Department of Health

Tamil/தமிழ்

PRISON REFORM TRUST

உடல் ஊனம் உற்ற கைதிகளுக்கான தகவல் புத்தகம்

இந்த புத்தகம் ஆனது உங்களுக்கு சிறை வாழ்க்கை பற்றியும் உங்களுக்கு விடயங்களைச் செய்ய எங்கே உதவி பெறலாம் என்பதையும் பற்றிய தகவல்களைத் தரும்.

2009

Copyright information

© Offender Health and Prison Reform Trust 2009

This publication can be shared copied distributed and transmitted but not sold. It can not be altered in any way without the permission of the copyright owners.

First published in 2004 by the Prison Reform Trust kindly supported by Lloyd's Charities Trust
This edition published in 2009 by the Prison Reform Trust kindly supported by the Hadley Trust and Offender Health.

Many thanks to the following for their help with this booklet:

• Mencap, Her Majesty's Inspectorate of Prisons, Cloisters, Race Equality Action Group and all the disability liaison officers and other prison staff who commented on the draft

• staff and prisoners at HMP Birmingham, HMP Downview, HMP Feltham and HMP Leyhill for their help with focus groups

• Offender Health and PRT staff for content, photos and design

இந்தப் புத்தகத்தில் என்ன உள்ளது?

	பக்கம்
உங்களுக்கு தேவையான உதவியை சிறையில் எவ்வாறு பெறுவது?	**4**
யார் இடம் உதவி கேட்பது?	**5**
பின்வரும் சந்தர்ப்பங்களில் என்ன செய்வது?	
• நீங்கள் மிக மனம் குழம்பி அல்லது கவலையாக இருந்தால் அல்லது யாராவது உங்களை கூடாமல் நடாத்தினால்	**7**
• உங்களுக்கு தகவல்களை விளங்கிக் கொள்ள கடினமாக இருந்தால்	**7**
• உங்களுக்கு சிறையில் விடயங்களை விளங்கிக் கொள்ள கடினமாக இருந்தால்	**8**
• உங்களுக்கு சுகவீனமாக இருந்தால் அல்லது மருந்து எடுக்கும் அவசியம் இருந்தால்	**9**
• உங்களுக்கு சிறையில் ஏதாவது விடயம் பற்றி சந்தோசமாக இல்லாவிட்டால்	**10**
வேறு விடயங்கள் தொடர்பாக உங்களுக்கு உதவி தேவைப்பட்டால்	**11**
சிறைக் காலத்திற்கு பின்னால் வாழ்க்கை	**14**

இந்த புத்தகத்தை எங்கு இருந்து எடுப்பது

- இந்தப் புத்தகத்தின் பிரதி ஒன்று உங்களுக்கு சொந்தமாக கிடைக்காவிடில் உங்கள் தனிப்பட்ட அதிகாரியை அல்லது உடல் ஊனம் உற்றவர்களுக்கான தொடர்பு அதிகாரி இடம் கேட்கவும்.
- நீங்கள் சில தகவல்களை CD இல் கேட்கலாம்.
- எழுதிக் கேட்கலாம். Prison Reform Trust, FREEPOST ND6125, London EC1B 1PN.

இந்தப் புத்தகம் எதைப் பற்றிக் குறிப்பிடுகின்றது?

- சிறைச் சாலையில் உள்ள அநேக ஆட்கள் ஆட்டிசம், ஆஸ்மா அல்லது மன அழுத்தம் போன்ற உடல் ஊனங்களைக் கொண்டவர்களாகக் காணப்படுகின்றார்கள்.

- இந்தப் புத்தகம் ஆனது ஒரு உடல் ஊனம் உள்ள சிறைக் கைதிகளுக்கு ஆனது.

- இது சிறை வாழ்க்கை பற்றிய முக்கிய தகவலை உங்களுக்கு கூறுகின்றது. அத்துடன் நீங்கள் என்ன வகையான உதவி பெற்றுக் கொள்ளலாம் எனவும் கூறுகின்றது.

- இங்கே Information Book for Prisoners with a Diability என இன்னும் ஒரு புத்தகமும் உள்ளது. அது இந்தப் புத்தகத்தில் உள்ள விடயங்கள் பற்றி அதிகமாக அது கூறுகின்றது.

உங்களுக்குத் தேவையான உதவியை எவ்வாறு சிறைச் சாலையில் பெறுவது

- எவ்வளவு விரைவாக முடியுமோ அவ்வளவு விரைவாக உங்களுக்கு ஏதாவது உடல் ஊனம் இருந்தால் அல்லது ஏதாவது வேலைகளைச் செய்வதற்கு உதவி தேவைப்படுமாயின் அதனை சிறைச் சாலை உத்தியோகத்தர்களுக்கு அறிவிப்பது ஒரு நல்ல விடயம்.

- சிறைச் சாலை உத்தியோகத்தர்கள் உங்களுக்கு தேவையான உதவிகளைச் செய்வதற்கு அவர்களால் இயலக் கூடிய அனைத்தையும் **அவசியம் செய்ய வேண்டும்.** சட்டம் ஆனது அவர்கள் அவசியம் செய்ய வேண்டும் எனக் கூறுகின்றது.

- நீங்கள் கூறும் விடயங்களை சிறைச் சாலை உத்தியோகத்தர்கள் பிரத்தியேகமாக வைத்து இருப்பார்கள்.

சிறைச் சாலை உத்தியோகத்தர்கள் என்ன விதமான உதவியை உங்களுக்கு செய்ய வேண்டும்?

சிறைச் சாலை உத்தியோகத்தர்கள் சிறைச் சாலை வாழ்க்கையில் ஒரு அங்கமாக நீங்கள் இருப்பதற்கு செய்ய வேண்டிய உதவிகள் அனைத்தையும் செய்ய வேண்டும்.

சிறைச் சாலை உத்தியோகத்தர்கள் பின்வரும் விடயங்கள் தொடர்பாக உங்களுக்கு தேவையான உதவிகளைச் செய்ய வேண்டும்.

- தகவல்களை விளங்கிக் கொள்ளல் அல்லது ஆட்கள் உங்களுக்கு என்ன சொல்கிறார்கள் என்பதைப் புரிந்து கொள்ளல்
- வேலை செய்தல் அல்லது கல்வி கற்றல் (கல்வி கற்றல் எனப்படுவது புதிய விடயங்களை கற்றல் ஆகும்)
- உங்கள் குடும்பம் உடனும் நண்பர்கள் உடனும் தொடர்பு வைத்து இருத்தல்
- ஆரோக்கியமாக இருத்தல்

சிறைச் சாலையில் யார் இடம் உதவி கேட்கலாம்

சிறைச் சாலையில் உதவி கேட்கக் கூடிய பிரதான ஆட்கள் பின்வருபவர்கள் ஆகும்.

1 சிறைச் சாலை அதிகாரிகள் அல்லது உங்கள் தனிப்பட்ட அதிகாரி (personal officer)

சிறைச்சாலை அதிகாரிகள் இடம் உங்களுக்கு **ஏதாவது விடயம்** பற்றி கேள்விகள் இருந்தால் அல்லது ஏதாவது உதவி தேவைப்படின் அவர்கள் இடம் கதைக்கவும்.

2 உடல் ஊனம் உற்றவர்கள் தொடர்பான அதிகாரி (disability liaison officer) (சில சமயம் அவர்களை DLO என சுருக்கமாக அழைப்பார்கள்)

- இந்த ஆள் சிறைச் சாலையில் வேலை செய்கின்றார். அவர்கள் அங்கு இருப்பது உடல் ஊனம் உற்றவர்களுக்கு உதவி செய்வதற்கு ஆகும்.

- நீங்கள் அவர்களை எந்த தடவை எந்த நேரமும் சென்று காண்பதற்கு கேட்கலாம். உங்களுக்கு அவசியம் இருப்பின் சிறைச் சாலை உத்தியோகத்தர்களை இதனைச் செய்வதற்கு உதவி செய்யுமாறு கேட்கலாம்.

- நீங்கள் உடல் ஊனம் தொடர்பான அதிகாரி இடம் உங்கள் உடல் ஊனம் உற்றதன் காரணமாக ஏதாவது உதவி தேவைப்படின் அல்லது ஏதாவது விடயங்கள் உங்களுக்கு செய்வதற்கு கடினமாக இருப்பின் அது பற்றிப் பேச முடியும்.

3 வைத்தியர்கள் அல்லது மருத்துவ தாதிகள் (சுகாதார பராமரிப்பு சேவையில் இருந்து வரும் ஆட்கள்)

- உங்கள் இடம் இருக்கக் கூடிய ஆரோக்கிய பிரச்சனைகள் தொடர்பாக நீங்கள் அவர்கள் இடம் கதைக்க முடியும். அல்லது நீங்கள் கவலையாக அல்லது மனம் குழம்பி இருந்தால் அவர்கள் இடம் பேச முடியும்.

✓ எந்த சமயம் ஆவது உங்களுக்கு ஏதாவது உதவி தேவைப்படின் சிறைச் சாலை உத்தியோகத்தர்கள் இடம் கேட்கவும்.

✓ உங்களுக்கு ஏதாவது விடயங்கள் செய்யக் கடினமாக இருந்தால் சிறைச் சாலை உத்தியோகத்தர்கள் இடம் கூறவும். உங்களுக்குத் தேவையான உதவிகளை அவர்கள் உங்களுக்கு செய்ய வேண்டும்.

என்ன செய்ய வேண்டும்

1 கவலையாக அல்லது மனம் குழம்பி இருந்தால் அல்லது யாராவது உங்களை கூடாமல் நடாத்தினால்

யாருக்கு ஆவது இதைப் பற்றிக் கூறுவது **மிக முக்கியம்.** நீங்கள் பின்வரும் ஆட்கள் உடன் பேச முடியும்

- யாராவது சிறைச் சாலை உத்தியோகத்தர்
- ஒரு வைத்தியர் அல்லது மருத்துவ தாதி
- செவி மடுப்பவர் அல்லது ஒரு நண்பர். இவர்கள் ஏனைய சிறைக் கைதிகள் ஆவர். அவர்கள் நீங்கள் மனம் குழம்பி அல்லது கவலையாக இருந்தால் உங்களுக்கு உதவி செய்ய என உள்ளார்கள். அவர்கள் சில சமயம் ஒரு விசேட ரீ-ஷேட்டை அணிவார்கள்.
- உடல் ஊனம் உள்ளவர்களுக்கான அதிகாரி
- மத குரு (இவர் மதம் உடன் தொடர்பு உடைய ஒரு ஆள். ஆனால் நீங்கள் மத குரு உடன் பேசுவதற்கு மத நம்பிக்கை உடையவராக இருக்க வேண்டிய அவசியம் இல்லை.)
- சிறைச் சாலைக்கு வெளியே உள்ள ஆட்கள் **சமாறிற்றன்** என அழைக்கப்படுவர்.(**Samaritans**) அவர்கள் மனம் குழம்பி அல்லது கவலையாக இருக்கும் மக்களுக்கு என எந்த சமயமும் உதவி செய்ய உள்ளார்கள். நீங்கள் அவர்களை 08457 90 90 90 இல் தொடர்பு கொள்ளலாம்.

2 பின்வரும் சந்தர்ப்பங்களில் என்ன செய்வது தகவல்களை விளங்கிக் கொள்வது அல்லது மற்றவர்கள் உங்களுக்கு என்ன கூறுகிறார்கள் என விளங்கிக் கொள்ள உங்களுக்கு கடினமாக இருந்தால்

சிறைச் சாலை உத்தியோகத்தர்கள் அவசியம்

- உங்களுக்கு தகவல்களை விளங்கிக் கொள்ள உதவி செய்வார்கள்.
- உங்களுக்கு தகவல்களை மிக இலகுவான விதத்தில் கொடுப்பார்கள்.

நீங்கள் சிறைச் சாலை உத்தியோகத்தர்களை

- தகவல்களை மிக இலகுவான விதத்தில் உங்களுக்கு கூறுமாறு கேட்கலாம்.

- உங்களுக்கு தகவல்களை வேறு விதமாகத் தரலாம் உதாரணமாக படங்கள் உடன் கூடிய இலகுவான சொற்கள் அல்லது CD இல்

- உங்களுக்கு விடயங்களை வாசித்து காட்டுவார். அல்லது உங்களுக்கு விடயங்களை விளங்கிக் கொள்ள உதவுவார்கள்.உதாரணமாக படிவங்கள் அல்லது கடிதங்கள்.

- நூலகத்தில் உள்ள உத்தியோகத்தர்களும் உங்களுக்கு விடயங்களை இலகுவாக்கி விளங்கிக் கொள்ள உதவி செய்யலாம்.

3 நீங்கள் உங்கள் உடைய உடல் ஊனம் அல்லது ஒரு ஆரோக்கியப் பிரச்சனை காரணமாக சிறைச் சாலையில் விடயங்களைச் செய்வது கடினமாக உள்ளது என கண்டு பிடித்தால்

நீங்கள் பின்வருபவர்கள் உடன் பேசிக் கொள்ளலாம்.

- ஒரு சிறைச் சாலை அதிகாரி

- உடல் ஊனம் உற்றவர்களுக்கான தொடர்பு அதிகாரி

- சில சிறைச் சாலைகளில் அங்கு ஏனைய சிறைக் கைதிகள் உடல் ஊனம் உடைய சிறைக் கைதிகளுக்கு உதவுவதற்கு உள்ளார்கள். அவர்கள் சில சமயங்களில் ஒரு விசேட ரீ- ஷேட்டை அணிவார்கள்.

- **சிறைச் சாலை உத்தியோகத்தர்கள் உங்களுக்கு விடயங்களை இலகுவாக்க என்ன செய்ய வேண்டுமோ அதனைச் செய்ய வேண்டும்.**

என்ன செய்ய வேண்டும்

4 நீங்கள் சிறையில் ஏதாவது விடயம் பற்றி சந்தோசமாக இல்லாவிடில் அல்லது சிறைச் சாலை ஏதாவது விடயத்தை தவறாக செய்து விட்டது எனக் கருதினால்

- உங்களுக்கு சிறைச் சாலையில் ஏதாவது விடயம் பற்றி சந்தோசம் இல்லாவிடில் என்ன செய்வது என சிறைச் சாலை உத்தியோகத்தர்களைக் கேட்கவும். அல்லது சக சிறைக் கைதி உங்களுக்கு உதவி செய்யக் கூடியதாக இருக்கலாம்.

- நீங்கள் ஒரு படிவத்தைப் பூர்த்தி செய்து என்ன விடயங்கள் தொடர்பாக நீங்கள் சந்தோசமாக இல்லை எனக் கூறலாம். நீங்கள் படிவம் நிரப்புவது தொடர்பாக உதவி கேட்கலாம்.

- நீங்கள் மிக பிரத்தியேகமாக ஏதாவது கூற விரும்பின் நீங்கள் விசேட படிவம் ஒன்றை நிரப்ப வேண்டும். இது படிவம் (**confidential access)** என அழைக்கப்படும்.

- சிறைச் சாலைக்கு வெளியே ஆட்கள் உள்ளனர். அது சுயாதீன கண்காணிப்பு சபை என அழைக்கப்படும்.(**Independent Monitoring Board IMB)** உங்களுக்கு சிறைச் சாலையில் ஏதாவது பிரச்சனை இருந்தால் நீங்கள் அவர்கள் உடன் கதைக்க கேட்கலாம்.

- அவர்கள் பிரச்சனையை தீர்க்க முடியாவிடில் நீங்கள் **சிறைச் சாலைகள் மற்றும் நன் நடத்தை ஒம்புட்ஸ்மனுக்கு** நீங்கள் கீழ் வரும் விலாசத்திற்கு எழுதலாம். (**Prisons and Probation Ombudsman**)

  Prisons and Probation Ombudsman
  Ashley House
  2 Monck Street
  London SW1P 2BQ

  நீங்கள் உங்களுக்கு கிடைக்கப் பெறும் ஆரோக்கிய பராமரிப்பு பற்றி சந்தோசமாக இல்லாவிடில்

- ஆரோக்கிய பராமரிப்பு பகுதியில் இருக்கும் யாருடன் ஆவது முதலில் பேசி பிரச்சனையைத் தீர்க்கலாமா எனப் பார்க்கவும்.

- ஆரோக்கிய பராமரிப்பு உத்தியோகத்தர்களால் பிரச்சனையைத் தீர்க்க முடியாவிடில் நீங்கள் சிறைச் சாலைக்கு வெளியே உள்ள ஒரு குழுவான சுயாதீன முறைப்பாட்டு ஆலோசனை சேவை **(ICAS)** இடம் உதவி கேட்கலாம்.

- நீங்கள் **ICAS** இன் தொலை பேசி இலக்கத்தை சிறைச் சாலை உத்தியோகத்தர்கள் இடம் இருந்து, நூலகம் மற்றும் NHS Direct என அழைக்கப்படும் ஆட்களை 0845 4647 என்ற இலக்கத்தில் தொலை பேசியில் அழைத்துப் பெறலாம்.

5 என்ன செய்வது நீங்கள் சுகவீனமாக ஆகினால் அல்லது மருந்து எடுக்க வேண்டி இருப்பின்

நீங்கள் சுகவீனமாக இருந்தால் அல்லது உங்கள் உடைய கண்கள் அல்லது பற்களில் ஏதாவது பிரச்சனைகள் இருந்தால்

- ஒரு வைத்தியர், மருத்துவ தாதி, பல் வைத்தியர் அல்லது கண் பரிசோதகரை பார்வை இடக் கேட்கவும்.

- உங்களுக்கு சிறைச் சாலையில் தேவையான உதவி உங்களுக்கு கிடைக்காவிட்டால், உத்தியோகத்தர்கள் உங்களுக்கு எது செய்வது நல்லது என முடிவு எடுப்பார்கள்.

- **உங்களுக்கு மருந்து எடுக்க வேண்டி இருப்பின்**
  - o சிறைச் சாலை உத்தியோகத்தர்கள் இடம் உங்களுக்கு மருந்து எடுக்க வேண்டி இருப்பதாக கூறவும்.
  - o சிறைச் சாலையில் உள்ள ஒரு வைத்தியர் உங்களுக்கு தேவையான மருந்தை தருவார்.
  - o நீங்கள் உங்கள் உடைய மருந்தை உங்கள் உடைய சிறை அறையில் வைத்து இருக்க முடியும். சிறைச் சாலை உத்தியோகத்தர்கள் உங்களுக்கு அது பற்றி அறியத் தருவார்கள்.

உங்களுக்கு உதவி தேவைப் படும் வேறு விடயங்கள் ஆவன

பெரிய புத்தகத்தில் இந்த விடயங்கள் பற்றி மிக அதிகமான தகவல்கள் உள்ளன.

சட்ட ரீதியான தீர்மானம் (**Adjudications)**

(நீங்கள் சிறைச் சாலை ஒழுங்கு விதிகளை அத்து மீறனால் நீங்கள் சட்ட ரீதியாக தீர்மானம் எடுக்கும் விளக்கம் ஒன்றிற்கு செல்ல நேரிடலாம். இந்த சந்தர்ப்பத்தில் தான் என்ன நடை பெற்றது என நீங்கள் விளக்கம் கொடுக்க வேண்டும்.)

- ஆளுநர் அல்லது சிறைச் சாலை உத்தியோகத்தர்கள் என்ன நடக்கின்றது என உங்களுக்கு விளங்க உதவி செய்ய வேண்டும்.

- உங்களுக்கு விளங்காவிடில் உங்கள் உடன் யாரையாவது வைத்து இருப்பதற்கு உங்களுக்கு அனுமதி அளிக்கப்படும்.

- நீங்கள் ஒரு ஒழுங்கு விதியை அத்து மீறியதற்கு காரணம் உங்களுக்கு அது விளங்கி இருக்கவில்லை என்றால் அது பற்றி ஆளுநர் இடம் கூறவும்.

- உங்கள் உடைய சட்டத்தரணியால் உங்களுக்கு உதவி செய்ய முடியும்.

சிறை அறை

உங்கள் சிறை அறை அல்லது நீங்கள் பகிர்ந்து கொள்ளும் சிறை அறை ஆளைப் பற்றி

- உங்கள் சிறை அறை அல்லது நீங்கள் பகிர்ந்து கொள்ளும் சிறை அறை ஆளைப் பற்றி ஏதாவது பிரச்சனைகள் இருந்தால் சிறைச் சாலை உத்தியோகத்தர் இடம் பேசவும்.

உணவு

- உங்களுக்கு குறிப்பிட்ட உணவை சாப்பிட முடியாவிடில் ஒரு வைத்தியர் இடம் அல்லது மருத்துவ தாதி இடம் கூறவும்.

- வைத்தியர் அல்லது மருத்துவ தாதி அது சரி எனக் கூறினால் சிறைச் சாலை உங்களுக்கு என விசேட உணவைத் தயாரிக்கும்.

- உங்களுக்கு உணவைத் தேர்ந்து எடுப்பதற்கு உதவி தேவைப்படின் சிறைச் சாலை உத்தியோகத்தரைக் கேட்கவும்.

படிவங்கள்

- சிறைச் சாலை உத்தியோகத்தர்கள் உங்களுக்கு படிவங்கள் நிரப்ப வேண்டி இருந்தால் உதவி செய்ய வேண்டும்.

- ஏனைய சிறைக் கைதிகளால் உங்களுக்கு உதவி செய்ய முடியலாம் கூட.

பணமும் ஏனைய சலுகைகளும்

- பணம் அல்லது சலுகைகள் பற்றி ஏதாவது உதவி தேவைப்படின் சிறைச் சாலை உத்தியோகத்தர்கள் இடம் கூறவும். அவர்கள் உங்களுக்கு யார் உங்களுக்கு உதவி செய்ய முடியும் எனக் கூறுவார்கள்.

- நீங்கள் எங்கு நலன் புரிப் பணம் சலுகைகள் பெற்றீர்களோ அவர்களுக்கு நீங்கள் தற் பொழுது சிறைச் சாலையில் இருப்பதாக **அவசியம்** அறிவிக்க வேண்டும்.

ஒழுங்கு விதிகள்

- சிறைச் சாலை உத்தியோகத்தர் உங்களுக்கு ஒழுங்கு விதிகள் பற்றிய தகவல்களை வழங்க வேண்டும். உங்களுக்கு ஏதாவது ஒழுங்கு விதிகள் பற்றி விளக்கம் இல்லாவிடில் அவர்களை அதனை விளங்கப் படுத்தச் சொல்லிக் கேட்கவும்.

சோதனை (உங்கள் உடலை ஒரு உத்தியோகத்தர் சோதனை இடும் பொழுது)

- சிறைச் சாலை உத்தியோகத்தர் இடம் உங்கள் உடைய உடல் ஊனம் அல்லது ஆரோக்கிய பிரச்சனை காரணமாக உங்களை சோதனை செய்வது கடினமாக இருந்தால் அவர்கள் இடம் அது பற்றிக் கூறவும்.

- சிறைச் சாலை உத்தியோகத்தர் சோதனை இடுவதற்கு சிறந்த முறையை கண்டு பிடிப்பார்கள்.

தண்டனைத் திட்டம்

- உங்கள் உடைய தனிப்பட்ட அதிகாரி அல்லது குற்றவாளிகளுக்கான முகாமையாளர் உங்களுக்கு தேவையான உதவி அனைத்தையும் செய்ய வேண்டும்.

உங்கள் நண்பர்கள் அல்லது குடும்பத்தினர் உங்களைப் பார்வை இட வருகை தருதல்

- சிறைச் சாலை உத்தியோகத்தர்கள் உங்களைப் பார்வை இட ஆட்கள் வருவதற்கு அல்லது ஆட்கள் உடன் தொடர்பு வைத்து இருப்பதற்கு உதவி செய்ய வேண்டும்.

வேலை அல்லது கல்வி

- சிறைச் சாலை உத்தியோகத்தர்கள் அல்லது உடல் ஊனம் உடையவர்கள் தொடர்பான அதிகாரி இடம் உங்களுக்கு வேலை செய்ய அல்லது கல்வி கற்க கடினமாக இருந்தால் கூறவும்.

- அவர்கள் உங்களுக்கு வேலை செய்ய அல்லது கல்வி கற்க தங்களால் எவ்வளவு நன்றாக முடியுமோ அவ்வளவு நன்றாக இயன்ற உதவிகளைச் செய்ய முயற்சிக்க வேண்டும். (கல்வி என்பது நீங்கள் புதிய விடயங்களைக் கற்றல் ஆகும்.)

சிறைச் சாலைக்கு பின்னால் வாழ்வு

- சிறைச் சாலை உத்தியோகத்தர்கள் உங்களை சிறைச் சாலைக்கு பின்பு உள்ள வாழ்க்கைக்கு தயார் செய்வதற்கு உதவ முடியும்.

நீங்கள் சிறைச் சாலையை விட்டு வெளியே செல்லும் முன் செய்து முடிக்க வேண்டிய விடயங்கள்

நலன் புரி பணம் (**Benefits)**

- நீங்கள் ஜொப் சென்ரர் பிளஸ் (Jobcentre Plus) ஊடாக நலன் புரிப் பணத்திற்கு விண்ணப்பிக்கலாம்.

- மீளக் குடி அமர்த்தும் குழு உத்தியோகத்தர்கள் இடம் உதவி கேட்கவும்.

வைத்தியர்

- ஆரோக்கிய பராமரிப்பு குழு உத்தியோகத்தர்கள் இடம் சிறைச் சாலைக்கு வெளியே உங்களுக்கு வைத்தியர் ஒருவரை பெறுவதற்கு உதவி கேட்கவும்.

சிறைச் சாலைக்கு பின் உள்ள வாழ்வுக்கு பொது உதவி

- நீங்கள் வசிக்கப் போகும் இடத்தில் உள்ள **சமூக சேவைகள் (social services)** அமைப்பை நீங்கள் தொடர்பு கொள்ள வேண்டும். உங்கள் உடைய நண்பர்கள் அல்லது குடும்பத்தினர் உங்களுக்காக இதனைச் செய்யலாம்.

- மீளக் குடி அமர்த்தும் குழு அல்லது ஆரோக்கிய பராமரிப்பு குழுவை இதனைச் செய்வதற்கு உதவி கேட்கவும். நீங்கள் இந்த இடத்தை விட்டுச் சென்றதும் வேறு யாராவது உங்களுக்கு உதவி செய்ய முடியுமா என்பது பற்றி அவர்கள் உங்களுக்கு கூறலாம்.

வீட்டு வசதி (Housing) (உங்களுக்கு வசிப்பதற்கு ஒரு இடமும் இல்லாவிடில்)

- மீளக் குடி அமர்த்தும் குழு உத்தியோகத்தர்கள் இடம் உதவி கேட்கவும்.

- அல்லது உங்கள் சிறைச் சாலையில் நீங்கள் சிறைச் சாலையை விட்டு வெளியே வசிக்கக் கூடிய இடங்கள் பற்றி உங்கள் உடன் பேசுவதற்கு விசேட ஆட்களை வைத்து இருக்கலாம்.

உரிமம் (**Licence**)

(உங்கள் உடைய தண்டனை ஒரு வருடத்திலும் கூடுதலாக இருந்தால் நீங்கள் சிறைச் சாலையை விட்டு வெளியே செல்லும் பொழுது சில ஒழுங்கு விதிகளைக் கடைப் பிடிக்க வேண்டும். இந்த ஒழுங்கு விதிகளே **உரிமம்** எனக் கூறப்படும்.)

- குற்றவாளிகளுக்கு பொறுப்பான முகாமையாளர் (Offender Manager) என அழைக்கப்படும் ஒருவர் நீங்கள் ஒழுங்கு விதிகளை விளங்கிக் கொண்டதையும் ஒழுங்கு விதிகளை கடைப் பிடிப்பதையும் உறுதிப் படுத்திக் கொள்வார்.மேலும் அவர்கள் ஏனைய விடயங்கள் தொடர்பாகவும் உங்களுக்கு உதவி செய்ய வசதி இருக்கலாம்.

வேலை, பயிற்சி கற்கை நெறிகள் அல்லது கல்வி

- கல்விக் குழுவில் உள்ள உத்தியோகத்தர்களைக் கேட்கவும். அல்லது மீளக் குடி அமர்த்தும் குழு இடம் நீங்கள் சிறைச் சாலையை விட்டுச் சென்றதும் ஒரு வேலை எடுக்க உதவி அல்லது பயிற்சி எடுக்க உதவி செய்யும்படி கேட்கவும்.

Prison Reform Trust 15 Northburgh Street London EC1V OJR
Telephone: 020 7251 5070
Email: prt@prisonreformtrust.org.uk www.prisonreformtrust.org.uk
Registered Charity No: 1035525 Company Limited by Guarantee: 2906362