thể tìm một phòng khám khác gần nhà bạn có thể đăng ký cho bạn.

Nếu bạn gặp khó khăn khi đăng ký với bác sĩ gia đình, bạn có thể liên hệ nhóm khu vực NHS của Anh tại địa phương của bạn:

www.nhs.uk/Service-Search/Area-Team/LocationSearch/1839



- Your local Patient Liaison Service: [www.nhs.uk/Service-Search/Patient-advice-and-liaison-services-\(PALS\)/LocationSearch/363](http://www.nhs.uk/Service-Search/Patient-advice-and-liaison-services-(PALS)/LocationSearch/363)
- Doctors of the World: www.doctorsoftheworld.org.uk/pages/UK-Programme



Male or female GP

How do I make an appointment?

To see a GP or nurse, you must make an appointment in person in the GP surgery or by telephone or online.

You can ask to see a male or female GP or nurse and your GP surgery will do their best to accommodate this.

You may have to wait a few days for a non-urgent appointment. If you think you need to see the doctor urgently tell the receptionist when you make the appointment that you need an emergency appointment. You will be seen that day if appropriate.

If the GP thinks you are too ill to come to the surgery, they may visit you at home.

GP appointments are usually 10 minutes long and occasionally longer if appropriate.

You must make a separate appointment for each family member as the GP or nurse will only be able to see one patient in each appointment.

Please make sure you arrive on time for your appointment or cancel it if you are unable to attend.



**Appointments
are usually
10 minutes long**



**Bác sĩ gia đình
nam hoặc nữ**



**Các cuộc hẹn
thường
kéo dài 10 phút**

- Dịch vụ Liên hệ Bệnh nhân tại địa phương của bạn: [www.nhs.uk/Service-Search/Patient-advice-and-liaison-services-\(PALS\)/LocationSearch/363](http://www.nhs.uk/Service-Search/Patient-advice-and-liaison-services-(PALS)/LocationSearch/363)
- Doctors of the World: www.doctorsoftheworld.org.uk/pages/UK-Programme

Làm thế nào để đặt một cuộc hẹn?

Để đến khám với bác sĩ gia đình hoặc y tá, bạn phải hẹn gặp trực tiếp tại phòng khám bác sĩ gia đình hoặc qua điện thoại hoặc trực tuyến.

Bạn có thể yêu cầu khám với bác sĩ gia đình hoặc y tá nam hoặc nữ và phòng khám bác sĩ gia đình sẽ cố gắng hết sức đáp ứng yêu cầu này.

Bạn có thể phải chờ một vài ngày cho cuộc hẹn không khẩn cấp. Nếu bạn nghĩ rằng bạn cần gặp bác sĩ khẩn cấp, hãy nói với nhân viên tiếp tân khi bạn đặt cuộc hẹn rằng bạn cần một cuộc hẹn khẩn cấp. Bạn sẽ đến khám ngày hôm đó nếu thích hợp.

Nếu bác sĩ gia đình cho rằng bạn quá yếu không thể đến phòng khám, họ có thể đến khám cho bạn tại nhà.

Các cuộc hẹn với bác sĩ gia đình thường kéo dài 10 phút và đôi khi lâu hơn nếu thích hợp.

Bạn phải đặt một cuộc hẹn riêng cho từng thành viên gia đình vì bác sĩ gia đình hoặc y tá sẽ chỉ có thể gặp một bệnh nhân trong mỗi cuộc hẹn.

Hãy chắc chắn rằng bạn đến đúng giờ trong cuộc hẹn của bạn hoặc hủy cuộc hẹn nếu bạn không thể đến.



What if I do not speak English?

If you need an interpreter you must tell the receptionist when you make the appointment. Tell the staff which language you speak and they will book an interpreter for you or get an interpreter on the phone.

It is important that you and the doctor understand each other so that he/she can make an accurate diagnosis of your problem.

You will not be charged if you require an interpreter. Everything discussed in the consultation is confidential including anything discussed in the presence of an interpreter.

What do I do if my GP surgery is closed?

If your GP surgery is closed:

- For minor illness or injury (cuts, sprains, or rashes), you can visit a walk-in centre, minor injuries unit or urgent care centre. Visit NHS Choices online (www.nhs.uk/pages/home.aspx) to find your nearest centre.
- You can also get medical help for problems that cannot wait by calling the NHS non-emergency number, 111. This number is free to call and the service is available 24 hours a day. You will be asked for some details, such as your name and address. If you do not speak English, you will need to either request an interpreter in English at the beginning of the call or ask a friend or relative to make the call for you to ask for an interpreter.

Nếu tôi không nói được tiếng Anh thì sao?

Nếu bạn cần một thông dịch viên, bạn phải nói với nhân viên tiếp tân khi đặt cuộc hẹn. Nói với nhân viên về ngôn ngữ mà bạn nói chuyện và họ sẽ đặt trước một thông dịch viên cho bạn hoặc sử dụng một thông dịch viên qua điện thoại.

Điều quan trọng là bạn và bác sĩ phải hiểu nhau để bác sĩ có thể chẩn đoán chính xác vấn đề của bạn.

Bạn sẽ không bị tính phí nếu bạn yêu cầu một thông dịch viên. Toàn bộ nội dung được thảo luận trong buổi tư vấn đều được giữ bí mật, bao gồm mọi nội dung được thảo luận khi có mặt thông dịch viên.

Tôi phải làm gì nếu phòng khám bác sĩ gia đình đóng cửa?

Nếu phòng khám bác sĩ gia đình của bạn đóng cửa:

- Đối với bệnh nhẹ hoặc chấn thương (vết cắt, bong gân hoặc phát ban), bạn có thể đến trung tâm đến khám trực tiếp, bộ phận chăm sóc chấn thương nhẹ hoặc trung tâm chăm sóc khẩn cấp. Truy cập Lựa chọn NHS trực tuyến (www.nhs.uk/pages/home.aspx) để tìm trung tâm gần nhất chỗ bạn.
- Bạn cũng có thể nhận trợ giúp y tế cho các vấn đề không thể chờ đợi bằng cách gọi cho số không dành cho tình huống cấp cứu của NHS, 111. Số này gọi miễn phí và hoạt động 24 giờ hàng ngày. Bạn sẽ được hỏi một số chi tiết, chẳng hạn như tên và địa chỉ của bạn. Nếu bạn không nói tiếng Anh, bạn cần yêu cầu thông dịch viên bằng tiếng Anh khi bắt đầu cuộc gọi hoặc nhờ bạn bè hoặc người thân thực hiện cuộc gọi để bạn yêu cầu thông dịch viên.



How do I access specialist services?

Your GP will decide if you need to see specialist services (for example, a specialist doctor in a hospital). A specialist doctor can also be called a consultant.

Everyone has to wait to see a specialist; the waiting time can vary from two weeks to a number of months.

The hospital will write to you with details of your appointment.

If you need an interpreter, contact the hospital and let them know.

It is very important that you tell your doctor that you have either Humanitarian Protection or refugee status so that you do not get charged for any part of your hospital stay and treatment.



Specialist





Bác sĩ chuyên khoa

Làm thế nào để tiếp cận dịch vụ chuyên khoa?

Bác sĩ gia đình sẽ quyết định xem bạn có cần đến khám tại dịch vụ chuyên khoa hay không (ví dụ, bác sĩ chuyên khoa trong bệnh viện). Bác sĩ chuyên khoa còn được gọi là một nhà tư vấn.

Mọi người đều phải đợi đến khám với bác sĩ chuyên khoa; thời gian đợi có thể thay đổi từ hai tuần đến một vài tháng.

Bệnh viện sẽ viết thư cho bạn với thông tin chi tiết về cuộc hẹn.

Nếu bạn cần một thông dịch viên, hãy liên hệ với bệnh viện và cho họ biết.

Điều rất quan trọng là bạn nói với bác sĩ của bạn rằng bạn có tình trạng Bảo vệ Nhân đạo hoặc người tị nạn để bạn không bị tính phí cho bất kỳ dịch vụ nào trong thời gian nằm viện và điều trị.



Mental Health Services

Mental health problems range from the worries we all experience as part of everyday life to serious long-term conditions. Anxiety, post-traumatic stress disorder and depression are the most common problems. If you have been feeling depressed for more than a few weeks or your anxiety is affecting your daily life, make an appointment to speak to your doctor.

Advice is also available on the NHS website to support you on your way to feeling better. The NHS website also gives details of support organisations and their helplines that you can contact for help and advice.

The helplines are staffed by specially trained volunteers who will listen to you, understand what you are going through and help you through your immediate crisis.

Please visit www.nhs.uk/livewell/mentalhealth/Pages/Mentalhealthhome.aspx

How to access these services:

Help is also available from the Samaritans, a charitable organisation operating a 24-hour service available every day of the year. www.samaritans.org/how-we-can-help/contact-samaritan/. You can telephone them on 116 123 or email them at jo@samaritans.org.

You can check on the Directory of Mental Health and Wellbeing Services at to see what your local area offers.

Further advice can be found at:

www.nhs.uk/conditions/Suicide/Pages/Getting-help.aspx

Migrant Health

Website: <https://migrant.health/>





Dịch vụ Sức khỏe Tâm thần

Các vấn đề về sức khỏe tâm thần bao gồm từ những lo lắng mà tất cả chúng ta đều trải qua như là một phần của cuộc sống hàng ngày đến các bệnh trạng lâu dài nghiêm trọng. Lo lắng, rối loạn căng thẳng sau chấn thương và trầm cảm là những vấn đề phổ biến nhất. Nếu bạn cảm thấy chán nản trong thời gian hơn một vài tuần hoặc sự lo lắng của bạn ảnh hưởng đến cuộc sống hàng ngày, hãy hẹn gặp bác sĩ của bạn.



Cũng có tư vấn trên trang web NHS để hỗ trợ bạn trên con đường giúp bạn cảm thấy tốt hơn. Trang web NHS cũng cung cấp chi tiết về các tổ chức hỗ trợ và đường dây trợ giúp của họ mà bạn có thể liên hệ để nhận giúp đỡ và tư vấn.

Các đường dây trợ giúp này có các tình nguyện viên được đào tạo đặc biệt trực sẵn, những người này sẽ lắng nghe bạn, hiểu những gì bạn đang trải qua và giúp bạn vượt qua khủng hoảng trước mắt.

Vui lòng truy cập www.nhs.uk/livewell/mentalhealth/Pages/Mentalhealthhome.aspx

Cách tiếp cận các dịch vụ này:

Cũng có trợ giúp từ Samaritans, một tổ chức từ thiện vận hành dịch vụ 24 giờ mỗi ngày trong cả năm.

www.samaritans.org/how-we-can-help/contact-samaritan/. Bạn có thể gọi điện thoại cho họ theo số 116 123 hoặc gửi email cho họ đến jo@samaritans.org.

Bạn có thể kiểm tra Danh mục Dịch vụ An Lành và Sức khỏe Tâm Thần để xem khu vực địa phương của bạn cung cấp những dịch vụ gì.

Bạn có thể tìm thêm tư vấn tại:

www.nhs.uk/conditions/Suicide/Pages/Getting-help.aspx

Migrant Health

Trang web: <https://migrant.health/>

Mind

Tel: 0300 123 3993

Website: <https://www.mind.org.uk/>

Priory Group

Tel: 0800 6911552

Website: <https://www.priorygroup.com/>

Psychiatry – UK

Tel: 0330 1241980

Website: <https://www.psychiatry-uk.com/>

Refugee Council

Website: <https://www.refugeecouncil.org.uk/>

Traumatic Stress Service – South London and Maudsley

NHS Foundation Trust

Tel: 020 322829 69

Kooth (for children and young people)

Tel: 0845 3307090

P Mind Số ĐT: 0300 123 3993

Trang web: <https://www.mind.org.uk/>

riory Group

Số ĐT: 0800 6911552

Trang web: <https://www.priorygroup.com/>

Psychiatry – UK

Số ĐT: 0330 1241980

Trang web: <https://www.psychiatry-uk.com/>

Refugee Council

Trang web: <https://www.refugeecouncil.org.uk/>

Dịch vụ căng thẳng do chấn thương - Quỹ tín thác NHS
Nam London và Maudsley

Số ĐT: 020 322829 69

Kooth (dành cho trẻ em và thanh thiếu niên)

Số ĐT: 0845 3307090



What services do I access in an emergency?

If you or a family member has an accident or a sudden serious illness you should go to your nearest hospital with an A&E department which is free for everyone.

If it is an extreme emergency call 999 and ask for an ambulance to transport you to a hospital. This service is free of charge and should only be used in an emergency.

If you are able to, you may also make your own way to the A&E department.

Do not use A&E for minor medical problems.

Once your medical situation has been stabilised in the Accident and Emergency department you may need to stay in a specialist department of the hospital until you have fully recovered and can return home.

If you are admitted to hospital it is very important that you tell your doctor that you have either Humanitarian Protection or refugee status so that you do not get charged for any part of your hospital stay and treatment.

Tôi tiếp cận những dịch vụ nào trong trường hợp cấp cứu?

Nếu bạn hoặc thành viên gia đình bị tai nạn hoặc bị bệnh nghiêm trọng đột ngột, bạn nên đến bệnh viện gần nhất có khoa A&E miễn phí cho tất cả mọi người.

Nếu đó là trường hợp cực kỳ khẩn cấp, hãy gọi 999 và yêu cầu xe cứu thương chở bạn đến bệnh viện. Dịch vụ này miễn phí và chỉ nên sử dụng trong trường hợp cấp cứu.

Nếu có khả năng, bạn cũng có thể tự đến khoa A&E.

Không sử dụng A&E cho các vấn đề y tế không nghiêm trọng.

Khi tình trạng y tế của bạn đã ổn định ở khoa Tai nạn và Cấp cứu, bạn có thể phải ở lại khoa chuyên khoa của bệnh viện cho đến khi bạn bình phục hoàn toàn và có thể trở về nhà.

Nếu bạn nhập viện, điều rất quan trọng là bạn nói với bác sĩ của bạn rằng bạn có tình trạng Bảo vệ Nhân đạo hoặc người tị nạn để bạn không bị tính phí cho bất kỳ dịch vụ nào trong thời gian nằm viện và điều trị.



How do I access medication from the pharmacy?



Pharmacy

Your GP may want you to take medicines and will write you a prescription. Take your prescription to the pharmacy or chemist.

You can visit NHS Choices to find your local pharmacy: www.nhs.uk/Service-Search/Pharmacy/LocationSearch/10 or ask for advice at your GP surgery.

The pharmacist can also give free advice on treating minor health problems, such as colds and coughs.

You can buy some medicines from the pharmacy without a prescription, including some painkillers and cough medicines however you will have to pay for these medicines.

You may be charged for prescription medicines (see next section).





Nhà thuốc

Làm thế nào để tiếp cận dịch vụ thuốc từ hiệu thuốc?

Bác sĩ gia đình có thể muốn bạn dùng thuốc và sẽ viết đơn thuốc cho bạn. Hãy mang đơn thuốc của bạn đến nhà thuốc hoặc cửa hàng dược phẩm.

Bạn có thể truy cập Lựa chọn NHS để tìm nhà thuốc tại địa phương: www.nhs.uk/Service-Search/Pharmacy/LocationSearch/10 hoặc hỏi xin lời khuyên tại phòng khám bác sĩ gia đình của bạn.

Dược sĩ cũng có thể tư vấn miễn phí cho việc điều trị các vấn đề sức khỏe không nghiêm trọng, chẳng hạn như cảm lạnh và ho.

Bạn có thể mua một số loại thuốc từ nhà thuốc mà không cần đơn thuốc, bao gồm một số loại thuốc giảm đau và thuốc ho, tuy nhiên bạn sẽ phải trả tiền cho các loại thuốc này.

Bạn có thể phải chịu phí cho thuốc kê đơn (xem phần tiếp theo).



How do I access financial support for health costs?

Although treatment on the NHS is free at the point of delivery, prescriptions, dental treatment, sight tests, wigs and fabric supports are not free to everyone in some parts of the UK.

Some people are automatically entitled to free prescriptions and dental care including children, pregnant women and people receiving certain benefits. NHS eye tests are also free for some people (for example children or those aged 60 or over).

If you are no longer receiving benefits but have a low income, you can get financial help by filling in an HC1 form. You will be asked to explain your current sources of income and to provide payslips if you have a job. You will then get an HC2 certificate which is normally valid for one year. The HC2 certificate covers:

- Prescription costs
- Dental costs
- Eye care costs
- Healthcare travel costs
- Wig and fabric supports

HC1 forms are available from your GP surgery, Jobcentre Plus, most NHS hospitals and may be available from your dentist or optician. You can also get an HC1 form by calling 0300 123 0849.

Visit NHS Choices for more information: www.nhs.uk/NHSEngland/Healthcosts/Pages/nhs-low-income-scheme.aspx



Prescription costs



Dental costs



Eye care costs



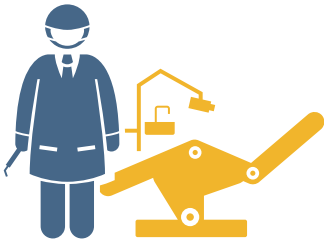
Travel costs



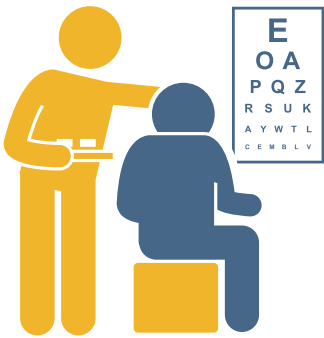
Wig and fabric supports



Chi phí thuốc kê đơn



Chi phí nha khoa



Chi phí chăm sóc mắt



Chi phí đi lại



Hỗ trợ tóc giả và vải

Làm thế nào để tiếp cận hỗ trợ tài chính cho chi phí y tế?

Mặc dù điều trị trên NHS là miễn phí tại địa điểm cung cấp dịch vụ, đơn thuốc, điều trị nha khoa, kiểm tra thị lực, hỗ trợ tóc giả và vải không miễn phí cho mọi người ở một số vùng của Vương quốc Anh.

Một số người tự động được hưởng đơn thuốc miễn phí và chăm sóc nha khoa bao gồm trẻ em, phụ nữ mang thai và những người đang được hưởng một số trợ cấp nhất định. Kiểm tra mắt NHS cũng miễn phí đối với một số người (ví dụ trẻ em hoặc những người từ 60 tuổi trở lên).

Nếu bạn không còn nhận được trợ cấp nhưng có thu nhập thấp, bạn có thể nhận trợ giúp tài chính bằng cách điền vào mẫu đơn HC1. Bạn sẽ được yêu cầu giải thích các nguồn thu nhập hiện tại của bạn và cung cấp phiếu lương nếu bạn có việc làm. Sau đó, bạn sẽ nhận được giấy chứng nhận HC2 thường có giá trị trong một năm. Giấy chứng nhận HC2 sẽ chi trả:

- Chi phí thuốc kê đơn
- Chi phí nha khoa
- Chi phí chăm sóc mắt
- Chi phí đi lại chăm sóc sức khỏe
- Hỗ trợ tóc giả và vải

Mẫu đơn HC1 có tại phòng khám bác sĩ gia đình của bạn, Jobcentre Plus, hầu hết các bệnh viện NHS và có thể có tại phòng khám của bác sĩ nha khoa hoặc nhãn khoa. Bạn cũng có thể nhận mẫu đơn HC1 bằng cách gọi cho số 0300 123 0849.

Truy cập Lựa chọn NHS để biết thêm thông tin: www.nhs.uk/NHSEngland/Healthcosts/Pages/nhs-low-income-scheme.aspx

Service	Description of service	How to access
Dental care	<p>Regular check-ups allow your dentist to see if you have any dental problems and help to keep your mouth healthy. Your dentist will suggest how frequently you should have your next check-up based on how good your oral health is.</p> <p>Dental surgeries provide both private care and care under the NHS. If you are not entitled to a HC2 certificate you will have to pay for NHS dental care.</p>	<p>You can register at a dental surgery as an NHS patient. You can find your nearest dental surgery at www.nhs.uk/pages/home.aspx or ask the organisation supporting you for advice.</p> <p>If you require urgent dental care either:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Call your dentist 2) Call NHS 111 3) If it is an emergency go to your nearest hospital with an A&E department
Eye care services	<p>If you need your eyes tested or need new glasses, make an appointment to see an optician.</p> <p>If you are not entitled to a HC2 certificate you will have to pay for eye sight tests and services.</p>	<p>There are opticians in most town centres.</p> <p>If you require urgent eye care either:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Call NHS 111 2) If it is an emergency go to your nearest hospital with an Accident and Emergency department.

Dịch vụ	Mô tả dịch vụ	Cách tiếp cận
Chăm sóc nha khoa	<p>Kiểm tra thường xuyên cho phép nha sĩ của bạn xác định xem nếu bạn có bất kỳ vấn đề nha khoa nào hay không và giúp giữ cho miệng của bạn khỏe mạnh. Nha sĩ của bạn sẽ đề nghị mức độ thường xuyên bạn nên kiểm tra tiếp theo dựa trên mức độ sức khỏe răng miệng của bạn.</p> <p>Phòng khám nha khoa cung cấp cả chăm sóc tư nhân và chăm sóc theo NHS. Nếu bạn không được cấp giấy chứng nhận HC2, bạn sẽ phải trả tiền cho chăm sóc nha khoa NHS.</p>	<p>Bạn có thể đăng ký tại phòng khám nha khoa với vai trò là bệnh nhân NHS. Bạn có thể tìm phòng khám nha khoa gần chỗ bạn nhất tại www.nhs.uk/pages/home.aspx hoặc yêu cầu tổ chức hỗ trợ tư vấn cho bạn.</p> <p>Nếu bạn cần chăm sóc nha khoa khẩn cấp:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Gọi cho bác sĩ nha khoa của bạn 2) Gọi NHS 111 3) Nếu đây là trường hợp cấp cứu, hãy đến bệnh viện gần nhất có khoa A&E
Dịch vụ chăm sóc mắt	<p>Nếu bạn cần kiểm tra mắt hoặc cần kính mới, hãy hẹn gặp với bác sĩ nhãn khoa.</p> <p>Nếu bạn không được cấp giấy chứng nhận HC2, bạn sẽ phải trả tiền cho dịch vụ và kiểm tra thị giác.</p>	<p>Có các chuyên gia nhãn khoa ở hầu hết các trung tâm thị trấn.</p> <p>Nếu bạn cần chăm sóc mắt khẩn cấp:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Gọi NHS 111 2) Nếu đây là trường hợp cấp cứu, hãy đến bệnh viện gần nhất có khoa Tai nạn và Cấp cứu.

Sexual health services

Sexual health services are free and available to everyone regardless of sex, age, ethnic origin and sexual orientation.

Sexual health services are provided by GPs and specialised sexual health clinics. You can visit any sexual health clinic; it doesn't have to be one in your local area. For sexual health services, you do not have to give your real name or tell staff who your GP is if you do not want to.

You can find your nearest sexual health service at www.nhs.uk/pages/home.aspx

Maternity services

You can access maternity services for free care including during pregnancy, childbirth and postnatal care.

It is very important that you tell your midwife or doctor that you have either Humanitarian Protection or refugee status so that you do not get charged.

After the birth of your child extra support will be given in the form of child health visitors. These are qualified nurses who provide free support and advice to new mothers. They may come to visit you and your baby at your home.

When you first learn that you are pregnant book an appointment to see your GP as soon as possible and your GP will give you the details of NHS help and services available.

Dịch vụ sức khỏe tình dục

Dịch vụ sức khỏe tình dục miễn phí và có sẵn cho tất cả mọi người bất kể giới tính, tuổi tác, nguồn gốc dân tộc và xu hướng tình dục.

Dịch vụ sức khỏe tình dục được cung cấp bởi bác sĩ gia đình và phòng khám chuyên khoa sức khỏe tình dục. Bạn có thể đến phòng khám sức khỏe tình dục bất kỳ; không cần phải là phòng khám trong khu vực địa phương của bạn. Đối với các dịch vụ sức khỏe tình dục, bạn không cần phải cung cấp tên thật của mình hoặc cho nhân viên biết bác sĩ gia đình của bạn là ai nếu bạn không muốn.

Bạn có thể tìm dịch vụ sức khỏe tình dục gần nhất tại www.nhs.uk/pages/home.aspx

Dịch vụ thai sản

Bạn có thể tiếp cận các dịch vụ thai sản để được chăm sóc miễn phí, bao gồm cả khi mang thai, sinh nở và chăm sóc sau sinh.

Điều rất quan trọng là bạn nói với nữ hộ sinh hoặc bác sĩ của bạn rằng bạn có tình trạng Bảo vệ Nhân đạo hoặc người tị nạn để bạn không bị tính phí.

Sau khi sinh con bạn sẽ được hỗ trợ thêm dưới hình thức thăm khám sức khỏe trẻ em. Đây là những y tá có trình độ, cung cấp hỗ trợ và tư vấn miễn phí cho các bà mẹ mới sinh. Họ có thể đến thăm khám cho bạn và em bé tại nhà của bạn.

Khi lần đầu tiên bạn biết rằng bạn đang mang thai, hãy hẹn gặp bác sĩ gia đình của bạn càng sớm càng tốt và bác sĩ gia đình sẽ cung cấp cho bạn thông tin chi tiết về trợ giúp và dịch vụ của NHS.

Mental health

Mental health services in England deal with a wide range of issues including depression, anxiety and post traumatic stress disorder. There are services for children, young people and adults including older adults.

How and what services are available in each area may differ.

Your GP will be able to provide information on what services are available in your area. You can also look on NHS Choices: <https://www.nhs.uk/pages/home.aspx>

You can access NHS mental health services for free.

There are a number of ways to access support for mental health problems.

You can make an appointment with your GP and ask them to refer you or a child to a mental health service.

There may be local mental health services provided by the voluntary sector, either ask your GP or look on NHS Choices for what is available in your area.

If you are an adult with depression or anxiety, your local Improving Access to Psychological Therapies services may allow you to refer yourself without seeing your GP. Look on NHS Choices to see what is available in your area:

www.nhs.uk/pages/home.aspx

If you are dealing with a mental health crisis, you can:

- 1) Look on NHS Choices for crisis services in your area
- 2) Contact NHS 111
- 3) You could go to your nearest hospital with an A&E department

Sức khỏe tâm thần

Các dịch vụ sức khỏe tâm thần ở Anh giải quyết rất nhiều các vấn đề bao gồm trầm cảm, lo lắng và rối loạn căng thẳng sau chấn thương. Có các dịch vụ cho trẻ em, thanh niên và người lớn bao gồm cả người lớn tuổi.

Làm thế nào và có những dịch vụ nào trong từng khu vực có thể khác nhau.

Bác sĩ gia đình của bạn có thể cung cấp thông tin về những dịch vụ có sẵn trong khu vực của bạn. Bạn cũng có thể xem trên Lựa chọn NHS: <https://www.nhs.uk/pages/home.aspx>

Bạn có thể tiếp cận các dịch vụ sức khỏe tâm thần NHS miễn phí.

Có một số cách để tiếp cận hỗ trợ cho các vấn đề sức khỏe tâm thần.

Bạn có thể đặt một cuộc hẹn với bác sĩ gia đình và yêu cầu họ giới thiệu bạn hoặc con bạn đến một dịch vụ sức khỏe tâm thần.

Có thể có các dịch vụ sức khỏe tâm thần tại địa phương do khu vực tình nguyện cung cấp, hãy hỏi bác sĩ gia đình của bạn hoặc xem Lựa chọn NHS để biết có những dịch vụ gì trong khu vực của bạn.

Nếu bạn là người lớn bị trầm cảm hoặc lo lắng, các dịch vụ Cải thiện Tiếp cận Liệu pháp Tâm lý tại địa phương của bạn có thể cho phép bạn tự giới thiệu mà không cần gặp bác sĩ gia đình. Xem Lựa chọn NHS để biết có những dịch vụ gì trong khu vực của bạn:

www.nhs.uk/pages/home.aspx

Nếu bạn đang đối phó với khủng hoảng sức khỏe tâm thần, bạn có thể:

- 1) Xem Lựa chọn NHS để biết các dịch vụ khủng hoảng trong khu vực của bạn
- 2) Liên hệ NHS 111
- 3) Bạn có thể đến bệnh viện gần nhất có khoa A&E

Drugs, alcohol and smoking

It is illegal to:

- Buy alcohol when under 18, or sell alcohol to anyone under 18
- Sell tobacco products to anyone under 18
- Smoke in an indoors public place or workplace
- Drive or sit in the driving seat of a vehicle when you have been drinking alcohol or taking illegal drugs and some prescribed medicines
- Possess or sell some drugs

There are many organisations that can give you confidential, non-judgemental advice on reducing or stopping the use of alcohol, nicotine or drugs.

You can visit your GP or pharmacy for further support and information.

Ma túy, rượu và thuốc lá

Những hành vi sau đây là bất hợp pháp:

- Mua rượu khi dưới 18 tuổi, hoặc bán rượu cho bất cứ ai dưới 18 tuổi
- Bán sản phẩm thuốc lá cho bất cứ ai dưới 18 tuổi
- Hút thuốc ở nơi công cộng trong nhà hoặc ở nơi làm việc
- Lái xe hoặc ngồi trên ghế lái xe khi đang uống rượu hoặc dùng ma túy bất hợp pháp và một số loại thuốc kê đơn
- Sở hữu hoặc bán một số loại ma túy

Có nhiều tổ chức có thể cung cấp cho bạn lời khuyên bí mật, không phán xét về cách giảm hoặc ngừng sử dụng rượu, nicotine hoặc ma túy.

Bạn có thể đến gặp bác sĩ gia đình hoặc nhà thuốc của bạn để được hỗ trợ và biết thêm thông tin.

Summary

A General Practitioner (GP) is the first doctor you will usually visit when accessing healthcare – you should register with a GP as soon as possible



If someone is seriously ill or injured and their life is at risk call 999







If you urgently need medical help or advice but it's not a life threatening situation call NHS 111



As a refugee, you will be able to access National Health Services including GPs, hospitals and maternity services without charge



Tóm tắt

	Bác sĩ đa khoa (GP) là bác sĩ đầu tiên bạn thường đến gặp khi tiếp cận dịch vụ chăm sóc sức khỏe - bạn nên đăng ký với bác sĩ gia đình càng sớm càng tốt	
	Nếu ai đó bị bệnh nặng hoặc bị thương và mạng sống của họ gặp nguy hiểm, hãy gọi 999	
	Nếu bạn rất cần sự giúp đỡ hoặc tư vấn y tế nhưng đó không phải là tình huống đe dọa đến tính mạng, hãy gọi NHS 111	
	Là người tị nạn, bạn sẽ có thể tiếp cận Dịch vụ Y tế Quốc gia bao gồm bác sĩ gia đình, bệnh viện và dịch vụ thai sản miễn phí	

Chapter 9

Contacts and Further Information



Chương 9

Liên Hệ và Thông Tin Bổ Xung





Emergency contact details

Emergency services

Call **999** and ask for the police, an ambulance or the fire service

National Grid

If you smell gas in or near your home, call **0800 111 999**

Other useful contacts and information

Police

To report crime and other concerns that do not require an emergency response, please call **101**

Website for England: www.police.uk

Healthcare

If you urgently need medical help or advice but it's not a life-threatening situation, you can contact:

- **NHS England**
Website: www.nhs.uk
Tel: **111**

Chi tiết liên hệ khẩn cấp

Dịch vụ khẩn cấp

Gọi **999** và yêu cầu cảnh sát, xe cứu thương hoặc dịch vụ cứu hỏa

Điện Gas Quốc Gia

Nếu bạn ngửi thấy mùi gas trong hoặc gần nhà, hãy gọi **0800 111 999**

Thông tin và liên hệ hữu ích khác

Cảnh sát

Để báo cáo tội phạm và các mối lo ngại khác không yêu cầu phản hồi khẩn cấp, vui lòng gọi **101**

Trang web ở Anh: www.police.uk

Chăm sóc sức khỏe

Nếu bạn rất cần sự giúp đỡ hoặc tư vấn y tế nhưng đó không phải là tình huống đe dọa đến tính mạng, bạn có thể liên hệ:

- **NHS của Anh**

Trang web: www.nhs.uk

Số ĐT: **111**





For less urgent health needs, contact your GP or local pharmacist.

- **Doctors of the World**

Provides help to register with a GP and access healthcare

Website: www.doctorsoftheworld.org.uk

Email: clinic@doctorsoftheworld.org.uk

Tel: **0808 1647 686**

- **Freedom from Torture**

Medical and social care, practical assistance and psychological and physical therapy for survivors of torture

Website: www.freedomfromtorture.org

- **Helen Bamber Foundation**

Medical and social care, practical assistance and psychological and physical therapy for survivors of torture

Website: www.helenbamber.org

Emotional support

- **Samaritans**

Support for those in emotional distress or struggling to cope

Website: www.samaritans.org

Email: jo@samaritans.org

Tel: 116 123

Với các nhu cầu sức khỏe ít khẩn cấp hơn, liên hệ với bác sĩ gia đình hoặc dược sĩ tại địa phương.

- **Doctors of the World**

Cung cấp trợ giúp để đăng ký với bác sĩ gia đình và tiếp cận dịch vụ chăm sóc sức khỏe

Trang web: www.doctorsoftheworld.org.uk

Email: clinic@doctorsoftheworld.org.uk

Số ĐT: **0808 1647 686**

- **Freedom from Torture**

Chăm sóc y tế và xã hội, hỗ trợ thực tế và liệu pháp tâm lý và thể chất cho những người sống sót sau khi bị tra tấn

Trang web: www.freedomfromtorture.org

- **Helen Bamber Foundation**

Chăm sóc y tế và xã hội, hỗ trợ thực tế và liệu pháp tâm lý và thể chất cho những người sống sót sau khi bị tra tấn

Trang web: www.helenbamber.org

Hỗ trợ cảm xúc

- **Samaritans**

Hỗ trợ cho những người gặp khó khăn về cảm xúc hoặc đang phải vật lộn đối phó

Trang web: www.samaritans.org

Email: jo@samaritans.org

Số ĐT: 116 123





Refugee agencies and charities

- **UNHCR UK**

Website: www.unhcr.org.uk

Tel: **0203 761 9500**

Email: gbrlo@unhcr.org

- **Refugee Action**

Website: www.refugee-action.org.uk

- **Refugee Council**

Website: www.refugeecouncil.org.uk

- **British Red Cross**

Advice and support for family tracing and reunion

Website: www.redcross.org.uk/What-we-do/Refugee-support/Our-services-for-refugees

Cơ quan tị nạn và tổ chức từ thiện

- **UNHCR Vương quốc Anh**
Trang web: www.unhcr.org.uk
Số ĐT: **0203 761 9500**
Email: gbrlo@unhcr.org
- **Refugee Action**
Trang web: www.refugee-action.org.uk
- **Refugee Council**
Trang web: www.refugeecouncil.org.uk
- **Hội chữ thập đỏ của Anh**
Tư vấn và hỗ trợ truy tìm gia đình và đoàn tụ
Trang web: www.redcross.org.uk/What-we-do/Refugee-support/Our-services-for-refugees





Education and employment

- **National Careers Service**
Information, advice and guidance to help you make decisions on learning, training and work opportunities
Website: www.nationalcareersservice.direct.gov.uk
Tel: **0800 100 900**
- **ACAS (Advisory, Conciliation and Arbitration Service)**
Advice on employment law in Great Britain (Scotland, Wales and England)
Website: www.acas.org.uk
Tel: **0300 123 1100**
- **Modern Slavery Helpline**
Website: www.modernslaveryhelpline.org/
Tel: 0330 0552 2200

Equality

- **Equality Advisory Service**
Advice and assistance on issues relating to equality and human rights
Website: www.equalityadvisoryservice.com
Tel: **0808 800 0082**

Giáo dục và việc làm

- **Dịch vụ Nghề nghiệp Quốc gia**
Thông tin, lời khuyên và hướng dẫn để giúp bạn đưa ra quyết định về cơ hội học tập, đào tạo và làm việc
Trang web: www.nationalcareersservice.direct.gov.uk
Số ĐT: **0800 100 900**
- **ACAS (Tư vấn, Hòa giải và Dịch vụ Trọng tài)**
Tư vấn về luật việc làm ở Vương quốc Anh (Scotland, Wales và Anh)
Trang web: www.acas.org.uk
Số ĐT: **0300 123 1100**
- **Đường dây Trợ giúp về Nô lệ Hiện đại**
Trang web: www.modernslaveryhelpline.org/
Số ĐT: 0330 0552 2200

Bình đẳng

- **Dịch vụ Tư vấn về Bình đẳng**
Tư vấn và hỗ trợ về các vấn đề liên quan đến bình đẳng và nhân quyền
Trang web: www.equalityadvisoryservice.com Số ĐT: **0808 800 0082**





Domestic violence

- **England Domestic Violence Helpline**
Website: www.nationaldomesticviolencehelpline.org.uk
Tel: **0808 2000 247**
- **National Centre for Domestic Violence**
Website: www.ncdv.org.uk
Tel: **0800 970 2070**
- **Men's Advice Line**
Website: www.mensadvice.org.uk
Tel: **0808 801 0327**

Sexual violence

- **Rape Crisis England**
Information and advice for those who are experiencing or have experienced sexual violence in the past
Website: www.rapecrisis.org.uk
Tel: 0808 802 9999
- **Survivors UK**
Help for men who have experienced sexual violence
Website: www.survivorsuk.org
Tel: 020 3598 3898
Text: 020 3322 1860

Bạo hành gia đình

- Đường dây Trợ giúp về Bạo hành Gia đình ở Anh
Trang web: www.nationaldomesticviolencehelpline.org.uk
Số ĐT: 0808 2000 247
- Trung tâm Bạo hành Gia đình Quốc gia
Trang web: www.ncdv.org.uk
Số ĐT: 0800 970 2070
- Đường dây Tư vấn dành cho Nam giới
Trang web: www.mensadviceline.org.uk
Số ĐT: 0808 801 0327

Bạo lực tình dục

- Rape Crisis England
Thông tin và lời khuyên cho những người đang trải qua hoặc đã từng trải qua bạo lực tình dục trong quá khứ
Trang web: www.rapecrisis.org.uk
Số ĐT: 0808 802 9999
- Survivors UK
Giúp đỡ cho những người đàn ông đã trải qua bạo lực tình dục
Trang web: www.survivorsuk.org
Số ĐT: 020 3598 3898
Văn bản: 020 3322 1860





Forced marriage

- **Karma Nirvana**

Support for victims and survivors of forced marriage and honour based abuse

Website: www.karmanirvana.org.uk

Tel: **0800 5999 247**

- **Forced Marriage Unit**

UK government helpline providing advice and support to victims of forced marriage.

Email: fmufco.gov.uk

Tel: **020 7008 0151**

Children

- **National Society for the Prevention of Cruelty to Children**

Website: www.nspcc.org.uk

Tel: **0808 800 5000**

- **Childline**

Website: www.childline.org.uk

Tel: **0800 1111**

LGBT

- **Broken Rainbow (for lesbian, gay, bisexual and transgender people)**

Website: www.brokenrainbow.org.uk

Tel: **0845 2604 460**

Hôn nhân cưỡng ép

- **Karma Nirvana**

Hỗ trợ cho các nạn nhân và những người sống sót sau hôn nhân cưỡng ép và lạm dụng vì danh dự

Trang web: www.karmanirvana.org.uk

Số ĐT: **0800 5999 247**

- **Bộ phận Hôn nhân Cưỡng ép**

Đường dây trợ giúp của chính phủ Anh cung cấp lời khuyên và hỗ trợ cho các nạn nhân của hôn nhân cưỡng ép.

Email: fmufco.gov.uk

Số ĐT: **020 7008 0151**

Trẻ em

- **Hiệp hội Quốc gia Phòng chống Tàn bạo đối với Trẻ em**

Trang web: www.nspcc.org.uk

Số ĐT: **0808 800 5000**

- **Childline**

Trang web: www.childline.org.uk

Tel: **0800 1111**

LGBT

- **Broken Rainbow (dành cho người đồng tính nữ, đồng tính nam, lưỡng tính và chuyển giới)**

Trang web: www.brokenrainbow.org.uk

Số ĐT: **0845 2604 460**



General information and advice

- **Migrant Help**

Advice and support for migrants in the UK

www.migranthelpuk.org

0808 8010 503

- **GOV.UK**

The UK government website, where you can find further details on topics included within this guide, such as benefits, taxes and your rights and responsibilities: www.gov.uk

- **Education UK**

Information about the UK's weather, food and drink, language, clothing, religion and more:

www.educationuk.org/global/sub/welcome-to-the-uk/

- **Expat Arrivals**

Information on life in the UK for global expats

www.expatarivals.com/the-united-kingdom/culture-shock-in-the-united-kingdom

- **Citizen Advice**

Free, independent, confidential and impartial advice on your rights and responsibilities

Website for England:

www.citizensadvice.org.uk

Tel for England: **0344 111 444**

Thông tin chung và lời khuyên

- **Trợ giúp Người di cư**

Tư vấn và hỗ trợ cho người di cư ở Vương quốc Anh

www.migranthehelpuk.org

0808 8010 503

- **GOV.UK**

Trang web của chính phủ Vương quốc Anh, nơi bạn có thể tìm thêm thông tin chi tiết về các chủ đề trong hướng dẫn này, chẳng hạn như trợ cấp, thuế và các quyền và trách nhiệm của bạn: www.gov.uk

- **Education UK**

Thông tin về thời tiết, thực phẩm và đồ uống, ngôn ngữ, quần áo, tôn giáo của Vương quốc Anh và nhiều thông tin khác:

www.educationuk.org/global/sub/welcome-to-the-uk/

- **Expat Arrivals**

Thông tin về cuộc sống ở Anh cho người nước ngoài toàn cầu

www.expatarrivals.com/the-united-kingdom/culture-shock-in-the-united-kingdom

- **Citizen Advice**

Tư vấn miễn phí, độc lập, bí mật và vô tư về các quyền và trách nhiệm của bạn

Trang web ở Anh:

www.citizensadvice.org.uk

Số ĐT ở Anh: **0344 111 444**

