

Vietnamese



► Trauma Counselling Line Scotland (Số máy Tư vấn Sang chẵn Scot-len):
08088 020 406
www.health-in-mind.org.uk
► Samaritans (Hội bác ái): 116 123
www.samaritans.org

Bạn cũng có thể trao đổi bảo mật với:
Hãy trao đổi với Bác sĩ gia đình về cảm nghĩ của bạn. Họ có thể giới thiệu bạn tới dịch vụ tâm lý chuyên môn là nơi bạn có thể được hỗ trợ bảo mật để hiểu và chữa trị vấn đề nội tâm của bạn.
bị giảm trí nhớ hoặc mất tập trung.
Bạn có thể cảm thấy rất buồn, lo âu, hoặc kiệt quệ. Bạn có thể khó ngủ, có những cơn ác mộng, diễn một thời gian dài sau khi bị bóc lột. Bạn có thể trải nghiệm nhiều khó khăn, chẳng hạn bạn có thể cảm thấy rất buồn, lo âu, hoặc kiệt quệ. Bạn có thể khó ngủ, có những cơn ác mộng.
Nạn buôn người và bóc lột có thể ảnh hưởng trầm trọng tới sức khỏe tâm thần của bạn và tiếp

Giúp đỡ Tâm lý
Bạn cũng có thể được khám chữa bệnh tại nạn tai khoa tại nạn và cấp cứu thuộc bệnh viện của Dịch vụ Y tế Quốc gia (NHS). Tuy thuộc vào loại giấy phép cư trú của bạn tại Anh quốc, bạn có thể phải trả một số chi phí chữa trị y tế. Điều này có thể bao gồm khám chữa răng và mắt.
Bạn có quyền được Bác sĩ gia đình chăm sóc y tế miễn phí và bảo mật (gọi là 'chăm sóc ban đầu'). Bạn có thể đăng ký bằng cách tới phòng khám của Bác sĩ gia đình tại địa phương của bạn để biết hướng dẫn mới nhất của Dịch vụ Y tế Quốc gia (NHS) và Chính phủ Scot-len vui lòng xem www.nhsinform.scot



Bạn cũng có thể liên hệ với JustRight Scotland để có tư vấn và thông tin về bất kỳ vấn đề nào để cập tới trong tờ thông tin hướng dẫn này liên quan tới việc bạn bị buôn bán và/hoặc bóc lột.
Bạn có thể liên hệ với chúng tôi **0141 406 5350**, tại info@justrightscotland.org.uk và tìm chúng tôi tại www.justrightscotland.org.uk

Hướng dẫn này đã được soạn thảo bởi JustRight Scotland và Những phụ nữ có trải nghiệm thực tế về buôn người trong chương trình của Liên minh châu Âu:

ASSIST: Hỗ trợ Pháp lý và Giúp đỡ Hội nhập theo Giới tính Cụ thể cho Nữ Nạn nhân Nước thứ Ba bị Buôn bán nhằm Bóc lột Tình dục



Kính phí cấp bởi Quỹ Tị nạn, Di trú và Hội nhập của Liên minh Châu Âu



HIỂU BIẾT CÁC QUYỀN CỦA BẠN!

Thông tin về các quyền và hỗ trợ tại Scot-len dành cho Phụ nữ nước ngoài bị Buôn bán.

Bạn có được công nhận là nạn nhân của nạn buôn người và bóc lột?

Là nạn nhân của nạn buôn người và bóc lột có thể ảnh hưởng lâu dài tới bạn và nhiều mặt trong cuộc sống của bạn. Bạn cũng có thể thấy khó hòa nhập được vào cuộc sống tại một đất nước hoặc một chỗ mới. Nhưng bạn sẽ không cô đơn. Có hỗ trợ cho bạn để bắt đầu hồi phục lại sau các trải nghiệm của bạn và giúp bạn ổn định cuộc sống mới của mình.

Tờ thông tin hướng dẫn này cung cấp thông tin về một số hỗ trợ sẵn có cho bạn và ai là người bạn sẽ liên hệ.

Bạn có thể liên hệ với các luật sư JustRight Scotland để có tư vấn và thông tin về bất kỳ vấn đề nào để cập tới trong hướng dẫn này

Bạn có thể liên hệ với chúng tôi theo số **0141 406 5350** tại info@justrightscotland.org.uk và tìm chúng tôi tại www.justrightscotland.org.uk



► Skills Development Scotland - 0800 917 8000
www.skillsdevelopmentscotland.co.uk
Hội đồng địa phương của bạn cũng có thể cho bạn biết thông tin về các dịch vụ việc làm tại địa phương của bạn. Bạn có thể xem website của họ để biết thêm thông tin.
Nếu bạn tìm việc làm, bạn có thể tìm các công việc đăng quảng cáo tại Trung tâm việc làm (Jobcentre) tại địa phương của bạn hoặc tại:
► Jobcentre Plus: www.gov.uk/find-a-job
► My Job Scotland: www.myjobscotland.gov.uk
Cung có các đại lý tuyển lao động tại địa phương của bạn và họ có thể cho bạn biết về các công việc sẵn có.
Nếu bạn là Người tị nạn, bạn có thể nhận được tư vấn việc làm từ:
► Scottish Refugee Council (Hội đồng Người tị nạn Scot-len):
0141 223 7979
www.scottishrefugeecouncil.org.uk
► Bridges Programme (Glasgow): 0141 558 9749
www.bridgesprogramme.org.uk

Nếu bạn muốn được giúp đỡ để có việc làm có lương, bạn có thể liên hệ với Skills Development Scotland (Cơ quan kỹ năng Scot-len) là nơi có thể hỗ trợ bạn cùng có và phát triển các kỹ năng lao động cần thiết và giúp bạn viết sơ yếu lý lịch.

VIỆC LÀM

Làm tình nguyện viên có thể giúp bạn phát triển kỹ năng và kinh nghiệm cần thiết để tìm được việc làm. Công việc tình nguyện giúp bạn tự tin hơn và có các kỹ năng sống quan trọng.

AI CÓ THỂ GIÚP

Nếu bạn là nạn nhân của nạn buôn người và/hoặc bóc lột và cần được giúp đỡ, bạn có thể liên hệ:

- Số điện thoại trợ giúp của tổ chức chống Nô lệ Hiện đại Modern Slavery: 0800 012 1700
www.modernslaveryhelpline.org/scotland
- Cảnh sát Scot-len: 999 để được hỗ trợ khẩn cấp. Gọi 101 nếu không khẩn cấp.

Nếu bạn lo lắng rằng ai đó có thể là nạn nhân của nạn buôn người, bạn cũng có thể liên hệ với số điện thoại trợ giúp của Modern Slavery hoặc Cảnh sát Scot-len. Bạn cũng có thể báo cáo ẩn danh với:

- Crimestoppers: 0800 555 111

HỖ TRỢ CHUYÊN NGÀNH TẠI SCỐT-LEN

Nạn buôn người

Nếu bạn là phụ nữ trên 18 tuổi, đã bị buôn bán và bóc lột tình dục, bạn có thể được giúp đỡ và tư vấn từ:

- TARA (Hội Nâng cao Nhận thức về nạn Buôn người) – 0141 276 7724

Với tất cả những hình thức khác của nạn buôn người và bóc lột nam giới và phụ nữ trên 18 tuổi, HOẶC nam giới bị buôn bán và bóc lột tình dục, có thể có hỗ trợ từ:

- Migrant Help – 0141 884 7900

Nếu bạn gọi điện trình báo với Cảnh sát, bạn có thể gọi 101. Trong tình huống khẩn cấp, hãy gọi 999.

Pháp lý

Nếu bạn gặp vấn đề nào trong số những vấn đề đã đề cập tới tại tờ rơi này, bạn có thể cần tư vấn pháp lý và bạn có thể đủ tiêu chuẩn trợ cấp pháp lý.

Bạn có thể tìm một luật sư để giúp bạn tại website của Hội Luật gia Scot-len:

- www.lawscot.org.uk/find-a-solicitor

Vietnamese

SỨC KHỎE (Tiếp tục)

Sức khỏe sinh lý

Có các phòng khám chuyên môn mà bạn có thể tới để có tư vấn bảo mật và thông tin về sức khỏe sinh lý phụ nữ. Bạn có thể tiếp cận nhiều dịch vụ bao gồm tránh thai (gồm cả tránh thai khẩn), xét nghiệm lây nhiễm qua đường tình dục và hỗ trợ về vấn đề thai sản.

Các Nguồn hỗ trợ Sức khỏe khác

Nếu phòng khám Bác sĩ gia đình của bạn đóng cửa và bạn ốm quá không thể chờ đến khi họ mở cửa lại, bạn có thể gọi Dịch vụ Y tế Quốc gia (NHS) theo số 111 để được giúp đỡ và gặp một “Bác sĩ gia đình ngoài giờ”. Đây KHÔNG PHẢI là số khẩn cấp.

- ▶ Với chữa trị y tế khẩn cấp, hãy gọi 999 và yêu cầu xe cứu thương.

GIÁO DỤC

Việc có được các khóa học và kinh phí giáo dục sẽ tùy thuộc vào loại giấy phép cư trú của bạn tại Anh quốc. Các khóa học bao gồm từ củng cố trình độ tiếng Anh của bạn, tới học nghề hoặc học đại học. Bạn cũng có thể có tiêu chuẩn được hỗ trợ kinh phí với tư cách là sinh viên. Hãy trao đổi với Dịch vụ Sinh viên tại trường học địa phương của bạn về những khóa học bạn có thể tham gia và loại kinh phí mà bạn đủ tiêu chuẩn.

Bạn có thể cần được hỗ trợ và giúp đỡ thêm để có kết quả học tập tốt nhất. Hãy liên hệ với Dịch vụ Sinh viên tại trường hoặc trường đại học của bạn để trao đổi về các giúp đỡ và hỗ trợ có sẵn cho bạn.



BẠN CÓ PHẢI LÀ NẠN NHÂN CỦA NẠN BUÔN NGƯỜI VÀ/HOẶC BÓC LỘT?

Một số dấu hiệu (có nhiều dấu hiệu khác):

- ▶ Bạn đã được đưa vào Anh quốc bằng vũ lực hoặc lừa dối
- ▶ Bạn bị bắt buộc tham gia quan hệ tình dục trái với ý muốn của bản thân, vì tiền, và người khác lấy tiền đó.
- ▶ Bạn đã làm việc nhiều giờ và không có hoặc có rất ít ngày nghỉ
- ▶ Bạn phải làm những việc đó để trả nợ
- ▶ Bạn bị người khác kiểm soát
- ▶ Bạn bị người khác theo dõi và/hoặc kiểm soát khi di chuyển
- ▶ Bạn bị người khác chuyển tới các địa điểm khác nhau
- ▶ Bạn đã bị lạm dụng hoặc đe dọa hãm hại về tinh thần, thể chất, sinh lý
- ▶ Bạn được bảo là không được nói với ai về những gì đang xảy ra với bạn
- ▶ Hộ chiếu hoặc giấy tờ của bạn đã bị lấy đi
- ▶ Bạn đã phải dùng hộ chiếu/giấy tờ giả hoặc dùng danh tính người khác để đi lại
- ▶ Bạn không được phép ở lại Anh quốc và được bảo là bạn sẽ bị bắt buộc phải rời khỏi đây nếu bạn nói với cảnh sát hoặc chính quyền về những gì đang xảy ra với bạn
- ▶ Bạn đã được bảo là gia đình bạn sẽ bị làm hại nếu bạn không làm như họ bảo và/hoặc bạn nói với bất kỳ ai về những gì đang xảy ra với bạn
- ▶ Bạn đã bị bắt buộc phải thế và hứa rằng bạn sẽ không nói với bất kỳ ai về những gì đang xảy ra với bạn

Có thể chỉ có một trong các dấu hiệu này, hoặc không, hoặc bạn có thể đang trải nghiệm những vấn đề khác và vẫn là nạn nhân của nạn buôn người. Nếu bạn cho rằng mình là nạn nhân, **hãy tìm sự giúp đỡ.**

CÁC QUYỀN VÀ DỊCH VỤ KHÁC

Bồi thường Thiệt hại Hình sự

Bạn có quyền được bồi thường tài chính về thiệt hại (thể chất và/hoặc tinh thần) mà bạn chịu đựng khi bị buôn bán/bóc lột tại Anh quốc.

Bạn có thể làm đơn tới Criminal Injuries Compensation Authority (CICA - Cơ quan Bồi thường Thiệt hại Hình sự) để yêu cầu bồi thường tài chính cho các thiệt hại bạn đã trải nghiệm khi bạn bị buôn bán/bóc lột tại Anh quốc. CICA là quỹ Nhà nước cho các nạn nhân của tội phạm bạo lực.

Bạn có thể tìm hiểu thêm thông tin về bồi thường thiệt hại hình sự tại đây:

- ▶ Criminal Injuries Compensation Authority – 0300 003 3601 www.gov.uk/claim-compensation-criminal-injury

Các bồi thường khác

Bạn cũng có thể yêu cầu bồi thường từ những người đã buôn bán và/hoặc bóc lột bạn. Luật sư có thể giúp bạn về việc này.

Luật lao động

Bạn có thể có lý do để kiện chủ lao động nếu họ bóc lột bạn (như không trả lương; điều kiện làm việc tồi tệ; phân biệt đối xử). Luật sư có thể giúp bạn về việc này.

Đoàn tụ gia đình

Nếu bạn được cho Tị nạn hoặc Bảo trợ Nhân quyền tại Anh quốc, bạn có quyền đưa vợ/chồng hoặc bạn đời chưa cưới và con bạn dưới tuổi 18 đang sống ở nước ngoài tới đoàn tụ với bạn tại Anh quốc. Luật sư có thể giúp bạn về việc này.



Tình trạng Di trú

Bạn có thể cần phải gia hạn giấy phép di trú của mình hoặc tìm tư vấn về điều kiện giấy phép cư trú của bạn tại Anh quốc. Luật sư có thể giúp bạn về việc này.

Bạo lực Gia đình/Hãm hiếp và Bạo lực Tình dục

Nếu bạn đã hoặc đang trải nghiệm bạo lực và/hoặc lạm dụng (thể chất, tâm lý, hoặc nội tâm), bạn có thể trao đổi bảo mật, và tìm tư vấn và hỗ trợ từ:

- ▶ Scottish Women’s Aid (Hỗ trợ Phụ nữ tại Scot-len): 0800 027 1234 www.womensaid.scot
- ▶ Rape Crisis Scotland (Khủng hoảng bị hãm hiếp tại Scot-len): 0808 801 0302 www.rapecrisisscotland.org.uk
- ▶ Scottish Women’s Rights Centre (Trung tâm Quyền Phụ nữ tại Scot-len): www.scottishwomensrightscentre.org.uk

Có liên quan tới ngành công nghiệp Tình dục

Nếu bạn liên quan tới ngành công nghiệp tình dục và cần giúp đỡ và tư vấn, bạn có thể tìm các dịch vụ sẵn có cho bạn tại:

- ▶ Encompass www.encompassnetwork.info



NHÀ Ở

Bạn có quyền có nhà ở an toàn và đảm bảo an ninh. Nếu bạn thuê nhà của hội đồng hoặc hiệp hội nhà ở, hãy trao đổi với Nhân viên Nhà ở về bất kỳ vấn đề nào của bạn về nhà ở. Chẳng hạn:

- ▶ Sửa chữa
- ▶ Sử dụng các đồ dùng trong nhà
- ▶ Trang bị nội thất nhà ở của bạn
- ▶ Hành vi phản xã hội
- ▶ Thiếu nợ tiền nhà

Bạn cũng có thể tìm tư vấn và hỗ trợ độc lập từ:

- ▶ Citizens Advice Bureau (CAB - Văn phòng Tư vấn Công dân) tại địa phương của bạn www.citizensadvice.org.uk/scotland
- ▶ Shelter Scotland (Tổ chức Nơi che chở): 0808 800 4444: www.scotland.shelter.org.uk

Nếu bạn thuê nhà tư nhân, bạn nên liên hệ với CAB hoặc Shelter Scotland để có tư vấn.



TRỢ CẤP AN SINH VÀ TIỀN BẠC

Tùy thuộc vào hoàn cảnh, bạn có thể được quyền hưởng các trợ cấp khác nhau, nhưng lại không biết về quyền lợi của mình. Hoặc bạn có thể có vấn đề về trợ cấp của bạn. Bạn cũng có thể cần được giúp đỡ trong việc quản lý tiền bạc, trả hóa đơn tiện ích, hoặc cần tiền khẩn cấp. Để có tư vấn và thông tin về trợ cấp an sinh hoặc giúp đỡ về tài chính, hãy liên hệ

- ▶ Citizens Advice Bureau (CAB - Văn phòng tư vấn công dân) tại địa phương của bạn www.citizensadvice.org.uk/scotland

Nếu bạn có vấn đề về nợ nần, bạn cũng có thể liên hệ:

- ▶ National Debtline (Số máy hỗ trợ nợ nần Quốc gia): 0808 808 4000