

ادغام در جامعه

این بخش به شما کمک می کند تا با جامعه بریتانیا ادغام و سازگار شوید و زندگی مستقلی داشته باشید.

ادب و احترام

مردم به طور کلی در بریتانیا مودب هستند، به خصوص با غریبه ها. معمولاً اگر لازم است از جلوی کسی عبور کنید، بگویید «ببخشید» 'excuse me'، وقتی چیزی را درخواست می کنید بگویید «لطفاً» 'please'، وقتی چیزی را نمی فهمید یا نمی شنوید بگویید «ببخشید» 'sorry' یا «عذر می خواهم» 'pardon' و وقتی چیزی از شخص دیگری دریافت می کنید بگویید «از شما تشکر می کنم» 'thank you'. مردم معمولاً وقتی منتظر چیزی هستند، مثلاً در مغازه یا سوار شدن به اتوبوس، صف تشکیل می دهند. برخی از افراد، به ویژه زنان، دوست ندارند افرادی که نمی شناسند به آنها خیره شوند. با این حال، برقراری تماس چشمی هنگام صحبت با کسی بی احترامی تلقی نمی شود.

وقت شناسی

مردم اینجا معمولاً سر وقت هستند. اگر قرار ملاقات شما ساعت 11 صبح باشد، باید سعی کنید حتماً ساعت 11 صبح در آن محل حضور داشته باشید. اگر فکر میکنید دیر می رسید، کار مؤدبانه آن است که به آن شخص اطلاع دهید و دلیل دیر رسیدن خودتان را به او بگویید. در مورد قرار ملاقات با پزشک یا بانک، اگر دیر برسید، ممکن است وقت خود را در آن روز از دست بدهید.

یکسانی و برابری

بریتانیا قوانینی دارد که تضمین می کند با همه افراد مردم بدون توجه به نژاد، فرهنگ، جنسیت، ناتوانی، مذهب، عقاید، گرایش جنسی و سنشان به طور منصفانه و برابر رفتار میشود. همجنس گرایی قانونی است و انگ و عار نیست. قوانینی برای حمایت از حقوق کودکان و جلوگیری از تبعیض علیه افراد معلول وجود دارد. ابراز وجود هر شخصی تشویق می شود. اگر زمانی احساس کردید که شما یا یکی از اعضای خانواده تان مورد تبعیض قرار گرفته اید، با کارمند پشتیبانی جامعه خود صحبت کنید.

دموکراسی و آزادی بیان

مردم برای پیوستن و/یا رای دادن به هر احزاب سیاسی که خود میخواهند آزادند. از روزنامه نگاران انتظار می رود که صحت اطلاعات موجود در گزارش های خود را بررسی کنند و آنها آزادند در مورد هر چیزی که افترا آمیز نباشد گزارش دهند. اکثریت مردم قاطعانه قانون را رعایت می کنند و به قانون احترام می گذارند، در حالی که احساس آزادی در بیان نظرات خود دارند.

چیزهایی که در بریتانیا غیرقانونی هستند

- آزار و اذیت نژادی
تهدید، آزار و اذیت، توهین و یا رفتار ناعادلانه شما به دلیل نژاد، اعتقاد مذهبی، زبان، رنگ پوست یا قومیت شما غیرقانونی است. اگر قربانی آزار نژادی هستید، آن را به پلیس گزارش دهید. اگر از صحبت مستقیم با پلیس احساس راحتی نمی کنید، میتوانید این موارد را به خدمات یا شخصی که به آن اعتماد دارید گزارش دهید که می تواند به تهیه گزارش از طرف شما کمک کند.
- آزار و اذیت جنسی
آزار و اذیت و تجاوز جنسی علیه مردان و زنان غیرقانونی است. آزار جنسی به معنای توجه ناخواسته مانند اظهارات جنسی، نگاه ها و کارهای شخصی دیگر است. تجاوز جنسی هرگونه اقدام جنسی فیزیکی بر

- خلاف اجازه شخصی است و باید بلافاصله به پلیس گزارش شود. اگر در مدرسه برای فرزندتان اتفاق افتاد، او را تشویق کنید که به معلم بگوید. همچنین باید سعی کنید با معلم یا مدرس صحبت کنید.
- **آزار عمدی کودکان.** اعمال هرگونه ضربه فیزیکی که اثر کیبودی یا خراش به جای بگذارد غیرقانونی است و بسیار جدی گرفته میشود. والدین یا مراقبان باید بدانند که اگر با ضربه زدن به کودک خود آسیب برسانند، قانون را زیر پا می گذارند و می توانند تحت پیگرد قانونی قرار گیرند.
 - **فروش سیگار به افراد زیر 18 سال.** فروش سیگار یا توباکو به افراد زیر 18 سال غیرقانونی است، اگرچه افراد بالای 16 سال مجاز به کشیدن سیگار هستند.
 - **فروش الکل به افراد زیر 18 سال.** در حالی که خرید و نوشیدن مشروبات الکلی در صورتی که 18 سال یا بیشتر دارید قانونی است (مدرک اثبات سن لازم است)، اگر در ملاء عام بیش از حد مست باشید، می توانید توسط پلیس دستگیر شوید. اگرچه حداقل تا 18 سالگی نمی توانید الکل بخرید، اما اگر 16 یا 17 ساله هستید و با یک بزرگسال همراه هستید، می توانید همراه با غذا آبجو، شراب یا نوشیدنی الکلی بنوشید (اما نه بخرید).
 - **مصرف و یا فروش مواد مخدر.** مواد مخدر طبقه بندی شده به عنوان غیرقانونی در بریتانیا به سه دسته (کلاس A، B و C) تقسیم می شوند که دارای سطوح مختلف مجازات برای نگهداری و فروش آنها هستند. رایج ترین مواد مخدر غیرقانونی عبارتند از اکستازی، LSD، هروئین، کوکائین، کراک، قارچ جادویی، آمفتامین ها و حشیش.
 - **انعام و رشوه.** انعام دادن به افراد صاحب اختیار مانند افسر پلیس یا کارمند شورا قابل قبول نیست. ممکن است تصور شود که این رشوه است و غیرقانونی است.
 - **خشونت و آزار خانگی.** هرگونه خشونت علیه شما توسط خانواده یا دوستان در بریتانیا غیرقانونی است. این می تواند آزار جسمی، عاطفی یا روانی باشد و هیچ شرم آور نیست که اقدامات مضر را به خود یا دیگران نزدیکتان گزارش کنید. سازمان های خاصی برای کمک به افرادی که از خشونت خانگی رنج می برند وجود دارد. همچنین امکان گزارش آزار و اذیت یا خشونت خانگی بدون مراجعه به پلیس وجود دارد. شما می توانید جرم را مستقیماً به یک آژانس پشتیبانی گزارش دهید.

خط ملی کمک به قربانیان خشونت خانگی (24 ساعته)

National Domestic Violence Helpline (24 hours)

تلفن: 0808 2000247

خط کمک به زنان قربانی خشونت خانگی (24 ساعته)

Women's Aid Domestic Violence Helpline (24 hours)

تلفن: 0808 2000 247

خط کمک به پناهندگان قربانی خشونت خانگی (24 ساعته)

Refugee Domestic Violence Helpline (24 hours)

تلفن: 0870 599 5443

اگر احساس خطر می کنید، از تماس گرفتن با پلیس نترسید: 999

حمایت و پشتیبانی بیشتر

حمایت از پناهندگان و پناهجویان

سازمان هایی در آکسفوردشایر وجود دارند که از پناهندگان و پناهجویان حمایت می کنند. این می تواند پشتیبانی از طریق استخدام و آموزش، گروه های پشتیبانی و مشاوره و همچنین کمک عملی باشد، برای مثال اگر به دوچرخه یا لپ تاپ نیاز دارید.

Asylum Welcome

Asylum Welcome اطلاعات، مشاوره و پشتیبانی عملی را به پناهجویان، پناهندگان و مهاجران آسیب پذیر ساکن در آکسفوردشایر ارائه می دهد. آنها به بزرگسالان، جوانان و خانواده ها کمک می کنند تا به عنوان اعضای جامعه متنوع ما احساس امنیت، احترام و درک کنند.

Unit 7, Newtec place, Magdalen Road, Oxford, OX4 1RE

advice@asylum-welcome.org 01865 722082 WhatsApp: 07784 300683

Refugee Resource

Refugee Resource از پناهندگان، پناهجویان و مهاجران آسیب پذیر حمایت روانی، اجتماعی و عملی می کند تا به آنها کمک کند تا از تروما و رنج بهبود پیدا کنند و زندگی جدیدی را به عنوان بخشی از جامعه متنوع آکسفوردشایر شروع کنند.

The Old Music Hall, 106 – 108 Cowley Road, Oxford, OX4 1JE

info@refugeeresource.org 01865 403280 / 0845 458 0055

نیایش و امور دینی

بریتانیا یک کشور چند فرهنگی و چند دینی است که در آن به همه ادیان و عقاید احترام گذاشته می شود. کسانی که به دین اسلام اعتقاد دارند، گزینه های مختلفی برای نیایش دارند. اکثر مساجد در آکسفوردشایر در شهر آکسفورد واقع شده اند و می توان از طریق حمل و نقل عمومی به آنها دسترسی داشت.

مسلمانان ابینگدون Abingdon Muslims

دروس قرآن و تجوید، گروه بانوان، گروه مردان، اجتماعات ماهانه کودکان. نماز ظهر جمعه ها در آنجا برگزار می شود.

Radley Village Hall, Gooseacre, Abingdon, OX14 3BL

www.abingdonmuslims.org 01235 604 533 info@abingdonmuslims.org

جامعه مسلمانان دیدکوت (سنی) Didcot Muslim Society

نماز جمعه در سالن.

Fleet Meadow Community Hall, Sandringham Road, Didcot, OX11 8TP

www.didcotmasjid.co.uk 01235 511985 admin@didcotmasjid.co.uk

مسجد مرکزی آکسفورد (صوفی) Central Oxford Mosque (Suffi)

Manzil Way, Oxford, OX4 1DJ

01865 245 547 info@coms.org.uk

Madina Mosque (Sunni) (مسجد مدینه (سنی))
2 Stanley Road, Oxford, OX4 1QZ
01865 366200 info@MadinaMasjidOxford.co.uk

Ahlul Bayt Centre (Shia) (کانون اهل بیت (شیعه))
1 Oxford Rd, Oxford, OX4 2EN
07881 295943 info@ahlulbaytcentreoxford.org

Swindon Mosque – 124-125 Broad St, Swindon, SN1 2DR
01793 523831 www.swindonmasjid.com

اعیاد و جشن های ملی

تعطیلات بانکی Bank holidays: اینها تعطیلات ملی هستند که اکثر مشاغل و خدمات تعطیل می شوند. این تعطیلات در کریسمس، سال نو، عید پاک، و در ماه می و آگوست است. آنها اغلب در روزهای دوشنبه یا جمعه هستند. همیشه می توانید زمان تعطیلات بانکی را در اینجا بررسی کنید: www.gov.uk/bank-holidays

کریسمس Christmas - 25 دسامبر: به طور سنتی جشن تولد عیسی مسیح، کریسمس به طور گسترده با تبادل هدایا و گذراندن وقت با خانواده جشن گرفته می شود.

عید پاک Easter – تاریخی است بین مارس و آوریل: جشنی برای نشان دادن رستاخیز عیسی. مردم برای جشن گرفتن به خانواده تخم مرغهای شکلاتی می دهند.

سایر اعیاد مذهبی: جشن هایی مانند عید قربان، دیوالی و حنوکا توسط کسانی که مایلند و مورد احترام جامعه هستند جشن می گیرند.

شب سال نو New Year's Eve - 31 دسامبر: مردم اغلب این جشن را با یک مهمانی و شمارش معکوس برای نیمه شب جشن می گیرند تا شروع سال جدید را نشان دهند.

روز ولنتاین Valentine's Day - 14 فوریه: روزی مرتبط با عشق و عاشقی که در آن مردم معمولاً به کسی که دوستش دارند کارت یا هدیه می دهند.

هالووین Halloween - 31 اکتبر: بچه ها لباس های ترسناک می پوشند و به درهای همسایه ها می کوبند و می گویند 'trick or treat'. سپس به کودکان شیرینی داده می شود.

شب گای فاکس / شب آتش سوزی Guy Fawkes night/Bonfire night - 5 نوامبر: به یاد آوردن زمانی است که گای فاکس تلاش کرد مجلس پارلمان را منفجر کند و شکست خورد. این جشن با آتش بازی و آتش بزرگی به نام آتش بازی جشن گرفته می شود.



اطلاعات محلی - Abingdon

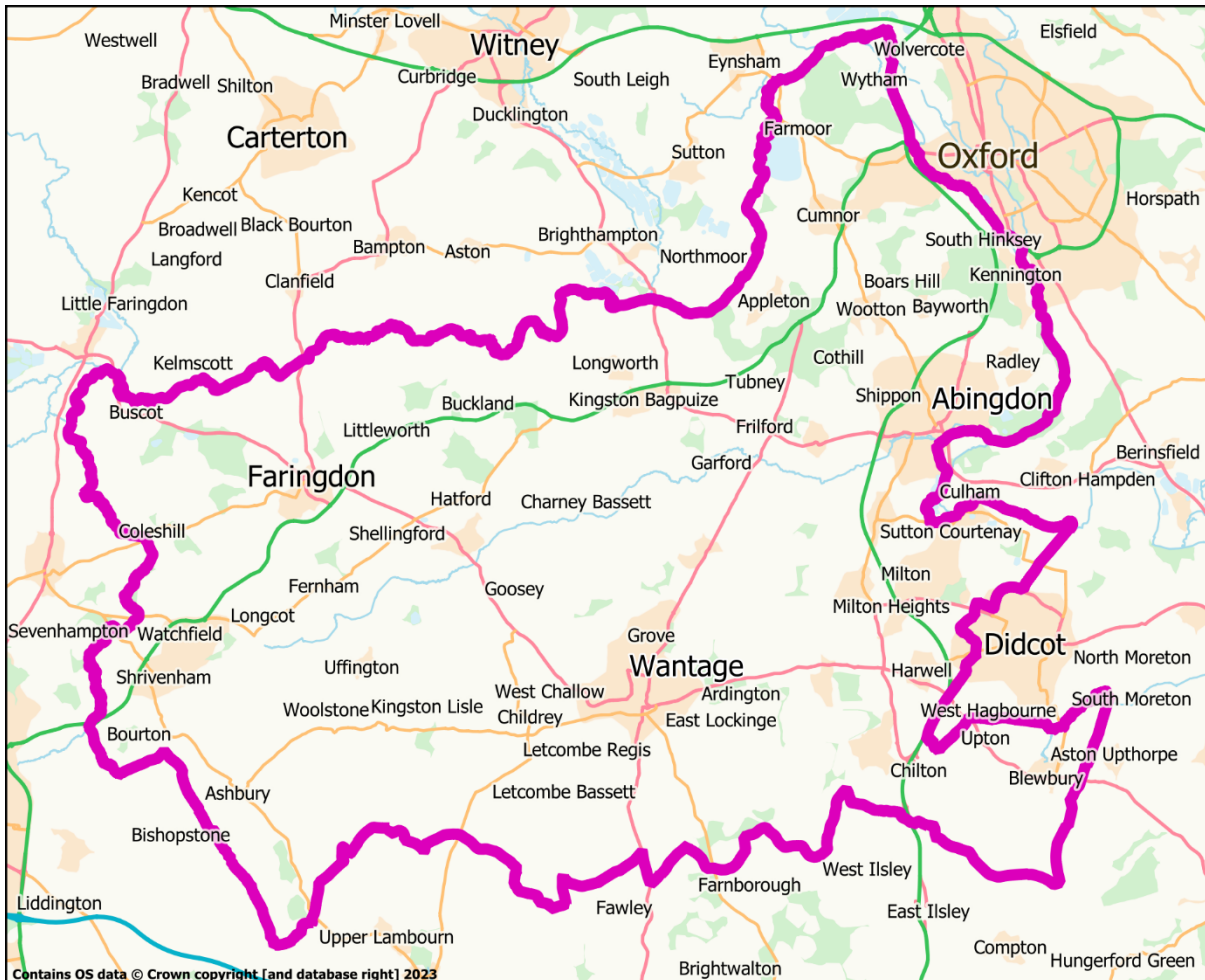
آکسفوردشایر کجاست؟

آکسفوردشایر یک شهرستان در جنوب شرقی انگلستان است. بزرگترین شهر آکسفورد است که بیشتر به خاطر دانشگاه معروفش شناخته شده است.

کجا زندگی خواهید کرد؟

خانه جدید شما در Vale of the White Horse واقع خواهد شد که منطقه ای در آکسفوردشایر است و به خاطر فضاهای سبز بزرگ و حومه شهر معروف است. شهرهای اصلی در Vale of the White Horse عبارتند از Abingdon، Wantage و Faringdon.

تخمین زده می شود که 126700 نفر در ناحیه Vale of White Horse زندگی می کنند.



نزدیکترین مراکز خرید در Shippon و Abingdon

فروشگاه خوراکیه فروشی - فروشگاه کوچکی که مواد غذایی و لوازم خانگی را ارائه می دهد

- Costcutter - Cholswell Road, Shippon, Abingdon, OX13 6HA

سوپرمارکت - فروشگاه بزرگ مواد غذایی

- Aldi - Wootton Road, Abingdon, OX14 1FE

داروخانه - دارو بدون نیاز به نسخه پزشکی

- North Abingdon Pharmacy - 45 Lloyd Close, Abingdon, OX14 1XR

کلینیک پزشکی - پزشکان واجد شرایط به کمک به مراقبت های بهداشتی غیر اورژانسی کمک می کنند (قرار ملاقات قبلی لازمی میباشد)

- Marcham Road Family Health Centre - Marcham Road, Abingdon, OX14 1BT

دندانپزشک - انواع مراقبت های دندانپزشکی (گرفتن نوبت قبلی لازمی میباشد)

- Stert Street Dental Surgery - 45 Stert Street, Abingdon, OX14 3JF

بیمارستان حوادث و اورژانس - ارائه مراقبت های بهداشتی فوری در مواقع اضطراری.

- John Radcliffe Hospital, Headley Way, Headington, Oxford, OX3 9DU

واحد جراحات جزئی - مرکز مراقبت برای جراحات غیر اورژانسی

- Abingdon Community Hospital, Marcham Road, Abingdon, OX14 1AG

تست بینایی و شنوایی

- Specsavers, Unit 16, Abbey Shopping Centre, Abingdon, OX14 3QT

اداره پست - نزدیکترین اداره پست Abingdon است.

- 5-13 West St Helen Street, Abingdon, OX14 5BL

نماز جمعه

- Radley Village Hall, Gooseacre, Radley, Abingdon, OX14 3BL

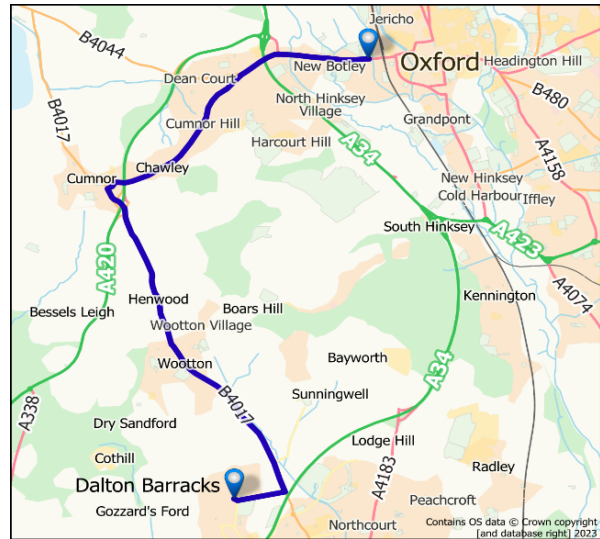
رفت و آمد

ایستگاه اتوبوس - محل دسترسی به سرویس اتوبوس محلی (کرایه 2 پوند برای هر نفر)
از پلان سفر آنلاین www.oxfordbus.co.uk/plan-your-journey استفاده کنید
www.bustimes.org

- از Dalton Barracks به Oxford - خط اتوبوس 33
- از Oxford به Abingdon - سرویس اتوبوس X1, X2 و X3
- از Abingdon به Didcot station - سرویس اتوبوس X2 و 33



از Abingdon به Oxford - سرویس اتوبوس X1 City



از Dalton Barracks به Oxford - خط اتوبوس 33

شرکتهای تاکسیرانی - خدمات حمل و نقل درب به درب

- Su's Taxis - 01235 554085
- 001 Taxis - 01865 240000
- Abingdon Taxis - 07515 163031

بسیاری از شرکت های تاکسیرانی دیگر در دسترس هستند. شما باید اطمینان حاصل کنید که آنها به درستی مجوز دارند.

کارهایی که میتوان انجام داد و مکان هایی برای بازدید در Vale of White Horse

کتابخانه های عمومی

کتاب قرض بگیرید و از کمپیوتر آنجا برای دسترسی به اینترنت رایگان استفاده کنید. برخی از کتابخانه ها نیز جلسات خلاقیت رایگان را برای کودکان و خانواده ها ارائه می دهند. کتابخانه ها معمولاً از دوشنبه تا شنبه باز هستند. در اینجا می توانید کتابخانه محلی خود را پیدا کنید:

www.oxfordshire.gov.uk/residents/leisure-and-culture/libraries/find-library

نزدیکترین کتابخانه شما Abingdon Library است - آدرس: The Charter, Abingdon, OX14 3LY

مراکز تفریحی و استخرهای شنا

ما سه مرکز تفریحی و یک استخر فصلی در فضای باز در Vale of White Horse داریم. در زیر به مراکزی که ممکن است نزدیک شما باشند نگاهی بیندازید.

White Horse Leisure and Tennis Centre

آدرس: Audlett Drive, Abingdon, OX14 3PJ

تلفن: 01235 540700

سالن بدنسازی، استخر و کلاس های تناسب اندام. اگر Universal Credit دریافت می کنید ، می توانید برای عضویت با تخفیف درخواست دهید.

Abingdon Outdoor Pool and Splashpad

آدرس: 1 Abbey Close, Abingdon, OX14 3ZB تلفن: 01235 529321 استخر شناى Abbey

Meadow در طول فصل تابستان باز می شود. در هوای گرم، باید از قبل رزرو کنید. برای آخرین به روز رسانی ها از وب سایت ما دیدن کنید: whitehorsedc.gov.uk/abbeymeadow



استخر روباز Abingdon

Faringdon Leisure Centre

آدرس: Fernham Road, Faringdon, SN7 7LB

تلفن: 01367241755

سالن بدنسازی، استخر و کلاس های تناسب اندام. اگر Universal Credit دریافت می کنید، می توانید برای عضویت با تخفیف درخواست دهید.

Wantage Leisure Centre

آدرس: Portway, Wantage, OX12 9BY

تلفن: 01235766201

سالن بدنسازی، استخر و کلاس های تناسب اندام. اگر Universal Credit دریافت می کنید ، می توانید برای عضویت با تخفیف درخواست دهید.

جاذبه های دیگر

The Beacon

Portway, Wantage, OX12 9BX

01235 763456

The Beacon یک برنامه منظم از رویدادها را برای جامعه محلی اجرا می کند تا در آن شرکت کنند و از آن لذت ببرند، از جمله کلاس ها، موسیقی زنده، تولیدات تئاتر، گروه های نمایشی و نمایش فیلم.

www.whitehorsedc.gov.uk/youmove

YouMove

YouMove فعالیت های رایگان یا کم هزینه را برای خانواده ها در سراسر شهرستان فراهم می کند. طیف فوق العاده ای از فعالیت ها برای لذت بردن با هم وجود دارد، از جمله در تعطیلات آخر هفته و تعطیلات مدرسه. نگاهی به وب سایت شورای ما بیندازید:

www.whitehorsedc.gov.uk/youmove

همچنین می توانید مستقیماً با تیم انجمن های فعال در اینجا تماس بگیرید:

تلفن: 01235 422240

پست الکترونیک: active.communities@southandvale.gov.uk

لطفاً برای لیست به روز فعالیت های منطقه خود از وب سایت شورای منطقه Vale of White Horse دیدن کنید.

www.whitehorsedc.gov.uk/find-activities-to-suit-you

Families Oxfordshire

کارهای بسیار خوبی برای انجام دادن و مکان هایی برای رفتن دارد که اطلاعات و ایده های زیادی را برای همه اعضای خانواده در اختیار شما قرار می دهد. آنها همچنین پیشنهادات، رویدادها و اطلاعات عالی را از منطقه به شما ارائه می دهند تا زندگی خانوادگی را لذتبخش کنید.

www.familiesonline.co.uk/families-magazines/families-oxfordshire-magazine

Abbey Gardens and Abbey Meadow

این کدپستی پارک است: OX14 3JE

باغ های زیبا با فضای بازی. در تابستان می توانید از استخر روباز و پد آب پاش دیدن کنید. باغ ها در کنار رودخانه River Thames قرار دارند و می توانید در طول کانال قدم بزنید.

Vale and Downland Museum
Church Street, Wantage, OX12 8BL
01235 771447

موزه Vale and Downland Museum در بازار شلوغ شهر Wantage در آکسفوردشایر بریتانیا واقع شده است. این موزه کارهای مختلفی برای انجام دارد، از گالری‌هایی که میراث فرهنگی منطقه Vale of White Horse را تفسیر می‌کنند، تا کافه‌ای با تراس و باغی قشنگ. همچنین به عنوان سکوی پرشی برای ساکنان و بازدیدکنندگان عمل می‌کند تا از حومه شهر اطراف Wantage لذت ببرند و از آن دیدن کنند.

White Horse Hill Uffington
SN7 7UK

اسب سفید White Horse معروف قدیمی ترین تپه با گچ تراشیده در بریتانیا است که شاید بیش از 3000 سال قدمت داشته باشد. تپه اژدها Dragon Hill در نزدیکی آن، تپه طبیعی با ارتفاع حدود 10 متر، به دلیل ارتباط آن با افسانه سنت جورج St George نامگذاری شده است.



Cornerstone Arts Centre
25 Station Road, Didcot, OX11 7NE
01235 515144

مرکز هنری Cornerstone یک برنامه با کیفیت بالا از اجراهای زنده موزیک، فعالیت های هنری، نمایشگاه ها و موارد دیگر را ارائه می دهد. از وب سایت آنها دیدن کنید: www.cornerstone-arts.org

در آکسفوردشایر کارهای زیادی برای انجام دادن وجود دارد، دسترسی به بسیاری از آنها رایگان است. برای اطلاعات بیشتر به وب سایت Experience Oxfordshire مراجعه کنید: www.experienceoxfordshire.org

شما در فاصله کوتاهی از آکسفورد زندگی می کنید. برای اطلاعات در مورد جاذبه ها از وب سایت شورای شهر آکسفورد دیدن کنید: oxfordcity.co.uk/explore-oxford/travel-and-tourism

تمام اطلاعات چاپ شده در ماه ژوئن 2023 درست شده.