

در این شماره

- ۱ برنامه "آزمایش و درمان" برای کمک به مبتلایان به استرس
- ۱ کلینیک‌های خدمات بهداشت روان
- ۲ فعالیتهای تابستانی برای کودکان و نوجوانان
- ۲ خدمات سلامت روان در کارناوال ناتینگ هیل
- ۲ آخرین وضعیت خط امداد صلیب سرخ
- ۲ خدمات آزاد در The Curve
- ۲ فروشگاه موقتی در هتل میلیوم
- ۳ خدمات شبانه در بیس‌لاین استودیوز
- ۳ جلسات آزاد برای کسب اطلاع در مورد تحقیق و تفحص
- ۳ حمایت عاطفی بیشتر
- ۳ توصیه‌های بهداشت عمومی
- ۴ چه خدماتی ارائه می‌شود؟
- ۴ آخرین اخبار اسکان
- ۴ قهوه صبحگاهی بانوان در المنار

هدف از این خبرنامه

این چهل و سومین شماره خبرنامه گروه اقدام گر نفل است. مایل هستیم شما را در جریان آخرین اطلاعات و خدمات قابل استفاده قرار دهیم. این خبرنامه به زبانهای انگلیسی و عربی هم قابل تهیه است. برای کسب آخرین اطلاعات ما را در توئیتر به شناسه [@grenfellsupport](https://twitter.com/grenfellsupport) و در فیسبوک به نشانی [facebook.com/grenfellsupport](https://www.facebook.com/grenfellsupport) دنبال کنید یا به وبسایت ما به نشانی www.grenfellresponse.org.uk مراجعه نمایید.

برنامه "آزمایش و درمان" برای کمک به مبتلایان به استرس

برای گفتگو و ارائه خدمات به افرادی که در اثر فاجعه آتش‌سوزی برج گر نفل دچار استرس شدید بوده و مبتلا به ناراحتی اختلال عصبی ناشی از ضایعه روحی شدید (PTSD) هستند، ان اچ اس (وزارت بهداشت) برنامه تخصصی "آزمایش و درمان" را اجرا می‌کند.

هدف این برنامه ارائه خدمات به نزدیک به ۲۳۰۰۰ نفر از افراد نیازمند در یک دوره یکساله است. این برنامه شامل موارد زیر می‌شود:

- جی‌پی‌ها (GP) یا همان پزشک خانواده، ارزیابی سلامت جسمی و روانی را بر روی افراد انجام خواهند داد تا آنها را به سوی مناسبترین شیوه درمان راهنمایی کنند.
- گفتگو با ساکنین املاک لانکاستر غرب و جامعه محلی برای ارائه خدمات
- ارائه خدمات بیشتر به افرادی که شخصی را در آتش‌سوزی از دست داده‌اند.
- انجام هماهنگی برای مراجعه به هتل‌های محل اسکان موقت آسیب دیدگان

خدمات بیشتر در زمینه بهداشت روان را می‌توانید در نشانی اینترنتی زیر بیابید:
www.cnwl.nhs.uk/news/grenfell-emotional-wellbeing-support

کلینیک‌های خدمات بهداشت روان

هر هفت روز هفته، ان اچ اس (وزارت بهداشت) کلینیک‌های روزانه بهداشت روان را برای خانواده‌ها و کودکان برگزار می‌کند که مراجعین می‌توانند در مورد مشکلات بهداشتی و سلامت روانی با متخصصین صحبت کنند. تمام خدمات ارائه شده رایگان و محرمانه هستند. برنامه اجرا و محل کلینیکها به شرح زیر است:

- دوشنبه‌ها، ۳ تا ۵ بعد از ظهر در
The Harrow Club, 187 Freston Road, W10 6TH
- سه‌شنبه‌ها، ۳ بعد از ظهر تا ۷ عصر در مرکز کلمنت جیمز به نشانی
The Clement James Centre, 95 Sirdar Road, W11 4EQ
- چهارشنبه‌ها، ۴ بعد از ظهر تا ۷:۳۰ شب در مرکز رفاهی کنزینگتون به نشانی
Kensington Leisure Centre, Silchester Road, W10 6EX
- پنجشنبه‌ها، ۴ بعد از ظهر تا ۷:۳۰ شب در کلیسای محلی لتیمر به نشانی
Latymer Community Church, 116 Bramley Road, W10 6SU
- جمعه‌ها، ۲ تا ۴ بعد از ظهر در مرکز میراث فرهنگی اسلامی به نشانی
The Muslim Cultural Heritage Centre, 244 Acklam Road, W10 5YG
- شنبه‌ها، ۴ بعد از ظهر تا ۷:۳۰ شب در خیابان مکسیلا به نشانی
Maxilla Community Space, 4 Maxilla Walk, W10 6NQ
- یکشنبه‌ها، ۴ بعد از ظهر تا ۷:۳۰ شب در مرکز ورزشی وستوی
Westway Sports Centre, 1 Walmer Road, W10 6RP

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد کلینیکهای فوق به نشانی اینترنتی www.cnwl.nhs.uk/wp-content/uploads/Grenfell-flyer.pdf مراجعه نمایید.

برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۰۸۰۰۰۲۳۴۶۵۰ و یا نشانی ایمیل cnw-tr.spa@nhs.net تماس بگیرید. این خط بطور شبانه‌روزی دایر است.

خدمات سلامت روان در کارناوال ناتینگ هیل

در کارناوال ناتینگ هیل به بیش از ۷۰۰ نفر از آسیب دیدگان آتش‌سوزی برج گرنفل، خدمات بهداشت ارائه شد. در طول آخر هفته، بیش از ۷۰ نفر از پرسنل، پرستار و مشاور در محل حضور داشتند تا با افرادی که نیاز به کمک داشتند خدمات ارائه کنند.

برای کسب اطلاعات بیشتر بطور شبانه‌روزی با شماره تلفن ۰۲۳۴ ۶۵۰ ۰۸۰۰ تماس گرفته و یا به نشانی اینترنتی www.cnwl.nhs.uk/news/grenfel-l-emotional-wellbeing-support مراجعه کنید.

آخرین وضعیت خط امداد صلیب سرخ

بدلیل کاهش چشمگیر تعداد تماسهای تلفنی با خط امداد صلیب سرخ بعد از آتش‌سوزی برج گرنفل، این خط امداد دیگر دایر نخواهد بود.

اگر افراد آسیب دیده نیاز به خدمات داشته باشند، می‌توانند با گروه مراقبت از گرنفل (Care for Grenfell Team) تماس بگیرند. می‌توانید با شماره تلفن ۶۴۱۴ ۷۷۴۵ ۰۲۰ و یا به نشانی ایمیل careforgrenfell@rbkc.gov.uk تماس بگیرید. این خط از ساعت ۹ صبح تا ۵ عصر روزهای دوشنبه تا جمعه برقرار است.

فعالیت‌های تابستانی برای کودکان و نوجوانان

مجموعه‌ای از فعالیت‌های مختلف تدارک دیده شده است تا به والدین در سرگرم نمودن کودکانشان در تعطیلات تابستانی کمک کند.

برنامه فوتبال بیا و بازی کن

موسسه کیوپی آر وستوی و چند سازمان محلی یک برنامه فوتبال رایگان و آزاد را بشکل بیا و بازی کن (بدون نیاز به رزرو وقت قبلی) برای افراد ۴ تا ۱۸ سال محل برگزار می‌کند.

این برنامه روزهای دوشنبه تا جمعه از ساعت ۱۰ صبح تا ۴ بعد از ظهر در مرکز ورزشی وستوی برگزار شده و توسط پرسنل حرفه‌ای مجوزدار (DBS) اجرا خواهد شد.

تابستان در شهر

تابستان امسال در مرکز لندن صدها فعالیت تفریحی برای کودکان، نوجوانان، و خانواده‌ها برگزار می‌شود.

بروشور مربوطه را می‌توانید از محل‌های مختلف در این بارو تهیه و یا به وبسایت www.mysummerinthecity.org.uk مراجعه نمایید.

مسافرت رایگان خانواده‌ها به کورن‌وال

کورن‌وال هاگز گرنفل، سفر تفریحی رایگان به کورن‌وال ارائه می‌کند. سفرهای بیشتری هم در حال آماده‌سازی است تا خانواده‌ها بصورت آنلاین در ماه‌های آینده ثبت نام کنند.

خانواده‌ها می‌توانند در وبسایت www.cornwallhugsgrenfell.org علاقمندی خود را اعلام کنند.

برنامه تابستانی رایگان

برنامه تابستانی نوا شامل فعالیت‌های تفریحی زیادی است که کودکان و خانواده‌ها می‌توانند از آنها بهرمنند گردند. برنامه این هفته شامل بازدیدهای تعاملی از موزه وی‌اندای (V&A) و موزه طراحی، کارگاه‌های هنری، کلاسهای مکالمه انگلیسی، و کارگاه‌های نویسندگی ابتکاری است. همچنین در روز پنجشنبه ۳۱ اوت، سفری یک روزه با اتوبوس به شهر ساحلی ساوتند آنسی (Southend-on-Sea) خواهیم داشت. اطلاعات مربوط به نحوه رزرو جا در این سفر متعاقباً اعلام خواهد شد.

برای کسب اطلاعات بیشتر به وبسایت www.novanew.org.uk مراجعه و یا با تلفن ۰۲۰ ۸۹۶۰ ۲۴۸۸ یا نشانی ایمیل admin@novanew.org.uk تماس بگیرید.

برنامه فعالیت‌های تابستانی

مرکز ورزشی وستوی با گروه هنری آکاوا و گروه اوری‌وان اکتیو دست بدست هم داده است تا به کودکان و نوجوانان محل مجموعه‌ای از فعالیت‌های تابستانی رایگان ارائه دهد. کودکان تا ۱۲ سال می‌توانند از فعالیت‌های مانند هنر و کاردستی، ماجراها و بازیهای حیات وحش بهرمنند شوند. محلی مخصوص برای والدین و محلی هم برای نگهداری خردسالان پیش‌بینی شده است.

اطلاعات بیشتر در مورد فعالیت‌های موجود را بطور آنلاین در نشانی اینترنتی

خدمات آزاد در The Curve

هر روز از ساعت ۱۰ صبح تا ۸ شب، ان اچ اس (وزارت بهداشت) در The Curve واقع در The Curve, 4 Bard Road, W10 6TP برای افرادی که می‌خواهند در مورد بهداشت روانی با کارشناس صحبت کنند، خدمات سرپایی ارائه می‌کند. همچنین، ان اچ اس به خانه‌ها و مسکنهای موقتی مردم سر زده خدمات ارائه می‌کند. اگر شما یا شخص دیگری که شما می‌شناسید نگران سلامت روانی خود هستید می‌توانید با شماره تلفن ۰۲۳۴ ۶۵۰ ۰۸۰۰ تماس بگیرید. این خط ۲۴ ساعته دایر است.

جلسات آزاد برای کسب اطلاع در مورد تحقیق و تفحص

از خانواده‌ها و ساکنین املاک لانکاستر غرب که در حادثه آتش‌سوزی برج گر نفل آسیب دیده‌اند دعوت می‌شود در دو جلسه حضور آزاد شرکت کنند تا در مورد پیشرفت تحقیق و تفحص با اعضای این هیئت گفتگو کرده و پاسخ سوالاتشان را بیابند. می‌توانید به‌مراه خود مترجم داشته باشید یا در صورت نیاز ما برای حضور مترجم هماهنگی می‌کنیم. زمان و مکان تشکیل این جلسات بشرح زیر است:

● **دوشنبه ۴ سپتامبر، ۱۲ ظهر تا ۴ عصر، در محل کلیسای عیسی مسیح**
کنزینگتون به نشانی Christ Church Kensington, Victoria Road, W8 5RQ

● **دوشنبه ۴ سپتامبر، ۵ عصر تا ۹ شب در مرکز کلمنت جیمز به نشانی**
The Clement James Centre, 95 Sirdar Road, W11 4EQ

افرادی که امکان شرکت در جلسه را ندارند ولی تمایل دارند با اعضای هیئت گفتگو کنند می‌توانند جلسه تلفنی و یا جلسه‌ای در موعد دیگر را هماهنگ کنند.

برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفنهای ۷۸۳۷ ۷۹۴۷ ۰۲۰ یا ۴۲۸۲ ۱۲۱ ۰۸۰۰ تماس گرفته و یا به نشانی contact@grenfelltowerinquiry.org.uk ایمیل بفرستید. این تلفن‌ها از ساعت ۹ صبح تا ۵:۳۰ عصر روزهای دوشنبه تا جمعه دایر هستند.

حمایت عاطفی بیشتر

اگر شما خودتان یا شخص بزرگسال یا نوجوانی می‌شناسید که در اثر فاجعه آتش‌سوزی برج گر نفل احساس استرس و ناراحتی روحی دارید کمک‌های زیادی برای حمایت از شما فراهم است.

حمایت از کودکان معلول و کودکانی که مشکل یادگیری دارند

فول او لایف (Full of Life) کنزینگتون و چلسی خدمات مشاوره در منزل را برای والدینی که کودک معلول دارند ارائه می‌دهد.

برای کسب اطلاعات بیشتر به وبسایت www.fulloflifekc.com مراجعه کنید.

حمایت آنلاین

● **Kooth.com**، یک سرویس خدمات رایگان آنلاین برای کودکان ۱۱ تا ۱۹ ساله است.

● **NHSGo.uk**، برای افراد زیر ۲۵ سال اطلاعات بهداشتی شامل توصیه در مورد نحوه کنار آمدن با استرس بعد از حوادث عظیم را ارائه می‌دهد.

پشتیبانی تلفنی کودکان و بزرگسالان

● اگر نیاز فوری به خدمات سلامت روانی برای خود یا یکی از آشنایان دارید می‌توانید با شماره تلفن ۲۴ ساعته ان اچ اس ۰۸۰۰ ۰۲۳۴ ۶۵۰ و یا نشانی ایمیل cnw-tr.spa@nhs.net تماس بگیرید. لطفاً به اپراتور بگوئید که در رابطه با آتش‌سوزی برج گر نفل تماس گرفته‌اید.

● همچنین بزرگسالان و نوجوانان می‌توانند بطور شبانه‌روزی با خط ارتباطی رایگان ساماریتنز (Samaritans) به شماره ۱۲۳ ۱۱۶ تماس بگیرند.

● افراد زیر ۲۵ سال می‌توانند در هر موقع با شماره تلفن ۱۱ ۱۱ ۰۸۰۰ تماس بگیرند تا در هر ساعت از شبانه‌روز با یک مشاور آموزش دیده و آماده کمک گفتگوی تک به تک داشته باشند.

● موسسه CALM برای مردان خدمات ارائه می‌دهد. مردان می‌توانند بطور محرمانه با شماره تلفن ۵۸ ۵۸ ۸۰۲ ۰۸۰۸ و یا نشانی ایمیل www.thecalmzone.net تماس بگیرند. این خط همه روزه از ساعت ۵

خدمات شبانه در بیس‌لاین

استودیوز

از افرادی که در آتش‌سوزی برج گر نفل آسیب دیده‌اند و احساس افسردگی و دلهره داشته و نمی‌توانند راحت بخوابند دعوت می‌شود در روزهای دوشنبه، سه‌شنبه و چهارشنبه از ساعت ۸ شب تا ۳ بعد از ظهر به بیس‌لاین استودیوز (Baseline Studios) واقع در Baseline Studios, Whitchurch Road, W11 4AT بیایند تا استراحت کرده، فنجانی چای بنوشند و با دیگران صحبت کنند.

این جلسات حضور آزاد به زبان انگلیسی اجرا می‌شوند ولی امکان ارائه خدمات به زبانهای عربی، اردو، سومالی، فارسی، آلبانیایی، هندو، پنجابی، و صرب و کروات فراهم است.

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد خدمات شبانه با شماره تلفن ۰۷۳۹۷ ۸۷۱ ۸۷۷ تماس گرفته و یا به نشانی info@totalfamilycoaching.co.uk ایمیل بفرستید.

توصیه‌های بهداشت

عمومی

اداره بهداشت عمومی انگلستان (PHE) گزارشات کیفیت هوا را که با داده‌های جمع‌آوری شده از حسگرهای اطراف محل برج تهیه شده بصورت هفتگی و آنلاین منتشر می‌کند. این داده‌ها کماکان میزان آلودگی هوا را پائین نشان می‌دهد. آخرین گزارش که در ۲۴ اوت منتشر شد به همراه توصیه‌های بهداشتی دیگر در نشانی اینترنتی ذیل قابل مطالعه است:

www.gov.uk/government/news/public-health-advice-following-the-grenfell-tower-fire

آخرین اخبار اسکان

یافتن مسکن مناسب نیاز هر شخصی که در آتش سوزی آسیب دیده است همچنان بالاترین اولویت ما است و برای رسیدن به این هدف سخت تلاش می‌کنیم. پیشنهادات مسکن موقتی بصورت روزانه ارائه میشود و می‌دانیم که خانواده‌ها در این زمینه و مسئله پذیرش پیشنهاد مسکن موقتی نگران هستند. تاکنون ۱۷۹ پیشنهاد مسکن ارائه شده و از این میان ۶۰ پیشنهاد پذیرفته شده و ۲۷ خانواده در مسکن جدید مستقر شده‌اند.

دولت متعهد است به خانواده‌ها اطمینان دهد:

- نیاز هایشان برتر از هر چیزی است، اجباری آنان نخواهد بود.
- بقیه مسائل جایگاه دوم را دارند. در مسکن های موقتی، بمدت ۱۲ ماه، از پرداخت اجاره و هزینه آب و برق و گاز معاف خواهند بود.
- مسکن خودشان در برج گرنفل یا خیابان گرنفل واک ارائه خواهد شد.
- تضمین اقامت مادام العمر خواهند داشت.
- مجبور نخواهند بود بمدت طولانی در مسکن موقتی بمانند پذیرش پیشنهاد مسکن موقتی بمعنای از دست دادن اولویتشان برای دریافت مسکن دائمی نیست.
- هیچکس مجبور به پذیرش مسکن خاصی نیست و عدم پذیرش چنین مسکنی بمعنی بی خانمان شدن.

برای اطلاعات بیشتر با تلفن مرکز اسکان تلفن ۰۲۰ ۷۳۶۱ ۳۰۰۸ تماس بگیرید.

قهوه صبحگاهی باتوان در المنار

خانمهایی که در حادثه آتش‌سوزی برج گرنفل آسیب دیده‌اند می‌توانند پنجشنبه‌ها از ساعت ۱۰ صبح تا ۱۲ ظهر، دور هم گردآمده و با صرف قهوه مجانی، به گفتگو، ارائه خدمات و دیدار با افراد جدید بپردازند. امکانات پذیرایی و نگهداری از کودکان هم فراهم است.

جلسات قهوه صبحگاهی جزوی از برنامه‌های مشاوره هستند که توسط المنار برگزار می‌شوند تا یاور مردم محل در دسترسی به خدمات و کمک از طریق گفتگو با همدیگر و افراد آموزش دیده باشد.

برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۱۴۹۶ ۸۹۶۴ ۰۲۰ و یا نشانی ایمیل info@mchc.org.uk تماس بگیرید.

چه خدماتی ارائه می‌شود؟

افرادی که در رابطه با تحقیقات پلیس بر روی آتش‌سوزی می‌خواهند با پلیس صحبت کنند لطفاً با شماره تلفن ۴۵۳۹ ۰۳۲ ۰۸۰۰ با پلیس متروپولیتان تماس بگیرید.

سایر شماره تماسهای مهم

خدمات مربوط به از دست دادن عزیزان: در ۲۴ ساعت شبانه‌روز با شماره تلفن رایگان راهنمایی ۱۶۷۷ ۸۰۸ ۰۸۰۸ یا نشانی ایمیل helpline@cruse.org.uk تماس بگیرید.

سوالات مربوط به صدور پاسپورت المثنی، ویزا و مهاجرت به بریتانیا لطفاً با تلفن مشاوره ۲۴ ساعته ۰۰۰ ۲۲۲ ۰۳۰۰ تماس بگیرید.

کیفیت هوا و مواجهه با دود: اگر نگران بروز علائم بیماری‌های مرتبط با آلودگی هوا هستید باید به پزشک مراجعه کرده یا با شماره ۱۱۱ وزارت بهداشت (ان اچ اس) تماس بگیرید.

خدمات اسکان: هر سوالی در مورد اسکان دارید یا نیاز دارید افسر اسکان خود را بشناسید لطفاً با شماره تلفن ۱۱۱ ۱۳۷ ۰۸۰۰ و یا ۳۰۰۸ ۷۳۶۱ ۰۲۰ تماس بگیرید.

کمک به قربانیان: در ۲۴ ساعت شبانه روز با تلفن خدمات حمایتی عاطفی و بالینی برای آسیبدیدگان ۱۱۱ ۱۶۸۹ ۰۸۰۸ تماس گرفته و یا به وبسایت victimsupport.org.uk مراجعه کنید.

شما همچنین می‌توانید در مرکز امداد گرنفل، خدمات جسمی و روانی دریافت دارید. برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۱۳۳ ۲۳۱ ۰۷۷۱۲ تماس بگیرید.

همچنین می‌توانید از ۹ صبح تا ۵ بعد از ظهر، برای اخذ کمک با صلیب سرخ به شماره ۹۴۷۲ ۴۵۸ ۰۸۰۰ تماس بگیرید.

برای دریافت منظم خبرها ما را در تویتر به شناسه [@grenfellsupport](https://twitter.com/grenfellsupport) و در فیسبوک به نشانی

facebook.com/grenfellsupport دنبال کنید یا به وبسایت ما به نشانی www.grenfellresponse.org.uk مراجعه نمایید.