

Resource Guide and Tutorial for Immigrants

POLISH

PRZEWODNIK I PORADNIK DLA IMIGRANTÓW

Międzynarodowy Instytut w New Jersey

Wrzesień 2003
(uaktualniony we wrześniu 2005)

Cel niniejszej publikacji

Osoby imigrujące do Stanów Zjednoczonych przybywają z szerokim i różnorodnym zakresem wiedzy dotyczącej tego, co ich oczekuje. Zdajemy sobie sprawę, że imigranci przybywający do Stanów Zjednoczonych nie zawsze otrzymują kompletne informacje na temat struktury społecznej, oraz rządu USA, skąd otrzymać pomoc lub w jaki sposób poradzić sobie w różnych sytuacjach.

Niniejszy przewodnik nie jest w żadnym wypadku kompletny i będzie na pewno przestarzały w momencie jego ukończenia i druku. Dołożyliśmy starań, aby stworzyć przewodnik, który wytłumaczy gdzie zasięgnąć dalszych informacji i gdzie sprawdzić podane przez nas fakty – zarówno pod względem błędów jak i uaktualnień. Zachęcamy Państwa do korzystania z zawartych informacji, do tego, aby zawsze prosić o pomoc tłumacza, zachowywać notatki dotyczące rozmów, próśb i podań, pisemnie zawiadamiać organizację jeśli doświadczycie Państwo trudności w obsłudze z ich strony i zawsze zawiadamiać nas jeśli stwierdzicie Państwo, że któreś z informacji okażą się błędne.

Dokładność:

Jakiegolwiek błędy w tym przewodniku są nieumyślne, wszelkie informacje tu zawarte powinny być sprawdzone pod względem dokładności z agencjami, profesjonalistami, oraz odpowiednimi organizacjami. Gdy ciągle zmieniające się informacje zostają zebrane szybko i przetłumaczone na wiele języków, z pewnością pojawi się trochę niezamierzonych błędów. Zrzekamy się wszelkiej odpowiedzialności za skutki mogące wynikać z zawartych tu błędów i dołączamy źródła materiałów wymienionych w niniejszym przewodniku. Prosimy o sprawdzenie, potwierdzenie i uaktualnienie informacji na podstawie tych źródeł.

W celu uzyskania uaktualnień, poprawek oraz w celu zamówienia dodatkowych kopii przewodnika prosimy o skontaktowanie się z nami pod adresem:

1 Journal Square Plaza, Jersey City, NJ 07306
(201) 653 – 3888 wewn.
witryna: <http://www.iinj.org>

(*Niniejszy poradnik został przetłumaczony na wiele języków. W celu pobrania właściwego egzemplarza proszę otworzyć stronę internetową www.iinj.org i „kliknąć” na „publikacje” a następnie na dany język, który chcecie Państwo pobrać. Jeśli Wasz komputer nie dysponuje czcionką w tym języku, należy tę czcionkę pobrać poprzez łącznik („link”) znajdujący się na tej stronie.)

Sfinansowany w części przez Project Phoenix (Oddział New Jersey Instytucji o nazwie Mental Health and the Federal Emergency Management Agency [Zdrowie Umysłowe i Agencja Federalna Kierowania Nagłymi Przypadkami); the United Way; the New Jersey Department of Human Services and the Division of Mental Health [Wydział Spraw Ludzkich i Zdrowia Umysłowego] oraz z dotacji od Substance Abuse Mental Health Services [Opieka Zdrowotna Dotycząca Nadużywania Środków Odurzających]. Dodatkowe źródło pieniędzy pochodzi z dotacji dla poszkodowanych w wyniku 11 września z American Red Cross Liberty Disaster Relief Fund [Fundusz Czerwonego Krzyża – Liberty].

Spis Treści

CZEŚĆ I – Podstawowe informacje i usługi społeczne

Usługi w nagłych wypadkach

2-1-1 Infolinia pomocy w sprawach nie nagłych

Tłumacze i wasze prawa

W jaki sposób rozmawiać z agencjami i otrzymać to, co Wam potrzebne

Internet – Sieć Ogólnoświatowa (World Wide Web) – dostęp publiczny

Podstawowe informacje na temat opieki medycznej

Podstawowe sprawy po przyjeździe: Bankowość, Karta Ubezpieczenia Społecznego (Social Security Card)

Podstawowe informacje dotyczące poradnictwa

Sposób radzenia sobie ze stresem i urazami, pomaganie dzieciom, gorące linie i grupy wspierające

Pomoc dla poszkodowanych po 11 września

Prawo jazdy

Bezpieczeństwo na drogach

Angielski jako język obcy

Zatrudnienie – źródła

Fakty dotyczące seniorów

Wydział do Spraw Młodzieży i Usług dla Rodzin (Department of Youth and Family Services)

System szkolny dla dzieci

Jak zostać obywatelem Stanów Zjednoczonych

Zapomogi społeczne w New Jersey

Przygotowanie do kataklizmów

Informacje prawne/wstęp

*NOTATKA DOTYCZĄCA KORZYSTANIA Z MATERIAŁÓW W NINIEJSZYM PRZEWODNIKU

W niniejszym przewodniku znajdziecie Państwo różnorodne rodzaje informacji, takie jak adresy i numery telefonów, ale zamieściliśmy tu też wiele elektronicznych źródeł z Internetu lub Ogólnoświatowej Sieci (World Wide Web). Jeśli zobaczycie Państwo tekst wyglądający w następujący sposób <http://www.iinj.org> to jest to tzw. „połączenie” („link”) lub „adres sieciowy” lub „witryna”. Wiele tematów w niniejszym przewodniku zawiera takie „połączenia” do innych witryn internetowych, gdzie możecie Państwo znaleźć duże ilości dodatkowych informacji, takich jak formularze, bardziej dokładne dokumenty oraz dokonać dalszych poszukiwań.

Jeśli jesteście Państwo nowicjuszami w zakresie korzystania z komputerów i internetu, proszę przejrzeć rozdział zatytułowany „Internet – Ogólnoświatowa sieć” na stronie 24 tego poradnika, aby zasięgnąć podstawowych informacji dotyczących sposobu połączenia się z internetem na komputerze, darmowego szkolenia komputerowego i miejsc, w których można korzystać z internetu gratisowo.

Niniejsza Publikacja Została Przygotowana Przez:



Międzynarodowy Instytut w New Jersey International Institute of New Jersey

Międzynarodowy Instytut w New Jersey jest organizacją o charakterze niezarobkowym, która pomaga osobom nowoprzyjeźdźcom do Stanów Zjednoczonych przystosować się do społeczeństwa USA. Międzynarodowy Instytut w New Jersey działa już od ponad stu lat i zgromadził szeroką wiedzę o zróżnicowanych kulturach ludności New Jersey. Utrzymujemy również kontakty z przewodnictwem ludzi pracy z różnych etnicznych społeczności. Wykorzystujemy tę wiedzę oraz kontakty, aby służyć pomocą na różne sposoby.

1. Międzynarodowy Instytut zapewnia szereg usług w zakresie niesienia pomocy osobom starającym się o azyl, azylantom, uchodźcom i innym imigrantom. Choć wiele naszych usług jest finansowanych z dotacji, co ogranicza zakres usług do specyficznych statusów imigracyjnych, zachęcamy klientów do telefonicznego skontaktowania się z nami, aby dowiedzieć się czy i w jaki sposób możemy im pomóc.
2. Służymy też jako pomoc dla innych organizacji, które zajmują się osobami nowoprzybyłymi do USA.
3. Propagujemy ogólne zrozumienie kulturowe w społeczeństwie oraz pracujemy nad wznoszeniem mostów porozumienia pomiędzy ludźmi o zróżnicowanej przeszłości.

1-201-653-3888 – Centrum Poradnictwa, Porady Prawne, Przesiedlenie Uchodźców, Zatrudnienie

Usługi i Informacja w Sytuacjach Krytycznych

System telefoniczny 9-1-1

W przypadku zagrożenia życia wskutek ataku lub nagłej potrzeby medycznej – proszę podnieść słuchawkę i przycisnąć 9 następnie 1 i ponownie 1. Proszę poczekać aż ktoś odpowie i powiedzieć tej osobie co się stało. Proszę podać swój adres i powiedzieć co Państwu potrzeba. Numer pogotowia 911 jest zdolny pójść śladem rozmowy telefonicznej i odnaleźć Państwa adres. Wystarczy powtarzać słowo „Help” („na pomoc”) i **PROSZĘ NIE ODKŁADAĆ SŁUCHAWKI!**

Gdy zatelefonujecie Państwo na numer 9-1-1, zostajecie połączeni z najbliższym pogotowiem w okolicy. Telefonist(k)a może wtedy zawiadomić straż pożarną, policję, załogę medyczną lub inne jednostki.

Nagłe wypadki zatrucia

Jeśli wasze dziecko przypadkowo weźmie substancje toksyczne do ust lub zatrze nimi oczy – proszę zatelefonować na numer: 1-800-222-1222 w celu uzyskania natychmiastowej pomocy. Równocześnie ktoś powinien zatelefonować na numer 9-1-1.

Numery telefonów pogotowia powinny znajdować się obok telefonu.

Dobrze byłoby umieścić niniejszą stronę obok telefonu. W krytycznej sytuacji trudno jest myśleć w sposób trzeźwy i opanowany. Powinni Państwo również dowiedzieć się jaki jest numer miejscowego posterunku policji, aby móc tam zatelefonować, w sytuacjach nie zagrażających życiu, ale gdy potrzebna jest Państwu pomoc. Dobrze jest też umieścić obok telefonu numer najbliższego szpitala i staży pożarnej.

2-1-1 Infolinia Pomocy w Sprawach nie Nagłych

Poprzedni rozdział zawierał informacje dotyczące ubiegania się o pomocy w sytuacjach nagłych. Jeśli potrzebujesz pomocy, a NIE jest to nagły przypadek, możesz taką pomoc otrzymać. W wielu sytuacjach odszukanie właściwej informacji jest kluczem do rozwiązania problemu. Jest wiele miejsc oferujących pomoc, ale znalezienie właściwego miejsca mogącego rozwiązać konkretny problem często bywa trudne. Przewodnik ten zawiera wszechstronne informacje dotyczące różnych usług. Nie zawiera on jednak wszystkich informacji na każdy temat mogących Ciebie zainteresować, ani nie zawiera też każdej instytucji mogącej Ci pomóc.

Jeżeli potrzebujesz pomocy w sprawach ludzkich, zdrowotnych, środowiskowych lub pomocy rządowej wykręć 2-1-1. 2-1-1 to łatwy do zapamiętania numer telefonu, który udzieli Ci informacji o tym gdzie zwrócić się i jak ubiegać się o różne programy pomocy społecznej w Twojej okolicy.

2-1-1 udziela potrzebnej Ci informacji telefonicznej przy pomocy tłumacza. W celu uzyskania więcej informacji o to jak ubiegać się o tłumacza przeczytaj następny rozdział tego przewodnika „Tłumacze a Twoje prawa”.

2-1-1 działa całą dobę i można go wykręcić z telefonu stacjonarnego lub komórkowego. Rozmowy są bezpłatne i tajne. Telefoniści udzielają informacji dzwoniącym na różne tematy takie jak:

- Źródła Podstawowych Potrzeb Ludzkich: banki żywności, odzież, schroniska, pomoc w płaceniu czynszu i świadczeń.
- Źródła Pomocy Zdrowotnej Fizycznej i Umysłowej: programy ubezpieczenia zdrowotnej, zdrowie macierzyńskie, infolinie medyczne, interwencja w czasie kryzysu, grupy wspierające, poradnictwo, interwencja i rehabilitacja do spraw narkotyków i alkoholu.
- Pomoc w Sprawach Pracy: pomoc finansowa, kształcenie zawodowe, pomoc w dojeździe do pracy, programy szkoleniowe.
- Pomoc w Sprawach Dzieci, Młodzieży i Rodziny: opieka nad dziećmi, programy pozaszkolne, Head Start [program dla rodzin ubogich], centra pomocy rodzinom, obozy letnie i programy rekreacyjne, mentoring i korepetycje.

Tłumacze i Wasze prawa

W roku 1964 wszedł w życie przepis krajowy nazwany Rozdziałem VI Ustawy o Prawach Obywatelskich (Title VI of the Civil Rights Act). Prawo to chroni ludzi przed dyskryminacją ze względu na ich rasę, kolor lub narodowość (lub używany język) w programach i działalnościach, które otrzymują federalną pomoc finansową.

Oznacza to, że jeśli przysługuje komuś Medicaid, czy inny rodzaj usług medycznych lub społecznych, usług takich nie wolno danym osobom odmówić za względu na ich rasę, kolor, pochodzenie narodowe czy język, którym się posługują. Prawo to dotyczy wszystkich agencji lub instytucji świadczących usługi, które otrzymują fundusze od rządu federalnego.

Do niektórych instytucji lub programów, do których stosuje się Rozdział VI należą: System sądownictwa i przesłuchań, szkoły państwowe, zakłady opieki, programy opieki społecznej, domy opieki dla starszych, agencje adopcyjne, szpitale, centra opieki dla dzieci, instytucje zdrowia psychicznego, centra dla seniorów, Medicaid i Medicare, kliniki i placówki zdrowia rodzinnego, placówki zajmujące się leczeniem uzależnień od alkoholu i narkotyków itp..

Język

W praktyce oznacza to, że instytucje otrzymujące federalne fundusze zobowiązane są upewnić się, że nie jesteście Państwo dyskryminowani dlatego, że używacie języka innego niż język angielski. Muszą dążyć wszelkimi staraniami, aby zapewnić Państwu tłumacza w celu zrozumienia posiadanych opcji, zagadnień leczenia i podjęcia decyzji tak samo, jak mogą to uczynić osoby mówiące po angielsku.

Jest to kosztowny wymóg i instytucje w różnym stopniu stosują się do tego przepisu. Macie Państwo prawo poprosić o tłumacza. W dolnym rogu tej strony zamieszczona jest karta, na której podano język którym się Państwo posługujecie i prośba o tłumacza. Możecie Państwo ją wyciąć i nosić przy sobie.

Akty dyskryminacji

Może istnieć wiele form nielegalnej dyskryminacji w oparciu o rasę, kolor, lub pochodzenie narodowe, które często ograniczają możliwości mniejszości do uzyskania jednakowego dostępu do usług. Odbiorca federalnej pomocy finansowej nie może na podstawie rasy, koloru, czy pochodzenia narodowego:

- Odmówić usług, pomocy finansowej lub innych świadczeń zapewnianych przez programy zdrowotne lub społeczne.
- Zapewniać innych usług, pomocy finansowej lub innych korzyści, lub zapewniać je w inny sposób niż jest to czynione stosunku do innych osób w zakresie tego samego programu.
- Segregować czy oddzielnie traktować osób w każdej sprawie mającej związek z otrzymaniem jakichkolwiek usług pomocy finansowej czy świadczeń.

Składanie skarg i władze wykonawcze.

Biuro Praw Obywatelskich (Office of Civil Rights – OCR) i Wydział Zdrowia i Usług Społecznych USA (U.S. Department of Health and Human Services – DHHS) zajmują się wprowadzaniem w życie Rozdziału VI oraz innych praw obywatelskich. W celu uzyskania informacji na temat sposobu składania skarg dotyczących dyskryminacji lub w celu uzyskania informacji o naturze praw obywatelskich proszę zaglądnąć do prawnej części niniejszego przewodnika lub skontaktować się z OCR (poniżej). Pracownicy OCR dołożą wszelkich starań aby zapewnić Państwu niezwłoczną pomoc.

Krajowe “gorące linie”: 1-800-368-1019 (głos) 1-800-537-7697 (TDD – dla osób głuchych)

Wydział Zdrowia i Usług Społecznych USA – Biuro Praw Obywatelskich (U.S. Department of Health and Human Services - Office for Civil Rights)
Washington, D.C. 20201 - (202) 619-0403

E-Mail: ocrmail@hhs.gov i Witryna: <http://www.hhs.gov/ocr>

Witryna zawiera informacje i formularze w językach: hiszpańskim, tagalog, rosyjskim, koreańskim, chińskim, wietnamskim i polskim

Lokalne władze wykonawcze

New Jersey/New York Biuro Praw Obywatelskich (Office for Civil Rights)

Wydział Zdrowia i Usług Społecznych USA (U.S. Department of Health & Human Services)

26 Federal Plaza - Suite 3313, New York, NY 10278 (212) 264-3313;(TDD) (212) 264-2355); FAX (212) 264-3039

I speak **POLISH**.
Please provide me with an
interpreter in accordance with
Title VI.
Thank you.

W jaki sposób Rozmawiać z Agencjami i Otrzymać to, co Wam Potrzebne

W USA oczekuje się, że osoby zadające pytania w celu uzyskania informacji będą to robić w sposób zdecydowany aczkolwiek dyplomatyczny. Oczywiście dobre maniere są ważne, ale różnią się w zależności od kultury. Kilkakrotne próby i miły ton głosu posuną sprawy do przodu o wiele lepiej niż kłótnie czy zaniechanie usiłowań.

Wskazówki dotyczące wizyt w agencjach

1. Należy zebrać dużo numerów telefonów i nazwisk pracowników przed pójściem lub telefonowaniem
2. Należy mieć dokumenty, listy, papiery przy sobie. Proszę powoływać się na nie w trakcie rozmowy np.: „W liście, który wysłano do mnie 12 stycznia... itd..”
3. Jeśli telefonujecie Państwo lub idziecie osobiście do do agencji rządowej lub prywatnej otrzymującej fundusze federalne, macie prawo poprosić o tłumacza

Możecie mieć Państwo przy sobie kartę z napisem: „I speak Polish, I will wait while you access a trained interpreter” („Mówię po polsku, poczekam aż będziecie mieć dostęp do przeszkolonego tłumacza”)

Proszę nauczyć się mówić w języku angielskim: „I do not speak English. I speak Polish” („Nie mówię po angielsku. Mówię po polsku”)

* Jeśli będziecie mieć Państwo jakieś problemy, proszę skorzystać z karty zawartej w niniejszym poradniku, aby złożyć raport na agencje nie stosujące się do federalnych przepisów. **PROSZĘ JĄ WYSŁAĆ!** Albo proszę się zwrócić do Międzynarodowego Instytutu w NJ (International Institute of NJ) o pomoc w złożeniu skargi.

4. Proszę powtórzyć otrzymaną informację, aby sprawdzić czy zrozumieliście Państwo poprawnie. Jeśli zostaniecie Państwo poinformowani, że coś musicie zrobić, proszę zapytać od czego i gdzie zacząć, skąd otrzymać pomoc i jakie podjąć kroki.
5. Jeśli rozmawiacie z jakąś osobą, proszę zapisać jej nazwisko i zanotować treść swoich pytań i otrzymanych odpowiedzi. Jeśli dana osoba nie może Państwu pomóc, proszę poprosić o rozmowę z przełożonym. Zawsze można zapytać o „biuro lub wydział skarg i wniosków”, gdzie będziecie Państwo mogli przedstawić swoją sytuację.
6. Dobrze jest zatelefonować lub przyjść więcej niż jeden raz, próbując otrzymać informację od więcej niż jednej osoby. Kiedy otrzymacie Państwo potrzebne informacje, proszę zanotować fakty, nazwisko osoby, z którą rozmawialiście oraz datę i godzinę wizyty. Okaze się to przydatne, jeśli informacje udzielone wam przy kolejnej okazji będą inne.

Proszę zachować notatki z rozmów wraz z listami i innymi dokumentami

Na przykład:

- a. 6 lipca, 2003, zatelefonowałem na 1-800-701-0170 rozmawiałem z „Julią”, która kazała mi czekać 5 minut, gdy powiedziałem: „Mówię po francusku”. Przyszedł tłumacz i rozmawialiśmy o tym jak złożyć podanie. Julia powiedziała mi, aby pójść do biura na.....z następującymi dokumentami.....
- b. 8 lipca, 2003 poszedłem do biura z moją kartą ubezpieczenia społecznego (social security card), i usiłowałem się zapisać. „Mark Brown” pomagał mi, ale nie mógł zapewnić francuskiego tłumacza. Powiedział, żeby przyjść jutro.
- c. 9 lipca, 2003, przyjechałem do biura Marka Browna z dokumentami, tłumacz pomógł mi wypełnić formularze. Zapytałem kiedy będzie wiadomo. Mark brown powiedział, że powinienem otrzymać list w ciągu 4 tygodni i wtedy wrócić z nim do jego biura

Zawsze, kiedy nosicie Państwo ze sobą ważne dokumenty, proszę zrobić z nich komplet kopii i trzymać go w bezpiecznym miejscu na wypadek, gdyby oryginały zginęły lub uległy uszkodzeniu.

INTERNET – Sieć Ogólnoswiatowa (World Wide Web)

Istnieje nieskończenie wielka ilość informacji, do których możecie mieć Państwo dostęp korzystając z internetu nazywanego „Siecią Ogólnoswiatową” („World Wide Web”), a do których dostęp może zaoszczędzić Wam wiele czasu, wysiłku i pieniędzy. Internetu można używać w celach naukowych, badawczych, jako sposobu kontaktowania się z rodziną i znajomymi oraz dla rozrywki. Jest szalenie ważne, aby wiedzieć jak korzystać z niego w sposób bezpieczny dla siebie i dla swoich dzieci. Poniżej znajdziecie Państwo podstawowe informacje o tym jak zacząć. Proszę się nie obawiać, że może to być za trudne i proszę nie czuć skrępowania wobec komputerów – to maszyny, tak jak inne, jak np. kalkulator, i można nauczyć się nimi posługiwać korzystając z porad i nabierając wprawę.

Niektóre często używane wyrażenia internetowe:

Internet: Największa sieć komputerowa na świecie, łącząca miliony komputerów, pozwalająca ludziom porozumiewać się i wymieniać informacje. Sieć to grupa dwóch lub więcej komputerów, których systemy są połączone.

Aby połączyć się z internetem potrzebny jest **modem i przeglądarka sieciowa** (oprogramowanie lub inaczej program komputerowy, którego używa się do poruszania się w Sieci Ogólnoswiatowej i oglądania witryn i stron internetowych. Dla przykładu „Internet Explorer” lub „Netscape Navigator”), w które komputer jest zwykłe wyposażony. Będzie Państwu również potrzebny Dostawca Usług Internetu (Internet Service Provider – ISP). ISP to przedsiębiorstwa które zapewniają dostęp do internetu. (Większość publicznych komputerów w pracy czy w bibliotekach posiada już ISP, więc nie ma potrzeby, żebyście Państwo za niego płacili czy sami się do niego podłączali.

Jeśli posiadacie Państwo komputer w domu, możecie zakupić oprogramowanie od ISP za miesięczną opłatą (i wstępną opłatą aktywacji). Niektóre przedsiębiorstwa będące dostawcami (ISP) to: AOL – America Online, Earthlink, lub Netzero.

Strony i witryny internetowe: Zbiór stron o tym samym adresie (URL) nazywany jest witryną (web site). Pierwsza strona jest nazywana „stroną wyjściową” („home page”). Stamtąd można przejść na inne strony witryny używając **odnośników** („**hyperlinks**”) lub **łączników** („**links**”), które zwykle są podkreślone i ich tekst ma inny kolor. Można na nie „kliknąć” tj. przycisnąć klawisz myszy i w ten sposób zobaczyć inną stronę (instrukcje używania „myszy” są w dalszej części niniejszego poradnika).

Wyszukiwarka (search engine): witryna, która umożliwia znalezienie stron internetowych w całej sieci poprzez wpisanie słów kluczowych. Gdy wpisze się słowo kluczowe, wyszukiwarka przegląda bazę danych i następnie pokazuje listę stron, na których dane słowo występuje.

E-mail: Poczta elektroniczna czyli poczta wysyłana z jednego komputera do drugiego. Można wysłać i otrzymywać pocztę zakładając rachunek w sieci za darmo (na przykład <http://www.hotmail.com> lub <http://mail.yahoomail.com>) albo używając innego programu poczty elektronicznej na swoim komputerze np. Microsoft Outlook.

Jak zacząć się uczyć używania internetu/Sieci Ogólnoswiatowej:

Do podstawowych umiejętności, jakie należy posiadać przed połączeniem z internetem należą podstawy pisania na klawiaturze, umiejętność posługiwania się „myszą” czyli urządzeniem przyłączonym do komputera, które znajduje się na biurku i można nim poruszać za pomocą dłoni, tak, aby strzałka na ekranie wskazywała na różne miejsca na stronie internetowej.

W celu popatrzenia na daną stronę w sieci ogólnoswiatowej, używa się przeglądarki sieciowej do „odnalezienia” tej strony. Można to zrobić na kilka sposobów, na przykład:

- Wpisać adres (URL), jak na przykład: <http://www.iinj.org> do przeglądarki (proszę zobaczyć „Zasady Ogólne” – poniżej)
- „kliknąć” na łącznik na jednej ze stron, aby przejść na inną stronę
- „kliknąć” na „łącznik” na jednej ze stron, odsyłający na inną stronę internetową.

Te wyrażenia odnoszą się do oddziaływania na klawisze na myszy. „Kliknięcie” odnosi się do przyciśnięcia lewego klawisza myszy i następnie puszczenia go. Należy przesunąć kursor (wąską strzałkę na ekranie) we właściwe miejsce na monitorze komputera i zatrzymać tam zanim się przycisnie („kliknie”) klawisz.

„Podwójne kliknięcie” odnosi się do przyciskania i puszczenia lewego klawisza myszy dwa razy szybko jeden raz za drugim. Należy uważać aby pomiędzy jednym i drugim przyciśnięciem nie ruszyć myszy z miejsca (jeśli jesteście Państwo nowicjuszami to może to wymagać praktyki).

„Prawe kliknięcie odnosi się t otej samej czynności, ale używając klawisza po prawej stronie myszy. Należy zatrzymać mysz w jednym miejscu i przycisnąć, a następnie puścić prawy klawisz.

Wskazówki dotyczące używania internetu :

*** Należy pamiętać że osoby podłączone do internetu mogą być kimś zupełnie innym niż osoba, za którą się podają. Proszę pamiętać, że nie wszystko, co widzi się w internecie musi być zgodne z prawdą.**

Proszę być szalenie ostrożnymi wobec witryn, które wyglądają prawdziwie, ale w rzeczywistości są tylko reklamami produktów lub usług. Należy bardzo uważać i kontrolować jakie witryny są odwiedzane przez dzieci. Rekomenduje się, aby rodzice lub inne odpowiedzialne osoby sprawdzały na co dzieci patrzą w internecie i próbowały kontrolować do kogo dzieci wysyłają elektroniczną pocztę lub z kim „rozmawiają” w sieci.

Nie należy **nigdy** podawać informacji identyfikujących, takich jak adres domowy, nazwa szkoły czy numer telefonu, chyba że dokonuje się zakupu poprzez internet z przedsiębiorstwa, wobec którego nie macie Państwo obaw.

Nie wolno **nigdy** zaaranżować osobistego spotkania z kimś, kogo zna się tylko poprzez komputer, bez zgody rodziców lub opiekunów.

Nie należy **nigdy** odpowiadać na wiadomości o dwuznacznym charakterze, które są nieprzyzwoite, wyrażają groźby lub wprawiają w zakłopotanie.

Podrecznik dla osób, które nigdy wcześniej nie korzystały z internetu:

* proszę zwrócić się do kogoś o pomoc w połączeniu z tą witryną, a później postępować/g wsazówek na ekranie <http://northville.lib.mi.us/tech/tutor/welcome.htm>

Gdzie można korzystać z internetu za darmo lub za drobną opłatą:

Niektóre biblioteki udzielają darmowych lekcji z obsługi komputerów lub dysponują książkami, taśmami wideo lub nagraniami na temat obsługi komputera i korzystania z internetu. Przed wizytą w bibliotece zawsze warto spróbować zatelefonować do lokalnej biblioteki i poprosić bibliotekarza o więcej informacji. Pracownicy biblioteki zwykle bardzo życzliwi i chętnie pomagają w znalezieniu innych informacji na wiele różnych tematów, więc proszę pamiętać, aby zapytać (lub niech ktoś dla Państwa zapyta) czy biblioteka posiada materiały w innych językach. Należy zawsze odwiedzić najpierw bibliotekę w swojej własnej miejscowości lub mieście, gdyż niektóre usługi są dostępne tylko dla rezydentów. Proszę sprawdzić numer telefoniczny lokalnej biblioteki w książce telefonicznej („Żółte strony” – Yellow Pages). Lista wszystkich bibliotek w New Jersey znajduje się na witrynie internetowej <http://publiclibraries.com/newjersey.htm>

Opieka Lekarska

Ubezpieczenie chorobowe: W przeciwieństwie do wielu innych uprzemysłowionych krajów, USA nie posiada narodowego systemu ubezpieczeń chorobowych. Jeśli ktoś nie ma ubezpieczenia i zachoruje to jest odpowiedzialny za pokrycie wszystkich opłat za leczenie, które jest w USA kosztowne. Jeśli choroba obemuje pobyt w szpitalu, koszty mogą osiągnąć wartości pięciocyfrowe. Ubezpieczenie chorobowe pomaga w pokryciu tych ogromnych i często niespodziewanych kosztów. Można otrzymać ubezpieczenie poprzez swój uniwersytet lub pracę, albo można złożyć podanie o ubezpieczenie dotowane przez rząd (takie jak Medicaid, NJ Kid Care/NJ Family Care, Charity Care). To, czy dana osoba zostanie zakwalifikowana zależy od dochodów, statusu imigracyjnego, ilości osób na utrzymaniu. Jeśli utraci się pracę, która oferowała ubezpieczenie, istnieje plan, który pozwala na kontynuowanie ubezpieczenia przez jakiś czas, poprzez samodzielne opłacanie miesięcznych składek (o nazwie COBRA <http://cobrainurance.com> - pracodawca powinien Państwa o tym poinformować).

Prawo do opieki w nagłych wypadkach: Wszyscy imigranci mają prawo do leczenia jeśli zajdzie nagłą potrzeba medyczna. Osoby nieubezpieczone, imigranci bez dokumentów, oraz osoby, które posiadają wizy nie-immigracyjne mają takie same prawa do pomocy w nagłych wypadkach jak wszyscy inni. Każda osoba w nagłej potrzebie medycznej ma prawo do karetki pogotowia (transportu w krytycznej sytuacji medycznej), bez względu na status migracyjny lub możliwość wniesienia opłaty. Karetkę pogotowia można przywołać dzwoniąc na 911. Podanie o Medicaid lub Charity Care (patrz poniżej) można złożyć będąc w szpitalu, lub czasem można zostać skierowanym do lokalnego biura opieki społecznej. Imigranci, z nieudokumentowanymi włącznie, którzy nie kwalifikują się do przyznania Medicaid, mogą złożyć podanie o Charity Care – opiekę darmową lub za obniżoną opłatą. Nie pokrywa ona wszystkiego – powinniście Państwo zadać więcej pytań na ten temat.

Prawo do opieki w innych, nie-nagłych sytuacjach: Wszyscy nieubezpieczeni rezydenci New Jersey włącznie z nieudokumentowanymi mogą otrzymać opiekę zdrowotną z Federalnie Upoważnionych Centrów Zdrowia w New Jersey (New Jersey's Federally Qualified Health Centers) (wymienione poniżej). Te instytucje medyczne nie powinny odprawić pacjentów, którzy nie mogą zapłacić za opiekę, nawet jeśli stan pacjenta nie jest nagły.

Możliwość opłat w/g zredukowanych stawek: W oparciu o możliwości pacjenta co do odpłatności, centra zdrowia otrzymujące fundusze federalne oferują opiekę po obniżonych stawkach, które nazywa się czasem „obniżającą się skalą” lub „umową gratisową”. Wszystkich pacjentów prosi się o wpłacenie rozsądnej i godziwej sumy na rzecz ich opieki.

Możliwość opłat – społeczne ubezpieczenie chorobowe: Większość imigrantów o niskich dochodach może korzystać z Medicaid, NJKidCare i innych programów społecznego ubezpieczenia chorobowego, aby opłacić koszty opieki lekarskiej. Podania o przyznanie społecznego ubezpieczenia chorobowego można składać w lokalnym Biurze Opieki Społecznej Hrabstwa (Local County Welfare Office).

Federalnie Upoważnione Centra Zdrowia w New Jersey (New Jersey's Federally Qualified Health Centers) (zobowiązane są do udzielenia pomocy w nie nagłych sytuacjach wszystkim nieubezpieczonym rezydentom New Jersey – nawet nieudokumentowanym i tym, którym wygasło pozwolenie na pobyt.)

Atlantic County –

AtlanticCare Health Services – 609-412-8969

Camden County -

CAMcare Health Corporation - 856-343-6110

Cumberland County -

Community Health Care, Inc. - 856-451-4700

Essex County -

Newark Community Health Centers– 973-483-1300, Newark Homeless Health Care Project– 973-733-5300

Hudson County -

Horizon Health Center– 201-451-6300, North Hudson Community Action Corp Health Center– 201-866-9320, Jersey City Family Health Center– 201-946-6457

Mercer County - H.J.Austin Health– 609-989-3599

Middlesex County -

Eric B. Chandler Health Center - 732-235-6963, Jewish Renaissance Medical Center – 732-293-0135

Monmouth County –

Family Health Center – 732-923-7420

Ocean County –

Ocean Health Initiatives Inc – 732-886-4809

Passaic County -

Paterson Community Health Center– 973-278-2600

Union County - Plainfield Health Center – 908-753-4601

Atlantic & Salem Counties -

Southern Jersey Family Medical Centers– 609-567-0200, Atlantic Health Initiatives - 609-343-6110

Monmouth County - VNA of Central Jersey Community Health Center– 732-774-6333

Dokładne informacje na temat prywatnego i społecznego ubezpieczenia chorobowego można znaleźć na stronach internetu:

Immigration Law Weekly:

http://www.ilw.com/immigrants/life/relocation/Health_Insurance.html

Legal Services of NJ website:

<http://www.lsnjlaw.org/english/healthcare/index.cfm>

New Jersey Family/Kid Care:

<http://www.njfamilycare.org>

Private website:

<http://www.lifeintheusa.com/medical/index.html>

New Jersey Department of Health:

<http://www.state.nj.us/health/>

Podstawowe Informacje Dotyczące Poradnictwa.

Często odczuwamy w życiu potrzebę, aby ktoś z nami porozmawiał. Na tym polega poradnictwo: to ktoś kto Państwa wysłucha. Oczywiście wielu z nas ma osoby, które są gotowe wysłuchać naszych trosk i problemów prawie każdego dnia – rodziny i znajomych, przewodnika religijnego lub troskliwego sąsiada. Czasem to jednak okazuje się niewystarczające. Istnieje wiele korzyści wynikających z możliwości porozmawiania z kimś spoza kręgu najbliższej rodziny i przyjaciół.

- Nie musicie się Państwo obawiać, że ich zdenerwujecie
- Nie będą oni osądzali tego co zrobiliście
- Wszystko co Państwo powiecie będzie zachowane w tajemnicy – doradca nie wyjawia tego nikomu

Państwa doradca spróbuje:

- Wysłuchać uważnie tego, co Państwo macie do powiedzenia
- Pomóc w uporządkowaniu uczuć i strapiień
- Pomóc w wypracowaniu przez Państwa **własnych** rozwiązań istniejących problemów i wspomagać Państwa.

Bardzo ważnym jest, aby pamiętać, że pójście do doradcy

- Nie jest oznaką słabości
- Nie znaczy, że ktoś jest „pomyłony” lub „chory psychicznie”

Dla wielu osób decyzja pójścia do doradcy jest pierwszym krokiem dającym im poczucie przejęcia kontroli nad własnym życiem. Niektóre problemy emocjonalne nie znikną jeśli będziemy je ignorować. Ukrywanie lub powstrzymywanie silnych uczuć może być powodem problemów ze zdrowiem fizycznym, takich jak brak wystarczającej ilości snu, bóle głowy, bóle ciała i brak energii. Może również prowadzić do niezdrowych zachowań jak nadużywanie narkotyków i alkoholu, zaburzeń w odżywianiu i destrukcyjnych uzależnień.

Możecie Państwo być ciekawi...

„Czym jest psychologia?” „Kim są Psychologowie?”

„Jaka jest różnica pomiędzy psychologami i psychiatrami?”

Psychologia zajmuje się studiowaniem ludzi: tego jak myślą, jak się zachowują, reagują i oddziałują na siebie wzajemnie. Psychologia zajmuje się wszelkimi aspektami zachowań oraz myśli, uczuć i motywacji leżących u podstaw tych zachowań. Jest to dziedzina, która ma do czynienia z normalnym funkcjonowaniem mózgu i bada takie zagadnienia jak nauka, pamięć i rozwój psychiczny dzieci. Większość doradców posiada częściowe wykształcenie z psychologii.

Psychiatria zajmuje się studiowaniem zaburzeń umysłowych, ich diagnozą, sposobami kontrolowania i zapobiegania.

Psychologowie posiadają uniwersyteckie tytuły doktorów (Dr. Med. lub Dr. Psych.) w dziedzinie zachowań ludzkich podczas, gdy psychiatrzy są uprawnionymi lekarzami, którzy zostali przeszkoleni w zakresie diagnozowania i leczenia chorób (przez przepisywanie recept na lekarstwa) przyjmujących bardziej ekstremalne formy niewydolności umysłowej. Od psychologa nie wymaga się takiego samego przeszkolenia medycznego jak od psychoterapeuty.

Co to jest psychoterapia?

Psychoterapia jest stosowana na wiele różnych sposobów. Istnieją sposoby pomagania ludziom w uporaniu się ze stresami, problemami emocjonalnymi, problemami we wzajemnych związkach lub kłopotliwymi nawykami.

Przykłady obejmują:

- Indywidualne (tj. „w cztery oczy”) sesje pomiędzy pacjentem i terapeutą
- Terapia dla małżeństw/par jest przeznaczona dla dwojga związanych ze sobą partnerów -- prowadzona oddzielnie dla każdego lub razem
- Psychoterapia rodzinna przeznaczona jest dla rodziców i dzieci w celu uporania się z zagadnieniami wewnątrz rodziny.

Terapia grupowa

Zamiast spotkań z terapeutą w „cztery oczy”, grupa ludzi spotyka się z terapeutą lub dwoma terapeutami pracującymi razem, na dłuższych sesjach (zwykle na dwie godziny tygodniowo). Członkowie grupy odnoszą korzyści ze wzajemnego wsparcia i poznają siebie samych poprzez doświadczenia innych. ***** W celu uzyskania informacji na temat grup wzajemnego wsparcia, do których moglibyście Państwo dołączyć lub w jaki sposób zorganizować grupę w swoim środowisku, proszę przeczytać „Grupy Wzajemnego Wsparcia” w dalszej części tego rozdziału.**

Bardzo ważnym jest, aby można było zaufać swojemu terapeutce i przedstawić mu niejednokrotnie bardzo prywatne myśli i uczucia. To powinno być jednym z tematów omówionych przy pierwszym spotkaniu, abyście Państwo mieli całkowitą jasność co do zasad i procedury stosowanej przez Waszego terapeutę w sprawie poufności.

Tak samo, jak w przypadku każdego innego rodzaju lekarza, jest całkowicie na miejscu, aby poświęcić trochę czasu na znalezienie takiego doradcy, psychologa czy psychiatry, który jest dla Państwa odpowiedni. Czasem po odbyciu pierwszej sesji możecie Państwo odczuć, że dany doradca nie odpowiada waszym potrzebom. Proszę pamiętać, że jest wiele rodzajów doradców i powinno być możliwe znalezienie takiego, przy którym będziecie się Państwo czuć wygodnie i bezpiecznie.

Naturalne jest uczucie niepokoju w stosunku do czegoś nowego. Dlatego ważną sprawą jest, aby się spotkać, przedyskutować wszelkie obawy, i zadać pytania przed podjęciem ostatecznej decyzji. Zapytajcie Państwo terapeutę jakiego rodzaju przeszkolenie otrzymał, kto jest jego zwierzchnikiem i jakim zasadom etycznym się podporządkowuje.

Osoby którym potrzebne jest poradnictwo lub inne usługi w zakresie zdrowia psychicznego mogą otrzymać różnorodne formy pomocy poprzez społeczny system zdrowia psychicznego. Po pierwsze należy zatelefonować do środowiskowej agencji zdrowia psychicznego w celu zamówienia wizyty. Jest wiele agencji zdrowia psychicznego wymienionych na liście w książce telefonicznej na tzw. „żółtych stronach” (Yellow Pages) pod hasłem Usługi w Zakresie Zdrowia Psychicznego (Mental Health Services).

Można też zatelefonować do lokalnego Biura Administracji Zdrowia Psychicznego w Hrabstwie (County Mental Health Administrator’s Office) (wymienione w/g hrabstw poniżej) w celu zlokalizowania pobliskiej agencji. *** Należy zdawać sobie sprawę, że w większości z tych agencji można się porozumieć tylko po angielsku, więc byłoby najlepiej, aby ktoś inny wpierw zatelefonował, jeśli język stanowi problem.** Agencje te, wspomagane przez Stan nie odmawiają usług, nawet jeśli nie jesteście Państwo w stanie zapłacić za te usługi. W oparciu o możliwości finansowe pacjenta, placówki zdrowia psychicznego finansowane przez Stan i rząd USA oferują opiekę po obniżonych stawkach, które nazywa się czasem „obniżającą się skalą” lub „umową gratisową”. Wszystkich pacjentów prosi się o wpłacenie rozsądnej i godziwej sumy na rzecz ich opieki.

Proszę skontaktować się z poniższym Biurem Administracji Zdrowia Psychicznego w Hrabstwie w celu zdobycia informacji o miejscach, w których można otrzymać pomoc w danym hrabstwie. **Pod tymi numerami można się skontaktować z kierownikami administracyjnymi poszczególnych hrabstw w celu uzyskania informacji o miejscu usług – to nie są bezpośrednie numery do doradców.**

<p>Atlantic (South) - Sally Williams Administrator 101 South Shore Road, Northfield, NJ 08225 (609) 645-7700 x 4307 E-mail: wiliams_sally@aclink.org</p>	<p>Burlington (South) - Elda Goss 795 Woodlane Rd. P.O. Box 6000, West Ampton, NJ 08060 (609) 265-5545 E-mail: egos@co.burlington.nj.us</p>
<p>Camden (South) - Charles Steinmetz, CPAC/HSC 6981 North Park Drive East Suite 309-310 Pennsauken, NJ 08109 (856) 663-3998 E-mail: csteinmetz@cpachvi.org</p>	<p>Cape May (South) – Patricia Devaney Cape May Courthouse #4 Moore Road DN 907 Cape May Court House, NJ 08302 (609) 4651-1055 E-mail: Devaneyp@co.cape-may.nj.us</p>
<p>Cumberland (South) Ethan Aronoff County Admin. Building, Department of Health 590 Shiloh Pike Bridgeton, NJ 09302 (856)453-7804 E-mail: njaronoff@msn.com</p>	<p>Gloucester (South) – Kathleen Spinosi Budd Boulevard Complex Route 45 & Budd Boulevard P.O. Box 337 Woodbury, NJ 08096 (856) 384-6870 No E-mail available</p>
<p>Hudson (North) - Jim Gallagher Dept. of Human Services c/o Meadowview Hospital 595 County Avenue, Bldg. 2 Secaucus, NJ 07094 (201) 271-4344 No email available</p>	<p>Essex (North) - Joe Scarpelli, D.C. Essex County Dept. of Health 125 Fairview Avenue, Bldg. 37 Cedar Grove, NJ 07009 (973) 228-8021 E-mail: JPSPDC@aol.com</p>
<p>Hunterdon (Central) – Pamela Pontrelli Dept. of Human Services 8 Gauntt Place P.O. Box 2900, Flemington, NJ 08822 (908) 788-1253 E-mail: humansvc@co.hunterdon.nj.us</p>	<p>Mercer (Central) – Marie Gladney Mercer Co. Division of Mental Health 640 South Broad Street P.O Box 8068, Trenton, NJ 08650 (609) 989-6574/6575 E-mail: mgladney@mercercounty.org</p>
<p>Middlesex (Central) - Lori Dillon Mental Health Administrator Dept. of Human Services JFK Square, 5th Floor New Brunswick, NJ 08901 (732) 745-4518 E-mail: lori.Dillon@co.middlesex.nj.us</p>	<p>Bergen (North) - Michele Hart-Loughlin, Director Division of Mental Health 327 East Ridgewood Avenue, Paramus, NJ 07652-4895 (201) 634-2751 E-mail: mhartlo@co.bergen.nj.us</p>
<p>Monmouth (Central) Charles D. Brown III DHS Building Kozloski Road P.O. Box 3000 Freehold, NJ 07728 (732) 431-7200 E-mail: cbrown@co.monmouth.nj.us</p>	<p>Morris (North) – Laurie Becker Dept. of Human Services 30 Schuyler Place P.O 900 Morristown, NJ 07963 (973) 285-6853 E-mail: laurbeck@hotmail.com</p>
<p>Ocean (Central) - Dept of Human Services 1027 Hooper Ave, Bldg. 2 P.O. Box 2191 Toms River, NJ 08754 (732) 341-5374 No E-mail available</p>	<p>Salem (South) – Isaac Young Salem Co. Mental Health Board 98 Market Street Salem, NJ 08079 (856) 339- 8618 E-mail: iyoung@salemco.org</p>
<p>Somerset (Central) – Pam Mastro Somerset Co. DHS P.O. Box 3000 Somerville, NJ 08876 (908) 704-6302 E-mail: mastro@co.somerset.nj.us</p>	<p>Sussex (North) – Joseph Stapleton c/o Juvenile Detention Center 135 Morris Turnpike Newton, NJ 07960 (973) 948-6000 No E-mail available</p>
<p>Union (Central) - Jim Eddleton Union County Admin. Bldg. Elizabethtown Plaza Elizabeth, NJ 07207 (908) 527-4846 E-mail: jeddeleton@unioncountynj.org</p>	<p>Passaic (North) - Francine Vince Mental Health Department - County Administration Bldg. 317 Pennsylvania Avenue, Paterson, NJ 07503 (973) 225-3700 E-mail: francinev@passaiccountynj.org</p>
<p>Warren (Central) - Shannon Brennan Warren Co. DHS Cummins Build. 202 Mansfield Street Belvidere, NJ 07823 (908) 475-6331 E-mail: sbrennan@co.warren.nj.us</p>	

Narodowy Instytut Zdrowia Psychicznego (National Institute of Mental Health) – jest to organizacja rządowa
<http://www.nimh.nih.gov> [po hiszpańsku <http://www.nimh.nih.gov/publicat/spanishpub.cfm>]

Narodowe Stowarzyszenie Dla Osób Psychiczenie Chorych (National Alliance for the Mentally Ill (NAMI) w New Jersey

<http://www.nami.org> i po hiszpańsku -http://www.nami.org/template.cfm?section=NAMI_en_español

NAMI jest organizacją o charakterze niedochodowym, społecznym, zapewniającą wsparcie, opiekę, pomoc i wstawiennictwo dla rodzin i przyjaciół osób dotkniętych poważną chorobą umysłową. Ta witryna internetowa zawiera różne informacje dotyczące zdrowia psychicznego i różnorodnych programów wspierających. Telefon: (732) 940-0991

Źródła informacji na temat zdrowia psychicznego po hiszpańsku -- -

<http://www.aacap.org/publications/apntsFam/index.htm>

Międzykulturowe Centrum Poradnictwa IINJ (The IINJ Cross-Cultural Counseling Center) może być pomocne z znalezieniu doradcy posługującego się Państwa językiem. 1-201-653-3888.

W celu uzyskania informacji o szeregu usług dostępnych w Państwa środowisku, włącznie z edukacją państwową, informacją dotyczącą rekomendacji oraz poradnictwa, **proszę skontaktować się z 1-877-294-HELP (4357)** <http://www.projectphoenixnj.com/>

Serwis ten będzie obsługiwany od 9:00 rano do 5:00 po południu, od poniedziałku do piątku.

Sposoby Radzenia Sobie ze Stresem i Urazami

(Urazy powstają, gdy osoby doświadczają osobiście lub są świadkami katastrofy, aktu przemocy, napastowania lub innej bardzo denerwujących sytuacji)

Czego spodziewać się w wyniku traumatycznych wydarzeń

Normalne reakcje stresowe po okropnym wydarzeniu, stracie czy katastrofie są wspólne dla wszystkich ludzi niezależnie od ich wieku, płci czy kultury. U osób, które doświadczyły innych traumatycznych wydarzeń lub strat występuje większe ryzyko wystąpienia uczucia przytłoczenia czy przygnębienia.

Często występuje opóźnienie emocjonalnej reakcji -- z początku ludzie koncentrują się na potrzebach praktycznych, a uczucia mogą nadejść później.

Ludzie reagują we właściwy sobie sposób i w specyficznym czasie. Wspomnienia i uczucia mogą nadejść ze zwiększonym natężeniem przy okazji świąt, rocznic i innych wydarzeń skłaniających do wspomnień.

Reakcje związane z traumatycznym wydarzeniem mogą trwać przez jakiś czas (od kilku dni do wielu miesięcy). Jeśli reakcje trwają dłużej niż 3 – 5 tygodni, dobrze byłoby porozmawiać z doradcą.

Najczęstsze reakcje na traumatyczne wydarzenia

Emocjonalne – smutek, szok, odczucie pustki, strach, depresja, złość, zdenerwowanie, odczucie niedocenienia, odczucie samotności, winy, bezradności, brak zainteresowania czymkolwiek, wstyd.

Fizyczne – Odczucie zmęczenia lub słabości, problemy ze spaniem lub zbyt długi sen, zmiany apetytu, nudności, bóle głowy, zmiany ciśnienia krwi, dreszcze, poty, brak koordynacji, bóle ciała, napięcie

Intelektualne – dezorientacja, kłopoty z pamięcią, trudności w podejmowaniu decyzji, trudności z koncentracją i dokończeniem rozpoczętej pracy, obwinianie siebie i innych, zgnębienie, niechciane wspomnienia.

Behawioralne – brak zaufania, konflikty, odsuwanie się od innych, problemy w pracy lub domu, drażliwość, nerwowość, zwiększona czujność, podejliwość, agresja, zwiększone zużycie alkoholu, niespokojne chodzenie i kręcenie się tam i z powrotem, zaczepność, uczucie odrzucenia lub opuszczenia

Silniejsze reakcje

Odrętwienie i próby unikania wszelkich wspomnień i przypomnień, wściekłość, ataki paniki, koszmary, przeżywanie scen z przeszłości, silna nerwica, głęboka depresja, pragnienie śmierci. Jedna na trzy osoby, które przeżyły katastrofę, doświadcza symptomów silnego stresu, stwarzających ryzyko wystąpienia zespołu stresu pourazowego PTSD (Posttraumatic Stress Disorder). Wczesne poradnictwo i wsparcie mogą pomóc w uniknięciu długotrwałych efektów.

Porady pomocne w zwalczaniu stresu

Wypróbowanie tych kilku porad może uśmierzyć lub złagodzić pewne reakcje. Już nawet tylko osobiste zainteresowanie swoim własnym powrotem do normy może być dobrym początkiem procesu wyzdrowienia.

Zdrowie

Należy zapewnić sobie odpowiednią ilość odpoczynku – ciało osoby poddanej stresowi potrzebuje więcej odpoczynku. Należy jeść prawidłowo, wychodzić na świeże powietrze i gimnastykować się. Jeśli już doświadczacie Państwo problemów zdrowotnych, należy koniecznie skontaktować się z doktorem w sprawie zażywania leków i ich dawkowania. Należy unikać alkoholu, papierosów i narkotyków.

Wsparcie

Należy pozostać w kontakcie z przyjaciółmi i drogimi osobami. Proszę poinformować ich o swoich uczuciach, równocześnie próbując znaleźć sposoby, aby w ich towarzystwie dobrze się zabawić i miło spędzić czas. Należy rozmawiać z osobami, które wysłuchają Państwa. Jeśli zechcecie Państwo porozmawiać z kimś spoza kręgu rodziny i znajomych, proszę zatelefonować do poradni lub na numer gorącej linii. Proszę mieć ten numer pod ręką na wypadek gwałtownego poczucia przytłoczenia i potrzeby rozmowy w środku nocy.

Życie codzienne i działanie.

Należy utrzymać normalny rozkład dnia, stosować ćwiczenia fizyczne w celu opanowania uczuć gniewu lub stresu, należy przygotować plan bezpieczeństwa w celu zmniejszenia zdenerwowania, słuchać uspokajającej muzyki, znaleźć sobie każdego dnia jakieś przyjemne zajęcie, zapewnić sobie odpowiednią ilość czasu dla siebie, spróbować pisać pamiętnik lub oferować pomoc innym.

Uwagi specjalne

Proszę zwrócić się o specjalną pomoc jeśli straciliście Państwo kogoś, jeśli doznaliście obrażeń, jeśli obawialiście się o swoje życie, jeśli przypomniały się wam denerwujące wydarzenia z przeszłości. Proszę pamiętać jak z powodzeniem poradziliście sobie z urazami w przeszłości i jak wykorzystać to w danej chwili obecnej.

Proszę codziennie wygospodarować czas dla siebie i dla swoich uczuć.

Proszę dbać o siebie praktykując zdrowe postępowanie i zwyczaje.

Pomoc Udzielana Dzieciom w Radzeniu Sobie ze Stresem i Urazami

<u>Pomoc dla dzieci</u>	<u>Dzieci w wieku pięciu lat i młodsze</u>
<p>Reakcja dziecka na tragiczne wydarzenia będzie zależna od wielu czynników, włącznie z tym czy dziecko zostało bezpośrednio dotknięte utratą rodzica lub krewnego, od wieku dziecka, od tego czy dziecko doznało urazów w przeszłości i od tego w jakim stopniu dziecko doświadczyło tragicznego wydarzenia osobiście czy też oglądając go w telewizji.</p> <p>Utrata zaufania do osób dorosłych i strach przed powtórny zaistnieniem wydarzenia są często obserwowanymi reakcjami dzieci i młodzieży, które doznały tragicznych wydarzeń. Inne reakcje różnią się w zależności od wieku.</p> <p>Rodzice i inne osoby dorosłe mogą służyć dzieciom pomocą w radzeniu sobie ze stresem. Należy wysłuchać dzieci nie wydając opinii. Należy powiedzieć im, że ich uczucia są normalne i wyrażanie ich jest całkowicie w porządku.</p> <p>Trzeba powiedzieć dzieciom, że mogą płakać i być smutne i trzeba je przekonać, że nie muszą być „twarde”.</p>	<p>Typowe reakcje obejmują strach przed odseparowaniem od rodziców, strach przed ciemnością, wzmożony płacz, przywieranie do rodziców i nawrót do wcześniejszych nawyków i zachowań jak na przykład ssanie kciuka czy nocne moczenie.</p> <p><u>Dzieci w wieku od 6 do 11 lat</u></p> <p>Zazwyczaj reakcje obejmują unikanie innych, przeszkadzanie, niszczenie, kłopoty ze skupieniem się i zwracaniem uwagi, unikanie szkoły, problemy ze snem, drażliwość, wybuchy gniewu i bóle żołądka.</p> <p><u>Młodzież</u></p> <p>U młodzieży występują podobne symptomy jak u dorosłych włącznie z przeżywaniem scen z przeszłości, koszmarami, ośpieniem emocjonalnym, depresją, nadużywaniem substancji i antyspołecznym zachowaniem. Młodzi ludzie mogą też mieć ogromne poczucie winy, że nie zdołali zapobiec obrażeniu lub utracie życia innych.</p>

Czym jest grupa wspomagająca?

Grupy wspomagające są prowadzone przez ludzi i dla ludzi którzy dzielą takie same problemy lub sytuacje życiowe. Członkowie mogą się spotykać, aby podzielić się doświadczeniami, siłą i nadzieją oraz praktycznymi informacjami. Wzajemna pomoc stanowi sedno takiej grupy. Grupy te są niedochodowe, ochotnicze i funkcjonujące nieprzewanie i są otwarte dla osób mających podobne problemy.

Grupy wzajemnej pomocy obejmują szeroki zakres tematów: zdrowie psychiczne, maltretowanie, nałogi, żalobę, ułomności, zdrowie, stosunki rodzinne i wiele innych. Sformowano już kilka grup wspomagających zajmujących się szczególnie katastrofą 11 września i są one otwarte dla wszystkich dotkniętych tą tragedią. Jeśli wystąpią u Państwa dolegliwości, o których chcielibyście Państwo z kimś porozmawiać, proszę zatelefonować do swojego doktora lub lokalnego szpitala, aby zasięgnąć informacji o potencjalnych grupach wspomagających. Dodatkowo, organizacje społeczne, które koncentrują się na danych tematach (np. przypadkach przemocy domowej) często oferują grupy wspomagające, do których można dołączyć.

Izba Grup Samo-Pomocy w NJ (NJ Self-Help Group Clearing House) jest dostępna dla wszystkich osób zainteresowanych udziałem w istniejącej już grupie wspomagającej lub osób zainteresowanych stworzeniem nowych grup.

W celu zapoznania się z internetową listą grup wspomagających zajmujących się zdrowiem psychicznym wymienionych w/g hrabstw, proszę odwiedzić witrynę:
<http://www.njgroups.org/>

Proszę zatelefonować na numer 1-800-367-6274 po dalsze informacje.

Pomoc Dla Poszkodowanych Po 11 Wrzesnia

Programy dla ludzi dotkniętych 11 Września i wytyczne dotyczące dostępu do tych programów zmieniają się bardzo szybko. W celu uzyskania najbardziej aktualnych informacji zadzwoń do American Red Cross September 11 Recovery Program [Program Odzyskania Zdrowia dla poszkodowanych 11 Września Amerykańskiego Czerwonego Krzyża] pod numer: 1-877-746-4987.

Program zapewnia ciągłą pomoc dla rodzin zmarłych, rannych, personelu ratowniczego, niepracujących, zatrudnionych poniżej swoich kwalifikacji i dotkniętych rezydentów. Usługi obejmują pomoc w dostępie do usług zdrowia umysłowego i opieki zdrowotnej, ubezpieczenie zdrowotne, Usługi Wspierania Rodzin, informacje rodzinne i sesje wspierające, jak też pomoc finansowa.

Nawet jeśli nie spełniasz kryteriów, żeby uzyskać pomoc bezpośrednio z American Red Cross September 11 Recovery Program [Programów Odzyskania Zdrowia dla poszkodowanych 11 Września Amerykańskiego Czerwonego Krzyża] ich operatorzy odesłają cię do innych agencji, które mogą pomóc ci w potrzebie. Program korzysta z tłumaczy telefonicznych.

Podstawowe Sprawy do Załatwienia po Przyjeździe

Konta bankowe

Czym są czekowe i oszczędnościowe konta?

Konta czekowe i oszczędnościowe są dwoma najbardziej popularnymi rodzajami kont depozytowych oferowanych przez banki. Konta czekowe umożliwiają wystawianie czeków, używanie kart debetowych w celu podjęcia pieniędzy z rachunku. Handlowcy zwykle traktują transakcje dokonane za pomocą karty debetowej lub czeku tak samo, jakby były to transakcje gotówkowe. Oznacza to, że nie będziecie Państwo musieli spłacać procentów od żadnych zakupów dokonanych za pomocą karty debetowej lub czeku. Gdyby jednak konto zostało przekroczone, to wtedy zostanie nałożona opłata – chyba, że rachunek posiada zabezpieczenie przed przekroczeniem. Rachunki oszczędnościowe pozwalają na przechowywanie pieniędzy w banku i gromadzenie małego procentu od wkładu. Są one zwykle całkowicie płynne, tj. zezwalają na podjęcie pieniędzy w dowolnym czasie bez opłaty. Rachunek oszczędnościowy nie jest właściwym miejscem do lokaty pieniędzy, gdyż oprocentowanie tego rodzaju rachunków jest zwykle bardzo niskie w porównaniu do lokaty w akcjach czy obligacjach.

Dlaczego są ważne?

Konta czekowe i oszczędnościowe stanowią podstawę osobistych finansów. Bez konta czekowego opłacanie rachunków jest prawie niemożliwe, gdyż większość spółek i firm nie przyjmuje opłat w formie gotówki (tj. banknotów). Konta oszczędnościowe służą zwykle jako zabezpieczenie kont czekowych przed przekroczeniem, lub jako miejsca przechowywania gotówki na nagłe potrzeby.

Karta Ubezpieczenia Społecznego (Social Security Card)

Czym jest karta ubezpieczenia społecznego?

Bez karty ubezpieczenia społecznego nie da się założyć konta czekowego, oszczędnościowego i załatwić wielu niezbędnych spraw. Ta karta jest konieczna do otrzymania i załatwienia innych rzeczy. Dla przykładu nie da się otworzyć konta czekowego lub otrzymać karty kredytowej bez karty ubezpieczenia społecznego. Wiele organizacji i szkół używa tej karty w celach identyfikacyjnych.

Istnieją trzy rodzaje kart ubezpieczenia społecznego:

1. Zawiera imię, nazwisko i numer danej osoby. Ten rodzaj zezwala na pracę bez ograniczeń.
2. Dla osób które zostały prawnie wpuszczone do USA bez zezwolenia na pracę, jest napisane na karcie „Not valid for employment” („Nie upoważnia do pracy”)
3. Dla osób, które zostały prawnie wpuszczone do USA na ograniczony okres czasu z zezwoleniem INS na pracę, jest napisane na karcie: „Valid for work only with INS authorization” („Uprawnia do pracy tylko za upoważnieniem INS”)

Kroki w celu otrzymania karty ubezpieczenia społecznego

1. Należy znaleźć lokalne biuro ubezpieczeń społecznych (Social Security Office). Można to zrobić wpisując swój kod pocztowy do wyszukiwarki lokalnych filii biura ubezpieczeń społecznych na <http://ssa-custhelp.ssa.gov> otrzymacie tam Państwo adresy numery telefonów w najbliższej okolicy.
2. Należy pójść do lokalnego biura w celu pobrania podania lub ściągnąć podanie do druku z internetowej witryny Zarządu Ubezpieczeń Społecznych (Social Security Administration) <http://www.ssa.gov/online/ss-5.html>
3. Należy przynieść podanie wraz z wymaganymi dokumentami do lokalnego biura.
4. Proszę czekać na doręczenie karty, powinnicie ją Państwo otrzymać pocztą w przeciągu kilku tygodni. Proszę koniecznie podać właściwy adres. Jeśli są Państwu potrzebne ogólne informacje na temat otrzymania numeru ubezpieczenia społecznego i Waszych praw, proszę zatelefonować na numer 1-800-772-1213 lub odwiedzić Zarząd Ubezpieczeń Społecznych w internecie na <http://www.ssa.gov>.

Prawo Jazdy – (proszę pamiętać, że każdym stanie obowiązują inne przepisy)

Czym jest prawo jazdy?

Prawo jazdy jest kartą zezwalającą posiadaczowi na legalne kierowanie pojazdem. Prawo jazdy jest wydawane przez stan, w którym dana osoba mieszka, ale zezwala na kierowanie wszędzie w Stanach Zjednoczonych i Kanadzie.

Dlaczego prawo jazdy jest ważne?

W Stanach Zjednoczonych kierowanie pojazdem bez posiadania prawa jazdy jest nielegalne, a ponieważ środki masowego transportu są zwykle ograniczone poza wielkimi aglomeracjami miejskimi, posiadanie auta staje się często koniecznością. Prawo jazdy jest potrzebne nie tylko do kierowania pojazdem – prawo jazdy stanowi również główną formę identyfikacji w USA. Czasem przy wypisywaniu czeku czy używaniu karty kredytowej możecie Państwo zostać poproszeni o okazanie prawa jazdy. Z tego względu Wydział Motoryzacji (Department of Motor Vehicles – DMV) lub podobna agencja stanowa wyrobi Państwu kartę identyfikacyjną (ID) za opłatą. Ta karta wygląda zwykle tak samo jak prawo jazdy, lecz nie zezwala na kierowanie pojazdem.

Dobrym miejscem do zlokalizowania najbliższego biura wydającego prawa jazdy jest Amerykańskie Zrzeszenie Zarządów Wydziału Motoryzacji (American Association of Motor Vehicle Administrators – AAMVA) – informacja w internecie na stronie <http://www.aamva.net> Po znalezieniu biura wydającego prawa jazdy w danym stanie, powinnicie Państwo albo ściągnąć podręcznik z internetu albo pójść i pobrać go w najbliższym biurze, aby rozpocząć naukę i przygotowanie do testu.

Etapy:

1. **Proszę wyrobić kartę ubezpieczenia społecznego**
2. **Proszę iść na lekcje kierowania pojazdem.** Przed wyrabianiem prawa jazdy dobrze jest zapisać się na lekcje jazdy w celu poznania zwyczajów, przepisów i znaków obowiązujących na drogach USA
3. **Proszę się ubezpieczyć.** W każdym stanie w USA i okręgu Columbia (District of Columbia) wymagane jest posiadanie minimum ubezpieczenia od odpowiedzialności cywilnej, aby można było kierować pojazdem. W wielu stanach posiadanie ubezpieczenia jest konieczne do otrzymania prawa jazdy. Proszę pamiętać, że większość ubezpieczeń pokrywa tylko dany pojazd i jego kierowcę.
4. **Proszę wyrobić prawo jazdy.** Kiedy przyjedziecie Państwo do biura w celu wyrobienia prawa jazdy, będą Wam potrzebne następujące rzeczy:
 - **Opłata** – Zanim otrzyma się prawo jazdy należy uiścić opłatę (zwykle około 15 dolarów), więc proszę przynieść ze sobą pieniądze.
 - **Dowód potwierdzający wiek**
 - **Kartę ubezpieczenia społecznego**
 - **Dowód zamieszkania**
 - **Ubezpieczenie**

Test z wiadomości: W New Jersey test pisemny oferowany jest w wielu językach. Proszę poprosić zawczasu o zdawanie testu w swoim języku. Jeśli zdawanie testu w danym języku nie jest możliwe, możecie Państwo skorzystać z usług zatwierzonego tłumacza. Może to być jeden z następujących: osoba z kartą identyfikacyjną tłumacza wydaną przez Departament Stanu USA (U.S. Department of State), Biuro Usług Językowych (Office of Language Services), pełnoetatowy pracownik college'u lub uniwersytetu w Stanach Zjednoczonych który może przedstawić aktualną kartę identyfikacyjną wydaną przez ten uniwersytet, ksiądz, rabin lub inny przewodnik religijny ogólnie uznawanej organizacji, który może przedstawić dowody uwierzytelniające jego związek z tą organizacją.

Badanie wzroku: Proszę pamiętać, że jeśli ktoś posiada okulary to może je mieć założone w trakcie testu

Test z jazdy: Jeśli posiadacie Państwo międzynarodowe prawo jazdy lub prawo jazdy z własnego kraju, to dobrze jest przynieść je ze sobą, w celu przyspieszenia procesu, dlatego, że jeśli ktoś nie może udowodnić, że kierował pojazdem w w swoim kraju, to w niektórych stanach trzeba odczekać pewien okres czasu pomiędzy pisemnym egzaminem i egzaminem z jazdy.

W Stanie New Jersey: Ostatnio proces otrzymywania prawa jazdy został o wiele bardziej skomplikowany. Wymaga się wielu dokumentów -- używając systemu punktowego. Niektóre dokumenty identyfikacyjne są warte więcej punktów niż inne. Petenci posiadający dokumenty zagraniczne lub wydane przez INS muszą się zgłosić do Rejonowego Centrum Usług (Regional Service Centers) znajdującego się w **Deptford, w Wane, w Eatontown lub w Trenton. Osoby nie będące obywatelami Stanów Zjednoczonych muszą okazać wystarczającą ilość dokumentów, aby uzbierać łączną sumę 6 punktów. Przynajmniej jeden z dokumentów musi być z kategorii „głównych” dokumentów. Nie można przedstawić więcej niż 2 drugorzędnych dokumentów, które są warte po jednym punkcie każdy.**

Większa ilość informacji dostępna jest na internetowej stronie Wydziału Motoryzacji w New Jersey (New Jersey Department of Motor Vehicles) <http://www.state.nj.us/mvc/index.shtml>

Bezpieczeństwo na Drogach.

Bezpieczeństwo użytkowników.

Prawo obowiązujące w New Jersey stwierdza, że wszyscy użytkownicy auta muszą mieć założone pasy bezpieczeństwa. Pasażerowie w wieku poniżej 8 lat którzy ważą mniej niż 80 funtów (36.3 kg) muszą mieć odpowiedni fotelik samochodowy lub siedzenia dla dzieci. Oficerowie policji mogą zatrzymać samochód i wydać mandat lub wezwanie do sądu za to że pasażerowie nie mają zapiętych pasów lub dzieci nie są zapięte w fotelikach. Kierowcy ponoszą odpowiedzialność za pasażerów poniżej 18 roku życia, natomiast pasażerowie mający ponad 18 lat, podróżujący na przednim siedzeniu odpowiadają sami za siebie.

Picie alkoholu/używanie narkotyków i kierowanie pojazdem.

W New Jersey za jazdę w stanie nietrzeźwym (DWI =Driving While Intoxicated) można stracić prawo jazdy, podlegać surowym sankcjom, grzywnom oraz karze więzienia. Policjant może przeprowadzić test w celu stwierdzenia czy kierowca jest pod wpływem narkotyków lub alkoholu. Osobę uważa się za nietrzeźwą jeśli zawartość alkoholu we krwi wynosi 0.08 jeśli dana osoba ma ukończonych 21 lat, lub 0.01 jeśli dana osoba ma poniżej 21 lat. Można być nietrzeźwym nawet po wypiciu zaledwie jednego drinka. Picie alkoholu przez osoby w wieku poniżej 21 lat jest w Stanach Zjednoczonych niedozwolone.

Telefony komórkowe.

In New Jersey, rozmawianie przez telefon komórkowy, który trzyma się w ręku w trakcie prowadzenia pojazdu jest nielegalne. Ponieważ prawo dotyczące telefonów komórkowych obowiązujące w New Jersey jest prawem drugorzędym, policja może wydać wezwanie do sądu lub mandat tylko wtedy, jeśli kierowca dopuścił się innego wykroczenia. O wiele bezpieczniejsze jest używanie telefonów z zestawem słuchawkowym („hands free”) w trakcie kierowania pojazdem.

W celu uzyskania dalszych informacji na temat tych i innych praw, przepisów i programów dotyczących bezpieczeństwa drogowego proszę skontaktować się z:
Klubem Motorowym AAA (AAA Motor Club) www.aaa.com
Policją Stanową New Jersey (New Jersey State Police 609-882-2000) lub www.njsp.org
Wydziałem Transportu New Jersey (New Jersey Department of Transportation) 609-530-3536 lub www.state.nj.us/transportation
Biurem Bezpieczeństwa Ruchu na Autostradach New Jersey (New Jersey Office of Highway Traffic Safety) 609-633-9300 lub www.state.nj.us/lps

Angielski dla Obcokrajowców (English as a Second Language – ESL)

Istnieje wiele placówek do których można uczęszczać na kursy nauki języka angielskiego (ESL) w całym New Jersey. Niektóre z tych kursów wymagają opłaty, inne nie. Wiele miejsc -- takich jak biblioteki, centra seniorów, kościoły -- oferuje kursy.

Gorące linie umożliwiające znalezienie kursów ESL w najbliższej okolicy:

Literacy Referral Hotline

(212) 803-3300

www.lacnyc.org

Główna linia informacyjna, która podaje lokalizację i numery telefonów kursów ESL dla całego New Jersey.

Języki: angielski i hiszpański. Wszystkie inne języki – proszę poprosić, żeby ktoś mówiący po angielsku zatelefonował w Państwa imieniu.

Literacy Volunteers of America

Bergen County (201) 559-3524

Burlington County (609) 877-5566

Camden County (856) 772-1636

Cape- Atlantic County (609) 383-3377

Cumberland County (856) 691-8600

Gloucester County (856) 218-4743

Jersey City (201) 547-4518

Mercer County (609) 393-8855

Middlesex County (732) 432-8000

Monmouth County (732) 571-0209

Morris County (973) 984-1998

Newark & Essex County (973) 733-9404

Ocean County (732) 864-9646

Somerset County (908) 725-5430

Sussex County (973) 300-9444

Union County (980) 518-0600

West Hudson County (201) 998-3336

Źródła informacji na temat ESL w internecie

ESL Gold:

http://www.eslgold.com/jsps/site.jsp?resource=pag_ex_home

1-language.com's ESL Center

<http://www.1-language.com/>

PRZYKŁADY MIEJSC DO KTÓRYCH MOZNA UCZĘSZCZAĆ NA KURSY ESL

Poniżej zostały podane przykłady i rodzaje placówek które oferują kursy ESL. To w żadnym wypadku nie jest kompletna lista. Możecie Państwo zatelefonować do podobnych placówek w swoim sąsiedztwie w celu uzyskania więcej informacji.

** Literacy Referral Hotline, wspomniana powyżej, podaje bardziej obszerną listę specyficznych placówek w danej okolicy.

Szkoły państwowe/Środowiskowe szkoły dla dorosłych

W każdym mieście komisja edukacji (board of education) często oferuje darmowe kursy ESL, które odbywają się często w szkołach państwowych lub środowiskowych szkołach dla dorosłych. Proszę zatelefonować do miejscowej komisji edukacji po więcej szczegółów. "Klikając" na nazwę swojego hrabstwa na niniejszej stronie internetowej możecie Państwo znaleźć numery lokalnych szkół <http://www.nj.gov/education/index.html>

Biblioteki publiczne

Innym, łatwo dostępnym źródłem informacji jest biblioteka publiczna w Waszym mieście. Liczne biblioteki publiczne oferują bezpłatne lekcje ESL (lekcje języka angielskiego dla obcokrajowców) oraz inne programy środowiskowe. Numery telefonów do lokalnych bibliotek znajdują się na kilku pierwszych stronach książek telefonicznych. Proszę zatelefonować do nich po informacje na temat dostępnych programów, lokalizacji i godzin otwarcia. Listę wszystkich bibliotek w New Jersey można znaleźć na stronie internetowej:

<http://www.publiclibraries.com/newjersey.htm>

Organizacje nieochodowe

Wiele organizacji nieochodowych zajmujących się imigrantami również oferuje lekcje języka angielskiego dla cudzoziemców (ESL). Proszę skontaktować się z „Pierwszym Telefonem po Pomoc” (First Call for Help) w celu zlokalizowania organizacji nieochodowych w Państwa okolicy. Informacje o numerach osób, z którymi należy się kontaktować są wymienione w rozdziale „Pierwszy Telefon po Pomoc” w niniejszym poradniku.

Środowiskowe szkoły wyższe

Lokalne środowiskowe szkoły wyższe również mogą oferować kursy ESL. ** Nie zawsze są one darmowe. Proszę najpierw zatelefonować, aby dowiedzieć się na temat odpłatności za różne kursy.

Kompletna lista środowiskowych szkół wyższych znajduje się na:

<http://www.state.nj.us/highereducation/school3.htm>

Centra seniorów

Niektóre centra seniorów mają programy ESL specjalnie dostosowane do potrzeb osób starszych. W celu uzyskania listy najbliższych centrów, proszę zatelefonować do lokalnego centrum dla seniorów lub odwiedzić

http://www.state.nj.us/health/senior/sa_aaa.htm

Lokalne kościoły

Wasz lokalny kościół również może oferować programy ESL. Proszę dzwonić i pytać.

Biblioteki publiczne

Wiele publicznych bibliotek oferuje kursy ESL również. Powinniście Państwo zatelefonować po dalsze informacje. Lista wszystkich bibliotek w New Jersey znajduje się w <http://www.publiclibraries.com/newjersey.htm>

Programy szkolenia zawodowego

Organizacje zajmujące się przeszkoleniem zawodowym również często oferują kursy ESL.

Organizacja “Workforce Advantage”

Jest to organizacja rządowa, która pomaga w sprawach zatrudnienia. Poniżej wymienione są biura organizacji „Workforce Advantage”. **Wszyscy imigranci, posiadający legalne prawo do pracy mogą korzystać z tych usług, jeśli są bezrobotni lub otrzymują zasiłek społeczny.** Proszę pobrać skierowanie z biura dla bezrobotnych lub biura pomocy społecznej przed złożeniem podania o przyjęcie na zajęcia z języka angielskiego (ESL). Proszę zatelefonować do biura w celu uzyskania dalszych informacji dotyczących procedury składania podań.

924 Bergen Ave. Jersey City, NJ 07306
49 Broad St. Elizabeth, NJ
3608 Bergenline Ave., Union City NJ
95-97 Basset Highway, Dover NJ
601 Bangs Ave. 6th Floor, Asbury Park NJ
30 Schuyler Place, Morristown NJ
390 Broad Street, Newark, NJ

(201) 222-0901
(908) 355-2288
(201) 865-1199
(973) 366-1859
(732) 774-6095
(973) 631-5145
(973) 412-7828

Program Podstawowej Edukacji dla Dorosłych Finansowany z Dotacji

Następujące placówki oferują lekcje języka angielskiego (ESL) finansowane z dotacji federalnych. Placówki te to biblioteki, szkoły i niektóre organizacje nieochodowe. Lekcje są albo bezpłatne albo bardzo niedrogie i są dostępne dla wszystkich. W niektórych placówkach należy wykazać, że posiada się legalne prawo pobytu, proszę więc zapytać jakiego rodzaju dokumentacja jest potrzebna. Gdy zadzwonicie Państwo i stwierdzicie, że nie kwalifikujecie się na dany program, proszę poprosić o informacje i skierowanie do innych okolicznych placówek oferujących lekcje ESL, w których wymagana jest inna dokumentacja i do których moglibyście się zakwalifikować. Jeśli bardziej szczegółowe informacje były dostępne, to zostały tu zawarte. W celu uzyskania dalszych informacji proszę odwiedzić stronę internetową NJ State Education <http://www.nj.gov/cgi-bin/education/ged/grantees.pl?string=co&maxhits=100>

NORTHERN REGION (Region Północny)

Newark Public Schools

32 Warren Place, Newark, NJ 07102
(973) 733-7213

Essex County College

303 University Avenue, Newark, NJ 07102
(973) 877-3389 wewn. 1894

New Community Corporation

563 Orange Street, Newark, NJ 07107
(973) 268-1236
Lekcje od pon. – czw. 10-12, 12-2, 4-6 or 6-8 i w soboty
10-1 \$35.00 opłata za semestr

Jersey City Public Schools

346 Claremont Avenue, Jersey City, NJ 07305
(201)915-6210

Bergen County Technical Schools

327 East Ridgewood Avenue,
Hackensack, NJ 07652
Contact: Silvia Camichael
(201) 343-6000 wewn. 4639

Learning Center

152 Market Street, Patterson 07505 (973) 684-0106
Lekcje są bezpłatne.

Paterson Public School

151 Eillison Street, Paterson, NJ 07505
(973) 321-0761
Lekcje są bezpłatne i prowadzone od września do czerwca. Proszę dzwonić po informacje..

Learning Center

152 Market Street, Patterson 07505
(973) 684-0106 Lekcje są bezpłatne

Warren County Technical School (41-5460)

1500 Route 57 West, Washington, NJ 07882
(908) 835-2480

Morris County Vocational School District

400 East Main Street, Denville, NJ 07834
(973) 627-4600

Jewish Vocational Service

111 Prospect Street, East Orange, NJ 07017
(973) 674-6330

CENTRAL REGION (Region Centralny)

Hunterdon County Continuing Education Service

215 Route 31, Flemington, NJ 08822
Contact: Marie Kisch/ Fran Leddy (908)788-1360

Perth Amboy Board of Education

178 Barrack Street, Perth Amboy, NJ 08861
(732) 613-6980
Lekcje są bezpłatne w dzień i wieczorem. Usługi dla: South River, North Brunswick and New Brunswick

East Brunswick Public Schools for the Greater Brunswick Adult Education Consortium

380 Cranbury Road, East Brunswick, NJ 08816
Contact: Wayne Dyer (732) 613-6989
Lekcje są bezpłatne w dzień i wieczorem.

Literacy Volunteers of America Monmouth County

213 Broadway, Long Branch, NJ 07740
(732) 229-8440
Lekcje są bezpłatne. Usługi dla okolic: Kingsburg, Long Branch i Freehold.

The Jointure For Community Adult Education, Inc.

1124 Route 202 South, Suite B-10, Raritan, NJ 08869 (908) 359-5833
Contact: Joan Hola, skierowania poprzez Somerset County

Union City

3912 Bergen Turnpike, Union City, NJ 07087 (201)
271-6264

Union County College (40-4027)

1033 Springfield Avenue, Elizabeth, NJ 07202 (908)
527-7981

Brookdale Community College

765 Newman Springs Road, Lincroft, NJ 07738 (732)
229-8440

Lekcje są bezpłatne w ciągu dnia i wieczorem.

Linden Board of Education

121 West Saint Georges Ave, Linden, NJ 07036 (908)
486-5930

\$5.00 Opłata rejestracyjna za 11-tygodniowy kurs

SOUTHERN REGION (Region Południowy)**Pleasantville Public Schools**

100 West Leeds Avenue,
Pleasantville, NJ 08232-0960
Contact: Anthony Norm (609) 383-6800

Burlington County Community College

County Route 530, Pemberton, NJ 08068
(609) 877-4520 Ext 3016 Pam Oliver lub
wewn. 3024 Dawn Hawks

Lekcje dla początkujących są w pon./środy a dla
zaawansowanych wt./czw.

Camden City Board of Education

201 North Front & Cooper Streets,
Camden, NJ 08103 Contact: John Randall
(856) 966-5223

Cape May County Technical School District

188 Crest Haven Road,
Cape May Court House, NJ 08210
(609) 465-2161 wewn. 681 or 646

Vineland Public Schools

625 Plum Street, Vineland, NJ 08360
(856) 794-6943 wewn. 8954

Gloucester County College

Sewell, NJ 08080 Contact: Denise Simon (856)
468-5000 wewn. 6227

Lekcje są bezpłatne w ciągu dnia i wieczorem.

**Salem County Vocational Technical School
(33-4640)**

880 Route 45, PO Box 350,
Woodstown, NJ 08098-0350
(856)769-0101 wew.. 301

Salem Community College

460 Hollywood Avenue, Carney's Point, NJ
08069 Contact: Regina Gatson
(856)351-2734

Lekcje są bezpłatne

St. Francis Community Center -LBICC, Inc.

4700 Long Beach Boulevard, Brant Beach, NJ
08008 (609) 567-9399

Lekcje są bezpłatne w ciągu dnia i wieczorem.
Usługi dla: Ocean County.

Inne kursy ESL

Poniższe organizacje oferują ogólnodostępne kursy ESL, z małymi wymaganiami jak chodzi o dokumentację. Niniejsza lista nie jest wyczerpująca; ze względu na brak miejsca nie wszystkie organizacje zostały na niej umieszczone.

NORTHERN REGION (Region Północny)**International Institute of New Jersey**

880 Bergen Ave. 5th Floor, Jersey City, NJ 07306
(201) 653- 3888 Bezpłatne kursy tylko dla uchodźców
i azylantów

Community School at Mt. Olive

Office of Community Relations Administration Bldg., Rt.
46,
Budd Lake, NJ 07828
(973) 691-4008 wewn. 6, Community School
Dla początkujących, średniozaawansowanych i
zaawansowanych. Zajęcia zaczynają się w jesieni i na
wiosnę każdego roku. Opłata wynosi \$50 za
semestr (kurs dzienny) i \$55 za semestr (kurs
wieczorowy)

Father English/Parents Teaching Parents

435 Main Street, Paterson, NJ 07501 Contact:
Maria Malave (973) 881-0280

10-tygodniowy kurs zaczyna się we wrześniu,
Opłata wynosi \$15.00. wt./czw. 9-11:30
wt./śr./czw. 5:30-7:30

Usługi dla: Paterson i okolicznych miast

Oasis, A Haven for Women & Children

320 Main Street,
Paterson, NJ 07505 (973) 881-8307
Kurs ESL i umiejętności obsługi komputera.
Opłata za program - w oparciu o dochody, ale
nie odmawiamy nikomu. Proszę przynieść
dowód tożsamości i kwity z ostatnich wypłat, jeśli
są dostępne

Passaic County Learning Center

152 Market Street Suite M03,
Paterson, NJ 07501 (973) 684-0106
Zajęcia są oferowane od września do czerwca. Pon. –
piąt. rano. wt./czw. 7-9:15wieczorem.
Usługi dla: Passaic County

Paterson Free Public Library/Community Learning Center

250 Broadway, Paterson, NJ 07501 (973) 321-
1223 proszę wybrać opcję nr. 6
Zajęcia prowadzone od września do maja.
Lekcje są bezpłatne i ogólnodostępne.

Salvation Army/Passaic/Job Readiness & Adult Education Center

550 Main Avenue, Passaic, NJ 07055 Contact: Ms.
Perez (973) 779-1155
Dla początkujących. Czw. 10-11:30.
Lekcje są bezpłatne i ogólnodostępne
Usługi dla: Passaic, Clifton and Garfield.

Madison Community House/English As A Second Language Classes

25 Cook Avenue,
Madison, NJ 07940-0000 (973) 377-0244
Lekcje w soboty rano przez 10 tygodni. Dla
początkujących/średniozaawansowanych. Opłata:
\$60.00

Jewish Vocational Service/Emigre Resettlement Center

111 Prospect Street,
East Orange, NJ 07017
Contact: Mortin Schwartz (973) 674-6330
Pon – piąt. 9-3 or 9-1. Specjalnie dla uchodźców, ale
jeśli są miejsca przyjmujemy też innych.
Dostępne języki: rosyjski, perski, hiszpański, francuski,
kreolski, hebrajski, albański, serbo-chorwacki, rumuński,
polski, i jidysz.
Usługi dla: Morris and Essex counties

Morris School District/Community School/ESL

Frelinghuysen School West Hanover Ave,
Morristown, NJ 07960-0000
(973) 292-2063
Dostępne programy dla średniozaawansowanych i
zaawansowanych.. pon/wt. 6:30-9pm i sob. 8:30-12pm.
Kursy odbywają się w Morristown High School Usługi
dla: Morris County

Passaic City Board of Education/Evening School

170 Paulison Avenue, Passaic, NJ 07055
(973) 470-5600
Dzienne kursy 9-12 pon-piąt. Zapisy przy 170
Paulison Ave, pokój M328 Passaic, NJ
Lekcje są bezpłatne i ogólnodostępne.

Bergen County Project Literacy Plus

WWW.projectplus.org/howtogethelp.htm
Jest wiele placówek oferujących ESL w Bergen
County. Wymienione w/g miast.

**CENTRAL REGION (Region Centralny)
Comite En Union Para Salvadorenos Inc**

507 509 43rd Street, 3rd floor,
Union City, NJ 07087 (201) 617-2466

Jewish Family and Vocational Service of Middlesex County (732) 777- 1940

515 Plainfield Avenue, Suite 201,
Edison, NJ 08817
Bezpłatne kursy ESL dla uchodźców i azylantów.
Wszystkie inne osoby muszą zapłacić \$100 za 6-
miesięczny semestr. Dodatkowo przed
rejestracją należy spotkać się ze specjalistą od
ESL, Larisą Kon. Możliwość uzyskania
obniżonej stawki w/g ruchomej skali.

El Centro Hispanoamericano

525 E Front Street, Plainfield NJ 07060
(908) 753- 8730
Lekcje w soboty za \$30 opłatą przez 10 tygodni.
Proszę dzwonić w celu rejestracji..

Lbris Avrohom/ESL Classes

910 Salem Avenue, Hillside, NJ 07205 Contact:
Rabbi Lepkivker (908) 289-0770
Osoby o statusie uchodźcy lub legalnego
imigranta przyjmowane są na kursy.
Pon./śr 10-11:30 lub pon./wt/czw. 7-9pm. Usługi
dla : Union County

Union County Vocational Technical Schools

1776 Raritan Rd., Scotch Plains, NJ 07076
(908) 889-8288 wewn. 313 Lekcje są bezpłatne.

Lutheran Social Services

189 South Broad Street, Trenton, NJ 08601
Contact: Nancy Baxer
(609) 393-4900 wewn. 20
Lekcje ESL dla uchodźców i azylantów, którzy
Przyjechali do USA w ciągu ostatnich 5 lat.
Bezpłatne.

SOUTHERN REGION (Region Południowy)**Jerrothia Riggs Adult Learning Center**

1656 Kaighns Ave, Camden, NJ 08102
(856) 966-5223
Lekcje ESL. wrzesień-czerw. Codziennie 9-3pm.
Lekcje są bezpłatne.

**Women's Resource Center,
Hispanic Family Center**

2700 Westfield Ave, Camden, NJ 08105
(856) 365-7393

Women's Resource Center jest placówką dla kobiet latynoskich o niskich dochodach, byłych gospodyń domowych, i innych kobiet o niskich dochodach oraz z mniejszości narodowych, pomagającą dorosłym w nauce, przygotowaniu do pracy oraz znalezieniu zatrudnienia. Proszę zadzwonić, aby zapisać się na lekcje ESL

Catholic Charities

1845 Haddon Ave, Camden, NJ 08103 Contact: Lois Hulet (856) 342-4166

Lekcje ESL dla azylantów i uchodźców. Lekcje są od pon – czw 8:30-11:30. Bezpłatne.

**Vineland Adult Education - ESL - English As A
Second Language**

48 W Landis Ave, Vineland, NJ 08360
(856) 794-6943 pon-piąt. 8:30-11:30, pon-piąt 12-2:45,
lub pon-piąt 6-9 pm

Dostępne języki: hiszpański, rosyjski. Proszę przyjść, poprosić o rozmowę z doradcą, aby zapisać się na lekcje.

Chinese American Planning Council, Inc.

55 6th Avenue, 5th floor, New York, NY
(212) 941-0041 x103

Znajduje się w dzielnicy chińskiej Nowego Jorku i programy takie jak ESL przystosowane są specyficznie dla środowiska chińskiego. Prowadzą bezpłatny program nauki czytania dla dorosłych.

Boat People, S.O.S.

5403 Westfield Ave., Ste A, Pennsauken, NJ 08110 Contact: Minh Lam (856) 486-7770
Lekcje ESL i lekcje obsługi komputerów. Lekcje ESL odbywają się we wt./czw. 11-1pm i pon/śr od 5-7pm. Opłata wynosi \$15.00 na miesiąc. Zajęcia głównie dla osób pochodzenia wietnamskiego, ale dostępne dla wszystkich.

**Dr. Martin Luther King Complex Family
Center**

1700 Marmora Ave, Atlantic City, NJ 08401
Contact: Jonathan Tran (609) 344-3111
ESL we wt./czw. 5:30-7:30pm

Zajęcia głównie dla osób pochodzenia wietnamskiego i chińskiego, ale dostępne dla wszystkich.

Hammonton Family Community Center

Atlantic Co Human Service Building 310
Bellevue Ave, Hammonton, NJ 08037
609 567-2900 ESL w pon., piąt. 9-5 Proszę
przyjść i wypełnić podanie. Lekcje są bezpłatne.
Inne:

**Hispanic Institute for Research and
Development**

(201) 368-1414

Zatrudnienie w Stanach Zjednoczonych

PRAWO PRACY

KAŻDY pracownik w USA, włącznie z nieudokumentowanymi pracownikami, posiada następujące prawa:

- Prawo do organizowania się lub zakładania związków
- Prawo do otrzymania zapłaty; wszystkim pracownikom przysługuje prawo do otrzymania zapłaty w wysokości minimum 5.15 dolarów na godzinę oraz za nadgodziny.
- Prawo do tego by nie być dyskryminowanym: dyskryminacja lub szykanowanie pracowników przez pracodawcę ze względu na rasę, kolor, religię, narodowość lub płeć jest nielegalne
- Prawo do bezpieczeństwa pracy; wszyscy pracownicy są chronieni przez zabezpieczenia względem zdrowia, higieny i bezpieczeństwa w miejscu pracy.

W celu uzyskania dalszych informacji na temat praw proszę zobaczyć witrynę Ministerstwa Pracy USA (U.S. Department of Labor) na: <http://www.dol.gov> (większość informacji jest po angielsku).

USŁUGI Z ZAKRESIE ZATRUDNIENIA W STANIE NEW JERSEY

Centra zawodowe „One Stop” -- -- <http://www.wnjp.in.net/oscc/index.html>

Proszę odwiedzić witrynę internetową w celu zobaczenia pełnej listy. Centra zawodowe „One-stop” są agencjami otrzymującymi fundusze od rządu, które świadczą następujące usługi: skierowania do pracy, szkolenie zawodowe, przygotowanie podań/życiorysów(resume), poszukiwanie pracy w bazie danych i nie tylko. Proszę zatelefonować po specyficzne informacje oraz aby dowiedzieć się jakie są wymogi kwalifikacyjne. **** Wszyscy imigranci, którzy posiadający legalne prawo do pracy mogą korzystać z tych usług.**

Atlantic County

Atlantic City

1333 Atlantic Avenue, Atlantic City, NJ 08401
(609) 345 – 6700 pon - śr. 9 a.m - 4 p.m.

Hammonton

44 North Whitehorse Pike, Hammonton, NJ 08037-1860
(609) 561-8800 pon. - piąt. 8:30 a.m - 4:30 p.m.

Pleasantville

2 South Main Street, Pleasantville, NJ 08232
(609) 813-3900 pon.- piąt. 8:30 a.m-4:30 p.m.

Bergen County

Hackensack

60 State Street, 2nd Floor, Hackensack, NJ 07601
(201) 996-8950 pon - piąt: 8:30 am - 4:30 pm

Hackensack

540 Hudson Street, Hackensack, NJ 07601
(201) 329-9600 x5574
pon – piąt. 8:30 am - 3:30 pm

Rutherford

Meadowlands 201 Route 17 North - 1st Floor
Rutherford, NJ 07070 (201) 939-5922

Bulington County

Westampton

795 Woodlane Road, Westampton, NJ 08060
(609) 518-3900 pon - piąt 8:30 - 4:30 pm

Fort Dix

Building 5418, Delaware and Alabama Avenues
Fort Dix, NJ 08640-6904
(609) 723-5494 pon.- piąt. 8:30 a.m. - 4:30 p.m

Camden County

Camden City

2600 Mt. Ephraim Avenue, Camden, NJ 08104
(856) 614 - 3150 pon - piąt: 8:30 am - 4:30 pm

Cherry Hill

1873 Route 70 East Suite 304, Cherry Hill, NJ 08003
(856) 751- 8550 pon - piąt: 8:30 am - 4:30 pm

Cape May Coutny

Wildwood

3810 New Jersey Avenue, Wildwood, New Jersey 08260-0210
(609) 729-0997

Cumberland County

Bridgeton

40 East Broad Street, Suite 102,
Bridgeton, NJ 08302
(856) 453- 3900 pon.-piąt. 8:30 a.m.- 4:30 p.m.

Vineland

415 Landis Avenue
Vineland, NJ 08360 - 8067
(856) 696-6600 pon.-piąt. 8:30 a.m. – 4:30 p.m.

Essex County

Bloomfield

57 Park Street, 2nd Floor, Bloomfield, NJ 07003-2598
(973) 680-5550 pon -piąt: 8:30 am - 4:30 pm

East Orange

50 S. Clinton Street Floor 5,
East Orange, NJ 07018 (973) 395 – 8600

Newark

990 Broad Street, Newark, NJ 07102
(973) 648 - 3370 8:30 am - 4:30 pm

Newark

57 Sussex Avenue Floor 2, Newark, NJ 07103
(973) 733 - 8183

Gloucester County

Thorofare

215 Crown Point Road,
Thorofare, NJ 08086-0159 (856) 384-3700

Woodbury

Route 45 and Budd Boulevard
Woodbury, NJ 08096 (856) 384-6970

Hudson County

Bayonne

690 Broadway, Bayonne, NJ 07002-2920
(201) 858-3037 pon - piąt. 8:30 am - 4:30 pm

Union City

4800 Broadway, Union City, New Jersey 07087
(201) 271 - 4529

Jersey City

438 Summit Avenue 1st Floor,
Jersey City, NJ 07306
(201) 795-8800 pon - piąt.: 8:30 am - 4:30 pm

Jersey City

121-125 Newark Avenue, Jersey City, NJ 07302
(201) 413-7580 Mon - Piąt.: 9:00 am - 5:00 pm

Hunterdon County

Flemington

Victoria Plaza, Flemington, NJ 08822
(908) 782 – 2371 pon – piąt. 8:30 am - 4:30 pm

Mercer County

Trenton

26 Yard Avenue, 1st Floor, Station Plaza 4
Trenton, NJ 08625
(609) 292-0620 pon - Piąt.: 8:30 am - 4:30 pm

Trenton

650 South Broad, Trenton, NJ 08650
(609) 989-6824 pon - piąt. 8:30 am - 4:30 pm

Middlesex County

New Brunswick

506 Jersey Avenue, New Brunswick, NJ 08901
(732) 937-6200 pon-piąt 8:00 am - 4:30 pm

Perth Amboy

339 Maple Street,
Perth Amboy, NJ 08861 (732) 293 – 5016

Perth Amboy

275 Hobart Street, Perth Amboy, NJ 08861
(732) 826-3200 pon - piąt 8:30 am - 4:30 pm

Monmouth County

Red Bank

170 Monmouth Street, NJ 07701
(732) 747-2282 x 24

Neptune

60 Taylor Avenue, Neptune, NJ 07753
(732) 775 – 1566 pon - piąt. 8:30 am. – 4:30 pm

Morris County

Dover

107 Bassett Highway, Dover, NJ 07801
(973) 361-9050 pon. – piąt. 8:30 am – 4:30 pm

Morristown

30 Schulyer Place, Morristown, NJ 07960
(973) 631-6321 pon. – piąt. 8:30 am. - 4:30 pm

Passaic County

Paterson

370 Broadway, Paterson, NJ 07501
(973) 977-4350 pon. -piąt.. 8:30 a.m - 4:30 p.m.

Paterson

52 Church Street, Paterson, NJ 07505
(973) 340-3400 x7200
pon. - piąt.. 8:30 a.m.-4:30 p.m

Passaic

14-16 Howe Avenue, Passaic, NJ 07055
(973) 916 – 2643 pon. – piąt. 8:30 am - 4:30 pm

Clifton

388 Lakeview Avenue, Clifton, NJ 07011
(973) 340-3400 x 7129
pon.. 8:30 am - 8:00 pm
Wtorek - piąt. 8:30 am-4:30 pm

Salem County

Salem

174 E. Broadway, Salem, NJ 08079
(856) 935-7007

Sussex County

Newton

Sussex County Mall, Route 206 N, Newton, NJ
07860
(973) 383-2775 pon. - piąt. 8:30 am - 4:30 pm

Franklin

12 Munsonhurst Road, Franklin, NJ 07416
(973) 209-0795 pon. - piąt. 8:30 am - 4:30 pm

Sommerset County

Somerville

75 Veterans Memorial Drive,
Somerville, NJ 08876
(908) 704 – 3000 pon. - piąt. 8:30 am - 4:30 pm

Ocean County

Toms River

1027 Hooper Avenue Building 6,
Toms River, NJ 08753
(732) 286 – 5616 pon. - piąt.. 8:30 am - 4:30 pm

Toms River

1959 Route 9, Toms River, NJ 08755
(732) 286 - 6446 x261
pon. - piąt.. 8:30 am - 4:30 pm

Lakewood

231 3rd Street -2nd Floor, Lakewood, NJ 08701
(732) 905 – 5996

Union County

Elizabeth

125 Broad Street, Elizabeth, NJ 07201
(908) 558-8000 pon.. - piąt.. 8:00 am - 6:00 pm

Elizabeth

208 Commerce Place, Elizabeth, NJ (908) 820 –
3181

Plainfield

525 Madison Ave Plainfield, NJ 07060
(908) 412-7980 pon.. - piąt.. 8:30 am - 4:30 pm

Plainfield

120 West 7th Street, Plainfield, NJ 07060
(908) 757-9090 Hours: pon. - piąt. 8:00 am - 6:00
pm

Warren County

Phillipsburg

75 South Main Street, Phillipsburg, NJ 08865-2339
(908) 859- 0400 pon. - piąt.. 8:30 a.m. - 4:30 p.m

*Wiele bibliotek publicznych posiada dostęp do bazy danych „WorkForce” dotyczącej zatrudnienia.

Work First NJ -- <http://www.state.nj.us/humanservices/dfd/wfnjws.html>

“work First NJ” udziela czasowej pomocy finansowej a także świadczy inne usługi dla rodzin poprzez program „Czasowa Pomoc Dla Potrzebujących Rodzin” (Temporary Assistance to Needy Families – TANF). Program ten ma na celu pomóc ludziom w znalezieniu pracy, usamodzielnieniu się poprzez szkolenie zawodowe, naukę i inne zajęcia związane z pracą. Samorządy miejskie w New Jersey prowadzą swoje własne biura opieki społecznej, proszę się skontaktować z lokalnym biurem.

Aby zlokalizować WSZYSTKIE, proszę odwiedzić: <http://www.state.nj.us/humanservices/dfd/dfdcwa39.html>

***uwaga:** po reformach dokonanych w roku 1996, prawo zawiera przepisy, które odmawiają pomocy społecznej większości legalnych imigrantów przez pierwszych 5 lat pobytu lub do czasu uzyskania przez nich obywatelstwa.. Istnieją wyjątki w specjalnych przypadkach, jak np. dla osób posiadających status uchodźcy/azylanta oraz osób, które były ofiarami przemocy domowej

Atlantic County Dept. of Family & Community Development

1333 Atlantic Ave. Atlantic City NJ 08401-8297
609-348-3001

Bergen County Bd. of Social Services

216 Rte. 17 North Rochelle Park NJ 07662-3300
201-368-4200

Burlington County Bd. of Social Services Human Services Facility

795 Woodlane Rd. Mount Holly NJ 08060-3335
609-261-1000

Camden County Bd. of Social Services

Aletha Wright Admin. Bldg.
600 Market St. Camden NJ 08102-8800
856-225-8800

Cape May County Bd. of Social Services Social Services Bldg.

4005 Rte. 9 South
Rio Grande NJ 08242-1911 609-886-6200

Cumberland County Bd. of Social Services

13 Northeast Blvd. Vineland NJ 08360
856-691-4600

Essex County Dept. of Citizen Services Division of Welfare

18 Rector St., 9th Fl. Newark NJ 07102
973-733-3000

Gloucester County Bd. of Social Services

400 Hollydell Dr. Sewell NJ 08080
856-582-9200

Hudson County Division of Social Services

John F. Kennedy Office Bldg.
100 Newkirk St. Jersey City NJ 07306
201-420-3000

Hunterdon County Div. Of Social Services

Community Services Center
6 Gauntt Place, PO Box 2900 Flemington NJ 08822-
2900
908-788-1300

Mercer County Board of Social Services

200 Woolverton St., PO Box 1450
Trenton, NJ 08650-2099 609-989-4320

Middlesex County Board of Social Services

181 How Lane, PO Box 509
New Brunswick, NJ 08903 732-745-3500

International Institute of New Jersey Resource Guide

www.iinj.org ■ 201-653-3888 ■ 1 Journal Square Plaza, 4th flr., Jersey City, NJ 07306

Union County Div. of Social Services

342 Westminister Ave., Elizabeth, NJ 07208-3290
908-965-2700

* Jeśli się wydaje, że Państwu, że zostaliście potraktowani niesprawiedliwie przez biuro opieki społecznej, proszę zatelefonować do Poradni Prawnej w NJ (Legal Services of NJ) 1-888-576-5529

INNE NIEDOCHODOWE AGENCJE

Agencje wymienione w tej części reprezentują zaledwie mały ułamek agencji, które udzielają pomocy w sprawach zatrudnienia w całym stanie. Ze względu na ograniczoną ilość miejsca, nie jest możliwe wymienienie wszystkich agencji, które oferują pomoc. Położono więc głównie nacisk na agencje oferujące bezpłatne programy i te, które pracują w szerokim zakresie z imigrantami. „First Call for Help” (Pierwszy Telefon po Pomoc) będzie mógł udzielić Państwu pomocy i skierować Was to wielu innych agencji w Waszym hrabstwie. (Proszę zobaczyć rozdział „Pierwszy Telefon po Pomoc”.)

NORTHERN REGION (Region Północny)

International Institute of New Jersey

(Międzynarodowy Instytut w New Jersey):

880 Bergen Ave. 5th Floor, Jersey City, NJ 07306 (201)
653-3888 wewn. 152

Crescent Social Assistance Agency (Agencja Pomocy Społecznej “Crescent”)

484 Main Street, East Orange, New Jersey 07018 (973)
414-6333

Center for Women

513 West Mount Pleasant Avenue Suite 325, Livingston, NJ 07039-0000

(973) 994-4994 www.centerforwomennj.org

Oferuje zajęcia przygotowujące do pracy i pomaga w znalezieniu zatrudnienia dla byłych gospodyń domowych, które obecnie są jedynymi żywicielkami rodziny w wyniku rozwodu, separacji, owdowienia lub niepełnosprawności współmałżonka. Usługi dla mieszkańców: Morris i Essex Counties oraz ich okolic.

Paterson Task Force/Employment Services Program

152 Market Street Room 214, Paterson, NJ 07505

(973) 279-2333 wewn. 31

Zapewnia konsultacje w zakresie zatrudnienia, umiejętności i przygotowania do pracy, pomaga w znalezieniu posady, umożliwia dostęp do internetu, faksu, i komputera, pomaga w przygotowaniu CV (resume) oraz odpowiedniej garderoby w celu osiągnięcia sukcesu.

Urban League for Bergen County

106 West Palisades Avenue, Englewood, NJ 07631

Contact: Bob Walker (201) 568-4988

Pomoc w zakresie konsultacji dotyczących zatrudnienia, skierowania do pracy, CV (resume), przygotowania do rozmowy wstępnej (interview), pomoc w znalezieniu posady. Dostępna dla wszystkich.

Women's Rights/Career Services

108 West Palisade Avenue, Englewood, NJ 07631 (201) 568-1166

Konsultacje w sprawie zawodu, pomoc w rozpatrzeniu możliwości szkolenia zawodowego oraz możliwości kariery i pomoc w przygotowaniu CV (resume). Pracujemy szczególnie z kobietami i ich rodzinami oraz kobietami – imigrantami. Proszę zatelefonować, aby wyznaczyć spotkanie z konsultantem d/s zawodu.

Wayne Counseling and Family Services/Women in Transition

1022 Hamburg Turnpike, Wayne, NJ 07470
(973) 694-9215

Program dla byłych gospodyń domowych w Passaic County: umiejętności poszukiwania pracy, szkolenie w pisaniu na maszynie i obsłudze komputera dla kobiet, które muszą powrócić do pracy, lub które są niedostatecznie zatrudnione, z powodu straty utrzymania ze względu na śmierć lub kalectwo współmałżonka, separację, rozwód, lub znieważające zachowanie współmałżonka.

Urban League of Morris County/Employment, Training & Placement

13 1/2 James Street, Morristown, NJ 07960

Contact: Mariann Horan (973) 539-2121

Pomoc w znalezieniu zatrudnienia, przygotowaniu do rozmów wspólnych (interview), pisaniu CV (resume). Usługi są dostępne dla wszystkich, aczkolwiek większość naszych klientów stanowią Afroamerykanie, Latynosi, i biali.

CENTRAL REGION (Region Centralny)

Collaboration for Refugee Enterprise Development Opportunities (CREDO) (Współpraca na rzecz możliwości rozwoju działalności gospodarczej uchodźców”)

Jewish Family & Vocational Service of Middlesex County (732) 777-1940
515 Plainfield Avenue, Suite 201, Edison, NJ 08817
Program, który służy pomocą dla uchodźców, azylantów i Kubańczyków zwolnionych warunkowo w rozpoczęciu małej działalności gospodarczej w New Jersey
Witryna internetowa:
http://www.jfvs.org/CREDO_Brochure_JFVS2003.pdf

Retail Skills Center/Customer Service/Contextual ESL

Jersey Gardens Mall 651 Kapkowski Rd., Suite 3001, Elizabeth, NJ 07201
(908) 355-4444
Czterotygodniowy program, codziennie od 9 – 3 po południu.. Szkolenie, pomoc w znalezieniu zatrudnienia, certyfikat sprzedawcy oraz pracownika działu obsługi klientów. Pomagamy w przygotowaniu CV (resume) oraz w przygotowaniu do rozmowy wstępnej (interview). Bezpłatny.
Języki: hiszpański, portugalski

St. Joseph's Social Service Center Project Ready

118 Division St., Elizabeth, NJ 07201
(908) 352-2989
Trzy-tygodniowy program nauki obsługi komputerów, włącznie z wprowadzaniem danych, Microsoft Works oraz internetem. Przygotowanie do rozmów wstępnych (interview), pisanie CV (resume), stosunki interpersonalne, pomoc w rozpoznaniu umiejętności i poszukiwaniu pracy. Program zapewnia przygotowanie odpowiedniej garderoby na rozmowę wstępną. Bezpłatny.

Ironia Free Methodist Church

298 Dover Chester Rd., Randolph, NJ Contact: Rev. Euline Jackson (973) 252-1345
Nauka umiejętności obsługi komputerów, pracy biurowej, w celu zapewnienia posady. Dostępny dla wszystkich..

MOŻLIWOŚCI ZATRUDNIENIA – W INTERNECIE

Innym źródłem, z którego można korzystać w poszukiwaniu zatrudnienia jest internet. W celu uzyskania informacji na temat tego jak nauczyć się korzystania z internetu, proszę przeczytać rozdział dotyczący internetu w niniejszym poradniku. Poniżej podajemy kilka popularnych witryn internetowych.

<http://www.idealists.org>

<http://newyork.craigslist.org/>

<http://www.monster.com>

<http://www.nj.com/jobs/> -- Ta witryna pozwala na przeglądnięcie ofert pracy, wymienionych w ogłoszeniach lokalnych gazet, przesłanie własnego CV (resume) i zasięgnięcie porady w sprawie zawodu. .

<http://www.ajb.org/nj/> -- W tej witrynie można znaleźć ogłoszenia dotyczące pracy dla instytucji stanowych i federalnych, wysłać własne CV (resume), pobrać informacje dotyczące zawodu i otrzymywać elektroniczną pocztę na temat interesujących ofert pracy.

<http://www.careerbuilder.com> -- Ta witryna umożliwi poszukiwanie pracy, wysłanie własnego CV (resume) oraz dostęp do innych sposobów poszukiwania pracy. Jest ona też dostępna w języku hiszpańskim.

SOUTHERN REGION (Region Południowy)

Puerto Rican Unity for Progress (PRUP)

427 Broadway, Camden, NJ 08103
(856) 541-1418
Usługi dla ludności latynoskiej w Camden County
Zatrudnienie i skierownia.

Women's Resource Center, Hispanic Family Center

2700 Westfield Ave, Camden, NJ 08105
(856) 365-7393
Women's Resource Center jest placówką dla kobiet latynoskich o niskich dochodach, byłych gospodyń domowych, i innych kobiet o niskich dochodach oraz z mniejszości narodowych, placówką pomagającą dorosłym w nauce, przygotowaniu do pracy oraz znalezieniu zatrudnienia. Lekcje ESL umiejętność pisania i czytania, nauka obsługi komputera.

Employment and Educational Counseling (SASCA)

Hispanic Social Service Ctr.
Levitt Pky & Charleston Rd, Willingboro, NJ 08046 (609) 835-1111
Informacje i skierowania do pracy oraz programy szkolenia zawodowego. Przygotowanie CV (resume). Należy posiadać kartę ubezpieczenia społecznego (Social Security) akt urodzenia lub prawo jazdy. Proszę najpierw zatelefonować w celu wyznaczenia wizyty.

Dr. Martin Luther King Complex Family Center

1700 Marmora Ave, Atlantic City, NJ 08401
Contact: Jonathan Tran (609) 344-3111
Konsultacje w sprawie zatrudnienia. Usługi głównie dla osób pochodzenia wietnamskiego i chińskiego, ale dostępne dla wszystkich. Bezpłatne.

International Institute of New Jersey Resource Guide

www.iinj.org ■ 201-653-3888 ■ 1 Journal Square Plaza, 4th flr., Jersey City, NJ 07306

Fakty Dotyczące Seniorów

Departament Zdrowia New Jersey oraz Usługi dla Seniorów i Lokalne Agencje d/s Starzenia Się (NJ Department of Health and Senior Services & Area Agencies on Aging)

Każde hrabstwo posiada Agencję d/s Starzenia Się, która jest odpowiedzialna za koordynację usług środowiskowych dla seniorów. Proszę skontaktować się z lokalnym biurem d/s starzenia się, aby otrzymać Lokalny Informator dla Osób Starszych (Resource Directory for Older Adults) (zwykle w języku angielskim), w którym znajdują się obszerniejsze listy programów dla seniorów, jak Programy Mieszkaniowe, (Housing Programs), Pomoc Farmaceutyczna dla Starszych i Niepełnosprawnych (Pharmaceutical Assistance to the Aged & Disabled – PAAD), Program Linii Ratowniczej (Lifeline Program), Pomoc d/s Aparatów Słuchowych dla Osób Starszych i Niepełnosprawnych (Hearing Aid Assistance to the Aged a& Disabled -- HAAAD) i inne.

Kto jest seniorem?

W USA przysługują seniorom pewne programy, świadczenia i zniżki. Wymagania co do wieku w celu otrzymania pewnych świadczeń lub zniżek dla seniorów różnią się w zależności od programu. Minimum wieku waha się od 55 do 65 lat.

NUMERY TELEFONÓW WAŻNE DLA SENIORÓW W NJ

W niektórych przypadkach poniższe telefony będą odbierały tylko osoby mówiące po angielsku. Powinniście Państwo wtedy zastosować zasady opisane w rozdziale „W jaki sposób rozmawiać z agencjami i otrzymać to, co Wam potrzebne” i poprosić o tłumacza mówiącego waszym językiem.

- NJ EASE: 1-877-222-3737
- Office of Support Services for the Aged:(Biuro Usług Wspierających dla Osób Starszych) 1-800-792-9745
- NJ Senior Citizens Information and Referral Assistance: (Pomoc w Sprawach Skierowań i Informacji dla Seniorów w New Jersey) 1-800-792-8820
- State Health Insurance Program: (Program Stanowych Ubezpieczeń Chorobowych) 1-800-792-8820
- Adult Protective Services: (Serwis Ochrony dla Dorosłych) 1-800-792-8820
- AARP Tax Counseling for the Elderly: (AARP Porady Podatkowe dla Osób Starszych) 1-877-227-7669

Wydział do Spraw Młodzieży i Usług dla Rodzin (Department of Youth and Family Services -- DYFS)

DYFS jest agencją usług prewencyjnych, która zgodnie z wymogami prawa zajmuje się prowadzeniem dochodzenia w sprawie wszystkich zgłoszonych domniemanych przypadkach zaniedbania, porzucenia czy też przemocy wobec dzieci. Dziećmi są w/g definicji osoby poniżej wieku 18 lat, których rodzice, opiekunowie lub inne osoby mają je w swojej pieczy. DYFS zajmuje się też sprawami adopcji i umieszczania dzieci w rodzinach zastępczych w New Jersey.

Co oznaczają wyrażenia: zaniedbanie, porzucenie i przemoc/nadużycia wobec dzieci?

Nadużycia/przemoc fizyczna: Zadanie dzieciom obrażeń w rezultacie uderzenia, bicia, kopania, gryzienia, przypalenia, potrząsania lub wyrządzenie im jakiegokolwiek innej krzywdy. **Krzywda wyrządzona dziecku nie koniecznie musiała być intencją rodzica czy opiekuna, obrażenia mogły powstać na skutek zbyt surowej dyscypliny lub kary fizycznej. Bez względu na intencje, jakakolwiek kara, pozostawiająca znaki fizyczne lub obrażenia, może być uważana za w Stanach Zjednoczonych za nadużycie wobec dziecka.

Zaniedbanie dziecka: nie zapewnienie dziecku podstawowych potrzeb (fizycznych, edukacyjnych, lub uczuciowych). Zaniedbania fizyczne obejmują odmowę lub zwlekanie z zapewnieniem opieki zdrowotnej, porzucenie, wyrzucenie z domu czy odmowa pozwolenia na powrót do domu i nieadekwatny nadzór.

International Institute of New Jersey Resource Guide

www.iinj.org ■ 201-653-3888 ■ 1 Journal Square Plaza, 4th flr., Jersey City, NJ 07306

Zaniedbania edukacyjne to zezwolenie na ciągłe wagarowanie, nie zapisanie dziecka w obowiązującym wieku szkolnym do szkoły i nie zapewnienie specyficznych potrzeb edukacyjnych. Zaniedbania emocjonalne obejmują takie działania jak na przykład niezwracanie uwagi na potrzebę czułości wobec dziecka, odmowa lub brak zapewnienia opieki psychologa, jeśli zajdzie potrzeba, akty przemocy domowej w obecności dziecka oraz zezwolenie na używanie alkoholu i narkotyków przez dzieci. **Ocena zaniedbania wymaga wzięcia pod uwagę zróżnicowania w wartościach i standardach kulturowych co do opieki, a także zrozumienie, że fakt niezapewnienia dziecku niezbędnych potrzeb życiowych może wynikać z ubóstwa.

Nadużycia seksualne: Nadużycia seksualne obejmują dotykanie narządów płciowych dziecka, stosunek płciowy, gwałt, sadozomę, ekshibicjonizm oraz wykorzystanie komercyjne przez prostytutkę lub produkcję materiałów pornograficznych.

Nadużycia emocjonalne: Działania (lub ich brak) rodziców/opiekunów, które spowodowały lub mogły spowodować poważne zaburzenia emocjonalne, behawioralne lub umysłowe u dziecka. Przykładowo rodzice mogą stosować ekstremalne lub dziwaczne formy kary, jak zamykanie dziecka w ciemnym pomieszczeniu.

Co następuje po otrzymaniu przez DYFS raportu o zaniedbaniu, porzuceniu lub nadużyciach wobec dziecka?

Zgłaszanie: Prawo NJ wymaga, aby osoba, która ma rozsądne podstawy do przypuszczenia, że doszło do nadużyć lub zaniedbań wobec dziecka, zgłosiła to niezwłocznie do DYFS telefonicznie, na piśmie lub osobiście. Tego rodzaju zgłoszenia mogą pochodzić z różnych źródeł włącznie z dziećmi i rodzicami, członkami rodziny, nauczycielami, pracownikami przedszkoli, itp...

Dochodzenie: Dochodzenie może się rozpocząć w ciągu 24 do 72 godzin od otrzymania raportu, w zależności od specyficznej sytuacji. Każda sprawa jest przydzielona pracownikowi DYFS, którego często nazywa się „caseworker” (pracownikiem opieki społecznej). Pracownik ten przeprowadzi wywiady (ze świadkami, dzieckiem, rodzicami), dokona obserwacji (w domu dziecka/w miejscu zgłoszonych nadużyć) i dokona przeglądu stosownych dokumentów w celu oceny dowodów. **Wszelkie informacje dotyczące dochodzenia są poufne. Udzielać można jedynie informacji koniecznych do skutecznego przeprowadzenia dochodzenia, ale w ograniczonym zakresie.

Wnioski/Plan Usług: Jeśli nie stwierdzi się dowodów wskazujących na nadużycia lub zaniedbanie, sprawa może zostać zamknięta. Jakkolwiek jeśli dana rodzina doświadcza poważnych stresów lub problemów, to pomoc i wsparcie dla tej rodziny będą kontynuowane.

Jeśli stwierdzi się, że istnieją dowody nadużyć lub zaniedbań wobec dziecka to zostanie przygotowany plan określający specyficzne obowiązki rodziców i DYFS i działania niezbędne dla ochrony dziecka, zredukowania istniejących stresów i poprawy zdolności funkcjonowania tej rodziny. DYFS może pomóc rodzinie w nawiązaniu kontaktu z lokalnymi agencjami, takimi jak poradnie, usługi prawne, itp.

Usunięcie dzieci z domu: Wnioski i wyniki wskazujące na nadużycia wobec dziecka nie oznaczają od razu, że dzieci zostaną usunięte z domu. Dziecko nie może zostać usunięte bez zgody rodziców lub nakazu sądowego, chyba że istnieje bezpośrednie ryzyko skrzywdzenia dziecka i nie ma czasu na zapewnienie nakazu sądowego. Po usunięciu dziecka z domu sprawa zostaje przekazana do Sądu Rodzinnego w celu opracowania planu usług dla dziecka. Usunięte dzieci zostają umieszczone w rodzinach zastępczych na czas nieokreślony, a jeśli rodzice staną pozbawieni praw rodzicielskich przez sąd, dziecko będzie podlegało adopcji.

Przesłuchania: W czasie przesłuchań prowadzonych w Sądzie Rodzinnym sędzia wysłuchuje prezentowanych informacji i następnie wydaje nakazy sądowe. W nakazie sądowym sędzia udziela instrukcji rodzicom, pracownikom opieki społecznej z DYFS oraz innym agencjom opieki nad dziećmi, jak mają postępować. W tym czasie zostaje przydzielony dziecku opiekun prawny, który będzie go reprezentował w sądzie. Rodzice mają również prawo do reprezentacji i zostaje im przydzielony adwokat jeśli ich nie stać na własnego. Głównym celem Sądu Rodzinnego jest pomoc i ochrona dla dziecka, a nie ukaranie rodziny. Z tego powodu sędzia może dokonać ważnych decyzji w najlepszym interesie dziecka, włącznie z tym gdzie dziecko ma mieszkać. Jeśli rodzice nie zastosują się do planu opracowanego przez sędziego i sytuacja nie ulegnie poprawie, to dziecko może zostać- nakazem sądowym- usunięte na stałe.

Prawa rodzicielskie: Prawa rodzicielskie pozostają w mocy w trakcie całego dochodzenia i procesu sądowego, aczkolwiek bezpieczeństwo dziecka pozostaje na pierwszym miejscu. Po usunięciu dziecka z domu, pozbawienia praw rodzicielskich można dokonać jedynie na podstawie nakazu sędziego Sądu Rodzinnego.

****Każdy rodzic/każda osoba, która została fałszywie oskarżona o nadużycia wobec dziecka ma prawo do skarżenia o zniesławienie. Osoba ta musi jednak udowodnić, że raport złożony przeciwko niej został sporządzony złośliwie.**

Więcej informacji:

Witryna: : <http://www.state.nj.us/humanservices/dyfs/>

W celu zasięgnięcia dalszych informacji włącznie z numerem telefonicznym i adresem lokalnej placówki DYFS proszę zatelefonować na nr. 1-800-792-8610 lub zaglądnąć do internetu na stronę:

<http://www.state.nj.us/humanservices/dyfs/>

Gorące linie DYFS

Child Abuse Hotline (gorąca linia d/s nadużyć wobec dzieci) 1-800-792-8610 1-800-835-5510 (dla niesłyszących)
24 godziny dziennie - 7 dni w tygodniu

Family Helpline (linia Pomocy dla Rodzin) 1-800-THE-KIDS
24 godziny dziennie - 7 dni w tygodniu

Jeśli jesteście Państwo pod wpływem stresu, proszę zatelefonować na numer linii Pomocy dla Rodzin i rozpracować swoje problemy zanim dojdzie do sytuacji kryzysowej.

Registered Family Day Care Line (Linia Zarejestrowanych Rodzinnych Opiekunów Dziennych)
1-800-3-DAY-CARE

Dzwoniąc na ten numer można otrzymać numery telefonów lokalnego Systemu Placówek Opieki nad Dziećmi i Skierowań aby zasięgnąć informacji na temat rodzinnych placówek opieki nad dziećmi oraz innych usług w zakresie opieki nad dziećmi istniejących w okolicy. Osoby udzielające opieki mogą się tam dowiedzieć jak zostać zarejestrowanym rodzinnym opiekunem dziennym.

Safe Haven Infant Protection Hotline (Gorąca linia Ochrony Niemowląt „Safe Heaven”)

1-877-839-2339

24 godziny dziennie - 7 dni w tygodniu

Bezpłatna linia dla strapiionych rodziców, którzy chcą anonimowo oddać niechciane dziecko, bez obawy, że zostaną aresztowani lub prześladowani. Choć należy udzielić pewnych informacji, podawanie imion i nazwisk nie będzie wymagane.

System Szkolny dla Dzieci

System Szkolny USA może się bardzo różnić od tego, do którego jesteście Państwo przyzwyczajeni. W tym kraju wielką wagę przykładana się do tego by rodzice mieli wiele do powiedzenia w sprawie edukacji swoich dzieci. Nierzadko rodzice przychodzą do szkoły, aby orędnować w sprawie potrzeb dzieci. Proszę nie obawiać się przedstawić swoich obaw i swoich pomysłów. Wielu nauczycieli docenia wkład rodziców. Badania wykazały, że im bardziej rodzice są zaangażowani w edukację dzieci, tym lepiej dzieci radzą sobie w szkole. Oto niektóre informacje dotyczące systemu szkolnego w USA, personelu szkolnego, i sposobów w jakie rodzice mogą wykazać swoje zaangażowanie.

„Kto jest kto” w szkole?

W szkołach pracuje wielu różnych ludzi: administratorzy, nauczyciele i personel pomocniczy

Administratorzy nie uczą uczniów, oni zarządzają szkołą.

- Superintendent jest administratorem całego okręgu.
- Dyrektor jest administratorem danej szkoły
- Zastępcy dyrektora są dodatkowymi pomocnikami dyrektora.

International Institute of New Jersey Resource Guide

www.iinj.org ■ 201-653-3888 ■ 1 Journal Square Plaza, 4th flr., Jersey City, NJ 07306

Nauczyciele uczą uczniów.

- Nauczyciel w „klasie macierzystej” (homeroom) – Piewsza osoba, która spotyka uczniów rano, sprawdza obecność, słucha ogłoszeń, i otrzymuje informacje dotyczące szkoły
- Nauczyciel klasowy/wychowawca – młodszy uczniowie mogą spędzać z nim/z nią cały dzień. Starsi uczniowie mogą przechodzić z klasy do klasy, aby uczyć się różnych przedmiotów: czytania, matematyki czy historii.
- Nauczyciel dwu-języczny – uczy wielu przedmiotów w obydwu językach: w języku ojczystym uczniów i w angielskim
- Nauczyciel angielskiego, jako języka obcego – Uczy języka angielskiego uczniów, którzy jeszcze go zbyt dobrze nie znają
- Nauczyciel „specjalnej edukacji” – uczy uczniów o specyficznych, szczególnych potrzebach
- Bibliotekarz – uczy na temat biblioteki i pomaga studentom w wypożyczaniu książek.
- Nauczyciel mowy – pomaga uczniom mającym kłopoty z wymową i mówieniem
- Specjalni nauczyciele – uczą muzyki, plastyki i wychowania fizycznego

Personel pomocniczy pomaga administracji i nauczycielom w wykonywaniu ich pracy

- Sekretarka szkolna: odbiera telefony, pisze korespondencję, wita odwiedzających i pomaga dyrektorowi.
- Pielęgniarka szkolna: Zajmuje się chorymi dziećmi w szkole
- Doradca: pomaga studentom w rozwiązaniu problemów w szkole i w domu
- Pośrednik usługowy: pomaga utrzymać kontakt pomiędzy rodzicami i programami pozaszkolnymi

Co ja mogę zrobić?

Szkoły oferują rodzicom różne sposoby zaangażowania w edukację ich dzieci.

„Dom otwarty” – rodzice mogą spotkać się z nauczycielami dziecka, zobaczyć klasy i dowiedzieć się jaki dzieci się uczą i pracują.

Spotkania/konferencje nauczycieli z rodzicami – Rodzice mogą prywatnie przedyskutować postępy i zachowanie ich dzieci z nauczycielami. Zwykle odbywają się one jeden lub dwa razy w roku. Jeśli dziecko ma poważne problemy z nauką lub zachowaniem, rodzice mogą być wezwani częściej. Rodzice ZAWSZE mogą poprosić o konferencje, w każdej chwili. Zwrócenie się przez rodziców do nauczyciela z troskami czy pytaniami jest całkowicie na miejscu. Nie trzeba czekać, aż oni zwrócą się do Państwa.

Komitety rodzicielskie: W każdej szkole jest grupa rodziców, która spotyka się raz w miesiącu. W czasie tego spotkania rodzice dzielą się informacjami i materiałami. Jest to bardzo dobry sposób zapoznawania się z działalnością w szkole i sąsiedztwie.

Co można zrobić jeśli dziecko potrzebuje pomocy?

Szkoła jest po to, żeby Państwu pomóc. Proszę powiadomić ich o trudnościach jakich Państwo lub Wasza rodzina może doświadczać. Oto kilka pomocnych wskazówek:

1. Proszę odwiedzić szkołę osobiście. Drobne sprawy można załatwić telefonicznie, ale o ważniejszych sprawach czy obawach lepiej porozmawiać osobiście, aby personel szkoły mógł wraz z Państwem wspólnie pracować nad znalezieniem rozwiązania.
2. Proszę spróbować załatwić sprawę z nauczycielem Waszego dziecka. Nauczyciel często zna dziecko lepiej niż ktokolwiek inny z personelu szkolnego i będzie mieć największą ilość informacji którymi będzie się mógł z Państwem podzielić.
3. Jeśli nie da się rozwiązać problemu z nauczycielem, proszę się skontaktować z dyrektorem. I też osobiście. Proszę powiedzieć dyrektorowi o rozmowach przeprowadzonych już z nauczycielem. Proszę podzielić się faktami i powiedzieć jakiego rozwiązania Państwo oczekujecie.
4. Jeśli nie będziecie Państwo zadowoleni z rozwiązania oferowanego przez dyrektora, proszę go powiadomić o swoim niezadowoleniu oraz o tym, że jesteście Państwo gotowi przedstawić daną sprawę następnej osobie w hierarchii władzy.
5. Należy poprosić o skierowanie do Zespołu Wspomagającego Personel Szkolny (School Staff Support Team) lub do Zespołu Kierownictwa Szkoły (School Leadership Team) Te dwie grupy mogą wraz z Państwem pracować w kierunku osiągnięcia pożądaných zmian w szkole.

Podręcznik o prawach jakie rodzice posiadają w systemie szkolnym znajduje się na:

<http://www.ncpublicschools.org/parents/prnthndbk.html>

Istnieje wiele witryn internetowych, które oferują pomoc i wsparcie dla rodziców dzieci w wieku szkolnym. Poniżej wymieniono kilka przykładów. Nie jest to w żadnym razie wyczerpująca lista.

International Institute of New Jersey Resource Guide

www.iinj.org ■ 201-653-3888 ■ 1 Journal Square Plaza, 4th flr., Jersey City, NJ 07306

NJ Department of Education Parent Section (Wydział Edukacji NJ – Sekcja d/s Rodziców)

The Parents' Circle (Krąg Rodziców) stanowi centrum informacji, gdzie rodzice mogą dowiedzieć się w jaki sposób mogą być oni aktywnie pomocni w szkołach, gdzie mogą znaleźć źródła informacji naukowej dla uczniów i wiele innych użytecznych informacji..

<http://www.state.nj.us/njded/parents/>

My Child's Academic Success: Helping you Child Succeed (Sukces mojego dziecka – Jak pomóc dziecku w osiągnięciu sukcesu)

Zawiera szereg broszur o tym jak pomóc dziecku w odniesieniu sukcesu w wielu przedmiotach szkolnych takich jak: historia, matematyka, nauki przyrodnicze, czytanie itd. Zawiera również broszurę o tym jak pomagać dzieciom by nauczyły się z powodzeniem odrabiać zadania domowe, a także wiele innych interesujących zagadnień z zakresu wychowania i pomocy dzieciom w odniesieniu sukcesów w szkole..

<http://www.ed.gov/parents/academic/help/hyc.html>

Questions Parents Ask about Schools (Pytania na temat szkoły zadawane przez rodziców)

Ta publikacja udziela odpowiedzi na wiele pytań zadawanych przez rodziców dzieci ze szkół podstawowych i ponad-podstawowych, którzy chcą pomóc dzieciom w nauce i odniesieniu sukcesów. Podaje sugestie na temat tego jak udzielać dzieciom wsparcia w zakresie edukacji. Niniejsza publikacja dostępna jest również w języku hiszpańskim. <http://www.ed.gov/parents/academic/help/questions/index.html>

Family Education (Edukacja rodzinna)

Rodzice znajdują tu informacje na temat pomocy w odrabianiu zadań, wskazówki wychowawcze, i porady ekspertów z różnych dziedzin związanych z dziećmi. Jest podzielona w/g klas i zawiera zadania do nauki i oceny dzieci. <http://www.familyeducation.com/home/>

Jak Zostać Obywatel Stanów Zjednoczonych

Co roku setki tysięcy imigrantów przybywają do Stanów Zjednoczonych i po pewnym czasie większość z nich składa ślubowanie lojalności wobec Stanów Zjednoczonych i zostaje obywatelami USA.

Imigranci zostają obywatelami Stanów Zjednoczonych w procesie naturalizacji. Jest to działanie w celu wykazania, że dany imigrant chce w pełni uczestniczyć w amerykańskim obywatelskim życiu. Proces naturalizacji nie jest łatwy. Petenci muszą nauczyć się mówić, czytać i pisać w języku angielskim, oraz poznać historię i strukturę rządu Stanów Zjednoczonych. Proces ten wymaga też cierpliwości wobec nadmiernie przeciążonej imigracyjnej biurokracji.

Korzyści wynikające z uzyskania obywatelstwa:

Obywatelstwo zwiększa możliwości udziału w życiu publicznym. Obywatele mogą głosować w wyborach, służyć jako przysięgli i mogą być wybierani na stanowiska publiczne.

Obywatele mogą składać podania o przyjazd dla większej ilości członków rodziny niż posiadacze zielonej karty. Krewni obywateli mogą imigrować szybciej.

Wszyscy obywatele mają pełny dostęp do świadczeń społecznych. W roku 1996 prawa imigracyjne i prawa pomocy społecznej znacznie ograniczyły dostęp legalnych imigrantów do głównych federalnych programów świadczeń społecznych włącznie z Supplemental Security Income (SSI) (Uzupełniający, zabezpieczający dochód) , Food Stamps (znaczkę na jedzenie), Medicaid (ubezpieczenie zdrowotne), i Temporary Assistance for Needy Families (TANIF) (Tymczasowa pomoc dla potrzebujących rodzin). W przeciwieństwie do obywateli, dla których pomoc społeczna jest przyznawana w zależności od ich możliwości do pracy, imigrantom odmawia się świadczeń bez względu na ich zdolność do pracy. Uzyskanie obywatelstwa zabezpiecza Wasze możliwości korzystania z tych programów.

Dzieci poniżej lat 18 będące legalnymi rezydentami mogą zostać obywatelami, jeśli ich rodzice zostaną obywatelami.

Obywatele mogą podróżować za granicę bez obawy o utratę statusu.

Obywatele nie mogą być deportowani. Obywatelstwo nie traci ważności. Obywatele nie muszą wznawiać swojego prawnego statusu.

Wymagania, jakie należy spełnić w celu naturalizacji:

W poszukiwaniu informacji na temat warunków i wymagań naturalizacji dobrze jest zaglądnąć na stronę internetową USCIS (www.uscis.gov). Oferuje ona wyczerpujący zakres informacji dotyczących naturalizacji. Urząd Imigracji i Naturalizacji (The Immigration and Naturalization Service -- INS) zmienił ostatnio nazwę, w trakcie restrukturyzacji organizacji rządowych, i nosi obecnie miano Urzędu Obywatelstwa i Imigracji Stanów Zjednoczonych (United States Citizenship and Immigration Services – CIS). Ze względu na ograniczoną ilość miejsca, niniejszy przewodnik oferuje tylko ogólne informacje. Istnieje wiele szczególnych wymagań i kategorii związanych z otrzymaniem obywatelstwa USA. Ze względu na skomplikowany proces naturalizacji, zaleca się, aby przed złożeniem podania o naturalizację, przeczytać pakiet zatytułowany „A Guide to Naturalization” (Przewodnik do Naturalizacji) z oficjalnej strony internetowej USCIS. Pakiet zawiera wymagania kwalifikujące do naturalizacji, informacje na temat tego jak składać podania o obywatelstwo, a także zawiera formularze związane z tym procesem, które można pobrać i wydrukować. Przewodnik dostępny jest w języku tagalskim, hiszpańskim, wietnamskim, oraz chińskim.

Można go pobrać otwierając stronę: <http://uscis.gov/graphics/services/natz/guide.htm> lub można go otrzymać telefonując do państwowego biura obsługi klientów CIS (CIS National Customer Service) pod numer 1 (800) 375-5283. CIS National Customer Service Center oferuje usługi po angielsku i hiszpańsku.

Podstawowe wymagania do naturalizacji są następujące: kandydat musi mieć ukończone 18 lat, otrzymał legalne zezwolenie na pobyt stały, zamieszkiwał jako legalny stały rezydent w USA przez okres przynajmniej 5 lat, bez żadnego okresu nieobecności wynoszącego ponad jeden rok, posiada moralnie prawy charakter, potrafi czytać, pisać i mówić po angielsku. Dodatkowo musi on się wykazać znajomością i zrozumieniem podstaw historii i struktur rządowych Stanów Zjednoczonych. O obywatelstwo mogą też starać się osoby będące współmałżonkiem obywatela/obywatelki USA przez okres trzech lat.

W celu pobrania kompletnych informacji na temat warunków naturalizacji, proszę zaglądnąć do: <http://uscis.gov/graphics/services/natz/natzinfo.doc>

Fakt otrzymywania zapomogi społecznej w przeszłości nie będzie użyty przeciwko osobom starającym się o uzyskanie obywatelstwa.

Imigranci nie posiadający legalnych dokumentów nie mogą zostać obywatelami..

Osoby pragnące sprawdzić czy kwalifikują się do złożenia podania o naturalizację mogą wypełnić arkusz „Naturalization Eligibility Worksheet” przygotowany przez U.S Citizenship and Immigration Service i znajdujący się na stronie internetowej:

<http://uscis.gov/graphics/services/natz/wsCIStruct.htm>

Składanie podania o naturalizację:

Istnieje wiele sposobów składania podania o naturalizację: można to zrobić samemu, z pomocą organizacji środowiskowych lub z pomocą adwokata.

W przypadku, gdy dana osoba była kiedykolwiek aresztowana, skazana za przestępstwo, lub jeśli istnieją jakieś wątpliwości dotyczące stałego nieprzerwanego pobytu w USA lub co do moralnego charakteru tej osoby, szczególnie zaleca się skorzystanie z porady adwokata przed złożeniem podania o obywatelstwo.

Składając podanie o naturalizację można narazić się na deportację. . Istnieje wiele powodów, dla których CIS może stwierdzić, że dana osoba podlega deportacji, między innymi: jeśli stwierdzi się, że dana osoba była skazana za pewne przestępstwo, przebywała poza granicami USA zbyt długi okres czasu, pomagała komuś dostać się na teren USA nielegalnie, złożyła fałszywe oświadczenia w celu uzyskania pomocy społecznej lub korzyści imigracyjnych, CIS może stwierdzić że osoba ta podlega deportacji, nawet jeśli posiada „zieloną kartę”. Ze względu na tego rodzaju ryzyko, przy ewaluacji kwalifikacji danej osoby do składania podania, ważna jest pomoc osoby dobrze zorientowanej w tych zagadnieniach. Proszę nie polegać na informacjach otrzymanych od przyjaciół, rodziny czy notariuszy.

Jeśli USCIS przyzna danej osobie status obywatela, a w terminie późniejszym stwierdzi, że ta osoba kłamała w trakcie wywiadu, obywatelstwo może zostać unieważnione.

Gdyby ktoś z Państwa potrzebował adwokata w celu przygotowania podania, lista prawników imigracyjnych dostępna jest w rozdziale „Immigration Law”.

Jeśli zdecydujecie się Państwo samodzielnie składać podanie o naturalizację proszę odwiedzić stronę internetową: <http://uscis.gov/graphics/services/natz/index.htm> . Można tu znaleźć szczegółowe informacje na temat naturalizacji. Instrukcje dotyczące wypełniania dokumentacji zawarte są też na pierwszych sześciu stronach podania - formularza N-400 - które należy złożyć w CIS.

Wiele organizacji środowiskowych może pomóc Państwu przy wypełnianiu podania o naturalizację za odpowiednią opłatą lub po odpowiednio obniżonych stawkach (w/g skali ruchomej). Wiele agencji wymienionych w rozdziale „Immigration Law” udzieli Państwu pomocy przy przygotowaniu i wypełnianiu dokumentacji niezbędnej do naturalizacji.

Proszę nie nosić podania do biura CIS. Dobrze jest wysłać wszelkie dokumenty do CIS pocztą poleconą (certified mail) zachowując dla siebie kopie. Po złożeniu przez Was podania, CIS prześle Państwu pisemne zawiadomienie z wyznaczonym terminem składania odcisków palców. Parę miesięcy później zostaniecie Państwo zawiadomieni o dacie wywiadu. W trakcie wywiadu otrzymacie pytania dotyczące informacji zawartych w Waszym podaniu, a także będziecie zdawać test ze znajomości języka angielskiego oraz wiedzy na temat historii i rządu USA. Jeśli Wasze podanie zostanie zaakceptowane, CIS zawiadomi Was kiedy należy zgłosić się na uroczystość zaprzysiężenia i kiedy otrzymacie zaświadczenie o naturalizacji.

Przygotowanie do testu i wywiadu w sprawie naturalizacji.

Nie trzeba biegle władać językiem angielskim po to, aby zakończyć wywiad z pozytywnym rezultatem. Kandydat powinien jednakże umieć w trakcie wywiadu odpowiedzieć na pytania dotyczące składanego podania w języku angielskim i odpowiedzieć na pytania dotyczące historii i rządu USA również w języku angielskim. Osoba przeprowadzająca wywiad podyktuje zdanie w języku angielskim, które należy umieć po angielsku przeczytać i napisać. .

Egzaminator z CIS wybierze następnie około 10 ze 100 standardowych pytań zawartych na liście. Jeśli nie uda się Państwu zdać egzaminu z historii i struktury rządu w trakcie pierwszego wywiadu, można podejść do tego egzaminu po raz drugi bez konieczności ponownego składania podania.

100 przykładowych pytań na temat rządu i historii USA wraz z odpowiedziami, znajduje się na stronie internetowej: <http://uscis.gov/graphics/services/natz/100q.pdf> Jeśli chcecie Państwo sami spróbować zdać test potrzebny do naturalizacji (internetowy test próbny „Historia i Rząd USA” – U.S History and Government Online Test to practice) i sprawdzić swoje przygotowanie, proszę zaglądnąć na stronę: <http://uscis.gov/graphics/exec/natz/natztest.asp>

Przewodnik do nauki historii Stanów Zjednoczonych pomocny w nauce do egzaminu można pobrać z: <http://uscis.gov/graphics/services/natz/ushist.pdf>

Przewodnik na temat struktur rządu USA pomocny w nauce do egzaminu obywatelskiego jest na stronie: <http://uscis.gov/graphics/exec/natz/natztest.asp?FormMode=INITIAL>

Zajęcia przygotowujące do obywatelstwa.

Wiele organizacji środowiskowych oferuje kursy obywatelskie, na których można nauczyć się wszystkiego, co potrzebne jest do egzaminu. Można również zwrócić się do biblioteki publicznej z prośbą o kursy przygotowujące do wywiadu w celu uzyskania obywatelstwa.

International Institute of New Jersey

880 Bergen Ave, Jersey City, NJ 07305
Contact: Education Department (201) 653-3888
Zajęcia oferowane są w jesieni, w zimie i na wiosnę. Bezpłatne.

Bergen County Community Action Program

241 Moore Street, Hackensack, NJ 07601
Contact: Yoland Neptune (201) 968-0200 wewn. 7021
Zajęcia oferowane są w pon. i śr. Bezpłatne.

La Casa De Don Pedro, Inc

75 Park Ave, Newark, NJ 07104
Contact: Derlar Franco (973) 481-4713 ext 202
Zajęcia oferowane są rano i wieczorem w soboty.
Dostępne dla rezydentów Essex County.
Bezpłatne.

FOCUS Hispanic Center for Community Development

441-443 Broad Street, Newark, NJ 07102
Contact: Jerry Salme (973) 624-2528 wewn. 113
Bezpłatne

International Institute of New Jersey Resource Guide

www.iinj.org ■ 201-653-3888 ■ 1 Journal Square Plaza, 4th flr., Jersey City, NJ 07306

Perth Amboy School District

178 Barraks Street, Perth Amboy, NJ 08861
(732) 376-6240 ext 31401
Proszę pytać o wieczorową szkołę dla urodzonych zagranicą (Evening School for the Foreign Born).
Przy wypełnianiu podania proszę koniecznie wpisać, że jesteście Państwo zainteresowani kursem obywatelskim

Paterson School District

151 Ellison Street, Paterson, NJ 07505
(973) 321-0760 Zajęcia zaczynają się we wrześniu i w styczniu. Bezpłatne. Proszę zadzwonić i dowiedzieć się o daty rejestracji.

Passaic County Tech. Institute

152 Market Street, Patterson, NJ 07505
(973) 684-0106. Zajęcia zaczynają się we wrześniu. Otwarte dla wszystkich. Bezpłatne.

Dr. Martin Luther King Complex Family Center

1700 Marmora Ave, Atlantic City, NJ 08401
Contact: Jonathan Tran (609) 344-3111
Zajęcia rozpoczynają się zawsze w lipcu. Pon/śr.
5:30-7:30po południu. Głównie dla osób pochodzenia wietnamskiego i chińskiego, ale otwarte dla wszystkich. Bezpłatne

Latina Unidas

140 East Hannover, Trenton NJ, 08608
Contact: Cece Weeast (609) 396-3040
Proszę zadzwonić, żeby sprawdzić kiedy zacznie się kolejny kurs.

Immigration & American Citizenship Organization (IACO)

647 Main Ave Suite 205, Passaic, NJ 07055
(973)-472-4648
4-tygodniowy kurs w soboty. Opłata \$150 obejmuje materiały pomocnicze

Jewish Vocational Service/Émigré Resettlement Center

111 Prospect Street, East Orange, NJ 07017
Contact: Inna Karmers
(973) 671-6330
Zajęcia złączą się w październiku i będą trwały 15 tygodni. Kurs dla seniorów

Bergen County Community Action Program

241 Morris Street, Hackensack NJ, 07601
Contact: Mercedes or Yolade
(201) 968-0200 ext 7001
Zajęcia od września do lipca. Bezpłatne dla rezydentów Bergen County. W celu rejestracji proszę przynieść dowód zamieszkania i zaświadczenie o zarobkach.

Boat People, S.O.S.

5403 Westfield Ave., Ste A, Pennsauken, NJ 08110
Contact: Minh Lam (856) 486-7770
Sob 10-1po poł. Głównie dla osób pochodzenia wietnamskiego, ale dostępne dla wszystkich. Proszę dzwonić w celu rejestracji.

ZAPOMOGA SPOLECZNA W NEW JERSEY

Zapomoga społeczna w Stanach Zjednoczonych, zwana czasem welfare (zasilek z opieki społecznej), odnosi się do wielu różnych programów rządowych, które zapewniają pieniądze lub inne świadczenia dla potrzebujących ludzi.

W 1996 roku Kongres uchwalił ustawy, które zmieniły zasady pomocy społecznej w Stanach Zjednoczonych. Jedną z wielu zmian był zaostrzony dostęp do zapomogi społecznej dla niektórych kategorii imigrantów. Zawile ustawy określające kwalifikowanie się imigrantów do świadczeń zapomogi społecznej, częste zmiany w ustawach, zmyliły nie tylko imigrantów, lecz również sam personel zajmujący się programami zapomogi społecznej. Poza tym, wiele programów ma różne zasady w różnych stanach. Nieporozumienia, obawa o "public charge" (jak korzystanie z tych usług może wpłynąć na Twój status imigracyjny), obawa o Affidavit of Support (Finansowa Gwarancja) i "sponsor deeming" (obawa o to, że sponsorzy mogą być zmuszeni zapłacić za świadczenia, z których korzystał imigrant – patrz poniżej), bariery językowe (urzędy welfare nie używają tłumaczy kiedy powinni, agencje stanowe żądające weryfikacji statusu emigracyjnego, wszystko to może spowodować, że nie-obywatele nie ubiegają się o pomoc, do której się kwalifikują).

Poniżej można znaleźć niektóre bardzo podstawowe informacje dotyczące świadczeń publicznych. Sekcja 1, to przegląd najważniejszych świadczeń publicznych w USA udzielanych w New Jersey. Sekcja 2, opisuje kwalifikowanie się na niektóre ze świadczeń przez pewne kategorie nie-obywateli. Sekcja 3, wymienia usługi dostępne dla wszystkich (nawet nie udokumentowanych osób), bez względu na ich emigracyjny status.

International Institute of New Jersey Resource Guide

www.iinj.org ■ 201-653-3888 ■ 1 Journal Square Plaza, 4th flr., Jersey City, NJ 07306

PODSTAWOWE PROGRAMY ZAPOMOGI SPOŁECZNEJ

Program Food Stamps (Kartki Żywnościowe) – pomaga mało zarabiającym osobom i rodzinom w zakupie żywności. W ramach tego programu otrzymuje się kartę, która można użyć w sklepie spożywczym, aby zakupić żywność, tak samo jak używanie karty kredytowej w celu zakupu żywności. Kwota oparta jest o twój dochód oraz ilość kwalifikujących się osób w twoim gospodarstwie domowym. Możesz posiadać dom i samochód i pomimo to ciągle kwalifikować się na kartki żywnościowe. Aby otrzymać karki żywnościowe musisz wypełnić podanie w swoim powiatowym Board of Social Services (lista poniżej). Po więcej informacji zadzwoń na infolinie New Jersey Food Stamp Information Line: 1-800-687-9512.

TANF – (tymczasowa zapomoga dla rodzin w potrzebie) zapewnia pomoc finansowa mało zarabiającym rodzinom z dziećmi. Kwota, która otrzymuje rodzina oparta jest na dochodzie i na ilości kwalifikujących się osób w twoim gospodarstwie domowym. W większości przypadków rodzice będą musieli pracować, szukać pracy, lub podjąć naukę lub szkolenie aby się kwalifikować. Program ten udziela również szkolenia zawodowego i szukania pracy, jak również pomocy w opiece nad dziećmi i w kosztach transportu. Rodziny kwalifikujące się na pomoc TANF automatycznie otrzymuje kartki żywnościowe i Medicaid. Pomoc ta limitowana jest do łącznej ilości 60 miesięcy okresie całego życia. Aby ubiegać się o TANF należy złożyć podanie w swoim powiatowym urzędzie Board of Social Services.

SSI – (dodatkowy dochód bezpieczeństwa) – udziela pomocy: 1) Seniorom powyżej 65 lat i 2) Dorosłym i dzieciom cierpiącym na poważne i długoterminowe choroby fizyczne i umysłowe. Możesz ubiegać się o SSI odwiedzając lokalne biuro Social Security Administration. Aby odnaleźć lokalne biuro po kodzie pocztowym ZIP sprawdź: <http://www.socialsecurity.gov/locator/>, albo zadzwoń na 1-800-772-1213

GA – (zapomoga ogólna) udziela pomocy finansowej nisko zarabiającym samotnym dorosłym i bezdzietnym parom. Wiele miast w New Jersey utrzymuje swoje własne urzędy welfare służące klientom GA. Zadzwoń na 211 (211 posiada tłumaczy przez telefon) aby dowiedzieć się gdzie ubiegać się o GA.

MA – (zapomoga medyczna) – udziela ubezpieczenia zdrowotnego nisko zarabiającym rodzinom. Każdy kto kwalifikuje się na TANF, SSI albo GA automatycznie otrzymuje MA. Nawet jeśli zarabiasz za dużo pieniędzy aby kwalifikować się na pomoc finansowa, ty albo twoje dzieci mogą mimo wszystko kwalifikować się na programy, które oferują MA. Aby ubiegać się o Medicaid należy złożyć podanie w swoim powiatowym Board of Social Services.

JAKIE KATEGORIE EMIGRANTÓW KWALIFIKUJĄ SIĘ NA ZAPOMOGĘ SPOŁECZNĄ W NEW JERSEY?

Jeśli jesteś w kategorii...

Azylantów, Uchodźców, Wstrzymanej Deportacji, Przyjezdnych z Kuby/Haiti, Imigrantów Ameriasian, lub Osób z wiza T – kwalifikujesz się na WSZYSTKIE programy zapomogi społecznej. Jeśli potrzebujesz pomocy – zwróć się o nią! Nie musisz martwić się, że staniesz się "ciężarem społecznym" lub "wymagającym sponsora", ponieważ te kategorie nie dotyczą cię. Uchodźcy kwalifikują się na zasiłek z dniem wjazdu do USA. Azylanci z dniem zatwierdzenie azylu. Deportowani z dniem wstrzymania daty deportacji lub usunięcia. Przemyceni do USA kwalifikują się na zasiłek z dniem otrzymania listu zatwierdzającego. SSI limitowane jest do pierwszych 7 lat w swoim pierwotnym statusie (patrz wyżej). Oczywiście, kwalifikacja na wszystkie zasiłki zależy od twojej sytuacji, dochodu i wielkości rodziny.

Legalny Stały Rezydent (osoba z zieloną kartą), oraz sponsorowana przez członka rodziny aby przyjechać do USA w ramach łączenia rodzin, względnie sponsorowana aby podjąć pracę w rodzinnej firmie – Jeżeli przyjechałeś do USA w ramach kwalifikowanego statusu przed 22 sierpnia 1996 – kwalifikujesz się na TANF, GA, kartki żywnościowe i MA. Kwalifikujesz się tylko na SSI jeśli : 1. Otrzymywałeś SSI 22.08.1996, 2. Legalnie mieszkaleś w USA 22.08.1996 oraz byłeś niewidomy lub niezdolny do pracy w czasie podania, 3. Posiadasz 40 kwalifikujących kwartałów pracy (w przybliżeniu 10 lub więcej lat).

Jeśli przyjechałeś do USA **po 22 sierpnia 1996 i skończyłeś 18 lat** – nie kwalifikujesz się na kartki żywnościowe, SSI, TANF/GA lub Medicaid, przez pierwsze 5 lat w tym kraju lub do czasu, gdy ty (i/lub bezpośredni członkowie twojej rodziny łącznie) przepracowali w USA łącznie "40 kwartałów".

Gdy twój członek rodziny/sponsor podpisał finansowa gwarancje (Formularz I-864), sponsor ten obiecał rządowi zapewnić Tobie wsparcie ekonomiczne do czasu, kiedy zostaniesz obywatelem lub przepracujesz 40 kwartałów. Ta Finansowa Gwarancja (Formularz I-864) jest prawnie wiążącym kontraktem. Nawet jeśli kwalifikujesz się aby ubiegać się o zasiłek po 5 latach pobytu w tym kraju w charakterze Stałego Legalnego Rezydenta, część dochodu i zasobów twojego sponsora może być dodana do twojego dochodu w celu ustalenia kwalifikowania się na zasiłek, (to się nazywa "deeming" – uznanie). Deeming nie stosuje się do ofiar przemocy domowej ani do emigrantów, którzy byliby głodni lub bezdomni bez zasiłku. Jeśli w jakimkolwiek wieku stracisz wzrok lub zdolność do pracy po legalnym wjeździe do USA jako stały rezydent, umowa między sponsorem a obcokrajowcem traci moc w miesiącu rozpoczęcia niezdolności do pracy lub ślepoty.

Jak wspomniano powyżej, deeming nie stosuje się, gdy twoje gospodarstwo domowe może uzyskać kredyt 40 przepracowanych kwartałów. Patrz poniżej na usługi dostępne dla nie-obywateli (włączając nieudokumentowanych), do których możesz mieć bezpieczny dostęp od dnia przyjazdu do Stanów Zjednoczonych i kiedy „sponsor deeming – wymaganie sponsora” nie ma zastosowania.

- Dzieci Legalnych Stałych Rezydentów poniżej 18 lat – kwalifikują się na kartki żywnościowe oraz na Program Ubezpieczeniowy „New Jersey Family Care” od dnia wjazdu od USA w statusie stałego rezydenta. Nie obowiązuje pięcioletni zakaz, ani „sponsor deeming” (dochód sponsora nie jest brany pod uwagę), ani nie ma zmartwienia o „pozostanie ciężarem społecznym”. Jeśli potrzebujesz pomocy dla dzieci poniżej 18 lat – złóż podanie!

- Weterani, kwalifikujący się imigranci w czynnej wojskowej służbie lub honorowo zwolnieni ze służby, twój kwalifikujący się współmałżonek, pozostający przy życiu współmałżonek, który nie zawarł związku małżeńskiego, lub dziecko stanu wolnego – wszyscy oni kwalifikują się na WSZYSTKIE świadczenia socjalne. Nie ma zmartwienia o pozostanie „ciężarem społecznym”, ale na kwalifikowanie się może mieć wpływ "sponsor deeming": dochód twojego sponsora może być dodany do twojego dochodu w celu ustalenia kwalifikowania się.

- Wpuszczeni warunkowo do USA na co najmniej 1 rok:

Jeśli przyznano tobie status w USA przed 22.08.1996, najprawdopodobniej kwalifikujesz się na świadczenia. Jeśli przyznano tobie status w lub po 22.08.1996, powinieneś kwalifikować się na świadczenia w przypadku niezdolności do pracy lub po upływie 5 lat w kwalifikującym cię statusie.

- Pokrzywdzeni małżonkowie, ich rodzice i/lub dzieci którzy mają petycje w toku lub zatwierdzona, lub którym przyznano status prima facie w ramach Aktu w Sprawie Przemocy Przeciwko Kobietom (VAWA) lub których własne petycje VAWA zostały zatwierdzone – kwalifikują się na świadczenia socjalne.

- Dzieci urodzone w USA nieudokumentowanych rodziców – dzieci – obywatele USA –

nieudokumentowanych mają te same prawa do świadczeń socjalnych jak wszyscy inni obywatele.

- Jeśli twoje dzieci kwalifikują się, ale sam nie masz legalnych dokumentów - nieudokumentowani rodzice mogą składać podania w imieniu swoich dzieci – obywateli USA. Jeśli nie posiadasz legalnych dokumentów i ubiegasz się o świadczenia dla swoich dzieci, nie powinieneś mówić w Biurze Welfare niczego o swoim własnym statusie imigracyjnym. Podczas składania podania wyraźnie daj do zrozumienia, że podanie dotyczy tylko twoich dzieci a nie ciebie. Jeśli zajdzie potrzeba powiedzenia czegoś o własnym statusie imigracyjnym, powiedz tylko, że nie posiadasz statusu kwalifikującego ciebie na świadczenia. Nigdy nie pokazuj w Biurze Welfare żadnego dowodu na to, że mieszkasz tu nielegalnie, takiego jak np. wyrok deportacyjny. W przeciwieństwie do szkół, szpitali i niedochodowych organizacji charytatywnych, które nie muszą zgłaszać nieudokumentowanych do USCIS, Departament of Social Services i Social Security Administration muszą zgłosić nieudokumentowanych imigrantów jeśli "wiedza", że jesteś tu nielegalnie. Zawsze jednak będziesz musiał wykazać w Biurze Welfare dowód na swoje własne dochody. Jeśli nie posiadasz odcinków czeków wystarczy list od pracodawcy. Nie ma obowiązku okazania w Biurze Welfare swojego własnego numeru Social Security.

Nieudokumentowani imigranci (osoby, które przekroczyły ważność wizy lub które wjechały bez wizy); Nieimigranci – tymczasowi rezydenci (osoby z czasowo limitowanymi wizami do pracy, nauki lub podróży); osoby, którym udzielono statusów administracyjnie (wstrzymanie deportacji, bezterminowa/dobrowolna deportacja) do czasu sformalizowania stałego statusu; warunkowo wpuszczeni na mniej niż 1 rok; osoby w trakcie postępowania deportacyjnego; ubiegający się o azyl; osoby z podaniem o status w toku, łącznie z małżonkami i dziećmi obywateli USA – NIE kwalifikujecie się na kartki żywnościowe, SSI, TANF, GA ani Medicaid. Spójrz na poniższą listę usług otwartych dla wszystkich (włącznie z nieudokumentowanymi), o które możesz ubiegać się bezpiecznie.

USŁUGI OTWARTE DLA WSZYSTKICH OSÓB(NAWET NIEUDOKUMENTOWANYCH) NIEZALEŻNIE OD STATUSU IMIGRACYJNEGO:

- Usługi medyczne, Pomoc Medyczna w Nagłych Przypadkach (łącznie z porodem)
- Przedporodowa opieka dla kobiet w ciąży, opieka nie dotycząca nagłych przypadków w Federalnie Zakwalifikowanych Centrach Zdrowia (zobacz rozdział o Medical Health Care Basics – Podstawy Medycznej Opieki Zdrowotnej)
- Szczepienia
- Badania HIV i doradztwo
- Badania i leczenie chorób zaraźliwych
- Edukacja w szkołach publicznych
- Programy śniadań i lunch'y w szkołach
- Pomoc i usługi od większości non profitowych organizacji społecznych
- Usługi ochrony dzieci i dorosłych
- Programy zapobiegania przemocy i znęcania; pomoc w sprawach przemocy domowej i inne usługi dla ofiar przestępstw
- Schroniska dla nagle potrzebujących, lub krótko terminowa pomoc mieszkaniowa dla bezdomnych
- Pomoc w razie nagłej katastrofy
- "WIC", program zapewniający żywność i informacje o sposobie odżywiania dla kobiet w ciąży, karmiących piersią i dzieci do lat pięciu. W celu znalezienia lokalnej agencji WIC zadzwoń pod numer (866) 446-5942 lub odwiedź stronę internetową:
<http://www.state.nj.us/health/fhs/wic/localagencies.shtml>
- Usługi Żywnościowe, Społeczne banki żywności, kuchnie z zupami – w celu znalezienia adresów lub numerów telefonów do punktów żywności w twojej okolicy, odwiedź stronę internetową:
<http://www.sefan.org/index.html> or call: 908-355-3663

PAMIĘTAJ ...

Zawsze odpowiadaj na pytania w aplikacji zgodnie z prawdą. Okazywanie fałszywych dokumentów agencjom rządowym lub wysuwanie fałszywych roszczeń w momencie starania się o świadczenia socjalne uważane jest za oszustwo. Oszustwo jest wykroczeniem kwalifikującym do deportacji.

Nie zgaduj wypełniając podanie. Powinieneś wypełnić tyle formularza ile umiesz i podpisać go. Jeśli masz trudności z wypełnieniem formularza, pracownik w biurze welfare może ci pomóc go wypełnić.

Jeśli nie mówisz po angielsku, poproś biuro welfare o tłumacza.

Jeśli sędzisz, że zostałeś potraktowany niesprawiedliwie przez biuro welfare lub masz pytania o swoje prawa zadzwoń: Legal Services (Usługi Prawne) of New Jersey, infolinia : 1-888-576-5529

Jeśli nadal nie jesteś pewien do kogo zwrócić się o pomoc, zadzwoń pod 211. 211 – First Call for Help (pierwszy telefon o pomoc), pomoże Ci znaleźć potrzebne ci usługi i może połączyć cię z tłumaczem twojego języka.

Kiedy imigranci stają się obywatelami Stanów Zjednoczonych, nie podlegają już restrykcjom odnośnie kwalifikacji imigranta na świadczenia.

DALSZE ŹRÓDŁA INFORMACJI:

National Immigration Law Center (Krajowe Centrum Prawa Imigracyjnego) – ogólny zarys kwalifikowania imigranta na program głównej federalnej pomocy społecznej, strona internetowa:

http://www.nilc.org/pubs/guideupdates/tbl1_ovrvw_fed_pgms_032505.pdf

New Jersey Department of Human Services; Food Stamps information: (Wydział Usług dla Ludności Stanu New Jersey; informacja o Kartkach Żywnościowych).

<http://www.state.nj.us/humanservices/dfd/foodstamp.html>

Ta strona internetowa umożliwia złożenie podania przez internet w języku angielskim, lub pobranie podania z internetu w języku angielskim, hiszpańskim, arabskim, kreolskim, koreańskim, portugalskim, polskim i gudżaradzkim.

Informacja o Programie Kartek Żywnościowych w 36 językach:

<http://www.fns.usda.gov/fsp/outreach/translations.htm>

Poradnik USDA Kwalifikowania się Imigranta na Kartki Żywnościowe:

http://www.fns.usda.gov/fsp/rules/Legislation/pdfs/Non_Citizen_Guidance.pdf

Wydział Usług dla Ludności Stanu New Jersey; Work First New Jersey – w zarysie:

<http://www.state.nj.us/humanservices/dfd/wfnjws.html>

PRAWO LSNJ: “Poznaj Swoje Prawa Welfare!” – seria ulotek informacyjnych z odpowiedziami na pytania o prawach welfare. Osiągalna w języku angielskim i hiszpańskim: <http://www.lsnj.org/selfhelp.htm#welfare>

Broszura Social Security dostarcza podstawowych informacji o Supplemental Security Income (SSI). Wyjaśnia czym jest SSI, kto może ją dostać i jak się o nią starać.

<http://www.ssa.gov/pubs/11000.html>

Dodatkowy Dochód Bezpieczeństwa (SSI) w New Jersey:

<http://www.ssa.gov/pubs/11148.html> Social Security Administration – “Aliens Not Subject to Sponsor-to-Alien Deeming”: <http://policy.ssa.gov/poms.nsf/lnx/0501320910>

Wydział Usług dla Ludności Stanu New Jersey – Pomoc Medyczna i Usługi Zdrowotne:

<http://www.state.nj.us/humanservices/dmahs/dhsmed.html>

Opieka Rodzinna dla stanu New Jersey, <http://www.njfamilycare.org/>

Informacja imigracyjna odnośnie Opieki Rodzinnej dla stanu New Jersey:

http://www.njfamilycare.org/pages/rest_who.html

Usługi Prawne dla stanu New Jersey – “Sponsor Deeming”:

<http://www.lsnjlaw.org/english/immigration/deeming.cfm>

Streszczenie INS – “Szybki Przewodnik odnośnie “ciężaru społecznego” i otrzymania świadczeń społecznych”

[//uscis.gov/graphics/publicaffairs/summaries/Public.pdf](http://uscis.gov/graphics/publicaffairs/summaries/Public.pdf)

Przygotowanie do Klęsk

Klęski mogą wystąpić nagle i bez ostrzeżenia. Większość klęsk w USA spowodowana jest pogodą, i może dotknąć każdego. Klęski żywiołowe występujące w New Jersey to: ciężkie burze, powódzie, pożary, trzęsienia ziemi, huragany i tornada.

Po niedawnych atakach terrorystycznych USA istnieje obecnie większa świadomość konieczności bycia gotowym na możliwe klęski spowodowane przez człowieka, takie jak incydenty z niebezpiecznymi substancjami lub ataki terrorystyczne.

Klęski mogą spowodować konieczność ewakuacji twojej okolicy lub zamknięcia cię w domu. W momencie kataklizmu twoja rodzina może znajdować się wszędzie – w pracy, w szkole lub w samochodzie. Jak się wzajemnie odnajdziecie? Jak dowiesz się czy twoje dzieci są bezpieczne? Co zrobisz jeśli odcięte zostaną podstawowe usługi – woda, gaz, elektryczność lub telefony?

Ponieważ nie można niczego przewidzieć, ani okoliczności w których możesz się znaleźć, jest kilka prostych rzeczy, które możesz zrobić, aby przygotować siebie i swoich bliskich. Rodziny mogą dać sobie radę z klęskami poprzez przygotowanie się z wyprzedzeniem. Im bardziej przygotujesz się z wyprzedzeniem, tym bardziej spokojna i bezpieczna będzie twoja rodzina.

Planowanie przed żywiołem i gotowość do nagłych przypadków to skomplikowane kwestie, których nie można opisać na kilku stronach. Ponieważ różne żywioły mogą wymagać różnej wiedzy i umiejętności, silnie zalecamy abyście przeczytali zalecane materiały na końcu tego rozdziału na temat gotowości na konkretne klęski. Poniżej znajdziesz pewne ogólne wytyczne na temat gotowości stosowanej w większości sytuacji.

Pierwszy Krok: Zbieranie Informacji

- Dowiedz się co się może wydarzyć w twojej okolicy

Zadzwoń do swojego lokalnego urzędu do spraw nagłych wypadków, lub do Czerwonego Krzyża aby dowiedzieć się jakiego rodzaju klęski są najbardziej prawdopodobne w twojej okolicy i jak się na każdą z nich przygotować.

Listę swoich lokalnych urzędów do spraw nagłych wypadków znajdziesz pod adresem:

<http://www.state.nj.us/njoem/association.html>. Lokalne Biuro Czerwonego Krzyża znajdziesz pod adresem:

<http://www.redcross.org/where/chapts.html#NJ>.

Jeśli nie znasz angielskiego i nie możesz zadzwonić zaznajom się z takimi angielskimi zwrotami jak: blizzard warning – zamieć, Winter Storm Watch – śnieżycy, Excessive Heat Warning - upały, Terrorist threat level – niebezpieczeństwo terroru i wieloma innymi zwrotami opisującymi sytuacje niebezpieczne. Jest niezwykle ważne aby wiedzieć co robić na przypadek pożaru w domu oraz aby dokończyć się na temat innych niebezpieczeństw.

- Poznaj swoje lokalne sygnały ostrzegawcze

USA posiada system ogłaszania niebezpieczeństw zwany „Emergency Alert System” – EAS. EAS informuje o niebezpieczeństwach w radio i telewizji w 50 stanach. Podajemy kilka stacji radiowych na falach FM w New Jersey, które ogłaszają niebezpieczeństwa: WKDN 106.9, WIXM 97.3, WFGP 96.9, WRAT 95.9, WPST 97.5, WFEM 94.7, WNNJ 103.7, WBGO 88.3, WNWK 105.9 WHTZ 100.3.

Poza przekazywaniem informacji o niebezpieczeństwach przez radio i telewizję, niektóre miejscowości w New Jersey używają syren aby ostrzec ludność o niebezpieczeństwie. Inne używają głośników w samochodach policyjnych, a inne używają zautomatyzowanej informacji telefonicznej. Ponieważ, różne miasta mogą używać różnych sygnałów niezależnie od systemu EAS, należy znać sygnały ostrzegawcze w twojej okolicy. Twój powiatowy koordynator urzędu do spraw nagłych wypadków poinformuje ciebie o sygnałach używanych w twojej okolicy. Wiele miejscowości używa słownych alarmów po angielsku aby ostrzec ludność o niebezpieczeństwie i nie posiadają planów o informowaniu ludności nie-angielskojęzycznej na wypadek niebezpieczeństwa. Jeśli nie znasz angielskiego i nie masz dostępu do mediów w twoim języku, powinieneś umówić się z kimś kto mieszka blisko ciebie, aby informował ciebie o ostrzeżeniach.

-Poznaj plany twojego zakładu, szkoły lub przedszkola twoich dzieci, a także innych miejsc spędzania czasu przez twoją rodzinę na wypadek klęsk.

Musisz wiedzieć czy dzieci będą trzymane w szkole do czasu odebrania ich przez rodzica albo upoważnionego dorosłego, lub czy będą wysyłane do domu same. Upewnij się czy szkoła posiada bieżące informacje jak skontaktować się z rodzicami i odpowiedzialnymi opiekunami w celu zaaranżowania odbioru dzieci. Upewnij się jakie pełnomocnictwo będzie wymagać szkoła, aby umożliwić wydanie dziecka upoważnionej przez ciebie osobie jeśli nie możesz tego zrobić sam.

Drugi krok: Ułóż rodzinny plan na wypadek klęski

- Ułóż plan na wypadek klęski z członkami rodziny aby przygotować się na to co robić, jak się wzajemnie znaleźć i jak komunikować się w sytuacjach nagłych. Do planu takiego włącz dzieci. Naucz je jak prosić o pomoc i co robić w różnych sytuacjach. Jest ważne, aby ostrzec dzieci bez nadmiernego stresu, przed klęskami.

- Ustal miejsce zbiórki. Posiadanie z góry ustalonego miejsca zbiórki poza domem oszczędzi czas i zminimalizuje zamęt na wypadek braku dostępu do domu lub ewakuacji okolicy. Wybierz dwa miejsca zbiórki:

1. Tuż koło domu na wypadek sytuacji nagłej, takiej jak pożar.

2. Poza twoją okolicą na wypadek niemożności powrotu do domu. Wszyscy muszą znać adres i numer telefonu tego miejsca zbiórki.

- Ułóż plan komunikowania się w sytuacjach nagłych.

Wybierz zamiejscowy kontakt pod który twoja rodzina zadzwoni lub wyśle e-mail, aby odszukać się na wypadek klęski. Po klęskach jest zazwyczaj łatwiej zadzwonić zamiejscowo. Upewnij się, że wszyscy znają numer telefonu tego kontaktu.

- Ustal ze swoją rodziną co zrobić w przypadku ewakuacji lub w przypadku schronienia się na miejscu

Zostaniesz powiadomiony przez miejscową policję, koordynatora do spraw niebezpieczeństw, lub rząd poprzez radiowy lub telewizyjny system informacji, w razie potrzeby ewakuacji lub schronienia się. Jeśli miejscowe władze poproszą cię o „schronienie się na miejscu”, znaczy to, że masz pozostać w swoim domu lub biurze i tam zabezpieczać się.

Po więcej informacji o „schronieniu się na miejscu” odwiedź stronę internetową:

<http://www.redcross.org/services/disaster/beprepared/shelterinplace.pdf> Jeśli miejscowe władze poproszą cię o „ewakuację”, musisz natychmiast opuścić dom lub biuro. Naucz każdego w domu natychmiastowej ewakuacji lub schronienia się na miejscu, jeśli miejscowe władze poproszą o to. Nieudokumentowane osoby nie powinny się bać pójścia do schronu. W większości przypadków, schrony używane w czasie klęski są prowadzone przez agencje humanitarne, które nie mają obowiązku pytać o twój status, ani informować rząd o twoim statusie. Słuchaj swojego radia na baterie i postępuj zgodnie z instrukcjami miejscowych władz od spraw nagłych wypadków. Korzystaj z dróg wyznaczonych przez miejscowe władze – nie korzystaj ze skrótów ponieważ pewne obszary mogą być nieprzejezdne lub niebezpieczne.

Krok trzeci: Przygotuj Zapasy Na Wypadek Nagłego Zagrożenia

Jeśli trzeba będzie ewakuować twój dom lub zostaniesz poproszony o „schronienie się na miejscu”, posiadanie pewnych podstawowych zapasów pod ręką będzie bardzo pomocne dla ciebie i twojej rodziny. Skompletuj „Go Bag”(torba z niezbędnymi rzeczami) i uwzględnij takie rzeczy:

- NOAA radio z programem pogodowym – jeśli nie ma prądu, telewizja i radio, które podłącza się do gniazdka elektrycznego nie działają. Pamiętaj – komunikacja jest związana z życiem ludzkim! Radia NOAA są na baterie lub mają baterie jak drugie źródło zasilania. Upewnij się, że masz zapasowe baterie, Radia można kupić w sklepach z elektroniką.
- Latarkę
- Zapas wody na trzy dni(jeden galon na osobę dziennie) i żywność, która się nie zepsuje.
- Zestaw do udzielenia pierwszej pomocy, który zawiera leki dla rodziny wydane na receptę
- Zapas żywności w puszkach na trzy dni
- Zaopatrzenie sanitarne
- Specjalne rzeczy dla noworodka, osoby starszej lub niepełnosprawnej w twojej rodzinie
- Trzymaj ważne dokumenty rodzinne w wodoodpornym pojemniku. Trzymaj mały zestaw w bagażniku swojego samochodu.
- Zapasowe kluczyki do samochodu, trochę gotówki i kopie ważnych dokumentów rodzinnych.

List kontrolna niezbędnych zapasów znajduje się na stronie internetowej:

http://www.ready.gov/supply_checklists.html . W celu uzyskania bardziej szczegółowych instrukcji, poproś swój miejscowy Czerwony Krzyż o broszurkę zatytułowaną „Your Family Disaster Supplies Kit”[„Rodzinny Zestaw Zapasów w razie Klęski”](stock numer A4463)

W razie klęski...

W razie klęski, zachowaj spokój i cierpliwość. Zastosuj swój plan. Postępuj zgodnie z wskazówkami lokalnych władz na miejscu – ustępuj drogi władzom do spraw nagłych wypadków, które mogą śpieszyć z pomocą w tym rejonie!

Co robić po klęsce

Dojście do siebie po klęsce to zwykle proces stopniowy. Wróć do domu tylko jeśli władze stwierdza, że jest to bezpieczne. Słuchaj najświeższych informacji w lokalnym radio lub telewizji. Pamiętaj, że przetrwanie klęski może pozostawić urazy emocjonalne. Po więcej informacji jak sprostać urazom emocjonalnym po przetrwaniu klęski przeczytaj rozdział „Jak zaradzić stresowi i urazom” tego przewodnika.

Dalsze źródła informacji:

Amerykański Czerwony Krzyż, Pomoc w razie klęski:

http://www.redcross.org/services/disaster/0,1082,0_504_00.html

Ta strona internetowa Amerykańskiego Czerwonego Krzyża posiada materiały na temat gotowości do klęski w kilku językach, takich jak: arabski, Khmerski, chiński, farsi, francuski, hmong, japoński, koreański, laotański, rosyjski, hiszpański, tagalog i wietnamski.

Federalna Agencja Kierowania Sprawami Nagłych Wypadków (FEMA): FEMA opublikowała dłuższy, bardziej szczegółowy przewodnik n/t gotowości do nagłych wypadków pod tytułem „Czy jesteś gotowy? Obywatelski Przewodnik Gotowości”. Aby zamówić ta broszurę zadzwoń do centrum dystrybucji FEMA na 1-800-480-2520 lub odwiedź www.fema.gov/library. Strona internetowa FEMA www.fema.gov zawiera także sporo informacji n/t przygotowania się i reakcji na sytuacje nagłe.

Nowojorski Przewodnik Gotowości Domowej: <http://www.ci.nyc.ny.us/html/oem/html/resources.html>
Przewodnik ten został zbudowany w oparciu o trzy zasady – co mieć pod ręką (a Go Bag - torba z niezbędnymi rzeczami), co mieć w domu (an Emergency Supply Kit – Zestaw Rzeczy w razie Nagłego Niebezpieczeństwa), co mieć w głowie (a Household Disaster Plan – Domowy Plan na Wypadek Klęski). Przewodnik jest dostępny dostępny kilku językach, włącznie z arabskim, chińskim (uproszczonym i tradycyjnym), angielskim, haitańsko – kreolskim, koreańskim, polskim, rosyjskim i hiszpańskim.

Bezpieczeństwo Narodowe stanu New Jersey: <http://www.state.nj.us/njhomelandsecurity/>
Pomocna strona internetowa, która oferuje kilka przewodników odnośnie planowania i przygotowania się na wypadek nagłego niebezpieczeństwa.

FireSafety.gov – Źródło Informacji n/t Eliminowania Przypadków Śmiertelnych w Pożarach Domowych
Departament Bezpieczeństwa Narodowego USA (DHS): 1-800-BE-READY (1-800-237-3239) or www.ready.gov

Amerykański Czerwony Krzyż (ARC): 1-877-733-2767 lub www.nyredcross.org

INFORMACJA DLA RODZICÓW I RODZIN:

Amerykańska Akademia Pediatria – Zestaw Gotowości Rodzinnej: www.aap.org/family/frk/frkit.htm

FEMA: www.fema.gov/kids/

Zarząd Straży Pożarnej USA dla Dzieci: <http://www.usfa.fema.gov/kids/flash.shtm>

Amerykański Czerwony Krzyż: www.prepare.org/children/bereadybook.pdf

Strona Bezpieczeństwa Ulicy Sezamkowej: www.sesameworkshop.org/parents/solutions/safety

Zagadnienia Prawne

Wstęp: Zagadnienia prawne mogą dotyczyć szeregu problemów i potrzeb. Większość prawników specjalizuje się w jednej dziedzinie prawa (prawo kryminalne, prawo podatkowe, prawo związkowe, prawo imigracyjne, prawo rodzinne, itd...). Ważne jest, aby zawsze zasięgać porady renomowanego prawnika w specjalności jaka jest Państwu potrzeba. Prawa zmieniają się w USA nagle, mogą się różnić pomiędzy poszczególnymi stanami i często są trudne do zrozumienia dla osób nie będących prawnikami. Nie zaleca się polegania na informacjach zasięgniętych u notariusza, członków rodziny czy przyjaciół. Jest wiele miejsc w których można zasięgnąć porady prawnej za obniżoną opłatą i czasem bez opłaty. Poniżej opisane są niektóre specjalności wraz z definicjami oraz polecane organizacje niezarobkowe, które mogą być pomocne.

SPRAWY CYWILNE (NIE - KRYMINALNE I NIE – IMIGRACYJNE ZAGADNIENIA)

Jeśli macie Państwo kwestie prawne dotyczące: prawa rodzinnego – sprawy w DYFS, akty przemocy domowej, zasilek na dzieci, prawa konsumpcyjnego – bankructwo, zakłady użyteczności publicznej, anulowanie, spraw mieszkaniowych – sprzeczki pomiędzy właścicielami i lokatorami, kontrola czynszu, pomocy społecznej – bezrobocie, ubezpieczenia społeczne, lub jakichkolwiek innych zagadnień prawnych w zakresie tych kategorii, proszę zatelefonować do

Biura Usług Prawniczych w New Jersey (Legal Services of New Jersey – LSNJ)

Jest to centralny ośrodek skierowań do społecznych prawniczych organizacji w New Jersey. Służą one poradą i skierowaniami w sprawach cywilnych problemów prawnych dla rezydentów New Jersey o niskich dochodach. Po większą ilość informacji o LSNJ, proszę odwiedzić witrynę na <http://www.lsnjlaw.org> (witryna jest w języku hiszpańskim i angielskim).

Camden Center for Law and Social Justice

Adres: 509 State, Camden NJ 08102

Telefon: (856) 966-8896

Godziny: 9-5

Proszę dzwonić w celu ustalenia terminu spotkania

Opłaty: minimalne lub w/g ruchomej skali

Pomoc z zakresu ogólnych porad prawnych takich jak przemoc domowa, prawo rodzinne, opieka nad dziećmi zagadnienia natury cywilnej

Po porady prawne proszę telefonować na numer: **1-888-Isnj-law**

Prawa Obywatelskie

Często może dojść do dyskryminacji. Dyskryminacja to traktowanie jednych osób odmiennie niż innych ze względu na ich szczególne, charakterystyczne cechy. Nie wszystkie rodzaje odmiennego traktowania osób są nielegalne. Dyskryminacja jest nielegalna jeśli jest oparta na rasie, kolorze skóry, płci, narodowości, wieku lub niepełnosprawności.

Jeśli komuś wydaje się, że jest nielegalnie dyskryminowany, powinien złożyć skargę przed rządem stanowym lub federalnym lub starać się o pomoc w lokalnej organizacji.

*Proszę pamiętać, że branie odwetu na kimś, kto złożył skargę w sprawie pogwałcenia praw obywatelskich jest niezgodne z prawem!

** Prawa obywatelskie obejmują ochroną wszystkie osoby mieszkające w Stanach Zjednoczonych włącznie z osobami nie będącymi obywatelami i nieudokumentowanymi imigrantami. Kiedy składa się raport w sprawie pogwałcenia praw obywatelskich nie musi się odpowiadać na pytania dotyczące statusu imigracyjnego!

Wydział Praw Obywatelskich w New Jersey (New Jersey Division on Civil Rights)

Wydział Praw Obywatelskich jest odpowiedzialny za egzekwowanie Prawa Przeciwko Dyskryminacji w New Jersey.

W celu uzyskania większej ilości informacji proszę odwiedzić witrynę <http://www.NJCivilRights.org>

Komisja Praw Obywatelskich USA (U.S. Commission on Civil Rights – USCCR)

Zamiast, lub oprócz składania skargi przed rządem stanowym New Jersey, można też skontaktować się z rządem federalnym. W celu uzyskania większej ilości informacji proszę odwiedzić witrynę: <http://www.usccr.gov>

Telefon: 1-800-552-6843

Atlantic City Regional Office (serves Atlantic, Salem, Ocean, Cumberland and Cape May Counties)

Adres: 26 Pennsylvania Avenue 3rd Floor Atlantic City, NJ 08401

Telefon: (609) 441-3100 TTY: 609-441-7648 Godziny: 8:30-4:30

Języki: Angielski i hiszpański. Pierwszy raz proszę zadzwonić lub przyjść z osobą, która będzie mogła tłumaczyć.

Camden Regional Office (serves Camden, Burlington and Gloucester Counties)

Adres: 1 Port Center, 4th Floor 2 Riverside Drive Suite 402 Camden, NJ 08103

Telefon: (856) 614-2550 TTY: 856-614-2574 Hours: 8:30-4:30 Walk-ins 8-3

Języki: Angielski i hiszpański. Pierwszy raz proszę zadzwonić lub przyjść z osobą, która będzie mogła tłumaczyć.

Jersey City Satellite Office

Adres: 574 Newark Avenue, 3-cie piętro

Bez rejestracji: Środy, 10-3 Język: Postaramy się znaleźć tłumacza.

Pierwszy raz proszę zadzwonić lub przyjść z osobą, która będzie mogła tłumaczyć.

Newark Regional Office (usługi dla mieszkańców Essex, Hudson, Middlesex and Union Counties)Adres: 31 Clinton Street, 3rd Floor, Newark, NJ

Telefon: (973) 648-2700 TTY: (973) 648-4678

Godziny: Monday-Friday, 9-5 Bez rejestracji: Monday-Friday, 9-2

International Institute of New Jersey Resource Guide

www.iinj.org ■ 201-653-3888 ■ 1 Journal Square Plaza, 4th flr., Jersey City, NJ 07306

Paterson Regional Office (Usługi dla mieszkańców Passaic, Warren, Bergen, Sussex and Morris Counties)

Adres: 100 Hamilton Plaza, Paterson, NJ Phone: (973) 977-4500

Godziny: 9-3pm

Trenton Regional Office (Usługi dla mieszkańców: Hunterdon, Mercer, Monmouth, and Somerset Counties)

Adres: 140 East Front Street 6th Floor P.O Box 090 Trenton, NJ 08625-0090

Telefon: 609-292-4605 TTY: 609-292-1785

Godziny 9-5 Bez rejestracji: 9-2:30

Ministerstwo Sprawiedliwości USA – Biuro Inspektora Generalnego (US Department of Justice – Office of the Inspector General)

Osoby, które są przekonane, że ich prawa i swobody obywatelskie zostały pogwałcone przez pracownika Ministerstwa Sprawiedliwości – jak np. pracownika BCIS, Federalnego Biura Śledczego (Federal Bureau of Investigation), Federalnego Biura Więzień, lub Biuro Szeryfów USA (US Marshal Service) – mogą wysłać skargę pocztą elektroniczną do: inspector.general@usdoj.gov, lub wysłać skargę faksem do OIG na numer: (202) 616-9898 albo napisać do: OIG pod adresem: Civil Rights & Civil Liberties Complaints, Office of the Inspector General, U.S. Department of Justice, 950 Pennsylvania Avenue, NW, Washington, D.C. 20530

PRAWO IMIGRACYJNE

Poniżej wymienione agencje oferują pomoc dla osób, które mają kłopoty prawne związane z imigracją – pomoc jest udzielana za darmo lub za niską opłatą. Większość agencji oferuje pomoc w następujących sprawach: akt przemocy wobec kobiet, obrona przed deportacją, azyl, połączenie rodzin, kwestie związane z otrzymaniem obywatelstwa lub prawa stałego pobytu oraz inne zagadnienia imigracyjne. Niektóre z agencji mogą nie zajmować się pewnymi określonymi sprawami. Proszę przeczytać poniższy wykaz lub zatelefonować do agencji po dokładniejsze informacje.

El Centro Hispanoamericano

Adres: 525 East Front Street, Plainfield, NJ 0706

Telefon: (908) 753-8730

American Friends Service Committee, Immigrant Rights Project

Adres: 972 Broad Street, 6th Floor, Newark, NJ 07102

Telefon: (973) 643-1924

International Institute of New Jersey

Adres: 880 Bergen Avenue, 5th Floor, Jersey City, NJ 07306
3888 ext. 120

Telefon: (201) 653-

Catholic Community Services Immigration Assistance Center

Adres: 976 Broad Street, Newark, NJ 07102

Telefon: (973) 733-3516

Immigration Representation Project (IRP)

<http://www.isnj.org/represent.htm#immigration>

Catholic Family and Community Services Legal Services

Adres: 24 DeGrasse Street, Paterson NJ 07505

Telefon: (973) 279-7100 ext. 40

Lutheran Social Services Immigration and Refugee Services

Adres: 189 South Broad Street, Trenton, New Jersey 08601

Telefon: (609) 393-4900

Godziny: 9-5 pon-czw

W celu wyznaczenia spotkania proszę dzwonić na główny numer:

Pełny zakres usług i porad prawnych dla imigrantów.

Opłaty: stawki obniżone w/g ruchomej skali

Camden Center for Law and Social Justice

Adres: 1845 Haddon Ave, Camden, NJ 08102

Telefon: (856) 342-4160

Godziny: 9-5

Proszę dzwonić w celu ustalenia terminu spotkania

Opłaty: minimalne lub w/g ruchomej skali

Porady imigracyjne – nie zajmujemy się żadnymi sprawami związanymi z zatrudnieniem.

International Institute of New Jersey Resource Guide

www.iinj.org ■ 201-653-3888 ■ 1 Journal Square Plaza, 4th flr., Jersey City, NJ 07306

Catholic Charities Migration and Refugee Services

Adres: 33 W Front Street, Trenton, NJ 08608

Telefon: (609) 394-8299

Godziny: 9-5

Proszę dzwonić w celu ustalenia terminu spotkania

Opłaty: minimalne lub w/g ruchomej skali

Porady imigracyjne – nie zajmujemy się żadnymi sprawami związanymi z zatrudnieniem. Pomoc w wypełnianiu formularzy prawnych

Catholic Charities

Adres: 271 Smith Street, Perth Amboy, NJ 08861

Telefon: (732) 826-9160

<http://www.ccdom.org/>

Godziny: 9-5 Pomagamy przy wypełnianiu formularzy prawnych, ale nie pomagamy w żadnych innych sprawach.

Copyright 2005 International Institute of New Jersey.

All rights reserved. No further use, copying or publication without express written permission.