# Help for Refugees

## Refugee Advice Project London

- Immigration Documentation
- Welfare rights -Benefits
- Housing
- Access to health services

There is great help and support available to Afghan families and the charity has helped many Afghan refugees to resettle in UK. They have a special program especially for Afghan, Ukrainian and their families for their rehabilitation.

General enquiries 020 7346 6700

info@refugeecouncil.org.uk

The Refugee Council
PO Box 68614
London
E15 1NS

Dari translation:

مک ها و حمایت های زیادی در دسترس خانواده های افغان قرار دارد و این موسسه خیریه به بسیاری از مهاجران افغان کمک کرده است تا در بریتانیا اسکان داده شوند. آنها یک برنامه ویژه به برای افغان، اوکراینی و خانواده های آنها برای توانبخشی خود دارند. •اسناد مهاجرت •حقوق رفاهی •مسکن •دسترسی به خدمات بهداشتی

Pashto translation:

د افغان کورنیو لپاره ډېرې مرستې او مرستې موجودې دی او خیریه موسسې له ډېرو افغان کډوالو سره په بریتانیا کې د بیا میشتېدو په برخه کې مرسته کړې ده. دوی په ځانګړې توګه د افغانانو، اوکراینیانو او د هغوی د کورنیو لپاره د بیارغونې لپاره ځانګړی پروګرام لری. کورپانه/د افغانستان د کورنیو چارو وزارت

# Paiwand

A Charity established in 2002 that especially works with Afghan refugees in UK. They are one of the biggest charities that work with Afghan nationals. The charity provides a variety of help to individuals and families with challenges in the UK.

- Immigration service
- Mental health help and advice
- Youth projects
- Education projects and help
- Help with accommodation.
- Community advice

www.paiwand.com

Contact: 0208 9058770

Afghan Association Paiwand ltd,

11 High Street, Edgware, London

HA8 7EE

Dari translation:

یک موسسه خیریه که در سال 2002 تاسیس شد و به ویژه با پناهندگان افغان در بریتانیا کار می کند. آنها یکی از بزرگترین موسسات خیریه هستند که با اتباع افغان کار می کنند. این موسسه خیریه فراهم می کند انواع کمک به افراد و خانواده ها با چالش در بریتانیا است. • خدمات مهاجرت • کمک و مشاوره بهداشت روان • پروژه های جوانان • پروژه های آموزشی و کمک • کمک به محل اقامت. • مشاوره اجتماعی

Pashto translation:

دغه خیریه موسسه په ۲۰۰۲ کال کې جوړه شوې چې په ځانګړې توګه په بریتانیا کې له افغان کډوالو سره کار کوی. دا یو له لوی خیریه موسسو څخه دی چې د افغان اتباعو سره کار کوی. خیریه موسسې په انګلستان کې د ستونزو سره مخ اشخاصو او کورنیو ته بیلابیل مرستې چمتو کوی. د کډوالۍ خدمت - د روانی روغتیا مرستې او مشورې - د ځوانانو پروژې - د زده کړې پروژې او مرسته د استوګنې سره مرسته. د ټولنې مشورې

# Women for refugee women

This is a charity dedicated to women who are seeking refuge from external and domestic violence. The charity has helped many women in developing them to overcome social challenges.

- Women development program
- Empower women.
- Help and advice.

www.refugeewomen.co.uk

Tel: 0207 2501239

Address: Women for refugee women

52-54 Featherstone Street, London

EC1Y 8RT

Dari translation:

این یک موسسه خیریه اختصاص داده شده به زنانی که به دنبال پناه از خشونت های خارجی و خانگی است. این موسسه خیریه به بسیاری از زنان در توسعه آنها برای غلبه بر چالش های اجتماعی کمک کرده است. •برنامه توسعه زنان • توانمند سازی زنان. • کمک و مشاوره.

Pashto translation:

دا د هغو ښځو لپاره یوه خیریه موسسه ده چې د بهرنی او کورنی تاوتریخوالی څخه د پناه غوښتنه کوی. دغه خیریه موسسې له ګڼو ښځو سره مرسته کړې چې د ټولنیزو ستونزو پر وړاندې مبارزه وکړی. د ښځو پر وړاندې د تاوتریخوالی د مخنیوی پروګرام مرسته او مشوره.

# ACAA – Afghanistan and Central Asian association

admin@afghanistan-central-asian.org.uk
Afghanistan and Central Asian Association Office, Unit 9, Griffin Centre, Staines Road, Feltham TW14 0HS
0208 572 0300

Support offered By ACAA:

- Advice Clinic
- ESOL For Integration
- Supplementary School
- Ukrainian Resettlement
- Woman's Empowerment
- Girls Digital Education
- Humanitarian Relief
- Community Fridge
- Balkh & Ghorband Girls Football Club

## Free and professional support

Afghans and Central Asians living in the UK can come to us for free and professional support and guidance on:

- Housing
- Employment
- Immigration
- Welfare
- Referrals for legal representation
- Energy Usage and Savings

https://acaa.org.uk/services/advice-clinic/

## Dari translation:

برای ادغام •مدرسه تکمیلی •اسکان مجدد اوکراین •توانمند سازی زنان •آموزش دیجیتال دختران •امداد بشردوستانه •یخچال ESOL• کلینیک مشاوره• جامعه •باشگاه فوتبال دخترانه قربان

## Pashto translation:

ضمیمه بنوونځی د اوکراین بیا میشته کیدل د میرمنو پیاورتیا د نجونو دیجیټل تعلیم بشری مرستې د تولنې فریج د ESOL د مشورې کلینیک د ادغام لپاره بلخ غوربند نجونو فوتبال کلب

# British Red Cross

The British Red Cross is the UK's largest independent provider of services and support for refugees and people seeking asylum.

We offer emergency help, one-to-one support and casework, special services for children and families, and family reunions. If you are a refugee or asylum seeker in the UK who needs help, or someone who works with refugees and people seeking asylum, our teams will speak to you and help you figure out what you need.

- London - Ukraine Response
  Email: Ukraineresponselondon@redcross.org.uk
  Call: 0131 338 5701
- London - Young Refugee Service
  Email: Londonyrs@redcross.org.uk
  Call: 020 7704 3367
- London
  Email: LondonRU@redcross.org.uk
  Call: 0207 704 5670

British red Cross offers help online if you are from: - Ukraine & Afghanistan

We can help you:

- claim asylum or find out more about how to do it
- understand what you are entitled to, including refugee education and healthcare
- understand how age assessments work.
- getting the healthcare you need
- accessing social care support
- starting your education in the UK
- building confidence
- gaining skills to get a job.

https://www.redcross.org.uk/get-help/get-help-as-a-refugee

Dari translation:

صلیب سرخ بریتانیا بزرگترین ارائه دهنده مستقل خدمات و حمایت از پناهندگان و افرادی است که به دنبال پناهندگی هستند .ما کمک اضطراری، حمایت یک به یک و کار موردی، خدمات ویژه برای کودکان و خانواده ها و تجدید دیدارهای خانوادگی ارائه می دهیم .اگر شما یک پناهنده یا پناهجو در بریتانیا هستید که به کمک نیاز دارید، یا کسی که با پناهندگان و افرادی که درخواست پناهندگی می کنند کار می کند، تیم های ما با شما صحبت می کنند و به شما کمک می کنند تا بفهمید به چه چیزی نیاز دارید .ما می توانیم از صلیب سرخ کمک ارائه دهیم، یا شما را برای حمایت به سازمان های دیگر ارجاع دهیم

Pashto translation:

تاسو کولی شئ مرسته هم ترلاسه کړئ که تاسو مهاجر ، پناه غوښتونکی یا زیان منونکی کډوال یاست چې عمر یې له 25 کالو څخه ډیر وی .موږ کولی شو له تاسو سره مرسته وکړو :د پناه غوښتنه وکړئ یا د دې څرنګوالی په اړه نور معلومات ترلاسه کړئ - په شئ چې تاسو د څه مستحق یاست ، پشمول د کډوالی تعلیم او روغتیا پاملرنې .د روغتیا پاملرنې ترلاسه کول چې تاسو ورته اړتیا لرئ د ټولنیز پاملرنې ملاتړ ته لاسرسی - په انګلستان کې ستاسو زده کړې پیل کول - د باور رامینځته کول - د دندې ترلاسه کولو مهارتونه ترلاسه کول.

# Afghan association of London (Harrow)

We have been part of the Independent Advisory, Group (IAG) Metropolitan Police, Refugee Council's Board of Trustees, Evelyn Oldfield Unit, Refugee Fora, REAP, Renewal and other partnerships, bringing our knowledge of the refugee issues n board. We have successfully established a women project, organised, supplementary school, extra-curricular and sporting activities for young people, summer holiday scheme for children, elderly group meetings, seminars and cultural events, health initiative (immunisation project) to name a few.

The Afghan Association of London (Harrow) offers a wide range of support services aimed at Afghan community and the wider population. Below you will find a full list of our services.

- Educational Projects
- Cultural Events
- Immigration advice and referral
- General advice
  - Housing
  - Health
  - Welfare
- Youth and Sport Activities

Home - Afghan Association of London - Harrow Afghan Association of London - Harrow (afghanassociationlondon.org.uk)

345B Station Road, Harrow, HA1 2AA

aalharrow@aol.com

020 8661 6990

Dari translation:

انجمن افغانستان لندن (هارو) خدمات حمایتی گسترده ای را با هدف جامعه افغانستان و جمعیت گسترده تر ارائه می دهد. در زیر شما یک لیست کامل از خدمات ما را پیدا کنید.

پروژه های آموزشی، رویدادهای فرهنگی، مشاوره مهاجرت و ارجاع، مشاوره عمومی مانند نیازهای مسکن، بهداشت و رفاه، جوانان و فعالیت های ورزشی.

Pashto translation:

د لندن د افغانانو ټولنه (هارو) د افغان ټولنې او پراخ نفوس لپاره د ملاتړ پراخه خدمتونه وړاندې کوی. لاندې به تاسو زموږ د خدماتو بشپړ لیست وموم.

تعلیمی پروژې ، کلتوری پیښې ، د کډوالۍ مشورې او راجع کول ، عمومی مشورې لکه د کور اړتیاوې ، روغتیا او هوساینې ، ځوانان او سپورت فعالیتونه.

# Good thinking

Good Thinking is an online service that supports Londoners to look after their mental health and wellbeing in a way that works for them. Since its launch in 2017, over 700,000 people have used our digital service to tackle anxiety, stress, low mood, sleep problems and other concerns.

Available 24/7 on any device and completely anonymous, Good Thinking provides a range of resources to help Londoners improve their mental wellbeing. Topics included:

- Sleep
- Anxiety
- Low mood
- Stress

Contact Us | Good Thinking (good-thinking.uk)

**Online only- English only- NHS approved.**

Dari translation:

تفکر خوب یک سرویس آنلاین است که از لندنی ها حمایت می کند تا از سلامت روانی و سلامت خود به شیوه ای که برای آنها کار می کند مراقبت کنند .از زمان راه اندازی آن در سال ۲۰۱۷، بیش از ۷۰۰ هزار نفر از خدمات دیجیتالی ما برای مقابله با اضطراب، استرس، خلق و خوی پایین، مشکلات خواب و نگرانی های دیگر استفاده کرده اند.

در دسترس 24/7 بر روی هر دستگاه و کاملا ناشناس ,تفکر خوب فراهم می کند طیف وسیعی از منابع برای کمک به لندنی ها بهبود سلامت روانی خود را .موضوعات شامل:

• خواب

• اضطراب

• خلق و خوی کم

• استرس

Pashto Translation:

ښه فکر کول یو انلاین خدمت دی چې د لندن خلکو ملاتړ کوی ترڅو د دوی روانی روغتیا او هوسایني ته پاملرنه وکړی په ځنه ډیرو خلکو XNUMX،داسې طریقه چې د دوی لپاره کار کوی. په 2017 کې د هغې له پیل راهیسې ، له 700،000 زمورږ ډیجیټل خدمت د اضطراب ، فشار ، ټیټ مزاج ، د خوب ستونزې او نورو اندیښنو سره مبارزه کړې.

په هر وسیله کې 24 / 7 شتون لری او په بشپړ ډول مستعار ، ښه فکر کول د لندن خلکو سره د دوی روانی هوسایني ښه کولو کې مرسته کولو لپاره یو لړ سرچینې چمتو کوی. موضوعات پکې شامل دی:

د

اندیښنه

* ټیټ مزاج

فشار

# CARAS

Caras is a charity that believes people who have sought refuge in the UK are welcome, valued and supported within a community in which they can flourish. Caras works together with young people, families and adults of refugee background to provide practical, educational and social help. Caras creates supportive relationships, networks and well-informed services that enable people to access what they need to increase their wellbeing and safety.

Support provided:

- ESOL
- Youth programmes
- Adult programmes
- Campaigns and Advocacy
- Teaching and Training

https://caras.org.uk/what-we-do/

Tel: +44 (0)208 767 5378

info@caras.org.uk

25 Blakenham Road Tooting, London, SW17 8NE

Dari Translation:

کاراس یک موسسه خیریه است که معتقد است افرادی که به بریتانیا پناه گرفته اند، در جامعه ای که می توانند در آن شکوافه شوند، استقبال، ارزش و حمایت می شوند. کاراس همراه با جوانان، خانواده ها و بزرگسالان با پیشینه پناهندگان برای ارائه کمک های عملی، آموزشی و اجتماعی کار می کند. کاراس روابط حمایتی، شبکه ها و خدمات آگاهانه ایجاد می کند که مردم را قادر می سازد به آنچه که برای افزایش سلامت و ایمنی خود نیاز دارند دسترسی داشته باشند.

برنامه های جوانان , برنامه های بزرگسالان , کمپین ها و حمایت , آموزش و آموزش , ESOL

Pashto Trasnlation:

کاراس یوه خیریه موسسه ده چې باور لری هغه خلک چې په انګلستان کې یې پناه اخیستې ده په داسې ټولنه کې ښه راغلاست ارزښت لری او ملاتړ کیږی په کوم کې چې دوی وده کولی شی. کاراس د مهاجرو شالید ځوانانو ، کورنیو او لویانو سره په ، ګډه کار کوی ترڅو عملی ، تعلیمی او ټولنیزې مرستې چمتو کړی. کاراس ملاتړی اړیکې ، شبکې او ښه خبر شوی خدمات رامینځته کوی چې خلکو ته وړتیا ورکوی هغه څه ته لاسرسی ومومی چې دوی ورته اړتیا لری د دوی هوسایني او خوندیتوب ته وده ورکړی.

د

د ځوانانو پروګرامونه

د لویانو پروګرامونه

کمپاینونه او مدافع *

د زده کړې او روز




**Therapeutic support | Barnardo's Helplines**

**0808 156 9877**

**RefugeeFamilyHelpline@barnardos.org.uk**

We can support children and young people aged 21 and under who have settled in England on one of the following schemes:

- The Homes for Ukraine scheme
- Ukraine Family scheme
- Ukraine Extension Scheme
- Afghan Citizens Resettlement Scheme (Pathways 1, 2 and 3)
- Afghan Relocations and Assistance Policy

**DARI**

اگر مایل به پشتیبانی درمانی هستید، می توانید از طریق تلفن با شماره تلفن رایگان ما 0808 156 8977 با خدمات خط کمک ما تماس بگیرید یا می توانید ایمیل بزنید.
RefugeeFamilyHelpline@barnardos.org.uk

**شاخص**

- ما می توانیم از کودکان و جوانان 21 ساله و کمتری که در انگلستان اقامت گزیده اند با یکی از طرح های زیر حمایت کنیم
- طرح خانه ها برای اوکراین
- طرح خانواده اوکراین
- طرح توسعه اوکراین
- طرح اسکان مجدد شهروندان افغان
- (مسیرهای 1،2 و 3)
- پالیسی جابجایی و کمک افغانستان،

Pashto

- که تاسو د درملنې ملاتړ غواړئ، تاسو کولی شئ زموږ د وړیا تلیفون شمیرې **0808 156** ته د تلیفون له لارې زموږ د مرستې لاین خدمت سره اړیکه ونیسئ یا تاسو بریښنالیک **8977** کولی شئ **RefugeeFamilyHelpline@barnardos.org.uk**

موږ کولی شو د ماشومانو او ځوانانو ملاتړ وکړو

موږ کولی شو د 21 کالو څخه کم عمر لرونکي ماشومانو او ځوانانو سره مرسته وکړو څوک چې په انګلستان کې په لاندې سکیمونو کې میشت شوي دي:

- د اوکراین سکیم لپاره کورونه
- د اوکراین کورنۍ سکیم
- د اوکراین د تمدید سکیم
- د افغان اتباعو د بیا میشتیدنې پلان (۱،۲ او ۳ لارې)
- د افغانستان د بیا ځای کیدنې او مرستې پالیسي،

Breaking Barriers

WeWork Aldwych

71-91 Aldwych

London, WC2B 4HN

0204 541 0155

(breaking-barriers.co.uk)

Charity that works with Refugees and rebuilding their lives.

They offer a wide range of support; all information is available on their website and this is also available in Pashto and Dari.

Services they offer:

Help in Employment

Education

ESOL

Skills Building.

Dari

.موسسه خیریه ای که با پناهندگان کار می کند و زندگی آنها را بازسازی می کند
آنها ارائه طیف گسترده ای از پشتیبانی; همه اطلاعات در وب سایت خود را در دسترس است و این نیز در دسترس است در پشتو و دری

خدماتی که ارائه می دهند
.مهارت های ساختمان ESOL کمک در اشتغال آموزش و پرورش

Pashto

هغه خیریه موسسه چې د کډوالو سره کار کوی او د دوی ژوند بیا جوړوی

ه کې شتون لری او دا په پښتو اوon دوی د ملاتړ پراخه لړۍ وړاندې کوی؛ ټول معلومات د دوی په ویب پا دری ژبو هم شتون لری

د مهارتونو جوړول ESOL هغه خدمتونه چې دوی یې وړاندیز کوی: په کار کې مرسته زده کړه