



“Bu belge kime yönelik?” Bu belge, fiziksel veya zihinsel sağlığı konusunda endişeleri olan sığınmacılara yöneliktir.

“Hangi sağlık hizmetlerini alabilirim?” National Health Service (NHS), fonları kamu tarafından karşılanan bir sağlık hizmetidir ve Birleşik Krallık'ta yaşayan herkes, tam hizmet ücreti ödemediği takdirde hizmetten yararlanabilir. Ücretsiz olarak doktor (pratisyen hekim) muayenesine girme ve NHS tarafından sağlanan hastane hizmetlerinden yararlanma hakkınız bulunur. Aynı zamanda ücretsiz veya düşük maliyetli ilaç alma hakkınız da olabilir. Konu ile ilgili daha fazla bilgiye aşağıdaki adresten erişebilirsiniz: **NHS'nin sağladığı haklar: Göçmen sağlık kılavuzu - GOV.UK** (www.gov.uk).

“Sağlık hizmeti desteği, sığınma talebimi etkiler mi?” Talebiniz, sahip olduğunuz hastalıklardan veya aldığınız sağlık hizmetlerinden etkilenmez.

İçişleri Bakanlığının rolü: İçişleri Bakanlığı, sığınma süreciyle ilgili sorunlar yaşayan sığınmacılara destek sunar. İçişleri Bakanlığı ile paylaşılan sağlık sorunları, sığınma talepleri işlenirken ve konaklama ihtiyaçları değerlendirilirken dikkate alınabilir. İçişleri Bakanlığı, fiziksel veya zihinsel sağlık desteği sunmaz.

Migrant Help'in rolü: Migrant Help, konaklama ve mali destek ile ilgili sorunlar konusunda destek sunar - [Sığınmaya yönelik tavsiyeler ve rehber | Migrant Help \(migranthelpuk.org\)](http://Sığınmaya_yonelik_tavsiyeler_ve_rehber_|_Migrant_Help_(migranthelpuk.org)) (Yılın 365 günü, 7/24 erişilebilir): 0808 8010 503.

Ek hizmetler: Sivil toplum kuruluşlarının sığınmacılara bilgi ve destek sağlayan diğer hizmetlerinin bir listesini aşağıda bulabilirsiniz. Hizmetlere erişim konusunda yardımcı olması için bir tercüman talep etme hakkınız olabilir. Daha fazla bilgi edinmek için lütfen bu kuruluşlar ile iletişime geçin.

The Refugee Council (Mülteci Konseyi)

Refugee Council, Birleşik Krallık'ta sığınma talebinde bulunan kişilerle birlikte çalışır. The Refugee Council <https://www.refugeecouncil.org.uk/> kişilerin ülkeye yerleşip alışmasına yardımcı olacak tavsiyeler, terapi hizmetleri ve pratik destekler sunar. Aynı zamanda uzmanlık alanları arasında Birleşik Krallık'a tek başına gelen çocuklar ile çalışma yer alır.

Ücretsiz bilgi hattına şu numaradan ulaşabilirsiniz: 0808 196 7272 (Pazartesi ve Perşembe, 09:30-12:30). Tek başına kalan çocuklar hattına şu numaradan ulaşabilirsiniz: 0808 175 3499 (Pazartesi-Cuma, 08:30-17:30).

“My View” – Çocuk Servisi

My View Çocuklara yönelik terapi hizmeti, genç bireylerin konuşma, bireysel yaratıcı çalışmalar veya grup terapisi desteği aracılığıyla esenlik desteğine erişebileceği güvenli ve mahrem bir ortam sunar.

Hizmet, ülkenin farklı bölgelerinde sunulur. Daha fazla bilgi edinmek için lütfen web sitemizi ziyaret edin: <https://www.refugeecouncil.org.uk/get-support/services/my-view-childrens-therapy/>

British Red Cross (İngiliz Kızılaçığı)

British Red Cross; acil durumlarda yardım, bire bir destek ile vaka desteği ve aileleri birleştirme konusunda yardım sunar.

British Red Cross, göçmenlik ile ilgili tavsiyelerde bulunmaz. British Red Cross, hizmetlerini Birleşik Krallık genelinde sunar.

Daha fazla bilgi edinmek için yerel ofisiniz ile iletişime geçin:

<https://www.redcross.org.uk/get-help/get-help-as-a-refugee/contact-your-local-refugee-service>

Doctors of the World (Dünya Doktorları)

Doctors of the World; sığınmacıların bir pratisyen hekime kaydolabilmesi için tek seferlik tıbbi randevular, bilgiler ve pratik destek sağlar. Klinik, tavsiye hattı, sosyal yardım hizmetlerinin yanı sıra avukatlık programları da mevcuttur.

Bu kuruluşa, 0207 167 5789 numaralı telefondan erişebilirsiniz. Web sitesi: <https://www.doctorsoftheworld.org.uk/>



Diğer Hizmetler

Aile İçi Şiddet Yardım Hatları

- **İngiltere** – Refuge's Freephone 24 Saat Hizmet Veren Ulusal Aile İçi Şiddet Yardım Hattı; 0808 2000 247.
Canlı Sohbet Hizmeti, Pazartesi-Cuma, 15:00-22:00 <https://www.nationaldahelpline.org.uk/Chat-to-us-online>
- **Galler** - Live Fear Free (Korkusuz Yaşa) Yardım Hattı; 0808 80 10 800
- **İskoçya** - Scotland's Domestic Abuse and Forced Marriage Helpline; 0800 027 1234
- **Kuzey İrlanda** - Women's Aid Northern Ireland; 0808 802 1414
- **Erkekler** - Erkekler için tavsiye hattı; 0808 8010327
- **Galop (LGBTQI)** <https://galop.org.uk/>; 0800 999 5428 numarasını arayın

Acil Durum Müdahale Hizmetleri

- Ağır bir hastalığı olan veya yaralanmış ve hayatı tehlike altında olan bir kişi söz konusuysa 999 veya 112 numaralı hattı arayın
- Hayati tehlike oluşturmayan tıbbi destek için 111 numaralı hattı arayın

İntiharı Engelleme Yardım Hatları

- **Papyrus** - Prevention Of Young Suicide <https://www.papyrus-uk.org/>; 0800 068 41 41 numarasını arayın
- **Samaritans** - <https://www.samaritans.org/>; 116 123 numarasını arayın

Freedom from Torture

Freedom from Torture kuruluşunun Londra, Birmingham, Newcastle, Manchester ve Glasgow'da merkezleri bulunur.

Bu kuruluş, Birleşik Krallık'taki işkence görmüş kişiler için aşağıdaki hizmetleri sunar:

- Kompleks travma sonrası stres bozukluğu (TSSB), depresyon, kaygı ve diğer sorunların tedavisi için bire bir ve grup terapisi faaliyetleri.
- Yaratıcı faaliyetler ve grup faaliyetleri: Bahçe işleri, müzik, sanat, futbol ve yemek yapma
- Sağlık değerlendirmeleri ve ağrı yönetimi (fizyoterapi dahil)
- Doktorların işkence etkisini değerlendirdiği sığınma talepleriyle ilgili adli tıp raporları: <https://www.freedomfromtorture.org/help-for-survivors/medico-legal-reports>
- Hukuki destek: Avukat bulma, sığınma sistemini anlama ve gözaltından serbest kalma
- Barınma, eğitim, mali destek, sağlık ve sosyal hizmetler konularında destek

Şu numarayı arayın: 020 7697 7777. Web sitesi: <https://www.freedomfromtorture.org/contact-us>

Helen Bamber Foundation

Helen Bamber Foundation; insan kaçakçılığı, işkence ve diğer aşırı zulüm yöntemlerinin mağdurları ile birlikte çalışan ve kâr amacı gütmeyen uzman bir klinik ve insan hakları kuruluşudur.

Kuruluşun disiplinler arası ve klinik ekibi, mağdurlar için aşağıdaki hizmetler de dahil olmak üzere entegre bir bakım hizmeti sunar:

- Fiziksel ve psikolojik yaralanmalarla ilgili adli tıp belgeleri
- Tedavi bakımıyla ilgili uzman programlar
- Tıbbi danışmanlık hizmeti
- İnsan kaçakçılığıyla mücadele programı
- Barınma ve sosyal yardım tavsiyeleri
- Hukuki koruma tavsiyeleri
- Toplulukla entegrasyon faaliyetleri ve hizmetleri.

Web sitesi:

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

Every Mind Matters - Yalnızlık

NHS, yalnızlığı azaltmaya yönelik pratik tavsiyeler ve ipuçları ile birlikte destek kuruluşlarıyla ilgili bilgiler sağlar.

Web sitesi: <https://www.nhs.uk/every-mind-matters/lifes-challenges/loneliness>

Kuzey İrlanda'daki Hizmetler

Mülteciler ve sığınma talebinde bulunan kişiler; sağlık hizmetleri, barınma, istihdam ve eğitime erişim gibi konularda tavsiye ve destek alabilir

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



Barnardo's

Barnardo's (<https://www.barnardos.org.uk/get-help>) çocukları, gençleri, ebeveynleri ve bakım verenleri desteklemeyi amaçlar.

Sundukları hizmetler:

- **Mülteci Destek Hizmeti:** Aileleri, yerel hizmetlerle birleştirir
- **Destekli Barınma Hizmeti (Kuzey İrlanda),** 16-21 yaşları arasındaki yalnız gençlere yöneliktir
- **Aile Esenlik Hizmeti: (Cardiff)** Sığınma talebinde bulunan aileleri destekler. Aileleri Yeniden Birleştirme Entegrasyon Hizmeti (Birmingham/Glasgow)
- **Boloh Yardım Hattı:** (18 yaşını geçmiş yetişkinler içindir) Tavsiyeler, işaret dili tercümesi, duygusal destek ve lisanslı terapistlerin sağladığı terapi hizmetleri. Terapi seansları, telefon ile uzaktan veya çevrimiçi olarak aşağıdaki adresten gerçekleştirilebilir: helpline.barnardos.org.uk

Scottish Refugee Council (SRC) (yalnızca İskoçya'da hizmet vermektedir)

- **Aile Hakları Hizmeti:** Hamile kadınlar ve bekar ebeveynler dahil olmak üzere çocuklu ailelere yöneliktir. E-posta: families@scottishrefugeecouncil.org.uk
- **İhtiyaç Sahiplerine Yönelik Hizmet:** Temyiz Hakkı Kalmamış sığınmacılara yardımcı olur. E-posta: destitution@scottishrefugeecouncil.org.uk
- **Refugee Integration Service:** Herhangi bir şekilde ülkede kalma izni verilmiş yeni mültecilere destek olur. <https://www.scottishrefugeecouncil.org.uk/direct-support/support-for-new-refugees/>

Ücretsiz çağrı hattı: 080 8196 7274 mültecilik ve sığınma sorunlarıyla ilgili bilgi ve tavsiyeler. (Pazartesi-Cuma, 09:00-17:00).

Refugee Action

Refugee Action, İngiltere genelindeki birden fazla konumuyla mültecileri ve sığınma talebinde bulunan kişileri destekler. <https://www.refugee-action.org.uk/our-services/help-and-advice/>

- **Asylum Crisis (Londra, Manchester, West Midlands, Bradford (yalnızca ailelere yöneliktir)):** Sığınma talebinde bulduysanız ve konaklama veya destek ihtiyacınız bulunuyorsa ya da desteğiniz reddedilmiş veya sona erdirilmişse bu hizmet size yardımcı olabilir.
- **BRAVE projesi (Bradford):** Bradford'daki sığınmacılar için entegrasyon ve esenlik faaliyetlerine odaklanan bir proje olup deneyimli uzmanlar tarafından yönetilir. Bu, Refugee Action'daki tüm hizmet kullanıcılarına yönelik olup daha çok ailelere odaklanmaktadır.

Welsh Refugee Council (WRC) (Yalnızca Galler'de hizmet vermektedir)

Galler'de yaşayan mülteciler ve sığınma talebinde bulunan kişiler için tavsiye, destek, avukatlık hizmeti ve işaret dili tercümesi www.wrc.wales Telefon numarası: 0808 196 7273.

Sundukları hizmetler:

- **Galler Sığınma Hizmeti:** Galler genelinde vaka desteği ve avukatlık desteği
- Cardiff'te yaşayan muhtaç durumdaki ve Temyiz Hakkı Kalmamış sığınmacılar için **vaka desteği**
- **Taşınma Hizmeti:** Yeni mültecilere, entegrasyon ve nakliye konularında yardımcı olur
- **Sığınma Süreçlerinde Rehberlik Projesi:** Sığınma süreci boyunca destek sunar