



有关苏格兰国民保健服务 (NHS Scotland) 和苏格兰政府的最新指引，请查看 www.nhsinform.scot

健康服务

您有权从全科医生 (GP) 处获得免费、保密的医疗保健（称为“初级保健”）。您可以前往当地全科医生诊所注册。如果您愿意的话，可以要求一名女性医生或护士。您还可以要求一名口译员。

您还可以在 NHS 医院获得事故和急救服务。根据您在英国的居留许可类型，您可能需要支付一定的医疗费用。这可能包括牙科或眼科保健。

心理支持

被贩运和剥削可能会对您的心理健康产生重大影响，这种影响在剥削情况终止后仍会持续很长时间。您可能会经历诸多困难，例如，可能会觉得极度难过、焦虑或疲惫。您可能会难以入睡、做噩梦，出现记忆丧失或注意力不集中。

请将您的感受告诉您的全科医生。他们会将您转介到心理学专科服务，让您从中获得保密的帮助，同时理解并应对自己的感受。

您也可以拨打保密电话：

► 苏格兰创伤心理咨询热线 (Trauma Counselling Line Scotland) : [0808 020 406](tel:0808020406)
www.health-in-mind.org.uk

► 撒玛利亚会 (Samaritans) : [116 123](tel:116123)
www.samaritans.org

谁能提供帮助

- 如果您是一名被贩运和/或剥削的受害者并且需要帮助，您可以联系：
- 现代奴役帮助热线 (Modern Slavery Helpline): [0800 012 1700](tel:08000121700)
www.modernslaveryhelpline.org/scotland
 - 苏格兰警方 (Police Scotland): 拨打999获得紧急援助。非紧急情况，请拨打101。
- 如果担心某人可能是一名被贩运的受害者，您也可以联系现代奴役帮助热线或苏格兰警方。您还可以进行匿名举报：
- 犯罪阻止热线 (Crimestoppers) : [0800 555 111](tel:0800555111)

在苏格兰的专业支持

- 贩运
- 如果您是一位 18 岁以上的女性，并且经历过被贩运和性剥削，您可以从以下机构获得帮助和建议：
- 提升贩运意识联盟 (TARA) – [0141 276 7724](tel:01412767724)
- 对于经历所有其他类型的贩运和剥削的 18 岁以上男性或女性，或是经历过被贩运和性剥削的男性，可以拨打以下电话获得帮助：
- 移民帮助热线 (Migrant Help) – [0141 884 7900](tel:01418847900)
- 如果您想向警方报案，可以拨打**101**。紧急情况请拨打**999**。

- 法律
- 如果您对本手册中提及的任何领域存在问题，则您可能需要法律咨询，并且可能有资格获得法律援助。
- 可以在苏格兰法律协会 (Law Society of Scotland) 网站上找到一名律师来帮助您：
- www.lawscot.org.uk/find-a-solicitor



您可以就本手册中提到的与您被贩运和/或剥削相关的任何问题联系 JustRight Scotland, 以获得建议和信息。

您可以拨打0141 406 5350 或发送电邮至 info@justrightscotland.org.uk 联系我们，请访问我们的网站：www.justrightscotland.org.uk。

本手册由 JustRight Scotland 和有被贩运经历的妇女联合编制，作为欧盟项目的一部分：

帮助 **ASSIST**: 为因性剥削而遭到贩运的第三世界国家女性受害者提供的针对性别的法律援助和社会融入支持



由欧盟的庇护、移民及社会融入基金 (Asylum, Migration and Integration Fund) 资助



了解您的权利

为从海外被贩运的妇女提供的有关您在苏格兰的权利和支持的信息

您是否已被认定为一 名被贩运或剥削的受害者？

作为一名被贩运或剥削的受害者，您可能会遭受长期影响并涉及到您生活的诸多方面。您也许还会觉得难以适应在一个新的国家或地方生活。但是您并不孤单。您可以获得帮助，以从您的经历中恢复过来并适应新的生活。

本手册提供了一些可供您使用的帮助及相关联络信息

您可以就本手册中提到的任何问题联系 **JustRight Scotland**, 以获得建议和信息。

您可以拨打 **0141 406 5350** 或发送电邮至 info@justrightscotland.org.uk 联系我们，请访问我们的网站: www.justrightscotland.org.uk





如果您正在找工作，可在当地职业中心 (Jobcentre) 或以下网址找到刊登的招聘信息：特别就业中心 (Jobcentre Plus) : www.gov.uk/find-a-job

► 苏格兰“我的工作” (My Job Scotland) : www.myjobscotland.gov.uk

您所在地区也有职业介绍所，能够告诉您有哪些就业空缺。

如果您是一位难民，可从以下机构获得就业建议：

► 苏格兰难民委员会 (Scottish Refugee Council) : [0141 223 7979](tel:01412237979)
www.scottishrefugeecouncil.org.uk

► 格拉斯哥布里斯项目 (Bridges Programme) : [0141 558 9749](tel:01415589749)
www.bridgesprogrammes.org.uk

当地市政府也能够告诉您该地区内的相关就业服务。您可以在他们的网站上查找更多信息。

如果您正在找工作，可在当地职业中心 (Jobcentre) 或以下网址找到刊登的招聘信息：特别就业中心 (Jobcentre Plus) : www.gov.uk/find-a-job

► 苏格兰技能发展局 – [0800 917 8000](tel:08009178000)
www.skillsdevelopmentscotland.co.uk

Scotland)，他们能够帮助您提高并发展工作所需的技能，还能够提供与简历相关的帮助。

► 如果您想要找份有薪酬的工作，您可以联系苏格兰技能发展局 (Skills Development Scotland) ，他们能够帮助您提高并发展工作所需的技能，还能够提供与简历相关的帮助。

► www.volunteerscotland.net

志愿服务能够帮助您发展获得工作所需的技能与经验。还能够帮助您树立信心，并培养重要的生活技能。

您可以在此找到志愿服务的机会：

健康服务 (续)

性健康
您可以前往专科诊所获得有关妇女性健康方面的保密建议和信息。您可以使用多项服务，其中包括避孕（含紧急事后避孕）、性传播疾病 (STI) 的检测，以及与生殖问题相关的帮助。

其他健康服务资源
如果您在全科医生诊所关闭时生病了，并且病情严重到来不及等到他们再开门，则可拨打111获得 NHS 24 小时的帮助，使用“非工作时间的全科医生”服务。该号码仅在非紧急情况时使用。

- ▶ 当需要紧急医疗时，请拨打 999 叫救护车。

教育

能否使用教育课程和教育经费将取决于您在英国的居留许可类型。课程范围涵盖从改善您的英语技能到职业进修或大学教育。作为一名学生，您或许还有资格获得经济上的支持。联系您当地院校的学生服务部门，了解您可以读哪些课程，以及有资格获得哪些资助。

为了最有效地利用您的教育，您也许需要额外的支持和帮助。联系您所在院校或大学的学生服务部门，讨论您可以获得哪些帮助与支持。



您是一名人口贩运和/或被剥削的受害者吗？

- 其中一些迹象包括（还有许多其他的）：
- ▶ 您被强迫或被骗后带到英国；
 - ▶ 在违背自身意愿的情况下，您被要求参与以金钱为目的的性活动，使他人从中获益；
 - ▶ 您长时间的工作，却没有或很少有休息日；
 - ▶ 您不得不从事这些活动/工作来偿付一笔债务；
 - ▶ 您受控于他人；
 - ▶ 您的行动受他人监控和/或控制；
 - ▶ 您被他人转移到不同的地点；
 - ▶ 您在精神上、身体上受到虐待或性侵害，或受到人身伤害的威胁；
 - ▶ 您被警告不得将自己的经历告诉任何人；
 - ▶ 您的护照或文件被他人拿走；
 - ▶ 您不得以假护照/文件或以一个不同的身份出行；
 - ▶ 您没有在英国的居留许可，并被告知如果将自己的经历报告警方或当局，则将会被迫离开；
 - ▶ 您被警告说，如果不按照他人的指示行动，或者将自己的经历告诉任何人，那么您的家人将会受到伤害；
 - ▶ 您被迫发誓不将自己的经历告诉任何人。

这些迹象中可能只有一项符合您的情况，或一项也没有，或者您可能其他的经历并且仍然属于人口贩运的受害者。如果您觉得自己是一名受害者，请寻求帮助。

其他权利与服务

刑事伤害赔偿
如果您在英国被贩运或剥削期间遭到（身体和/或心理上的）伤害，您有权就此获得经济补偿。

您可以就自己在英国被贩运或剥削期间所遭受的伤害向刑事伤害赔偿局 (CICA) 申请经济补偿。CICA 是一个为暴力犯罪受害者设立的政府基金。

您可以在此处找到有关刑事伤害赔偿的更多信息：

- ▶ 刑事伤害赔偿局 (Criminal Injuries Compensation Authority): 0300 003 3601
www.gov.uk/claim-compensation-criminal-injury



其他赔偿
您还可以向贩运或剥削您的人要求赔偿。律师可以为您提供这方面的帮助。

就业法
如果雇主对您进行了剥削（如未支付工资、工作条件差、歧视），您可以对其提起诉讼。律师可以为您提供这方面的帮助。

家庭团聚
如果您在英国获得了难民身份或人道主义保护，则有权将您在国外的配偶/未婚伴侣及 18 岁以下的子女带到英国与您团聚。律师可以为您提供这方面的帮助。



移民身份
您可能需要更新您的移民身份或就您在英国的居留许可条件获得建议。律师可以为您提供这方面的帮助。



家庭暴力/强奸及性侵犯
如果您正在经历或经历过（身体上、心理上或情感上的）暴力和/或虐待，可以拨打以下电话进行保密的倾诉，并获得建议和帮助：

- ▶ 苏格兰妇女援助 (Scottish Women's Aid) : 0800 027 1234
www.womensaid.scot
- ▶ 苏格兰强奸危机 (Rape Crisis Scotland) : 0808 801 0302
www.rapecrisisscotland.org.uk
- ▶ 苏格兰妇女权利中心 (Scottish Women's Rights Centre) : 0808 801 0789
www.scottishwomensrightscentre.org.uk

参与性行业
如果您正参与性行业并需要帮助和建议，可在以下网站上找到供您使用的服务：

- ▶ Encompass
www.encompassnetwork.info



住房

- 您有权居住在安全可靠的住房。如果您正从市政厅或住房协会租房，那么请与您的住房官员讨论您所面临的任何住房问题。例如：
- ▶ 维修
 - ▶ 使用家用电器
 - ▶ 房屋装修
 - ▶ 反社会行为
 - ▶ 房租欠款
- 您也可以从以下机构获得独立的建议和帮助：
- ▶ 您当地的公民咨询局 (CAB) www.citizensadvice.org.uk/scotland
 - ▶ 苏格兰庇护所 (Shelter Scotland) : 0808 800 4444: www.scotland.shelter.org.uk



如果您正从私人处租房，则应联系 CAB 或苏格兰庇护所进行咨询。

福利救济金和财务

- 根据个人境况，您也许有权获得不同的福利金，但您自己却不了解。或者，您可能在福利救济金方面遇到困难。您也许还需要帮助来管理您的财务、支付账单或需要应急资金。有关福利救济金的建议和信息，或需要财务上的帮助，请联系：
- ▶ 您当地的公民咨询局 (CAB) www.citizensadvice.org.uk/scotland
- 如果在债务上遇到困难，您还可以联系：
- ▶ 国家债务专线 (National Debtline) : 0808 808 4000