



أهلاً وسهلاً بكم في الولايات المتحدة

دليل اللاجئين

Arabic

CAL

E

M

O

C

L

E

W

أهلاً وسهلاً بكم في الولايات المتحدة

دليل اللاجئين

الطبعة الثالثة
2007

Prepared by the Center for Applied Linguistics
Cultural Orientation Resource Center
Washington, DC

ساهم في إعداد الطبعتين الأولى والثانية من "أهلاً وسهلاً بكم في الولايات المتحدة:
دليل اللاجئين" ممثلون عن المؤسسات التالية:

African Services Committee of New York
Center for Applied Linguistics
Church World Service
International Catholic Migration Commission
International Institute of Erie, Pennsylvania
International Organization for Migration
International Rescue Committee
Iowa Department of Human Services
Jewish Family Services of Baltimore
Lutheran Social Services of Fargo, North Dakota
Lutheran Social Services of the National Capitol Area
Maryland Office of Refugee Affairs
Office of Refugee Resettlement
Refugee Services Alliance of Houston
United Catholic Conference of Bishops
World Relief

بالإضافة للممثلين المذكورين أعلاه، ساهم ممثلون عن الوكالات التالية في هذه الطبعة
من الدليل:

Arlington Refugee Services, Catholic Diocese of
Arlington, Virginia.
Hebrew Immigrant Aid Society
Immigration and Refugee Services of America

ساهمت المنظمات التالية في تقديم الصور:

Arizona International Refugee Consortium, Inc.
Center for Applied Linguistics
Lutheran Social Services of Fargo, North Dakota
Lutheran Social Services of the National Capital Area
PhotoDisc Inc.
SAGART design

الغلاف من تصميم Chroma Design
التصميم الداخلي والإنتاج لشركة SAGART design

"أهلاً وسهلاً بكم في الولايات المتحدة: دليل اللاجئين" دليل يزود اللاجئين الذين استقروا في الولايات المتحدة بمعلومات عامة عن ما يمكن ترقبه خلال الأشهر الأولى من وجودهم في هذا البلد وعن الخدمات المتوفرة لهم. يهدف الدليل إلى مساعدة اللاجئين على تكوين توقعات واقعية عن العمل والتعليم والرعاية الصحية والجوانب الحياتية الأخرى في الولايات المتحدة.

تم إعداد هذا الدليل بتوجيه من مكتب السكان واللاجئين والهجرة في وزارة الخارجية الأمريكية. وقد ساهم بكتابته ممثلون فدراليون. وممثلون عن الولايات، وممثلون عن وكالات التوطين، ومجموعة من اللاجئين الذين استقروا حديثاً.

الدليل متوفر بعدة لغات. ويتم توزيعه على المكاتب المختصة بإجراء معاملات الهجرة في مختلف أنحاء العالم، وإلى اللاجئين الذين تمت الموافقة على سفرهم إلى الولايات المتحدة لكنهم لم يكملوا معاملاتهم بعد. كما يتم توزيعه على مكاتب خدمات توطين اللاجئين لكي يكونوا على دراية بالمعلومات التي يوفرونها للاجئين قبل وصولهم إلى الولايات المتحدة.

"أهلاً وسهلاً بكم في الولايات المتحدة: دليل اللاجئين" طبعة جديدة تحل محل طبعة سابقة بعنوان "دليل إعادة التوطين في الولايات المتحدة."

يسمح بأخذ نسخ من هذا الدليل بأكمله. ولكن لا يسمح باستخدام الصور والاقتراسات في مطبوعات أخرى أو لأي أغراض أخرى دون الحصول على موافقة خطية من المنظمات المانحة.

المقدمة	3
قُبيل قدومك إلى الولايات المتحدة	7
وكالة التوطين	17
الخدمات الاجتماعية	21
السكن	29
المواصلات	37
العمل	41
التعليم	59
الرعاية الصحية	69
الشئون المالية	77
حقوق اللاجئين ومسئولياتهم في الولايات المتحدة	85
التكيف الثقافي والأدوار المتغيرة	93



أهلاً بك في هذه التهيئة الثقافية!

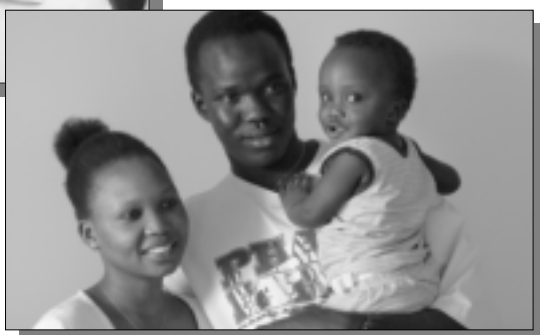
دليل "أهلاً وسهلاً بكم في الولايات المتحدة" يساعدك في تهيئة نفسك للأشهر الأولى التي ستقضيها في الولايات المتحدة. فهو يطلعك على ما يمكنك توقعه أثناء بحثك عن مسكن. وبحثك عن عمل. وأثناء التناك بالأمريكيين. وأثناء تأقلمك مع الثقافة والمجتمع الأمريكيين.

التوطين عملية طويلة ومعقدة. وقد لا يجيب هذا الدليل عن كل الأسئلة التي تخطر ببالك عن وضعك بالتحديد. فإن كان لديك أسئلة لا يجيب عنها هذا الدليل. أو إذا كان هناك شيء لا تستطيع أن تفهمه في هذا الدليل فيمكنك أن تسأل الموظفين في مركز المعاملات (JVA) أو (OPE) أو وكالة التوطين المسؤولة عنك. وسوف يساعدونك في إيجاد المعلومات التي تحتاج إليها.

معلومات عن الولايات المتحدة

الولايات المتحدة دولة كبيرة متعددة التضاريس الجغرافية والمناخ. كما أن خليط المجموعات السكانية والقوانين المحلية يختلف من منطقة إلى أخرى. هذا كما أن لكل منطقة محلية طريقتها الخاصة في التعامل مع القادمين الجدد. لذلك قد يكون ما سمعته عن الولايات المتحدة (حتى من أهلك وأصدقائك الذين يعيشون في الولايات المتحدة) غير صحيح بالنسبة لك. سوف يساعدك موظفو وكالة التوطين المسؤولة عنك في التعرف على مجتمعك الجديد وفهم ما يمكنك توقعه.

سوف يكون إتقان اللغة الإنجليزية أمراً هاماً لنجاحك في الولايات المتحدة. فبالرغم من أنك ستنمکن من العثور على عمل حتى ولو لم تكن تتحدث اللغة الإنجليزية. إلا أن فرص العمل المتاحة أمامك ستكون محدودة. وهكذا فإن تعلم اللغة الإنجليزية سيساعدك في العثور على عمل أفضل. وعلى فهم ما يتعلمه أبناؤك في المدرسة. وعلى تكوين صداقات جديدة في مجتمعك الجديد.



عن الأمريكيين

غالبية الأمريكيين يقدرّون الاعتماد على النفس والجد في العمل. وهم يتوقعون من القادمين الجدد أن يعثروا على وظائف في أسرع وقت ممكن وأن يعتنوا بأنفسهم وبعائلاتهم. كما أنهم يتوقعون من القادمين الجدد الذين لا يجيدون اللغة الإنجليزية أن يتعلموها في أسرع وقت ممكن.

يحترم الأمريكيون الأنااس الذين يطرحون الأسئلة. وهم يعتقدون أن طرحك للأسئلة يدل على أنك تحاول أن تتعلم وأن تفهم. فعندما لا تعرف كيفية القيام بشيء ما لا تخف من السؤال، فسوف يكون غالبية الأمريكيين سعداء لمساعدتك.

منذ أحداث أيلول/سبتمبر 2001 والأمريكيون متشككون في الأشخاص الذين يرتدون ملابس غير غربية أو الذين يبدوون غربي الأطوار بطريقة أو بأخرى. وقد يُعبر بعض الأمريكيين عن غضبهم أو ارتياحهم من هؤلاء الأشخاص. لكن رغم ذلك، سوف يرحب بك غالبية الأمريكيين ويبدون رغبتهم في التعرف على ثقافتك. فإذا تعرضت للمضايقة، قم بإبلاغ موظفي وكالة التوطين المسؤولة عنك، فسوف يساعدونك على معرفة ما يمكنك أن تفعله.

عن التوطين

سوف يؤدي التوطين إلى تغيير حياتك. فإنه خطوتك الأولى لتصبح مقيماً دائماً ومواطناً في الولايات المتحدة. ويقول اللاجئون الذين سيقوك إلى الولايات المتحدة إنه باستطاعة القادمين الجدد أن يعيدوا بناء حياتهم في هذا البلد. قد لا يكون البدء من جديد أمراً سهلاً، لكنه ليس بالشيء المستحيل. فقد جاء أكثر من مليوني لاجئ قبلك وأبلى معظمهم بلاءً حسناً. لذلك سوف تتمكن أنت أيضاً من النجاح إذا أحسنت استخدام مواهبك، ومعرفتك، وشجاعتك.

نتمنى لك كل التوفيق!



بعد أن وافقت دائرة خدمات الجنسية والهجرة الأمريكية (USCIS) على منحك قبول مشروط للدخول إلى الولايات المتحدة. لم يبق هناك سوى خطوات قليلة قبل سفرك. يجب عليك أنت وأفراد عائلتك أن تجروا بعض الفحوصات الطبية وأن تحصلوا على تصريح أمني. فيجب على مركز المعاملات أن يبعث بالمعلومات الخاصة بك إلى وكالة التوطين المسؤولة عنك في الولايات المتحدة. كما ينبغي على المنظمة الدولية للهجرة (IOM) أن ترتب أمور سفرك. يمكنك أن تستغل الوقت المتبقي لسفرك في معرفة المزيد عن الولايات المتحدة وتعلم اللغة الإنجليزية إن أمكن ذلك.

الفحص الطبي

يجب على جميع أفراد عائلتك الخضوع لبعض الفحوصات الطبية. هذه الفحوصات مجانية. وسوف يقوم موظفو مكتب المعاملات بتحديد موعد لك. الغرض من هذه الفحوصات هو:

- تحديد ما إذا كنت أنت أو أحد أفراد عائلتك تعانيون من مشاكل صحية ينبغي معالجتها.
- التأكد من عدم وجود أمراض معدية تجعلك أنت أو أحد أفراد عائلتك غير مؤهلين للسفر إلى الولايات المتحدة.
- تزويد وكالة التوطين المسؤولة عنك بمعلومات عن أي ظروف صحية بحاجة للمتابعة بعد وصولك إلى مجتمعك الجديد.

في الوقت الحاضر. تعتبر نتائج الفحوصات الطبية صالحة لمدة عام واحد؛ لكن قد تتغير هذه السياسة في المستقبل. في حال عدم سفرك إلى الولايات المتحدة خلال سنة من إجراء الفحوصات الطبية. يجب عليك إجراء الفحوصات من جديد قبل السفر إلى الولايات المتحدة. بالنسبة للأشخاص الذين يعانون من حالات طبية معينة مثل داء السل أو مرض نقص المناعة المكتسبة (الإيدز). سوف تكون فحوصاتهم الطبية صالحة لمدة ستة أشهر فقط.



التصريح الأمني

يجب على جميع اللاجئين الحصول على تصريح أمني من السلطات الحكومية الأمريكية قبل سفرهم إلى الولايات المتحدة. وعادة ما يتم الحصول على هذا التصريح الأمني قبل مقابلتك مع دائرة خدمات الجنسية والهجرة الأمريكية (USCIS). لكن قد يطلب منك أحياناً الحصول على تصريح أمني آخر قبل سفرك.

ضمان رعاية وكالة التوطين المسئولة عنك

تعين وكالة التوطين (كفيل) لكل لاجئٍ قد تم قبوله قبيل سفره إلى الولايات المتحدة، وسوف يقوم مركز المعاملات بتزويد وكالة التوطين بالمعلومات التالية عنك:

- اسمك وعمرك وتحصيلك العلمي ومهنتك.
- أسماء وأعمار أفراد عائلتك الذين سيرافقونك إلى الولايات المتحدة وتحصيلهم العلمي ومهنتهم.
- عرقك وموطنك الأصلي وديانتك.
- أي مشاكل صحية بحاجة للرعاية لدى وصولك للولايات المتحدة.



- أسماء وعناوين وأرقام هواتف أقبائك وأصدقائك الذين يعيشون في الولايات المتحدة.

سوف تقوم وكالة التوظيف باستخدام هذه المعلومات لاختيار الموقع المناسب لتوظيفك. إذا كان بعض أفراد عائلتك موجودين أصلاً في الولايات المتحدة وقمت بتزويد مركز المعاملات برقم هاتفهم و/أو عنوانهم، فسوف تحاول وكالة التوظيف أن تضعك في البلدة نفسها. وإذا طلبت أن تسكن بالقرب من أحد أصدقائك أو أقاربك (غير زوجك أو زوجتك، وابنك أو ابنتك، ووالدك أو والدتك، وأخيك أو أختك) فسوف تقوم وكالة التوظيف بدراسة ما إذا كانت تلك المنطقة مزودة بالخدمات التي ستحتاج إليها وما إذا كنت ستجد عملاً فيها. وفي حال أن بعض أقبائك غير المباشرين مرشحين للتوظيف والسفر إلى الولايات المتحدة، فيمكنك أن تطلب توظيفك في نفس المنطقة التي سيسكنون فيها. لكن ليس هناك ما يضمن الموافقة على ذلك.

إذا لم يكن لدى وكالة التوظيف معلومات حديثة عن عائلتك وأصدقائك الذين يعيشون في الولايات المتحدة، فقد يتم توظيفك في مكان بعيد عنهم. لذلك يجب أن تزود موظفي مركز المعاملات بأكبر قدر من المعلومات لكي تتمكن وكالة التوظيف من اختيار المكان الأنسب لك.



تقديم هذه المعلومات لن يؤثر على وضع الهجرة لديك أو سرعة سفرك. فهذه المعلومات لن تؤثر إلا على مكان توطينك في الولايات المتحدة. لذلك فإن تقديمك لهذه المعلومات هو لمصلحتك أنت.

عندما تقرر وكالة التوطين المسؤولة عنك المكان الذي ستقيم فيه. سوف يقوم موظفو الوكالة بإبلاغ مركز المعاملات بهذا القرار. وسوف يتم إبلاغك بمكان سكنك الجديد في الولايات المتحدة قبل رحيلك.

ترتيبات السفر وقروض السفر

سوف تقوم المنظمة الدولية للهجرة (IOM) بترتيب أمور سفرك إلى الولايات المتحدة وإبلاغك بموعد سفرك. كما أنك ستحصل أنت وعائلتك على قرض يغطي نفقات السفر. وسوف يحصل كل فرد في عائلتك يزيد عمره عن 18 سنة على قرضه الخاص. ولكن قبل سفرك إلى الولايات المتحدة يجب أن توقع على "تعهد" تلتزم فيه بسداد القرض. فبعد بضعة أشهر من وصولك إلى الولايات المتحدة سوف تبدأ وكالة التوطين المسؤولة عنك بإرسال فاتورة إليك كل شهر بجزء من المبلغ المستحق عليك. وسوف تعطى مهلة مدتها 3 سنوات لسداد كامل المبلغ.



سوف يتم إيداع المبالغ التي تدفعها في صندوق خاص لمساعدة لاجئين آخرين على السفر إلى الولايات المتحدة. وسوف يكون سدادك لهذا القرض هو الخطوة الأولى لفتح سجل ائتمان نظيف لك.

وفي حال حدوث أي تغيير في الظروف العائلية قبل سفرك (مثل ولادة مولود جديد)، يجب عليك إبلاغ المنظمة الدولية للهجرة أو موظفي مركز المعاملات. إن عدم قيامك بذلك قد يؤخر موعد سفرك.

قبل سفرك سوف يقوم موظفو (IOM) بتسليمك مغلف الوصول. ويحتوي هذا المغلف على وثيقة I-94، ونموذج بيان جمركي، ونماذج طبية وتقارير صور أشعة، ووثائق إعادة التوطين. كن حريصاً على عدم إضاعة هذه الوثائق أثناء رحلتك، فانه يجب عليك أن تحمل مغلف الوثائق هذا معك. لا تفتح هذا المغلف ولا تضعه مع أمتعتك. ويجب عليك تسليم هذا المغلف لموظف الهجرة في أول نقطة عبور لك (أي في أول مطار تصل إليه في الولايات المتحدة).

الأمثلة

تحدد شركات الطيران حجم ووزن وعدد الحقايب المسموح لكل فرد بحملها. ويمكنك أن تحمل معك داخل الطائرة حقيبة واحدة لا يزيد وزنها عن 5 كغم (10 رطل).

كما يمكن لكل فرد أن يحمل حقيبتين لا يزيد وزن الواحدة عن 32 كغم (70 رطل) توضع في القسم الخاص بالشحن في الطائرة. وتأكد أن حقائبك محكمة الإغلاق لكي لا تفقد أي شيء أثناء رحلتك.

لا يسمح لك بحمل حقائب إضافية على الطائرة. ولذلك يجب عليك أن تشحنها مسبقاً على حسابك الخاص.

تحظر الجمارك الأمريكية دخول بعض المواد إلى الولايات المتحدة. فعلى سبيل المثال، لا يسمح لك بإدخال النباتات، أو الفاكهة، أو الخضروات، أو اللحوم الطازجة، أو العقاقير، ولكن يمكنك إدخال الأدوية المرفقة بشهادة طبية شريطة أن تكون محفوظة في علبة تحمل ملصقاً لاسم صاحب الدواء. كذلك، لا يمكنك أن تحمل أدوات حادة مثل السكاكين أو المقص في حقيبة اليد على متن الطائرة. لكن يمكنك وضع هذه الأدوات في حقائبك في قسم الشحن. ويحظر أيضاً حمل الأسلحة في حقيبة يدك. إذا كان لديك أسئلة بخصوص الأشياء التي يسمح لك بإدخالها إلى الولايات المتحدة، اسأل موظفي المنظمة الدولية للهجرة.

اعتبارات خاصة تتعلق بالسفر

الرحلة إلى الولايات المتحدة طويلة. لذلك يجب عليك أن تهين نفسك للسفر لساعات طويلة. السفر متعب للجميع وصعب جداً على الأطفال. ولذلك قدم بعض الطعام للأطفالك، ورافقهم إلى دورة المياه قبل صعودهم على متن الطائرة. وخذ معك بعض من الفوط والحفاظات للأطفال. احمل بعض الطعام المغلف لك ولأفراد عائلتك.

عند إقلاع الطائرة وهبوطها قد يرتفع ضغط الأذنين، ولتخفيف بعض من هذا الضغط يمكن للبالغين والأطفال أن يبلعوا ريقهم أو أن يتشاءبوا. ويمكن للأم أيضاً أن ترضع ابنها الرضيع بعد الإقلاع مباشرة وقبل الهبوط. فبلع الحليب أو العصير قد يخفف من الضغط على آذانهم.



إذا كنت بحاجة لكرسي متحرك، أو عكاز، أو أي مساعدة خاصة أثناء رحلتك فتأكد من إبلاغ المنظمة الدولية للهجرة. وإن كنت تتناول أي دواء وصفه الطبيب لك فاحمله معك لكي يكون في متناول يدك وقت الحاجة.

إذا كنت تفكر في أخذ حيوان أليف معك فينبغي عليك مراعاة قوانين الجمارك في الولايات المتحدة وتعليمات شركات الطيران الخاصة بنقل الحيوانات. فإن أجرة نقل هذا الحيوان علي نفقتك الخاصة. وفي حال رغبتك بإحضار حيوان أليف معك، يجب عليك أن تبلغ المنظمة الدولية للهجرة بذلك لكي يتسنى لوكالة التوطين في الولايات المتحدة أن تعثر على سكن يسمح بتربية الحيوانات.

رحلتك

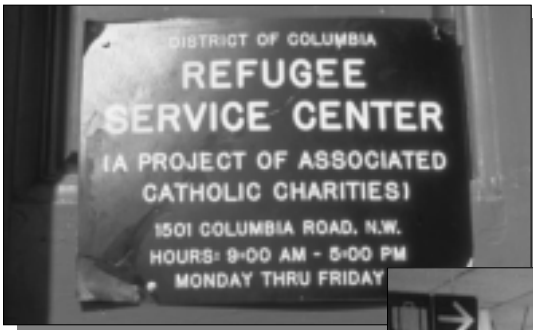
إذا كانت رحلتك تحتّم عليك التوقف في عدة مطارات قبل الوصول إلى الولايات المتحدة، فسوف يقوم ممثلو المنظمة الدولية للهجرة بمساعدتك. وفي الولايات المتحدة سيقوم ممثلون عن المنظمة الدولية للهجرة باستقبالك في المطار ومساعدتك في إجراءات الوصول.

سيقوم موظفو الهجرة في الولايات المتحدة بفتح مغلف الوصول والتحقق من الوثائق، كما أنهم سيختمون بطاقة I-94 وبعيدونها إليك، ويأخذون بصمتك.

وقد يتم تسليمك تصريح عمل (EAD) يحمل صورتك. إن بطاقة I-94 وتصريح العمل هما وثيقتان هامتان جداً لأنهما تثبتان أنك تتمتع بوضع قانوني في الولايات المتحدة بصفتك لاجئاً. احتفظ بهاتين الوثيقتين في مكان آمن. وسوف تطلب منك وكالة التوطين إبراز هاتين الوثيقتين عند وصولك إلى موقع التوطين. وسوف تأخذ نسخاً منهما. إذا لاحظت وجود أية أخطاء في المعلومات الواردة في هذه الوثائق فقم بإبلاغ المسؤولين في المطار. فتصحيح هذه الأخطاء على الفور أسهل من الانتظار للقيام بذلك بعد الوصول إلى موقع التوطين النهائي.

عند الانتهاء من إجراءات الهجرة، سوف تستلم حقائبك وتتوجه إلى الجمارك. سوف يقوم موظفو الجمارك بالتحقق من نموذج البيان الجمركي الخاص بك. وقد يفتشون حقائبك. وبعد أن ينتهي قسم الجمارك من تفتيش حقائبك سوف تصبح جاهزاً للقيام بآخر جزء من رحلتك.

قد تضطر للمبيت في المطار حيث أن عملية التفتيش تستغرق وقتاً طويلاً. وفي حال حدوث ذلك، سوف تقوم المنظمة الدولية للهجرة بحجز غرفة لك في أحد الفنادق (ودفع ثمنها). وحجز الرحلات الجوية التي ستنقلك إلى وجهتك النهائية في اليوم التالي. وعند وصولك إلى مطار وجهتك النهائية، سوف تجد صديقاً أو قريباً أو مندوباً عن وكالة التوطين في انتظارك في منطقة استلام الأمتعة. وإذا لم تجد أحداً في استقبالك لأي سبب من الأسباب يرجى الاتصال بشرطة المطار فوراً حيث سيساعدونك في الاتصال بقريبك أو وكالة التوطين المسؤولة عنك.



في الولايات المتحدة الأمريكية تتعاون الحكومة مع وكالات التوطين من أجل توطين اللاجئين. فالحكومة تضع القوانين والإرشادات وتوفر الدعم المالي لتغطية نفقات الخدمات الرئيسية التي يتلقاها اللاجئون، وأما وكالات التوطين فتقدم لهم الخدمات وبعض المساعدات الأخرى.

قد تكون وكالة التوطين هيئة دينية أو منظمة خاصة أو وكالة حكومية. أو منظمة عرقية. ورغم أن بعض وكالات التوطين مرتبطة بجماعات دينية، إلا أنك لست ملزماً بالاشتراك في نشاطاتها الدينية. فمن المحظور على وكالات التوطين دعوة اللاجئين إلى الانضمام إلى أي جماعة دينية.

تمتلك الوكالة المسؤولة عن توطينك مكتباً محلياً في المدينة التي تسكن فيها أو بالقرب منها. كما أن لديها موظفين مستعدين لمساعدتك. وإن كان لديك أقارب في تلك المنطقة فقد يساعدونك في الاستقرار. وكذلك فإن لدى بعض الوكالات متطوعين لمساعدتك عند وصولك.

نقطة البداية

حين وصولك ستكون الوكالة المسؤولة عن توطينك قد جهزت لك مسكناً. وقد يكون هذا المسكن شقة تسكن فيها بصورة دائمة، أو مسكناً مؤقتاً مع إحدى العائلات التي تطوعت لاستضافتك، أو مع أحد أقربائك، أو في فندق. وإذا أقيمت في مسكن مؤقت فسوف تساعدك الوكالة في الحصول على مسكن طويل الأمد في أسرع وقت ممكن.

سوف تدفع وكالة التوطين جميع نفقاتك المعيشية خلال الأيام الثلاثين الأولى (30 يوماً) التي تلي وصولك. بعض الوكالات تدفع النفقات لأصحابها مباشرة. وبعض الوكالات الأخرى تدفع المال لك أو لقريبك لتقوم أنت بدفع النفقات بنفسك لأصحابها.



الاستقرار

ستقوم وكالة التوطين بتقديم النصائح والإرشادات لك طوال الشهور الثلاثة الأولى من وصولك.

يستعين موظفو وكالة التوطين بأقربائك وأصدقائك وبعض المتطوعين لمساعدتك على التعرف على مجتمعك الجديد. ومن خلال مساعدتهم ستستطيع القيام بالأمور التالية:

- إيجاد مسكن طويل الأمد.
- الحصول على ملابس وأثاث.
- معرفة المزيد عن احتمالية الالتقاء من جديد مع أفراد عائلتك الذين ما زالوا في الخارج.
- الحصول على بطاقة ضمان اجتماعي (يجب عليك الحصول على هذه البطاقة لكي تتمكن من إيجاد عمل).
- البحث عن عمل.
- تسجيل أبنائك في المدرسة.
- التعرف على النظام المالي في الولايات المتحدة.
- تعلم كيفية استخدام وسائل المواصلات العامة.
- القيام بالترتيبات اللازمة للخضوع لبعض الفحوص الطبية وتلقي أي رعاية طبية تحتاج إليها.
- العثور على معهد لغة إنجليزية.
- البدء في تعلم العادات والقوانين الأمريكية.

- معرفة الخدمات الاجتماعية التي يمكنك الاستفادة منها.

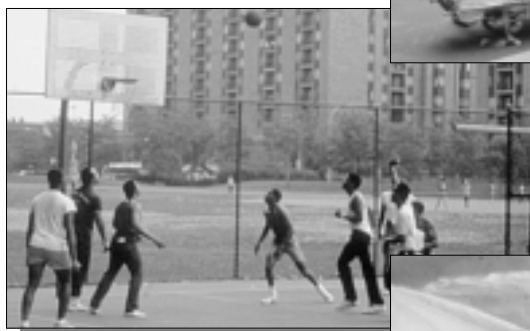
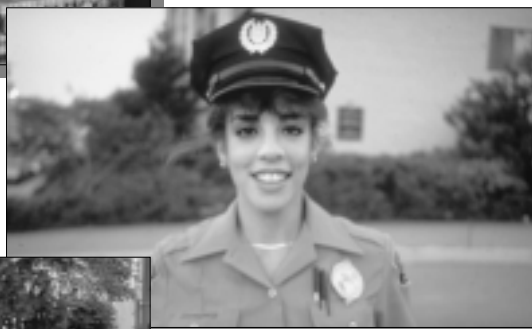
من الأفضل لك أن تستفيد من الخدمات التي تقدمها لك وكالة التوطين لأنها ستقدمها لك لفترة 90 يوماً فقط من تاريخ وصولك. فبعد انقضاء هذه المدة سوف تتفاوت الخدمات المقدمة بحسب الاحتياجات الفردية والوكالة نفسها. وقد تقوم وكالتك بتحويلك إلى وكالة أخرى لتسديد بعض احتياجاتك الخاصة.

لن تقوم وكالة التوطين بدفع فواتيرك أو سداد ديونك. ولذلك يجب عليك أن تعمل وتكسب المال اللازم لتغطية نفقاتك.

موظفو وكالة التوطين يستطيعون مساعدتك على أفضل نحو ممكن إن تعاونت معهم. ولذلك أخبرهم عن أحوالك. وكن صادقاً بشأن الأشياء التي تتمناها والأمور التي تقلقك. وحاول أن تكون مرناً.

الانتقال إلى مدينة أخرى

إذا كنت تفكر في الانتقال إلى مدينة أخرى فتذكر أن وكالة التوطين ليست مسؤولة عن نقلك. كما أن وكالة التوطين في المنطقة التي ستنتقل إليها ليست مضطرة لمساعدتك. ولذلك إذا قررت الانتقال فسوف تكون مسؤولاً عن إعالة نفسك بنفسك. وإذا كان لديك أي سؤال فيما يتعلق بالانتقال فيمكنك أن تتحدث مع موظفي وكالة التوطين المسؤولة عنك.



بالإضافة إلى وكالة التوطين المسؤولة عنك هناك وكالات أخرى تقدم الخدمات في مدينتك، فبعض هذه الوكالات هي وكالات تابعة لمدينتك، أو للولاية، أو للحكومة الفدرالية، وكما أن بعضها الآخر هي منظمات تطوعية مثل تلك المرتبطة بالكنائس، أو المساجد، أو المجامع اليهودية. وتُعرف هذه الوكالات بوكالات الخدمات الاجتماعية.

اللاجئون مؤهلون للحصول على الخدمات الاجتماعية مثل المساعدة المالية والإرشاد الوظيفي، ولكن يقتضي التنويه هنا إلى أن هذه الخدمات تتفاوت من مكان لآخر، وسوف تساعدك وكالة التوطين في التعرف على الخدمات المتوفرة في منطقتك ومعرفة ما إذا كنت مؤهلاً للاستفادة منها وكيفية التقدم بطلب للانتفاع من هذه الخدمات.

توفر منظمات الخدمات الاجتماعية مساعدة مؤقتة لمساندتك على تحقيق الاكتفاء الذاتي، وهذه المنظمات هي التي تقرر حاجتك عن طريق دراسة دخلك، ومكان سكنك، وعمرك، وبعض العوامل الأخرى. وحينما تتحسن أحوالك سوف تقوم المنظمة بتقليص هذه الخدمات أو إيقافها، وإن ساءت أحوالك فقد تصبح مؤهلاً من جديد للحصول على هذه الخدمات لفترة من الوقت، ولكن من المهم أن تتذكر أن هذه الخدمات مؤقتة، وأنها تستمر فقط إلى أن تتمكن من إعالة نفسك بنفسك.

الخدمات الاجتماعية تشمل المساعدات الخاصة والمساعدات الحكومية والخدمات العامة.



المساعدة الخاصة

منظمات المساعدات الخاصة تقدم مجموعة متنوعة من الخدمات. ورغم أن حجم هذه الخدمات ونوعها قد يتفاوت من مكان لآخر، إلا أن العديد من هذه المنظمات تقدم ما يلي:

- المشورة والإرشاد.
- مساعدة بشأن وضع الهجرة.
- دروس في اللغة الإنجليزية كلغة ثانية (ESL).
- مساعدة في العثور على عمل (إرشاد وظيفي وتدريب مهني).
- خدمة الترجمة.

إحدى منظمات المساعدة الخاصة المتوفرة في العديد من المدن هي "جمعية المساعدة المتبادلة" والتي يرمز إليها بالحروف ((MAA Mutual Assistance Association]). وقد قام اللاجئون والمهاجرون السابقون بتشكيل هذه الجمعيات بهدف مساعدة اللاجئين الجدد في المدينة. وقد توفر هذه الجمعيات بعض الخدمات مثل: تعريف اللاجئين بالمجتمع، والترجمة، والبحث عن عمل، والمواصلات، وإحاقهم بمعهد لغة إنجليزية خاص باللاجئين والمهاجرين.

يمكن للمؤسسات الدينية مثل الكنائس، والمساجد، والمجامع اليهودية أن توفر هي الأخرى العديد من الخدمات، فالبعض منها يعقد صفوف لغة إنجليزية للكبار، أو صفوف للأطفال بعد المدرسة، والبعض الآخر يوزع الملابس المستعملة والأثاث المستعمل، أما البعض الآخر فقد يقدم برامج خاصة للمسنين.

المساعدة الحكومية

تقدم وكالات الخدمات الاجتماعية الحكومية العديد من الخدمات للمجتمع، فهي تساعد ذوي الاحتياجات الخاصة مثل العائلات المتدنية الدخل، والمُشردين، والمعاقين، وغالباً ما يكون اللاجئون مؤهلين للاستفادة من العديد من برامج المعونة الحكومية. وعادةً ما يقوم مكتب الخدمات الاجتماعية الحكومية بإدارة هذه البرامج رغم أنه قد يعهد بهذه المهمة لإحدى المنظمات الخاصة أو التطوعية بما في ذلك وكالات التوطين.

تخضع البرامج الحكومية لمعايير صارمة فيما يتعلق بالفترة الزمنية المحددة للاستفادة من الخدمات، وشروط الاستفادة من هذه الخدمات. فمن أجل الاستفادة من هذه الخدمات، يجب على اللاجئين أن يملئوا بعض الاستمارات أو النماذج التي تبين دخلهم وبعض المعلومات الشخصية الأخرى. يمكن لوكالة التوطين المسئولة عنك أن تساعدك في معرفة المزيد عن هذه البرامج، وما إذا كنت مؤهلاً للتقدم إليها، وكيفية تقديم الطلب.



وتلك هي البرامج الحكومية الرئيسية التي قد تساعد اللاجئين:

برامج المعونة النقدية: للأشخاص الذين لم يتمكنوا من العثور على عمل. هناك برنامجان يقدمان معونة مالية مؤقتة ألا وهما: (أ) برنامج "المعونة المؤقتة للعائلات ذات الحاجة" ويرمز إليه بالحروف [Temporary Assistance to Needy (TANF) Families] وهو مخصص للآباء والأمهات الذين لديهم أبناء مُعالين: (ب) برنامج "المعونة النقدية للاجئين" ويرمز إليه بالحروف [Refugee Cash Assistance (RCA)]. وهو مخصص للاجئين العزاب والمتزوجين الذين ليس لديهم أبناء يعيلونهم. وقد يكون لهذين البرنامجين أسماء أخرى في بعض الأماكن الأخرى. وقد يختلفان من عدة جوانب من مدينة لأخرى، ولكي يكون المرء مؤهلاً للحصول على معونة نقدية، يجب عليه أن يكون مشتركاً في برنامج تدريبي أو أن يثبت أنه يبحث عن عمل. ويتم تقديم المعونة النقدية لأشهر قليلة فقط.

برنامج المنحة المتماثلة: تقدم العديد من وكالات التوظيف

هذا البرنامج كبديل عن المعونة النقدية للاجئين الذين يرغبون في العمل لكنهم يحتاجون لبعض المعونة المالية في بادئ الأمر. ويتعهد اللاجئون الذين يلتحقون بهذا البرنامج بالعثور على عمل في أسرع وقت ممكن.

وفي المقابل، فإنهم يحصلون على معونة مالية أكبر، وإرشاد وظيفي أكثر. وخدمات سكن للشهور الأربعة الأولى من تواجدهم في الولايات المتحدة.

تذاكر (كوبونات) الطعام: هذا برنامج فدرالي يقدم معونة الطعام لأصحاب الدخل المتدني في الولايات المتحدة، ويمكن للاجئين أن يتقدموا بطلب للحصول على "تذاكر معونة الطعام" من أحد المكاتب الحكومية المحلية. يعتمد مقدار معونة الطعام على حجم العائلة ودخلها. يتم إصدار تذاكر معونة الطعام على شكل بطاقة بلاستيكية، ويمكن استخدامها فقط لشراء المواد التموينية. أما المواد غير التموينية مثل السجائر، والمشروبات الكحولية، و فوط الأطفال، ومنتجات الورق، والصابون فلا يمكن شراؤها باستخدام تذاكر معونة الطعام.

و يقدم برنامج فدرالي آخر معونات للطعام وهو برنامج "النساء والرُّضَع والأطفال" والذي يُرمز إليه بالحروف (WIC, Women, Infants, and Children). إن هذا البرنامج مخصص للنساء الحوامل واللاتي أنجبن حديثاً، وللأطفال الرُّضَع حتى عمر الخمس سنوات. ويقدم هذا البرنامج بعض المكملات الغذائية والتثقيف الصحي.

دخل الضمان التكميلي: (SSI) وهو برنامج فدرالي يقدم المعونات النقدية لفاقد البصر، أو المعاقين، أو المسنين الذين تجاوزوا سن الخامسة والستين (65 عاماً)، ويمكن للاجئين المؤهلين أن يتقدموا بطلب للحصول على هذه المعونة لدى المكتب المحلي للضمان الاجتماعي - وهو نفس المكتب الذي يقوم بإصدار بطاقات الضمان الاجتماعي.

معونة الطاقة: هذا برنامج فدرالي يساعد أصحاب الدخل المتدني لدفع نفقات التدفئة والتكييف. ويمكن للاجئين أن يتقدموا بطلب للحصول على معونة الطاقة لدى أحد المكاتب الحكومية المحلية. هذا البرنامج ليس متوفراً في جميع المدن.

برامج رعاية الأطفال: بعض المناطق تقدم رعاية نهائية مجانية أو مخفضة في السعر لذوي الدخل المتدني. وغالباً ما تكون هذه البرامج مُمَوَّلة من الحكومة الفدرالية رغم أنها تُدار بواسطة مكتب أو مركز حكومي محلي مثل مركز الرعاية النهارية. وقد يكون الآباء والأمهات الذين يحتاجون لمركز يرعى أطفالهم كي يتمكنوا من العمل أو البحث عن عمل مؤهلين للحصول على هذا النوع من المساعدة.

الخدمات العامة

تتمتع كل منطقة محلية بخدمات عامة متوفرة لجميع أفراد المجتمع. وستساعدك معرفتك بهذه الخدمات على استخدام المصادر المتاحة والتكيف مع الحياة في الولايات المتحدة. وفيما يلي بعض أهم الخدمات العامة:

الشرطة: الشرطة تطبق القانون، وتحافظ على السلامة

العامة، وتستجيب للطوارئ الطبية. وتساعد الأشخاص الذين ضلوا طريقهم. وتعمل في الأحياء الداخلية للمدينة على تحسين العلاقات بين أفراد المجتمع. وقد ترى أفراد الشرطة يجوبون منطقتك إما في سياراتهم أو على أرجلهم. فعليك أن تحترم أفراد الشرطة ولا أن تخاف منهم. وإذا اقترب منك أحد أفراد الشرطة وطلب منك أن تتوقف فعليك أن تطيعه. فإذا هربت فسوف يعتقد الشرطي أنك قمت بعمل خطأ ما؛ وبالتالي قد تقع في الكثير من المشاكل. لا تعرض مالا على أفراد الشرطة فهو غير قانوني أن تعرض مالا على أفراد الشرطة وقد يعرضك لعقوبات شديدة. اطلب مترجماً أو اتصل بوكالة التوظيف المسؤولة عنك أن لم تستطع التفاهم مع أفراد الشرطة.

خدمات الطوارئ: جميع المناطق المحلية لديها دوائر

لمكافحة الحرائق وخدمات طبية للطوارئ. للحصول على المساعدة في حالات الطوارئ، اتصل من هاتفك بالرقم 911. سوف يجيب عليك عامل الاستقبال في قسم الشرطة. كن مستعداً لإخباره بالمساعدة التي قد تحتاجها (الشرطة، أو سيارة إطفاء، أو سيارة إسعاف لحالات الطوارئ الطبية). بإعطائه محل إقامتك

وعنوانك. إذا لم تتمكن من شرح المشكلة باللغة الإنجليزية فيمكنك أن تكتفي بقول كلمة "Help" أو "Emergency" دون أن تغلق الخط. فخط التليفون المفتوح سيساعد عامل الاستقبال في قسم الشرطة على تحديد عنوانك.

المكتبات: العديد من المناطق المحلية لديها مكتبات عامة تحتوي على كتب، ومجلات، ومعلومات عن المجتمع. كما أن غالبية هذه المكتبات لديها قسم خاص بالأطفال وأنشطة خاصة بهم. إذا حصلت على بطاقة مكتبة فيمكنك أن تستعير بعض الكتب من المكتبة لبضعة أسابيع. عليك أن تعيد الكتب في الوقت المحدد حتى لا تدفع غرامة تأخير.

المنتزهات وأماكن الترفيه: توفر المنتزهات المحلية مناطق مناسبة للرحلات القصيرة، ومساحات واسعة وملاعب للعب. وكذلك قد توفر لك " دائرة المنتزهات المحلية والأماكن الترفيهية " أنشطة مجانية أو مخفضة في السعر مثل مجموعات اللعب للأطفال، والفرق الرياضية، والأنشطة الخاصة بالمسنين. كما أن المنتزهات العامة توفر مساحات كبيرة للقيام بالرحلات الترفيهية والتمتع بالجبال والغابات والبحيرات والأنهار والشواطئ البحرية. الكثير من المنتزهات تضع تعليمات بشأن الأنشطة المسموح بها. فبعض المنتزهات مجانية في حين أن بعضها الآخر يتقاضى رسوم دخول.

ويمكنك معرفة المزيد من المعلومات عن الخدمات الاجتماعية الأخرى في فصلي التعليم والصحة.



حينما تصل إلى الولايات المتحدة، سوف تكون وكالة التوظيف المسؤولة عنك قد وفرت لك مكاناً تقيم فيه. سوف يكون المكان مؤثناً ومزوداً بالحاجيات الأساسية. ففي البداية، قد تقيم مع بعض أقاربك الموجودين في الأصل في الولايات المتحدة، أو مع بعض المتطوعين، أو قد يتم وضعك في شقة، أو فندق، أو مركز استقبال خاص بالوكالة. إذا كنت أعزب فقد يتم وضعك مع بعض اللاجئين العزاب لفترة مؤقتة.

يجب على وكالة التوظيف أن تحرص على توفير مسكن تقيم فيه خلال الشهر الأول من وصولك للولايات المتحدة. إذا كان لديك أقارب في الولايات المتحدة فقد يُطلب منهم ترتيب مسكن لك.

العثور على مسكن

سوف يناقش معك موظفو وكالة التوظيف موضوع السكن للأمد الطويل، وقد يستغرق إيجاد مسكن بضعة أسابيع لأن العثور على مكان مناسب للسكن قد يكون أمراً صعباً، فيجب أن تعثر على مسكن سعره معقول، وآمن، وقريب من المحلات، ووسائل النقل العامة، ومكان عمالك، ومدارس أبنائك.

وللعثور على مسكن، إليك بعض الأشياء التي يمكنك القيام بها:

- تحدث مع موظفي وكالة التوظيف
- احصل على بعض النصائح من الأشخاص الذين تعمل معهم
- ابحث عن لوحات مكتوب عليها "For Rent" (للايجار) على البنايات أو بالقرب منها
- ابحث في صفحات الإعلانات المبوبة في الصحف اليومية
- اقرأ الصحف والمجلات الخاصة التي تحتوي على شقق ومنازل للايجار



- قم بزيارة مكاتب الإيجار في العمارات
- ابحث في الإنترنت عن شقق للإيجار.

أنواع المساكن

هناك أنواع متعددة من المساكن في غالبية المدن الأمريكية:

- العمارات المؤلفة من شقق
- المنازل العائلية المستقلة
- المنازل المقطورة (تجرها السيارة)
- الغرفة المستأجرة في منزل أو شقة

وعادةً ما تشتمل الشقة المستأجرة على مطبخ، وفرن، ومغسلة، وثلاجة، وغرفة معيشة وطعام، وغرفة نوم واحدة أو أكثر، وحمام، وخزانات ملابس. إن أصغر أنواع الشقق هي شقق الأستوديو التي تتألف من غرفة واحدة ومنطقة منفصلة تحتوي على حمام ومطبخ.



تكاليف السكن وعنصر الأمان

أجرة المسكن تختلف من ولاية لأخرى، ومن مدينة لأخرى. ومن منطقة لأخرى داخل المدينة نفسها. ولكن أينما كان مكان سكنك فسوف تشكل أجرة السكن الجزء الأكبر من نفقاتك الشهرية.

قد لا تتوفر الشقق الرخيصة إلا في الأحياء الفقيرة التي غالباً ما تكون فيها معدلات الجريمة أعلى من الأحياء الأخرى. وبصرف النظر عن مكان سكنك، أقفل منزلك جيداً عند مغادرتك. واعرف الأحياء التي ينبغي عليك تجنبها في الليل. تعرف على أفراد الشرطة في منطقتك لكي تتمكن من التحدث معهم عن كيفية منع الجريمة في الحي الذي تسكن فيه.

يجب أن تتوقع العيش في أحياء مختلطة تضم أناساً من عرقيات وجنسيات مختلفة. ولذلك من المرجح أن يكون جيرانك من جنسيات وخلفيات مختلفة.



!! بالنسبة لنا كانت الشقة جميلة جداً
ومليئة بأشياء لم نرها من قبل.



... أنا أعرف الآن أن الناس الذين يعيشون
في هذا الحي فقراء جداً. الشقق صغيرة
وشبيهة بالصندوق.



لكني قمت أنا وأبنائي بتنظيف جدران
الشقة إلى أن أصبحت نظيفة ولامعة.
وهكذا فنحن الآن نتمتع بمزايا
منزلنا الجديد!!

قوانين الاستئجار والسكن

حينما تستأجر شقة أو منزل يجب أن توقع على عقد إيجار. فعقد الإيجار مستند قانوني يحمي المستأجر (أنت) والمالك (صاحب الشقة أو المنزل). ويحميك من أي ظلم قد يقع عليك من صاحب الشقة.

ينص العقد على قيمة إيجار الشقة أو المنزل الشهري. وقد يكون الإيجار شاملاً للخدمات (الكهرباء، الغاز أو الوقود للتدفئة، الماء، وأجور جمع النفايات). أو قد يتوجب عليك أن تدفع ثمن هذه الخدمات بصورة منفصلة. وأنه من المهم قبل توقيع العقد أن تسأل المالك ما إذا كانت الخدمات مشمولة في الإيجار أم لا.

حينما توقع العقد فإنك توافق على ما يلي:

- عدد الأشخاص الذين سيعشون في الشقة أو المنزل
 - قيمة الإيجار الشهري
 - تاريخ استحقاق الإيجار
 - حالة الشقة (يجب عليك أن تحافظ عليها نظيفة وخالية من الأضرار)
 - عدد أشهر استئجار الشقة (12 شهراً في العادة)
 - شروط الانتقال إلى شقة أخرى قبل انتهاء عقد الإيجار.
- قد يطلب منك المالك ما يثبت أنك على مقدرة لتسديد قيمة الإيجار. وإذا كنت خالي عمل فلن يكون لديك ما يثبت أنك كنت في السابق ملتزماً بتسديد كل فواتيرك.

لهذا السبب. قد تحتاج لشخص آخر (طرف ثان/شاهد) يوقع معك عقد الإيجار شريطة أن يكون لديه تاريخ ائتمان يثبت التزامه بسداد فواتيره والتزاماته المادية في السابق.

عادةً ما يطلب المالك من المستأجر أن يدفع له مبلغ تأمين عند توقيع العقد. وغالباً ما يكون مبلغ التأمين معادلاً لإيجار شهر واحد. سوف يقوم المالك بإعادة مبلغ التأمين إليك عند مغادرتك للشقة في حال التزامك بجميع شروط العقد.

أما إذا خالفت شروط عقد الإيجار فمن الممكن أن يتم إخلاؤك (يطلب منك مغادرة مسكنك) حيث تخسر مبلغ التأمين. فمثلاً غالباً ما تفرض الولايات والمدن قوانين خاصة بالسكن تحدد عدد الأشخاص الذين يمكنهم العيش في مساحة معينة. وهذا يعني أنه إذا كانت لديك عائلة كبيرة. فقد تضطر أن تستأجر أكثر من شقة واحدة. وسوف تبذل وكالة التوطين المسئولة عنك كل جهد ممكن للعثور على شقتين أو أكثر متلاصقتين أو قريبتين.

إذا كان عدد أفراد عائلتك الذين يعيشون في الشقة أكبر مما يسمح به القانون. فذلك قد يعرضك لإخلاء المنزل أو الشقة.

إن قوانين السكن تنطبق على المالكين والمستأجرين على حدٍ سواء. فعلى المالكين أن يتحققوا من أن مساكنهم التي يرغبون في تأجيرها تفي بشروط الصحة والسلامة. وكما يجب عليهم أن يتحققوا من أن المواسير والأسلاك الكهربائية. والمواسير الصحية. وأنظمة التدفئة تتوافق مع القوانين المعمول بها. وأن تتوفر أجهزة إنذار للحريق. وأن يكون المسكن خالياً من القوارض والحشرات. وتحظر القوانين على المالكين أن يرفضوا التأجير لأي شخص ما بسبب عرقه. أو ديانتته. أو موطنه الأصلي.



عند وصولك إلى الولايات المتحدة سوف تقضي بعض الوقت في السير من مكان لآخر. ولكن سرعان ما ستبدأ باستخدام وسائل المواصلات العامة إلى أن يأتي الوقت الذي تشتري فيه سيارتك الخاصة.

إذا تعلمت معاني إشارات المرور واللوحات المرورية وبعض قواعد الطريق منذ البداية فسوف يكون من السهل عليك أن تستخدم وسائل المواصلات العامة أو أن تتعلم القيادة في الولايات المتحدة.

المواصلات العامة

قد تختلف المواصلات العامة من مدينة لأخرى في الولايات المتحدة. فبعض المدن تستخدم الحافلات (الأوتوبيسات)، وقطارات الأنفاق، وأنواع أخرى من القطارات لتنقل الناس داخل ضواحي المدينة بدون سيارة. وبالرغم من أن سيارات الأجرة (التاكسي) متوفرة، إلا أنها مكلفة. وفي مناطق أخرى قد لا تكون المواصلات العامة متوفرة بسهولة. ولذلك سوف تقوم وكالة التوظيف المسئولة عنك بإعطائك معلومات مفصلة عن المواصلات العامة في مدينتك الجديدة حال وصولك إلى هناك.

امتلاك سيارة وقيادتها

قد ترغب في شراء سيارة خاصة بك في أقرب وقت ممكن خاصة في المناطق التي لا تتوفر فيها وسائل مواصلات بسهولة. وبالرغم من أن امتلاك سيارة هو أمر مناسب، إلا أنه مكلف أيضاً. علاوة على أن امتلاك سيارة وقيادتها في الولايات المتحدة يفرض عليك العديد من المسئوليات.

إن القوانين المتعلقة بملكي السيارات والسائقين تفرض على حدة في كل ولاية وحكومتها. ويمكن لوكالة التوظيف المسئولة عنك أن تطلعك على القوانين الخاصة بالولاية التي تعيش فيها وأن تخبرك أين يمكنك الحصول على تصريح يسمح لك بتعلم القيادة في الولايات المتحدة.

وحتى تستطيع قيادة أي سيارة بشكل قانوني ينبغي عليك أن تحصل على رخصة قيادة محلية. وأما رخصة القيادة الدولية فليست مقبولة كبديل. وإذا قدت أي سيارة بدون رخصة فقد يتم فرض غرامة مالية عليك أو توضع في السجن. كذلك يجب أن تصل إلى سن معينة لكي تقود السيارة. ويختلف هذا السن من ولاية لأخرى.



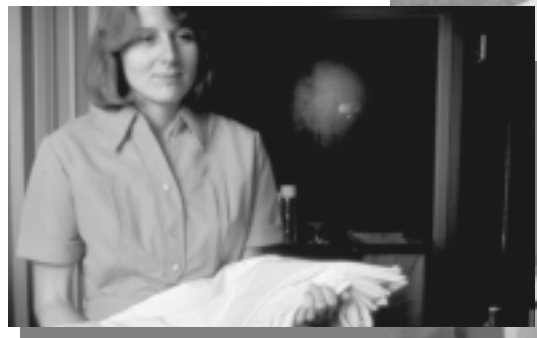
ولكى تحصل على رخصة قيادة مركبة يجب عليك أن تذهب إلى إدارة السير والمرور وأن تجتاز فحص النظر. وامتحاناً كتابياً حول قوانين السير وأنظمتها. وامتحاناً عملياً في القيادة. ويجب أن تدفع بعض الرسوم عند التقدم للحصول على رخصة قيادة. وتحمل رخصة القيادة صورتك واسمك وعنوانك وتاريخ ميلادك. ويجب أن تقوم بتجديد رخصة القيادة كل بضعة سنوات.

قد يؤدي خرق بعض القوانين إلى فقدانك لرخصة القيادة. فمثلاً إذا تم اعتقالك بتهمة قيادة مركبتك تحت تأثير المشروبات الكحولية فقد يتم سحب رخصة القيادة وحرمانك منها. أو فرض غرامة كبيرة عليك. أو قضاء بعض الوقت في السجن. وفي بعض الحالات قد يتم ترحيلك إلى موطنك الأصلي.

بعد شرائك للسيارة يجب عليك أن تسجلها لدى إدارة السير والمرور لكي يتم فحصها والتأكد من سلامتها على الطريق. كما يجب عليك أن تؤمن على سيارتك لدى إحدى شركات التأمين الخاصة. إن قيمة التأمين تعتمد على المكان الذي تعيش فيه. وعمرك. وعدد الأشخاص الذين سيقودون السيارة. وسجلك السابق في القيادة. وفي حال رغبتك في شراء سيارة ينبغي عليك أيضاً أن تأخذ بعين الاعتبار كلفة الوقود والصيانة ومواقف السيارات.

يهتم غالبية الأمريكيين كثيراً بتحقيق الاكتفاء الذاتي. فهم يؤمنون أنه ينبغي على الكبار أن يعملوا ويعيلوا أنفسهم وعائلاتهم بدلاً من





الاعتماد على المعونات النقدية الحكومية. لذلك يجب أن يكون العثور على عمل أولوية أولى لدى اللاجئين خلال الأشهر الأولى من وصولهم إلى الولايات المتحدة. وهكذا فإن أولى أهدافك هي أن تجد عملاً.

يتوقع منك في بادئ الأمر أن تقبل بأول عمل يُعرض عليك حتى ولو لم يكن الأجر مجزياً، أو حتى وإن اختلف ذلك العمل اختلافاً كثيراً عن مهنتك السابقة. فغالبية الأمريكيين يؤمنون أن الحصول على أي عمل أفضل من البقاء بلا عمل.

إن الحصول على وظيفة أمر لا تتكفل به الحكومة أو وكالة التوظيف المسؤولة عنك. سيقوم مكتب خدمات توظيف اللاجئين بمساعدتك في البحث عن عمل. لكنك لن تجد عملاً إن لم تبحث عنه بنفسك. وبما أن الكثير من الأشخاص سينافسونك على العمل نفسه، فينبغي عليك أن تثبت استعدادك للعمل.

أنواع الوظائف

في الولايات المتحدة هناك ثلاثة أنواع من المهن والوظائف: مهن العمال غير الماهرين، ومهن العمال الماهرين، ومهن العمال المحترفين. ويجب على المرء أن يمتلك مستويات مختلفة من الخبرة أو التدريب فيما يتعلق بكل نوع من هذه المهن والوظائف.

مهن العمال غير الماهرين (أو المهن الابتدائية)

وهي تتطلب قدرًا قليلاً من التدريب أو الخبرة، ومن أمثلة هذه المهن: عمال تنظيف الغرف في الفنادق، وعمال المطاعم، وعمال المصانع. وعادة ما يقوم أصحاب هذه المهن بدفع الأجر للعمال مقابل كل ساعة يعملها. وهذه المهن لا تحتاج إتقاناً كبيراً للغة الإنجليزية، ولهذا فإن الكثير من اللاجئين يعملون في هذه المهن أثناء دراستهم للغة الإنجليزية أو أثناء تعلمهم إحدى المهارات الأخرى.



مهن العمال الماهرين وهي تتطلب تدريباً وإتقاناً أكبر للغة

الإنجليزية وتحتاج لمستويات معينة من المهارات في حقل عمل ما، ومن أمثلة هذه المهن: مهنة الميكانيكي، وفني التجميل، فني الكهرباء، وفني الكمبيوتر، ويحصل العاملون في هذه المهن على أجر يومي أو أسبوعي وهو أعلى من الأجر الذي يحصل عليه العاملون غير الماهرين، بل قد يكون أحياناً أعلى من الأجر الذي يتقاضاه العمال المحترفون. إن الكثير من المهن التي تتطلب مهارات معينة تتطلب رخصة أو بطاقة عضوية في نقابة معينة، فالرخصة الصادرة عن بلدك قد لا تكون مقبولة. لكن يمكنك أن تدرس اللغة الإنجليزية وأن تلتحق ببعض الدورات من أجل الحصول على شهادة أمريكية في حقل اختصاصك.

مهن العمال المحترفين تتطلب عادةً شهادة جامعية ولغة

إنجليزية قوية، ومستوى عال من المهارة في حقل اختصاصك، هذه المهن تحتاج إلى وقت طويل لإتقانها، كما أن الكثير من مهن الاحتراف - مثل الطب أو التعليم - تتطلب رخصة أو شهادة من الولاية التي ستعمل فيها. وبالرغم من أن قد تكون مجازاً أو مرخصاً في بلدك فسوف تحتاج إلى المزيد من الدراسة واجتياز بعض الاختبارات قبل أن تتمكن من ممارسة هذا التخصص في الولايات المتحدة، غالبية هذه المهن تقدم رواتب وليست أجور، وهذا يعني أنك ستحصل على دخل سنوي ثابت وليس أجراً مقابل كل ساعة عمل.

النساء والرجال في العمل

كل من الرجال والنساء يعملون في الولايات المتحدة. فالنساء يُشكلن نصف القوى العاملة وهن يؤديون نفس الأعمال التي يؤديها الرجال في جميع المستويات. وفي كثير من الأحيان تقوم النساء بالإشراف على الرجال في العمل. وقد تجد هذا مختلفاً عما اعتدت عليه في بلدك. وقد لا تكون معتاداً على فكرة أن تعمل المرأة خارج البيت. لكن رغم ذلك كله فهناك منافع كثيرة لعمل الزوج والزوجة خارج البيت لأن الحصول على دخلين يساعد العائلة على التقدم بسرعة أكبر نحو الاكتفاء الذاتي على الصعيد المالي. كذلك يجوز للمراهقين الذين تجاوزوا الخامسة عشرة من العمر أن يعملوا بدوام جزئي. وهناك الكثير من الشباب الذين يعملون في الولايات المتحدة بدوام جزئي بعد المدرسة. وفي العطلات الأسبوعية والأجازات.

البحث عن عمل

إن مبادرتك ومثابرتك هما أفضل وسيلتين للعثور على عمل. لكن بالإضافة إلى ذلك هناك العديد من الجهات الأخرى التي يمكن أن تدعمك في جهودك هذه.

وكالات التوظيف وخدمات توظيف اللاجئين. لقد

قام موظفو وكالات التوظيف وموظفو خدمات توظيف اللاجئين بمساعدة الكثير من اللاجئين على العثور على وظائفهم الأولى في الولايات المتحدة. لذلك ناقش أفكارك مع هؤلاء الموظفين. وأصغ إلى نصائحهم حيث أنهم سيساعدونك في فهم طبيعة العمل الذي قد تحصل عليه في ضوء مهاراتك وخبرتك.

وكالات التوظيف العامة. يوجد في كل ولاية وكالات توظيف

عامة يمكنها مساعدتك بدون مقابل. ويمكن لوكالة التوظيف المسئولة عنك أن تخبرك عن أماكن تواجد هذه المكاتب.

الأصدقاء والأقارب. يمكن لأصدقائك وأقربائك

واللاجئين الذين وصلوا قبلك أن يخبروك عن أية وظائف شاغرة في الأماكن التي يعملون فيها. أو عن أية شواغر أخرى يعرفون عنها.

7 among the original
t of 6, 375%
1 trades will
those for the
s, Annapolis, that property

NUMBER 17,
ON A PLAT
ING THE LAND
ING, IN PLAT
BEING BEING
NO. 21122.

the amount of
old in '46 is
ditions, liens,
ams, if any,
certified funds
The purchase
date of sale to
after the final
public charges
of the date of
cable, condome-
ments that
sponsibility of
state revenue
costs incident
see as of the

177834

HELP WANTED
900-999

903 Career Training &
Employment Services
905 Jobs
927 Domestic
932 Education
941 Healthcare—General
944 Healthcare—Nursing
983 Tech
990 Part-Time
993 Positions Wanted
—Domestic
995 Positions Wanted

**Career Training and
Employment Services**

BARTEND
1,2 yrs. experience reqd.
Metro P&S, 203-643-8750,
2440 Wilson Blvd, Act

A JOBS

ACCOUNT MANAGER
Up to \$1.5/hr. No exp. reqd.
will train. F&PT
Must be 18+. 203-486-1760

**AUTO
ASM**

High vol. dealer in Rockville
looking for experienced
ASM. This is a rare opportu-
nity to join our team at a
state of the art facility. Can-
didate must be energetic,
detail oriented, and possess
first rate customer service.
Only top producers need ap-
ply. No pay and benefits.
Call Jeremy Westbrook at
301-309-3952.

**AUTO BODY SHOP
MANAGER**

Excellent opportunity for
individual with high volume
body shop management
experience. Must have good
relationship with insurance
companies and customers,
as well as recruit, manage,
and motivate all personnel
involved in shop.

SCHEDULE

Do you coach a team that re-
quires extensive skill? Does
child care cause a problem
with your work schedule? Is a
two-day weekend not enough
for your lifestyle? Systems Ford
has your answer. We are open-
ness team to meeting with col-
league skills to suit your needs.
Good facts are in short supply.
If you qualify you will enjoy big
wages and benefits and will
love the flexibility you deserve.
We have openings for car and
truck technicians. This is not an
experiment. Our technicians have
been working these schedules for
years.
Call Pete Osherson or Rod
Gardner at 703-947-
722-648-6766.

AUTOMOTIVE

Expanding AAA Sales team
has immediate openings for
an experienced Salesperson.
Good C/U, proven track re-
cord. Ability to multi-task
must be organized and able
to schedule and plan. After
market sales is a bonus. Serious
inquiries only. For a consider-
ed interview please contact
John at 703-947-
571-434-2430 ext. 1117 or
email resume to jprind
mitchell@aaa.com.

2000
2001
CAR
CARE
CARE
and
Comp
PT in
\$117
CONS
Auto
date
Cust
for in
Comp
rent
2004
Comp
2001
2002
Cons
E
No 1
emp
2003
Mus
2004
2003
2004
2003
Cons
2004

غالبية الصحف في الولايات المتحدة تحتوي على صفحات خاصة
بالوظائف الشاغرة تحمل عنوان: "Help Wanted" [مطلوب
مساعدة] أو "Employment" [وظائف شاغرة].

الصحف تقوم غالبية الصحف بالإعلان عن الوظائف الشاغرة في
الصفحات الخاصة بالشواغر.

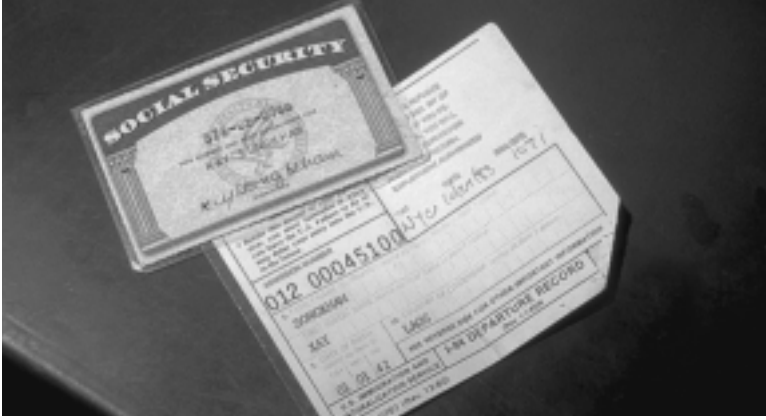
وكالات التوظيف الخاصة. وكالات التوظيف الخاصة

تتقاضى بعض الرسوم مقابل مساعدتها لك في البحث عن عمل.
وقد تتقاضى بعض هذه الوكالات رسوماً باهظة. لذلك يجب أن
تتأكد من فهم سياساتهم قبل التوقيع على أي عقد معهم. اطلب
المساعدة من وكالة التوظيف المسؤولة عنك إذا لم تفهم أي شيء
في العقد.

رعاية الأطفال

إذا كنت زوجاً بدون زوجة (أو زوجة بدون زوج). أو إذا كنت أنت وزوجتك
تعترضان العمل خارج البيت فسوف تحتاجان لشخص يعتني بأبنائكما
أثناء تواجدكما في العمل. وفي بعض عائلات اللاجئين يمكن لأحد من
كبار السن الذين لا يعملون من الأقارب أن يرعوا الأطفال. كما يمكن للأب
والأم أن يعملوا في وقتين مختلفين (واحد في النهار والآخر في الليل)
حيث يكون أحدهما في البيت بصورة دائمة.

توفر غالبية المناطق المحلية خدمة رعاية الأطفال. ولكن غالباً
ما تكون هناك رسوم مقابل ذلك. كما أن هناك أفراد يوفرن خدمة



سوف يُطلب منك تقديم إثبات على أنه يحق لك أن تعمل. لذلك فإن غالبية اللاجئين يستخدمون وثيقة I-94 (التي تحمل ختماً من دائرة خدمات الجنسية والهجرة يسمح بتوظيفهم). وبطاقة الضمان الاجتماعي. وبطاقة تحمل صورة (مثل وثيقة السماح بالتوظيف [EAD]. أو جواز السفر. أو رخصة القيادة). يجب عليك أن تحمل معك دوماً أصول هذه الأوراق الثبوتية حينما تذهب لإجراء مقابلات العمل لأن النسخ المأخوذة عن هذه الوثائق غير مقبولة رسمياً.



رعاية الأطفال في منازلهم. يمكن لموظفي وكالة التوظيف المسئولة عنك أن تطلعك على خدمات رعاية الأطفال المتوفرة في منطقتك.

إرشادات للنجاح في مقابلات العمل

حالما تعرف عن وجود شاغر عند بعض أصحاب العمل يجب عليك أن تقوم بمقابلة عمل. سوف يخبرك الشخص الذي سيقابلك عن طبيعة عملك ويحاول أن يعرف منك مدى صلاحيتك لذلك العمل. وفيما يلي بعض الأشياء التي يمكنك القيام بها لإعطاء انطباع جيد:

كن هناك في الوقت المحدد. الدقة في المواعيد أمر في

بالغ الأهمية بالنسبة للشعب الأمريكي. فإذا تأخرت عن المقابلة فسوف يعتقد المسئول أنك ستتأخر أيضاً عن العمل كل يوم.

كن نظيفاً حسن المظهر. يمكن لمستشار التوظيف أن

يساعدك في اختيار الملابس المناسبة.

انظر إلى عيني المسئول، وابتسم له. وصافحه. قد يكون

النظر إلى عيني المسئولين بشكل مباشر أمراً يدل على الوقاحة في بعض البلدان. ولكن فيما يتعلق بالأمريكيين فإنهم يعتقدون أن التواصل بالعين هو دلالة على الصدق. كما أن الابتسام والمصافحة يدلان على موقف سليم تجاه العمل.

اطرح أسئلة عن ما ستفعله في العمل. فسوف

يدرك المسئول من خلال أسئلتك هذه أنك شخص مهتم.

حاول أن تكون مسترخياً. الجميع يتوترون عند إجراء

مقابلات العمل. لذلك لا تعتقد أنك الشخص الوحيد المتوتر.

ربما ستقوم بإجراء العديد من مقابلات العمل قبل أن يتم تعيينك. وهذا أمر طبيعي يواجهه جميع الباحثين عن عمل في الولايات المتحدة. لذلك إذا شعرت بالإحباط بسبب عدم تعيينك بعد المقابلة الأولى حاول أن تكون صبوراً. واطلب من مستشار التوظيف وأفراد عائلتك أن يشجعوك إذا كنت بحاجة لذلك.



الأجور، الاقتطاعات والخصومات، والمزايا.

حينما تحصل على وظيفة سوف يخبرك صاحب العمل عن أجرك. وما إذا كان سيدفعه لك مقابل كل ساعة تعملها أو كراتب سنوي. وما هي المزايا المتوفرة لك. ومواعيد استلامك لأجرك. وعدد ساعات العمل الأسبوعية. وجدول العمل. اطلب التوضيح إذا لم تفهم أيًا من هذه الأمور.

ستستلم أجرك في مواعيد منتظمة (كل أسبوع. أو كل أسبوعين. أو كل شهر). وذلك سيكون بواسطة شيك مرفق بإيصال أو بيان الراتب. احتفظ ببيان الراتب معك حينما تصرف الشيك أو حينما تودعه في البنك.

إن بيان الراتب يُبين أجرك الإجمالي. والاقتطاعات. والخصومات. وصافي أجرك.

إجمالي الراتب أو الأجر هو المبلغ الكامل الذي تتقاضاه عن الفترة الزمنية التي تعملها. يجب أن يكون هذا المبلغ مجموع الساعات التي عملتها و مسويًا لأجرك عن كل ساعة عمل أدتها.

الضرائب سيتم خصمها من أجرك قبل تسليمك الشيك من قبل صاحب العمل. هذه الضرائب التي يتم خصمها من أجرك تسمى "اقتطاعات". حينما تبدأ عملك. سوف يطلب منك صاحب العمل

أن تملأ نموذجاً يبين لمصلحة ضريبة الدخل الأمريكية (الجهة الحكومية التي تجمع الضرائب) المبالغ التي تكسبها. كذلك فإن هذا النموذج يبين النسبة التي ينبغي على صاحب العمل أن يقتطعها من أجرك. هذه الاقتطاعات تتم بموجب القانون وهي تشمل ضريبة الضمان الاجتماعي وبرنامج الرعاية الطبية "ميديكير" (Medicare) (وهي تُسمى أحياناً FICA). وضريبة الدخل الفدرالية وفي بعض الولايات "ضريبة دخل الولاية". سوف تجد جميع هذه الاقتطاعات مبينة بالتفصيل في بيان الراتب.

الخصومات هي مبالغ أخرى يتم خصمها من إجمالي راتبك. يمكنك أن تختار الخصومات التي سيتم خصمها من أجرك وذلك بحسب احتياجاتك واتفاقك مع صاحب العمل. غالباً ما يستخدم الموظفون هذه الخصومات لدفع أقساط التأمين. أو رسوم نقابات العمال. أو التأمين على الحياة. أو التقاعد الذي توفره الشركة.

صافي الأجر هو المبلغ النهائي الذي تستلمه بعد خصم جميع الاقتطاعات والخصومات.

قد يكون نظام الأجور في الولايات المتحدة مربكاً جداً. لذلك إذا كان هناك أي شيء غامض بشأن شيك الراتب أو بيان الراتب فاطلب المساعدة من مستشار التوظيف أو من موظفي وكالة التوظيف المسئولة عنك.

علاوة على أجرك قد يوفر لك صاحب العمل بعض المزايا مثل التأمين الصحي. فبعض أصحاب العمل يوفرون التأمين الصحي للموظفين مجاناً. أما البعض الآخر فيخصمون جزءاً من نفقات التأمين من الراتب وفي بعض الشركات يتم توفير التأمين للموظفين بعد مرور فترة زمنية (3 أو 6 شهور) من البدء في العمل.



النفقات الطبية قد تكون مرتفعة في الولايات المتحدة. لذلك فإن التأمين الطبي ميزة هامة ينبغي عليك أن تأخذها بعين الاعتبار عندما تبحث عن عمل. وربما من الحكمة في بعض الأحيان أن تفضل عملاً متوسط الأجر ولكن ذو تأمين صحي عن عمل عال الأجر ولكن بدون تأمين صحي.

كذلك قد يوفر لك صاحب العمل مزايا أخرى مثل الأجازات السنوية أو المرضية مدفوعة الأجر. أو برنامج التقاعد. وحيث إن سياسات الشركات تتفاوت بصورة كبيرة فيما يتعلق بالمزايا أو المنافع. فقد يتوجب عليك أن تسأل عن هذه المنافع لكي تتأكد من الأمور التي يوفرها لك صاحب العمل. وفي بعض الحالات تزيد المنافع بزيادة الفترة التي تقضيها في الشركة.

هناك ثلاث منافع أخرى مرتبطة بالعمل بموجب القانون:

الضمان الاجتماعي هو برنامج حكومي فدرالي مخصص

لدعم المتقاعدين. وهو عبارة عن مبلغ قد يتقاضاه الفرد من الضمان الاجتماعي عند الحاجة أو التقاعد. ويعتمد هذا المبلغ على الرواتب أو الأجر التي كان يحصل عليها طوال حياته المهنية في الولايات المتحدة.



كما أن منافع الضمان الاجتماعي متوفرة فقط للعاملين الذين اشتركوا فيه لمدة لا تقل عن 10 سنوات.

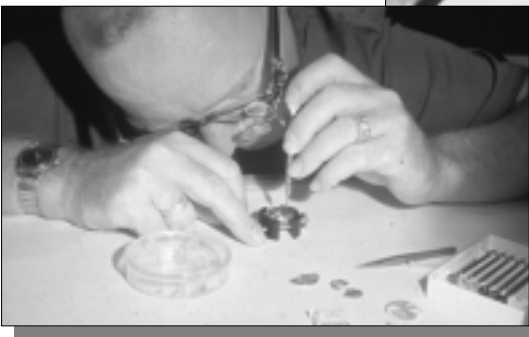
تأمين فقدان العمل هو برنامج حكومي موجود في بعض الولايات يوفر بعض المنافع للأشخاص الذين فقدوا وظائفهم لأسباب خارجة عن إرادتهم مثل إغلاق الشركة.

تعويض العاملين يقدم بعض المال والنفقات الطبية للعاملين الذين لحقت بهم إصابات أثناء العمل. وينبغي التنويه هنا بأن برامج تعويض العاملين تدار بواسطة حكومات الولايات.

الوظائف التي تدفع نقداً

العمل مقابل أجر نقدي مخالف للقانون في الولايات المتحدة لأنه عادةً ما يعني أنك لا تدفع الضرائب. إذا دفع صاحب العمل لك أجرًا نقدياً ولم يعطك بيان راتب يبين دخلك الإجمالي. واقتطاعات راتبك. وأجرتك الصافي. فهذا يعني أنكما (أنت وصاحب العمل) تخرقان القانون.

حينما تدفع الضرائب فأنت تصبح مؤهلاً للحصول على العديد من المنافع مثل الضمان الاجتماعي. وتعويض العاملين. ومنافع فقدان العمل. وحينما تكسب المال ولا تدفع الضرائب فهذا يعني أنك مذنب بتهمة التملص الضريبي. وإذا تم إلقاء القبض عليك فسوف تضطر لدفع غرامة. أو السجن. أو ربما ترحيلك إلى موطنك الأصلي.







الحقوق الوظيفية

بصفتك لاجئاً فإنك تتمتع بنفس الحقوق الوظيفية التي يتمتع بها المواطن الأمريكي. فلا يجوز لصاحب العمل أن يعاملك بطريقة مختلفة لكونك لاجئاً. أو أن يمتنع عن توظيفك أو يحرمك من الترقية بسبب عمرك، أو لونك، أو إعاقتك، أو حالتك الاجتماعية، أو أصلك العرقي أو القومي، أو ديانتك، أو جنسك. ولكن رغم ذلك هناك وظائف معينة متاحة للمواطنين الأمريكيين فقط مثل غالبية المهن مع الحكومة الفدرالية. كما أن قوانين العمل تحمي العمال من ظروف العمل غير الآمنة ومن التحرش الجنسي في مكان العمل.

تاريخ التوظيف والأهداف الوظيفية

سوف يكون عمالك الأول خطوة هامة في وضع حجر الأساس لتاريخك الوظيفي في الولايات المتحدة. لذلك يجب أن تحاول أن تبقى في عمالك الأول لفترة لا تقل عن 6 أشهر حتى ولو لم يكن العمل مرضياً لك من الناحية المهنية وذلك لأن أصحاب العمل المستقبليين سيأخذون أدائك في ذلك العمل بعين الاعتبار حينما يفكرون بتوظيفك.

كذلك يجب عليك أن تضع أهدافاً وظيفية لنفسك وأن تعرف ما الذي ينبغي عليك القيام به لتحقيقها. ولكي تتقدم في وظيفتك وتحصل على عمل أفضل يجب عليك العمل على تحسين مستواك في اللغة الإنجليزية وأن تتعلم بعض المهارات. وإن أردت العودة إلى مهنتك الأصلية فقد يتعين عليك أن تحضر بعض الدورات وأن تحصل على شهادة. إن المستشار الوظيفي قد يساعدك في وضع خطة لتحقيق أهدافك.

قد تضطر للعمل في عدة وظائف مختلفة قبل أن تصل إلى هدفك النهائي، وهذا ليس بالأمر الغريب في الولايات المتحدة. فكثير من الأمريكيين يبدلون وظائفهم عدة مرات خلال سنوات عملهم. ولذلك قد تحتاج لوقت طويل لتحقيق أهدافك؛ وهذا بدوره يتطلب منك أن تكون صبوراً. والأهم من ذلك كله هو أن تدرك أن الولايات المتحدة معروفة بأنها بلد الفرص للأشخاص الذين يعملون بجد.

إرشادات للنجاح في العمل

على حد قول وكالات التوظيف والعديد من اللاجئين باتباع هذه الإرشادات يمكنك الحفاظ على عملك الأول والعثور على وظائف أفضل في المستقبل:

اذهب لعملك في الوقت المحدد. إن أصحاب العمل يقدرون الدقة في المواعيد. كما أنك ستعطي انطباعاً جيداً إذا كنت ملتزماً بمواعيد العمل. بالإضافة إلى ذلك فإن تأخرك عن عملك قد يؤدي إلى خصم جزء من أجرك.

لا تأخذ أجازات مرضية إلا إذا كنت مريضاً جداً. غالبية الأمريكيين يستمرون في عملهم إذا عانوا من توعك صحي خفيف. كما أن الكثيرين منهم يفتخرون بأنهم لا يتغيبوا عن عملهم حتى يوماً واحداً بسبب المرض.

اتصل إذا كنت ستتغيب عن عملك. احرص دوماً على الاتصال بالشخص المسئول عنك إذا كنت ستتأخر عن عملك أو إذا كنت ستتغيب عنه لأي سبب من الأسباب.

كن ودوداً. إن ساعة الغداء أو فترة الاستراحة قد تكون وقتاً جيداً لإقامة علاقات اجتماعية مع زملائك في العمل. فالمواضيع البسيطة التي يمكنك أن تناقشها مع أي شخص في الولايات المتحدة تتضمن الحديث عن الطقس. ونشاطات العطل الأسبوعية. والطعام. والرياضة. كما أنك ستحظى بالكثير من الفرص للتحدث عن ثقافة بلدك مع زملائك في العمل لاسيما في أوقات العطل التقليدية.

كن منتجاً في عملك. تجنب الأحاديث الشخصية مع أفراد العائلة. والأصدقاء. وزملاء العمل. والمكالمات الهاتفية الشخصية أثناء وقت العمل.

اطرح الأسئلة. إذا لم تفهم شيئاً ما فاسأل عنه. فسوف تقوم بعملك بصورة أفضل. وسوف يحترمك صاحب العمل لأنك تحاول أن تتعلم وأن تتقدم في عملك.

تعلم مهام ومسئوليات جديدة قدر استطاعتك. قد تتمكن من الانتقال إلى عمل أفضل إذا أبدت استعدادك لتحمل المزيد من المسؤوليات.

أعط الشركة إشعاراً قبل فترة كافية من استقالتك. إذا رغبت في ترك عملك للالتحاق بعمل آخر، أعط صاحب العمل إشعاراً مسبقاً قبل فترة لا تقل عن أسبوعين من استقالتك، وفي جميع الأحوال لا تترك عملك قبل العثور على عمل آخر.



التعليم متوفر للجميع في الولايات المتحدة بصرف النظر عن أعمارهم، أو عرقهم، أو دياناتهم، أو طبقتهم الاجتماعية، فغالبية الأمريكيين ينظرون إلى التعليم باعتباره طريقة تؤهلهم للحصول على وظائف أفضل ولتحسين مستواهم المعيشي.

التعليم الحكومي للأطفال

التعليم الحكومي مجاني وإجباري بموجب القانون لجميع الأطفال من عمر 6 سنوات إلى 16 سنة. وعادةً ما يكون التعليم الحكومي المجاني متوفرًا للأطفال من عمر 5 إلى 18 سنة وذلك بحسب الأنظمة المدرسية المحلية المعمول بها في المقاطعة. ويمكن للأهل أيضاً أن يسجلوا أبناءهم في مدارس خاصة، لكن غالباً ما تكون رسوم هذه المدارس باهظة.

في المدارس الحكومية الأمريكية، يتعلم الأطفال من مختلف الخلفيات (العرقية، والدينية، والاجتماعية، والاقتصادية) ويتفاعلون معاً في الفصول وخلال الأنشطة غير الصفية. كما أن الأولاد والبنات يتعلمون معاً في نفس الصف في غالبية المدارس الحكومية. كذلك يجب على الأطفال الذين يعانون من إعاقات جسدية أو عقلية أن يذهبوا إلى المدرسة أيضاً. وفي هذه الحالات تعمل المدرسة على تقييم إعاقة الطفل وتضع خطة مع الأهل لتعليم الطفل.

هناك ثلاثة مستويات من التعليم في الولايات المتحدة، أما الصفوف التي يتألف منها كل مستوى فتتفاوت بحسب المقاطعة التي توجد فيها المدرسة.

المدرسة الابتدائية تبدأ من رياض الأطفال (عمر 5 سنوات) وتستمر حتى الصف (المستوى) الخامس أو السادس (12 سنة).

المدرسة المتوسطة (أو الثانوية الدنيا) تشتمل عادة على الصفوف (المستويات) من 6 إلى 8.

المدرسة الثانوية العليا تشتمل عادة الصفوف (المستويات) من 9 إلى 12 (لغاية عمر 18 سنة). ويحصل الطلبة الذين يكملون الدراسة الثانوية على شهادة الثانوية العامة.



في كل مستوى تبدأ السنة الدراسية في أواخر شهر آب/أغسطس أو بداية شهر أيلول/سبتمبر وتنتهي في أواخر شهر أيار/مايو أو حزيران/يونيو. ويذهب غالبية الأطفال إلى المدرسة لمدة 6 ساعات يومياً بواقع خمس أيام أسبوعياً (من الاثنين إلى الجمعة). وفيما يتعلق بالأطفال الذين يحتاجون لدروس تقوية حتى يتمكنوا من اللحاق بزملائهم أكاديمياً، يجب عليهم أن يحضروا المدرسة الصيفية التي تفتح أبوابها في شهري حزيران/يونيو وتموز/يوليو.

يجب تسجيل الأطفال في المدارس في أسرع وقت ممكن بعد الوصول إلى الولايات المتحدة. سوف تساعدك وكالة التوطين المسؤولة عنك في تسجيل أبنائك في المدرسة، وسوف يتم وضع أبنائك في الصف الذي يتناسب مع عمرهم ومستواهم التعليمي السابق رغم أنه قد يتم وضع الأطفال الذين لا يتقنون اللغة الإنجليزية جيداً في صف أدنى في بادئ الأمر.

تطلب المدارس نسخة من شهادات التطعيم والتاريخ الطبي للأطفال المراد تسجيلهم. إذا لم تكن هذه الأوراق متوفرة لديك، أو إذا لم يكن طفلك قد حصل على التطعيم اللازم فسوف تساعدك وكالة التوطين المسؤولة عنك في الحصول عليها.

حضور المدرسة بشكل منتظم أمر في بالغ الأهمية. وفي حال تغيب الطلبة عن المدرسة، يتوقع من الأهل أن يقدموا تفسيراً خطياً بذلك. كما يتوقع من الطلبة أن يؤديوا الواجبات المدرسية التي لم يقوموا بها بسبب غيابهم.



ورغم أن التعليم الحكومي مجاني إلا أن الأهل يدفعون بعض النفقات مثل ثمن بعض المواد المدرسية ورسوم بعض الأنشطة الخاصة. وفيما لو بعدت المدرسة كثيراً عن منزلك بحيث يتعذر على طفلك السير إليها، فقد توفر أوتوبيسات المدرسة المواصلات المجانية إلى المدرسة. يمكن للأطفال أن يأخذوا وجبة الغداء معهم إلى المدرسة أو أن يشتروا وجبة غداء مُغذية من كافيتيريا المدرسة بسعر منخفض.

ليس هناك منهج واحد معتمد في جميع مدارس الولايات المتحدة. لذلك يمكن لكل ولاية أو مقاطعة أن تقرر المنهج الذي ستعلمه في مدارسها. وبصورة عامة فإن الطلبة يدرسون اللغة الإنجليزية، والرياضيات، والاجتماعيات، والعلوم، والتربية البدنية. وعادةً ما تقوم المدارس بتعليم الفنون، والموسيقى، واللغات الأجنبية أيضاً. كما أن غالبية المدارس (الثانوية بشكل خاص) توفر أنشطة رياضية وبعض النوادي خلال ساعات الدراسة وبعدها.

قد يختلف نظام التعليم الأمريكي اختلافاً تاماً عن النظام المتبع في موطنك الأصلي. فالمعلمون يشجعون الطلبة على التعلم عن طريق التفكير والتحليل عوضاً عن التلقين والحفظ. كما أن الطلبة يشاركون في عملية التعليم والتعلم عن طريق طرح الأسئلة والمشاركة في النقاش والأنشطة حتى لو لم يكونوا متقنين للغة الإنجليزية.

من أكبر التحديات التي يواجهها الأطفال هي أن يتعلموا اللغة الإنجليزية. ورغم أن الأطفال الصغار يتعلمون اللغة بسرعة إلا أن



ذلك يستغرق وقتاً أطول لدى الأطفال الأكبر سنّاً. وفي حين أن الكثير من المدارس تعقد دورات لغة إنجليزية كلغة ثانية (ESL) للطلبة الجدد. فإن بعض المدارس الأخرى تساعد الطلبة الجدد من خلال توفير معلم خاص. كذلك فإن غالبية القادمين الجدد يواجهون مشكلة في التأقلم خلال السنة الأولى من المدرسة. فقد يشعر الأطفال بالوحدة في بادئ الأمر. لكن حينما تحسن قدرتهم على التخاطب مع زملائهم سيتمكنون من كسب الأصدقاء والشعور بالترحيب في المدرسة.

كثيراً ما يندهش الطلبة الجدد وأهاليهم من السلوكيات والملابس غير الرسمية التي يلبسها الطلبة الأمريكيون. فبرغم من أن الطلبة موجهون بإطاعة تعليمات المدرسة. إلا أن المدارس الأمريكية الحكومية تعطي الطلبة حرية الاختيار. ولكن إذا خرقوا هذه التعليمات فقد يتعين عليهم القيام بواجبات إضافية، أو البقاء لفترة أطول بعد انتهاء الدراسة اليومية ومغادرة الطلبة. أو الحرمان من المشاركة في بعض الأنشطة. أو الرصد من المدرسة لبضعة أيام. أما العقاب الجسدي فهو ممنوع في المدارس الأمريكية.

بعض المدارس - ولاسيماً المدارس الكبيرة في المدن الكبرى - تعاني من مشاكل تجمع الشباب في شكل عصابات ووقوع المشاجرات بين المجموعات العرقية.

وفي بعض المناطق هناك مشكلة الطلبة الذين يتعاطون المخدرات ويحضرون الأسلحة إلى المدرسة. إذا شعر أبناؤك بالتهديد أو التشويش



فيجب أن يتجنبوا المواجهة وأن يتحدثوا مع المعلم، أو مدير المدرسة، أو مرشد الطلبة.

يؤمن التربويون في الولايات المتحدة أن الأهل يجب أن يشتركوا في تعليم أبنائهم لأن هذا يساعد الطلبة على التفوق في المدرسة. وتحاول المدارس مساعدة الأهالي على فهم تعليم أبنائهم، وقد تقدم معلومات خاصة للأهالي غير الناطقين بالإنجليزية. وسوف تطلب المدرسة منك (مرتين في السنة كحد أدنى) أن تلتقي مع المعلمين لمناقشة الوضع الدراسي لأبنائك. لكن رغم ذلك يمكنك أن تطلب مقابلة معلمي أبنائك في أي وقت لطرح أية أسئلة أو إبداء أية ملاحظات. كما يمكنك أن تحضر اجتماعات المدرسة حتى ولو لم تكن تتكلم الإنجليزية بطلاقة.

تعليم الكبار

يعتبر غالبية الأمريكيين التعليم عملية تستمر مدى الحياة. وهكذا فإن الكثيرين يلتحقون بصفوف ودورات دراسية حتى وهم كبار، وقراراتهم بمتابعة تعليمهم لا يحول دون عملهم، فإن أغلبهم يستمرون في العمل بدوام كامل ويحضرون تلك الصفوف والدورات في المساء أو في العطلة الأسبوعية.



كذلك، يمكن للاجئين متابعة التعلُّم في مجال العمل الذي يقومون به. يمكن لوكالة التوطين المسئولة عنك أن تساعدك في معرفة الفرص التعليمية المتوفرة في منطقتك سواء كانت دورات اللغة الإنجليزية كلغة ثانية (ESL)، أو شهادة الثانوية العامة، أو التدريب الحرفي، أو التدريب المهني. متى ما تستقر في منطقتك سوف تعرف المزيد عن الفرص التعليمية المتاحة. ورغم أنك قد لا تتمكن من متابعة دراستك العليا أثناء السنة الأولى من وجودك في الولايات المتحدة، إلا أنك قد تقرر لاحقاً أن تكمل دراستك للحصول على شهادة عليا أو شهادة مهنية. لذلك من المهم أن يتعاون جميع أفراد العائلة معاً وأن يضعوا خطة تضمن تمويل دراسة جميع الكبار في العائلة.

وفيما يلي بعض الفرص التعليمية التي قد تجدها في مدينتك:

دورات اللغة الإنجليزية كلغة ثانية ومحو الأمية.

توفر غالبية المناطق دورات لغة إنجليزية من خلال برامج تعليم الكبار في كليات المجتمع والمدارس الثانوية، وعادةً ما تكون هذه الدروس متاحة مجاناً للجميع رغم أن بعضها قد تكون لها رسوماً رمزية. كما أن بعض المنظمات الخاصة غير الربحية (مثل وكالات التوطين، وجمعيات المساعدة المتبادلة) توفر أيضاً دورات لغة إنجليزية كلغة ثانية.



وبالرغم من أن هذه الدورات قد تكون مجانية، ربما ينبغي عليك أن تسجل اسمك وتنتظر إلى أن يحين دورك للالتحاق بها. كما أن معاهد اللغة التجارية توفر دورات لغة إنجليزية أيضاً لكنها مكلفة في العادة. كذلك يمكنك أن تدرس اللغة الإنجليزية مع معلم متطوع مما قد يوفر لك الفرصة لتعلم المزيد عن الثقافة والعادات الأمريكية.

غالباً ما تكون صفوف اللغة الإنجليزية كلغة ثانية (ESL) مختلطة حيث أنها تتألف من رجال ونساء من مختلف الأعمار، والمستويات التعليمية، والخلفيات العرقية. وغالباً ما يتعلم الطلبة المفردات والجملة الإنجليزية الرئيسية التي يحتاجون إليها لتسيير أمورهم في المجتمع ومكان العمل في المستوى الابتدائي من دورات اللغة الإنجليزية كلغة ثانية. أما في المستويات الأعلى قد يتعلم الطلبة المزيد من قواعد اللغة الإنجليزية، والقراءة، والكتابة.

وفيما يتعلق بصفوف محو الأمية، فإن الطلبة يتعلمون أساسيات القراءة والكتابة باللغة الإنجليزية بالإضافة إلى اللغة الإنجليزية المحكيّة. وحيث إن معرفة القراءة والكتابة أمر هام في الحياة الأمريكية، فإن صفوف محو الأمية عادةً ما تكون متوفرة في العديد من الأماكن التي تعلم اللغة الإنجليزية كلغة ثانية وغيرها. يمكن لوكالة التوطين المسئولة عنك أن تزودك بالمعلومات التي تحتاج إليها بهذا الشأن.

الدورات التعليمية الأخرى للكبار: توفر برامج تعليم

الكبار أيضاً العديد من الدورات المتنوعة لعامة الشعب. ومن بين هذه الدورات: مسك الدفاتر، والمحاسبة، ومهارات السكرتارية، ومهارات الحاسوب، واللغات الأجنبية. وغالباً هذه الدورات ليست مخصصة للأشخاص الذين لا يتقنون الإنجليزية. كما أنه ينبغي على الأشخاص الراغبين بالالتحاق بهذه الدورات أن يدفعوا بعض الرسوم.

شهادة التنمية التربوية العامة (GED): من أجل

الحصول على فرصة عمل أفضل فغالباً ما يحتاج الكبار إلى لشهادة الثانوية العامة. ويمكن للراغبين الذين تجاوزوا الحادية والعشرين من عمرهم دون الحصول على شهادة الثانوية العامة في بلادهم أن يدرسوا للحصول على شهادة التنمية التربوية العامة (GED). وعادةً ما تقبل هذه الشهادة كبديل عن شهادة الثانوية العامة. يمكن لوكالة التوظيف المسؤولة عنك أن تقدم لك المزيد من المعلومات عن هذه الشهادات.

المدارس المهنية والتقنية: المدارس المهنية والتقنية

تدرب الناس على المهن التي تحتاج لمهارات معينة مثل ميكانيكا السيارات، وبرمجة الحاسوب، والمهن الطبية المساعدة. وقد يتطلب منك إتقان اللغة الإنجليزية ودفع بعض من الرسوم للالتحاق بهذه البرامج. وفيما يتعلق ببعض المهن مثل السمكرة والكهرباء، يجب على المتدرب أن يخضع لفترة تدريب عملية من أجل الحصول على الشهادة.

الكليات والجامعات: هناك نوعان رئيسيان من التعليم العالي

في الولايات المتحدة: كليات المجتمع، والكليات والجامعات التي مدة الدراسة فيها 4 سنوات.

توفر كليات المجتمع برامج دراسية مدتها سنتان تؤهل الطلبة للعمل في بعض المهن مثل المحاسبة والتمريض. وفي بعض المهن يمكن للطلبة أن يصبحوا مرخصين في نهاية السنة الثانية من دراستهم. وفي بعض الكليات الأخرى يبدأ الطلبة بالدراسة في كليات المجتمع التي تمتد الدراسة فيها لمدة سنتين قبل أن ينتقلوا لإكمال دراستهم في إحدى الجامعات التي تمتد الدراسة فيها لمدة 4 سنوات.

كما أن كليات المجتمع تمنح شهادات دبلوم في العلوم الإنسانية، والعلوم الاجتماعية، والمواضيع العلمية.

أما في الكليات والجامعات التي تمتد الدراسة فيها 4 سنوات، فغالباً ما يتوجب على الطلبة أن يدرسوا بعض المواد العامة قبل أن يتخصصوا في حقل دراسي معين مثل الفيزياء، أو الرياضيات، أو التاريخ، أو أن يجتازوا مرحلة تحضيرية قبل الانتقال إلى الدراسة المتقدمة في القانون أو الطب. وتتطلب هذه المؤسسات التعليمية مستويات عالية جداً من الكفاءة في اللغة الإنجليزية. كما أنها تشترط على الأشخاص الذين لغتهم الأم ليست الإنجليزية أن يجتازوا امتحان في اللغة الإنجليزية قبل التحاقهم بها. إن التعليم العالي ليس مجانياً، بل قد يكون مكلفاً جداً. لكن معظم المؤسسات التعليمية لديها مكتب للمساعدات المالية حيث يوفر المعلومات عن قروض الطلبة والمنح الدراسية. وبالرغم من ذلك فإن المنح الدراسية الكاملة نادرة جداً. لذلك يجب أن تكون قادراً على إعالة نفسك مالياً كي تستطيع الدراسة في الجامعة.

وفيما يتعلق بالأشخاص الذين يحملون شهادات متقدمة من موطنهم الأصلي في بعض المجالات مثل الطب والهندسة، فقد يحتاجون إلى معادلة شهاداتهم في الولايات المتحدة قبل أن يسمح لهم بممارسة مهنتهم في الولايات المتحدة. وقد تكون عملية معادلة الشهادات مكلفة وقد تستغرق وقتاً طويلاً. كما أنها تتطلب من المرء أن يقدم ما يثبت مستواه التعليمي أو الشهادة التي حصل عليها في بلده، وأن يحصل على علامات معينة في اختبارات اللغة الإنجليزية. وهكذا فعادةً ما يقوم اللاجئون الراغبون في العمل في حقول تخصصهم بالعمل في مهن أقل تخصصاً إلى أن يتمكنوا من معادلة شهاداتهم. فمثلاً يمكن للطبيب أن يعمل كمساعد مختبر إلى أن يتمكن من معادلة شهادته كطبيب.



**THE AMERICAN UNIVERSITY
HEALTH INSURANCE CLAIM FORM**

MAIL TO: **EARLY CRESSBY & SCHLING**
4700 Sangamon Road
Bethesda, MD 20814
(301) 278-3400

Continuation Code _____

Phone Number _____ **TO BE COMPLETED BY STUDENT** _____ Social Security No. _____

Student's Name _____ First Name _____ Last Name _____ Age _____

Present Address _____ City _____ State _____ Zip _____

Home Address _____ City _____ State _____ Zip _____

Consent for admission, good name and description

Date of accident or illness _____

Nature of injury or illness _____

If injury, describe how, how and where accident occurred _____

If injured in auto or operation of auto, describe auto used _____



قد تكون أول زيارة تقوم بها لمراكز الرعاية الصحية الأمريكية هي حينما تذهب لإجراء فحصك الطبي الأولي. فسوف تقوم وكالة التوظيف المسؤولة عنك باتخاذ الإجراءات اللازمة لإجراء هذه الفحوص بعد وقت قصير من وصولك. هذا الفحص سيحدد ويعالج أي مشاكل صحية يمكن أن تؤثر على استقرارك مثل قدرتك على العمل أو قدرة أبنائك على الالتحاق بالمدرسة. كما أن أبنائك سيتلقون التطعيمات اللازمة لأنه ينبغي على جميع الأطفال الذين يلتحقون بالمدارس الحكومية أن يقدموا إثباتاً بأنهم تلقوا التطعيمات الرئيسية. هذا الفحص الطبي سيكون مجانياً وعادةً ما يتم في إحدى العيادات الصحية الحكومية، أو أحد المراكز الصحية الحكومية، أو عيادة أحد الأطباء.

بعد الفحص الطبي الأولي، يجب أن تعرف كيف ستحصل على الرعاية الصحية عند احتياجك لها أنت أو أحد أفراد عائلتك. وللقيام بذلك يجب أن تفهم طريقة تفكير الأمريكيين بالصحة وكيفية عمل نظام الرعاية الصحية الأمريكية.

المفاهيم الأمريكية عن الصحة

يؤمن الأمريكيون أنه من الممكن منع المرض من خلال النظافة، والتغذية السليمة، وممارسة الرياضة، والحصول على قدر كاف من النوم. فهم يرتدون ملابس تحافظ على دفء أجسادهم في الطقس البارد، وأخرى تحافظ على برودة أجسادهم في الطقس الحار. هذا بالإضافة إلى أنهم يزورون الطبيب مرة واحدة في السنة لإجراء فحص طبي شامل لمعرفة أي مشاكل صحية قد تكون بهم قبل أن تتفاقم وتصبح خطيرة. كما أنهم يذهبون إلى طبيب الأسنان لتنظيف أسنانهم. وهم يدرجون هذا كله تحت اسم مراعاة شروط الحياة الصحية.

يعتمد نظام الرعاية الصحية الأمريكية بصورة كبيرة على الأساليب العلمية في تشخيص الأمراض ومعالجتها. وهذا يعني أنه بالإضافة إلى سؤال المرضى عن حالتهم الصحية، غالباً ما يقوم الأطباء بإجراء فحوصات معملية وغيرها مما يساعدهم على تحديد أفضل طريقة لمعالجة المريض. إذا كنت من الذين ينزعجون عند سحب الدم منهم أو عند القيام ببعض الفحوصات الأخرى أخبر طبيبك بذلك.



الأطباء في الولايات المتحدة ليسوا على دراية كاملة بطرق معالجة الأمراض في الدول الأخرى. فلذلك قد يتوجب عليك أن تشرح لطبيبك نوعية العلاج الذي كنت تتلقاه أنت أو أحد أبنائك في السابق. وأن تخبره عن طرق العلاج أو الأدوية التي تستخدمها عادةً للشفاء من الأمراض.

جهات تقديم الرعاية الصحية

هناك العديد من الجهات التي تقدم الرعاية الصحية في الولايات المتحدة. سوف يطلعك موظفو وكالة التوطين المسؤولة عنك على الجهات التي توفر الرعاية الصحية في منطقتك وعن الخدمات التي تقدمها.

دائرة الصحة العامة. لكل ولاية دائرة صحة عامة تتفرع منها

مكاتب صحية منتشرة في جميع أنحاء الولاية. دوائر الصحة العامة توفر التطعيمات والتحصين من الأمراض. وتقدم الخدمات الصحية الوقائية بما في ذلك الفحوصات والعلاج الخاصة بمرض السل. وبالنسبة للاجئين. سوف تكون هذه الخدمات مجانية أو بتكلفة رمزية.

العيادات والمراكز الصحية في المناطق المحلية.

توفر هذه العيادات والمراكز الخدمات الصحية الرئيسية والإرشاد الصحي. كما أن البعض منها يقدم علاج الأسنان وفحص العين والنظر. بعض العيادات في المدن تعالج فئات معينة من المرضى



مثل الحوامل أو الأشخاص المصابين بفيروس نقص المناعة المكتسبة (الإيدز). وبعض هذه العيادات تقبل التأمين الخاص وبرنامج المعونة الطبية "ميديك إيد" (Medicaid). في حين أن بعض العيادات الأخرى تتقاضى رسوماً بحسب قدرة المريض على الدفع. يجب على المريض أن يأخذ موعداً قبل ذهابه إلى العيادة ذلك بالرغم أن بعض العيادات تستقبل المرضى دون مواعيد مسبقاً.

أطباء القطاع الخاص. بعض الأطباء يعملون كطبيب

عام فيقدمون الرعاية الصحية العامة بما في ذلك الفحوصات السنوية العامة. والبعض الآخر لديه تخصص طبي معين. وبعض الأطباء يعملون في عيادة خاصة أو ضمن مجموعة من الأطباء العاميين والأطباء المتخصصين في عيادة خاصة. يجب على المريض أن يأخذ موعداً قبل الذهاب إلى الطبيب. وغالباً ما تسألك سكرتيرة الطبيب عن طريقة الدفع أو بعض المعلومات عن تأمينك الصحي عند اتصالك لأخذ موعد.

أطباء الأسنان الخاصين. بعض أطباء الأسنان يقدمون

الرعاية الأسنان العامة بما ذلك تنظيف الأسنان والحشو. وبعضهم الآخر يتخصص في نوع معين من مشاكل الأسنان. عيادات أطباء الأسنان تطلب منك أن تدفع مبلغاً من المال عند تحديد الموعد لأن غالبية برامج التأمين الصحي لا تغطي رعاية الأسنان.



الصيدليات. الصيدليات هي محلات متخصصة لبيع الأدوية التي يصفها لك طبيبك وبعض الأدوية المسموح ببيعها بدون وصفة طبية مثل المسكنات الخفيفة. قد يساعدك الصيدلي في تحديد نوعية الدواء الذي يمكنك تناوله أو الأدوية التي يمكنك أن تتناولها في الوقت نفسه دون حدوث تداخلات دوائية خطيرة. يجب أن تدفع ثمن الدواء أو أن تقدم بطاقة التأمين حينما تستلم الدواء من الصيدلي.

المستشفيات. في بعض الأحيان قد يقوم الأطباء أو العيادات بتحويل المرضى الذين يعانون من مشاكل معينة إلى المستشفى لإجراء بعض الفحوصات أو العمليات الجراحية. العلاج في المستشفى باهظ التكاليف. كما أن المستشفيات تطلب بطاقة التأمين الطبي منك، أو إثباتاً بأنك قادر على دفع نفقات العلاج.

أقسام الطوارئ. هذه أقسام توجد في المستشفيات أو في أماكن أخرى وهي مخصصة للحالات الطبية الطارئة أو المفاجئة. أنت لست بحاجة لتحديد موعد للذهاب إلى أقسام الطوارئ، لكن عادةً ما تكون هذه الأقسام مزدحمة لذلك قد يتوجب عليك الانتظار لوقت طويل إذا لم تكن مشكلتك خطيرة. لذلك، إذا لم تكن مشكلتك الصحية طارئة، فيجب عليك أن تحدد موعداً مع إحدى العيادات أو مع أحد الأطباء. أقسام الطوارئ مكلفة جداً.

خدمة سيارات الإسعاف. هذه الخدمة تقدم المساعدة الطبية ووسيلة النقل اللازمة إلى أقسام الطوارئ حينما لا تكون هناك وسيلة أخرى لنقل الشخص المصاب أو المريض لتلقي الرعاية الصحية الطارئة. سيارات الإسعاف تتقاضى بعض الرسوم بعد تقديم الخدمة.

الرعاية الصحية النفسية

يؤمن الأمريكيون أن الصحة النفسية مهمة مثل الصحة البدنية. والرعاية الصحية تشمل العلاج الذي يقدمه الطبيب النفسي المختص عند الضرورة. يجب على اللاجئين والوافدين الجدد أن يولوا عناية خاصة بصحتهم النفسية لأنهم غالباً ما يكونون قد مروا بأوقات عصيبة أثناء سفرهم. أو بضغوط شديدة أثناء سعيهم للتأقلم مع نمط الحياة في الولايات المتحدة. لذلك إذا شعرت في أي وقت بالتعب من ظروفك أو بعدم قدرتك على القيام بمهامك اليومية، فيجب أن تسعى للحصول على خدمات الرعاية النفسية. معظم خدمات الرعاية الصحية النفسية تقدم من خلال العيادات. وأطباء القطاع الخاص. والمعالجين النفسيين. لكن بعض خدمات الرعاية النفسية تقدم أيضاً من خلال جمعيات المساعدة المتبادلة ووكالات الخدمة الاجتماعية. كذلك فإن بعض وكالات التوظيف تقدم خدمات المشورة. ومجموعات المؤازرة. ومجموعات مهارات الحياة. بالإضافة إلى أنها يمكن أن تساعدك في العثور على أماكن أخرى توفر خدمات الرعاية النفسية.

دفع نفقات الرعاية الصحية

الرعاية الصحية في الولايات المتحدة باهظة التكاليف. كما أن الأفراد – وليس الحكومة – هم المسؤولون عن دفع نفقات الخدمات الصحية. وحيث أن نفقات الرعاية الصحية مرتفعة فعالباً ما يعتمد الناس على برامج التأمين الصحي. وهناك الكثير من أصحاب العمل الذين يوفرهم برامج التأمين الصحي لموظفيهم ويدفعون جزءاً من القسط الشهري. أما الجزء المتبقي من قسط التأمين فيتم خصمه من شيك الراتب إلى جانب الضرائب. وبالتالي لا يتوجب عليك أن تدفع أي مبالغ أخرى. وعادةً ما تكون هناك فترة انتظار ما بين وقت تعيينك والوقت الذي تصبح فيه مؤهلاً للالتحاق ببرنامج التأمين الصحي.

غالباً ما يوفر أصحاب العمل التأمين الصحي من خلال إحدى منظمات الوقاية الصحية (HMO) أو إحدى منظمات الشبكة الطبية المفضلة (PPO). وبهذه الطريقة تقوم مجموعة من أطباء وعيادات القطاع الخاص بتقديم الرعاية الطبية اللازمة عن طريق تخصيص طبيب لكل مشترك (أي لكل موظف). هذا الطبيب هو الذي يعالج المشترك، وهو الذي يجب أن يوافق على دخوله أقسام الطوارئ، أو المستشفيات، أو مراجعة أحد الأطباء المختصين. وفي بعض الحالات تتحمل "منظمة الوقاية الصحية" أو "منظمة الشبكة الطبية المفضلة" كافة النفقات الطبية المترتبة عن علاج المشترك. وفي بعض الحالات الأخرى يتحمل المشترك جزءاً من هذه النفقات.

إذا لم يقدم لك صاحب العمل منافع التأمين فيمكنك أن تشترك في التأمين الصحي بمفردك عن طريق إحدى شركات التأمين، أو إحدى منظمات الوقاية الصحية (HMO) أو إحدى منظمات الشبكة الطبية المفضلة (PPO). سوف يقدم لك موظفو وكالة التوظيف المسؤولة عنك النصح اللازم بهذا الشأن.

لمساعدة ذوي الدخل المتدني، هناك برامج حكومية تدفع بعض النفقات الطبية. واللاجئون هم من الأشخاص المؤهلين للحصول على "المعونة الطبية الخاصة باللاجئين" (RMA) أو على "المعونة الطبية" (Medicaid). فكلما هذين البرنامجين يدفع نفقات الرعاية الصحية للأشخاص في سن العمل من ذوي الدخل المتدنية. لكن تذكر أنك ستحصل على هذه المعونات لفترة مؤقتة فقط إلى أن تتمكن من الاشتراك بالتأمين الصحي عن طرق صاحب العمل أو بمفردك. ومن أجل الحصول على هذه المعونات، يجب أن تملأ بعض النماذج وأن تقدم إثباتاً عن دخلك وبعض المعلومات الشخصية. ويتم من حين لآخر التحقق من أهلية المتقدمين وصحة المعلومات التي يقدمونها. لكن الكثير من الأطباء لا يقبلون بنماذج التأمين التي تقدمها هذه الجهات.

اللاجئون الذين تجاوزوا سن الخامسة والستين (65 عاماً) مؤهلين للاشتراك في برنامج الرعاية الصحية "ميديكير" (Medicare). "ميديكير" هو برنامج فدرالي يساعد الناس الذين تجاوزوا سن الخامسة والستين في دفع نفقاتهم الطبية. كما أن برنامج "ميديكير" يغطي أيضاً جزءاً من نفقات العلاج الذي يصفه الطبيب.

يمكن لوكالة التوطين المسئولة عنك أن تساعدك لمعرفة المزيد عن معونات الرعاية الطبية المتوفرة لك.

حقوقك المرتبطة برعايتك الصحية

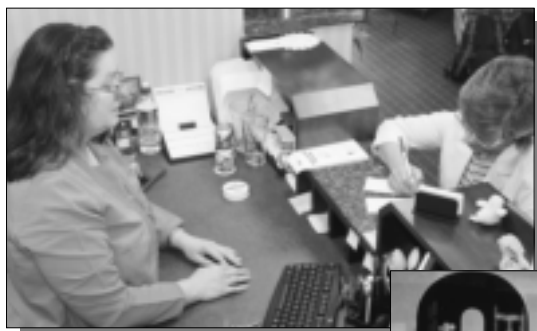
أينما كنت تعيش في الولايات المتحدة، فمن حقك أن تحصل على خدمات الترجمة وسرية المعلومات.

خدمات الترجمة. من حقك أن تفهم ما يقوله طبيبك وأن تقول

له ما تريد قوله لكي تحصل على العلاج اللازم. لذلك إذا شعرت بحاجتك لشخص يساعدك في التخاطب مع طبيبك فمن حقك أن تحصل على مترجم لمساعدتك. اطلب من وكالة التوطين المسئولة عنك أن تساعدك في العثور على مترجم.

سرية المعلومات. كل ما يحدث بينك وبين طبيبك هو

سري بموجب القانون. فلا يجوز لطبيبك أن يخبر أفراد عائلتك، أو أصدقائك، أو صاحب العمل عن حالتك الصحية بدون موافقتك. وتتضمن هذه السرية أية معلومات عن الإصابات الخطيرة مثل فيروس نقص المناعة المكتسبة (الإيدز). إذا كنت مصاباً بالإيدز أو بأي مرض آخر فأنت الشخص الوحيد المخول بإخبار عائلتك وأصدقائك. فلا يجوز للطبيب أن يخبر أحداً بدون موافقتك. لكن في حال إصابتك بمرض الإيدز فإن القانون يلزمك بإخبار طبيبك بذلك. وإن لم تفعل ذلك فقد تواجه عقوبات شديدة.



إن تكاليف المعيشة في الولايات المتحدة مرتفعة جداً. لذلك يجب أن تكون حريصاً جداً في كيفية إنفاق نقودك لكي لا تنفق أكثر من قدرتك. يمكن لموظفي وكالة التوظيف المسؤولة عنك أن يساعدوك في إعداد ميزانية لكي تعرف مقدار المال الذي معك. والمبلغ الذي يمكنك إنفاقه. والمبلغ الذي يمكنك توفيره.

التخطيط للنفقات

سوف تحتاج في كل شهر لدفع نفقات معيشتك الرئيسية وغيرها. وفيما يلي نفقاتك المعيشية الرئيسية:

الإيجار. ربما يكون هذا هو البند الذي يستهلك أكبر جزء من أجرك أو راتبك كل شهر.

الخدمات. تشتمل الخدمات على الكهرباء، والغاز، والوقود.

والماء، وجمع النفايات. وقد تكون بعض هذه الخدمات شاملة في الإيجار. لكن ربما يتعين عليك أن تدفع ثمن بعض الخدمات بصورة منفصلة. سوف تكون فواتير الكهرباء والغاز أو الوقود مرتفعة في أشهر الصيف والشتاء بسبب حاجتك للتدفئة أو التكييف.

الطعام. يمكنك توفير بعض المال الذي تدفعه على الطعام عن طريق البحث عن المتاجر الرخيصة والمنتجات الرخيصة الثمن.

رعاية الأطفال. قد تنفق الكثير من المال كل شهر على رعاية أطفالك في إحدى الحضانات. إذا لم تتمكن من العثور على شخص من العائلة يعتني بأطفالك أثناء غيابك فقد تتمكن وكالة التوظيف المسؤولة عنك من مساعدتك في إيجاد من يعتني بهم أو في التقدم بطلب للحصول على المعونة الخاصة برعاية الأطفال.

المواصلات. تشتمل نفقات المواصلات على المبالغ التي تدفعها للذهاب والعودة من وإلى العمل. والمتاجر. والمواعيد. و في بعض الأماكن يمكنك الاستفادة من الخصومات المتوفرة على البطاقات الشهرية الخاصة بالأوتوبيسات أو الحافلات أو قطارات الأنفاق.



|| بعد بضع سنوات من مجيئي إلى
الولايات المتحدة قررت أن الوقت قد حان
لشراء سيارة. وحينما تقدمت بطلب قرض
من معرض السيارات سألني الموظف
المسئول إذا كنت قد حصلت على أي
قرض من قَبْل. قلت له إنني حصلت
على قرض من قَبْل وأرَيْتَه مستندات قرض
"المنظمة الدولية للهجرة" [IOM]
الذي سدده بالكامل. وحينما رأى أنني
التزمت بسداد ذلك القرض وافق على
منحي قرض السيارة. ||



الهاتف. يجب عليك أن تدفع فواتير هاتفك كل شهر. تذكر أن سعر المكالمات الخارجية إلى البلدان الأخرى قد يكون باهظ الثمن.

قرض السفر. يجب عليك سداد قرض السفر كل شهر إلى أن تنتهي من سداه بالكامل.

التوفير ودعم أفراد عائلتك في الخارج. إذا كانت لديك أهداف طويلة الأمد مثل الدراسة أو شراء منزل. فقد يتعين عليك أن تضع مبلغاً من المال في حساب توفير كل شهر. أو ربما ترغب في تحويل بعض المال لأفراد عائلتك الذين لا يزالوا متواجدين في موطنك الأصلي. متى ما تحصل على عمل وتعرف كم ستكون مصاريفك الشهرية. يمكنك أن تحدد المبلغ الذي يمكنك أن توفره أو ترسله إلى عائلتك كل شهر.

الرعاية الصحية. حينما تحصل على عمل بدوام كامل. فقد تحصل أيضاً على تأمين صحي من نوع ما. لكن الكثير من الشركات لا تقدم منافع التأمين الصحي خلال الشهور الأولى من عملك فيها. لذلك ربما ستضطر إلى الاشتراك في التأمين الصحي على حسابك الخاص.

أماكن التسوق

المحلات والمتاجر في الولايات المتحدة توفر العديد من السلع والخدمات. وفيما يلي خمسة أنواع من أماكن التسوق:

السوبر ماركت (Supermarket). هذه هي أكثر الأماكن المألوفة لبيع المواد التموينية. كما أن غالبية هذه المتاجر تبيع مواد التنظيف، ومستحضرات التجميل، والأدوات المنزلية، والأدوية التي لا تحتاج لوصفة طبية. ينجح الكثيرون في خفض نفقات الطعام عن طريق استخدام كوبونات الخصم وشراء المنتجات المشمولة في الخصومات أو التنزيلات.

المتاجر الكبرى (Department Stores). هذه المتاجر

تبيع الأثاث، والأجهزة، والمعدات، والملابس، والأحذية، وغيرها من المواد غير التموينية. بعض هذه المتاجر يقدم خصماً على الأسعار.



محلات البضائع المستعملة (Thrift Shops).

هذه المحلات تبيع الأشياء المستعملة من أثاث، وأجهزة منزلية، وملابس بأسعار منخفضة.

محلات الأطعمة البلدية (Ethnic Food Stores).

هذه المحلات تكون في أغلب الأحيان ملكاً للمهاجرين أو اللاجئين القدامى. وعادةً ما تتواجد هذه المحلات في الأماكن التي تسكنها أعداد كبيرة من المهاجرين. يمكنك أن تجد في هذه المحلات الأطعمة التي اعتدت عليها في بلدك.

عروض البيع المنزلية (Yard Sales and Garage Sales).

في هذه العروض يقوم الناس ببيع الأشياء التي لم يعدوا بحاجة إليها في منازلهم بأسعار منخفضة جداً. وغالباً ما تكون هذه العروض فرصاً رائعة لشراء الأدوات المنزلية، والأثاث، والملابس. وعادةً ما يتم الإعلان عن هذه العروض في الصحف اليومية أو من خلال بعض الإعلانات التي يتم توزيعها في الحي.

دفع الضرائب

تستخدم المبالغ التي يتم تحصيلها من الضرائب في الولايات المتحدة لتقديم الكثير من الخدمات التي يستفيد منها جميع المواطنين بما فيهم اللاجئين. فمبالغ الضرائب تستخدم لتغطية نفقات المدارس الحكومية، وصيانة الطرق الداخلية والخارجية، والشرطة، والإطفاء، وخدمات الطوارئ، وبرامج الخدمات الاجتماعية. الناس في الولايات المتحدة يدفعون ثلاثة أنواع من الضرائب:

ضريبة الدخل. يجب على كل شخص يعمل أن يدفع ضريبة دخل فدرالية. كما أن سكان بعض الولايات يدفعون أيضاً ضريبة دخل خاصة بالولاية. يقوم صاحب العمل باقتطاع هذه الضريبة من راتبك. ويجب عليك أن تقوم في كل سنة بتسليم استمارة بيان الضريبة لمكاتب الضرائب الفدرالية ومكاتب ضرائب الولاية. هذه النماذج تعطي الحكومة فكرة واضحة عن المبالغ التي دفعتها كضرائب من خلال اقتطاعات صاحب العمل. وما إذا كنت مديناً بأي مبالغ ضريبية للحكومة. أو ما إذا كنت تستحق أن تعيد لك الحكومة أية مبالغ إضافية قد قمت بدفعها. يمكن لوكالة التوظيف المسؤولة عنك أن تساعدك في الحصول على استمارة بيان الضريبة وأن ترشدك إلى كيفية تقديمها. يجب إرسال هذه النماذج إلى الجهة الحكومية المختصة في موعد أقصاه 15 نيسان/أبريل من كل سنة.

ضريبة الممتلكات الشخصية. تقوم الحكومات المحلية بتحصيل ضرائب ممتلكات على المنازل. والأراضي والعمارات التي قد تمتلكها. بعض الأماكن تفرض أيضاً ضرائب ممتلكات على السيارات.

ضريبة المبيعات. يدفع المستهلكون في غالبية الولايات ضريبة مبيعات بالإضافة إلى ثمن السلعة التي يشترونها. وقد تكون بعض السلع (مثل الطعام والدواء) معفاة من ضريبة المبيعات. وتشكل هذه الضريبة نسبة مئوية من ثمن السلعة. وعادةً ما يقوم أمين الصندوق باحتسابها. غالباً ما يكون السعر المكتوب على السلع على رفوف المتاجر غير شامل لضريبة المبيعات.

الخدمات المصرفية (البنوك)

لكي يحفظ الأمريكيون أموالهم في مكان آمن فإنهم غالباً ما يضعونها في حساب في أحد البنوك أو الاتحادات الائتمانية بدلاً من تركها في البيت أو معهم. المال الذي تضعه في البنك مؤمن عليه من قبل حكومة الولايات المتحدة. وهذا يعني أنه في حال فقدان المال أو سرقة من البنك فسوف تقوم الحكومة الأمريكية بإرجاعه لك.

يوجد في البنوك عدة أنواع من الحسابات التي تستخدم لأغراض مختلفة. وتتقاضى البنوك رسماً شهرياً مقابل بعض هذه الحسابات. وهناك نوعان رئيسيان من الحسابات البنكية:

حسابات التوفير وحسابات سوق المال. يستخدم

هذان النوعان من الحسابات لتوفير المال. وتدفع البنوك فائدة معينة لأصحاب هذه الحسابات مقابل أموالهم المودعة في البنك.

حسابات جارية. تستخدم هذه الحسابات لدفع النفقات حيث

يقوم البنك بتسليمك دفتر شيكات تستخدم أوراقه لدفع الإيجار والفواتير. يجب أن لا تحرر شيكاً بمبلغ أكبر من المبلغ الموجود في حسابك الجاري. بعض البنوك تدفع فائدة أيضاً على بعض الحسابات الجارية.

استخدام بطاقات الائتمان والحفاظ على نظافة سجلك الائتماني

غالباً ما يستخدم الأمريكيون بطاقات ائتمانية وبرامج للائتمان أو للتسليف لشراء الاحتياجات باهظة الثمن مثل السيارات. والأجهزة الكهربائية. والأثاث. فباستخدام بطاقات ائتمانية وبرامج للائتمان أو للتسليف يمكن للناس أن يشتروا أشياء غالية الثمن حيث أنه قد يستطيعوا دفع ثمن الأشياء على دفعات صغيرة متعددة وعلى مدى فترة زمنية طويلة عوضاً عن دفع المبلغ كاملاً عند الشراء.

حينما تستخدم بطاقة ائتمانية أو برنامج للائتمان أو للتسليف فإنك تقرض مالاً. وبالتالي فإن البنك أو الشركة التي تصدر البطاقة ستتقاضى فائدة على المبلغ الذي أقرضته لك. كما أنه ينبغي عليك أن تدفع قسطاً شهرياً. وفي حال تخلفك عن سداد أي دفعة. يمكن للشركة أن تستعيد الشيء الذي اشترته منها وأن تفرض عليك غرامة.

إذا قررت الحصول على بطاقة ائتمانية فيجب أن تستخدمها بحذر شديد. فمن السهل جداً أن تغرق في الديون إذا كنت تستخدم البطاقات الائتمانية. لذلك قبل أن تشتري أي شيء باستخدام بطاقتك الائتمانية. تأكد من أنك ستكون قادراً على سداد الدفعات الشهرية.

حينما تأخذ قرضاً أو تستخدم بطاقتك الائتمانية فإنك تفتح لنفسك سجلاً ائتمانياً. وعادةً ما تقوم بعض الهيئات الائتمانية الخاصة بإعداد تقارير تبين تاريخك الائتماني. وحينما تتقدم بطلب قرض أو بطاقة ائتمان من أحد البنوك فإن البنك يراجع سجلك الائتماني قبل منحك الموافقة. إذا دفعت أقساطك في مواعيدها كل شهر فسوف يكون سجلك الائتماني جيد مما يشجع البنوك على إقراضك المال وإصدار البطاقات الائتمانية لك. أما إذا عجزت عن سداد دفعاتك أو استخدمت بطاقتك الائتمانية بصورة تتجاوز قدرتك على السداد فسوف تضع نقطة سوداء على سجلك الائتماني مما سيحرمك من فرصة الحصول على أية قروض أو بطاقات ائتمانية في المستقبل.

لذلك، يجب أن تخصص مبلغاً من المال لسداد قرض السفر كل شهر. فهذه هي فرصتك الأولى لفتح سجل ائتماني جيد لك في الولايات المتحدة. حصولك على قرض في المستقبل سيصبح أكثر سهولاً إذا تمكنت من إثبات سدادك لأي قرض في السابق. اطلب من وكالة التوظيف المسؤولة عنك أن تزودك بالمزيد من المعلومات عن كيفية سداد قرض السفر الخاص بك.

كذلك فأنت بحاجة لسداد إيجار شقتك وفواتير الخدمات في مواعيدها كل شهر. فإذا تأخرت عن سداد دفعاتك الشهرية فسوف تقوم شركة الخدمات باتخاذ الإجراءات القانونية ضدك من خلال إحدى الوكالات المتخصصة بتحصيل الديون. وسوف يظهر هذا الإجراء أيضاً في سجلك الائتماني.



وضعت القوانين في الولايات المتحدة لحماية حقوقك. وبصفتك مقيماً في الولايات المتحدة، يجب أن تكون لديك معرفة أساسية بحقوقك ومسئولياتك القانونية.

حقوقك

بصفتك لاجئاً فأنت تتمتع بنفس الحقوق التي يتمتع بها أي شخص آخر يعيش في الولايات المتحدة. وهذه الحقوق تشمل حرية التعبير وحرية المعتقد الديني، وحرية الاجتماع. فلا يمكن اعتقالك أو سجنك بسبب تعبيرك عن رأيك، أو ممارستك لديانتك، أو لاجتماعك مع مجموعة من أصدقائك. لذلك يمكنك أن تشعر بالحرية في ممارسة العبادة، وارتداء الملابس، وممارسة نشاطاتك اليومية بالطريقة التي تريدها طالما أنك ملتزم بقوانين الولايات المتحدة والقوانين المحلية.

يتمتع جميع المقيمين في الولايات المتحدة بحماية متساوية لحقوقهم فيما يتعلق بالتوظيف، والسكن، والتعليم، والأهلية للحصول على الخدمات الحكومية. كما أن قوانين الولايات المتحدة تحظر التمييز القائم على اللون، أو الديانة، أو الخلفية العرقية. ورغم أن بعض الأحداث الأخيرة تسببت في الكثير من الخوف والحزن والغضب بين الأمريكيين، إلا أن غالبية الأمريكيين ليسوا متحاملين على المهاجرين أو اللاجئين. ويرجع السبب في ذلك إلى أن غالبية الأمريكيين ينحدرون من أجداد كانوا من المهاجرين أو اللاجئين. لكن رغم ذلك هناك بعض الأمريكيين الذين ينظرون بصورة سلبية إلى الأشخاص القادمين من دول أخرى إلى الولايات المتحدة. إذا شعرت بأي تمييز ضدك أو حرمان لحقوقك بسبب مظهرك أو لغتك، فمن حقك أن تطلب حماية الشرطة وأن تلجأ إلى القضاء. خدمات المساعدة القانونية متوفرة في الكثير من المناطق ويمكن لوكالة التوطين المسؤولة عنك أن تساعدك في العثور عليها.

إذا اتهمت بارتكاب جريمة في الولايات المتحدة، فسوف تعتبر بريئاً إلى أن تثبت براءتك. ومن حقك أن توكل محامياً يمثلك في المحكمة. وفي حال عدم قدرتك على تحمل نفقات المحامي فسوف تتكفل المحكمة بتوكيل محامي يدافع عنك. لكن في حال أنك خرقت القانون فلا يمكن لوكالة التوطين المسؤولة عنك أن تتدخل لمساعدتك.



واجباتك

هناك ثلاثة أنواع من القوانين في الولايات المتحدة: (1) "القوانين الفدرالية" [مثل القوانين التي تحظر ترويج المخدرات] تنطبق على كل شخص يعيش في الولايات المتحدة. (2) "قوانين الولاية" تختلف من ولاية لأخرى. فمثلاً في بعض الولايات يمكنك الحصول على رخصة قيادة حينما تبلغ من العمر 16 سنة، لكن في ولايات أخرى يجب أن يكون عمرك 18 سنة. (3) "القوانين المحلية" تطبق في مدينة أو مقاطعة معينة. يجب عليك أن تفهم القوانين السائدة في الولايات المتحدة لأن الكثير منها يختلف عن القوانين السائدة في موطنك.

في الولايات المتحدة، يمكن أن تعاقب على خرقك للقانون حتى إذا كنت جاهلاً بالقانون الذي خرقته. ولكونك لاجئاً، يجب أن تتذكر أن عقوبة خرقك لبعض القوانين قد تكون ترحيلك (إعادتك) إلى بلدك. إذا كانت لديك أية أسئلة عن أي من هذه القوانين فيمكنك أن تسأل وكالة التوطين المسؤولة عنك.



وفيما يلي بعض الأشياء الهامة التي ينبغي أن تعرفها عن قوانين الولايات المتحدة:

- يحظر القانون شراء أو بيع أو استخدام المواد المخدرة أو العقاقير التي تسبب الإدمان أو المواد التي تقع تحت قيود توزيع قانونية. إذا خرقت هذا القانون فقد يتم ترحيلك إلى بلدك. لذلك يجب أن تستفسر من وكالة التوطين المسئولة عنك عما إذا كانت العقاقير المسموح بها في بلدك ذات قيود في التوزيع أو غير قانونية في الولايات المتحدة.
- من الممنوع قانونياً أن تسيء جسدياً (بالضرب) معاملة زوجتك أو زوجك أو طفلك. كما أن القانون يحظر على الآباء والأمهات أن يتركوا أبناءهم بدون إشرافٍ من أحد الكبار. في بعض البلدان قد يكون العُرف السائد هو أن يقوم الآباء الكبار برعاية الأبناء الأصغر سناً. أما في الولايات المتحدة فيجب أن يقوم أحد الكبار بالإشراف على الأطفال. يعتبر ضرب الطفل إساءة. كما يعتبر ترك الطفل بدون إشراف شخص كبير إهمالاً. ويمكن أن تؤدي هاتان التهمتان إلى حرمانك من أطفالك بواسطة إحدى جمعيات حماية الأطفال.

- ممارسة الجنس مع القاصرين (تحت سن 18 سنة في غالبية الولايات) أمر غير قانوني. الإساءة الجنسية لأحد القاصرين أو القاصرات قد يؤدي إلى السجن والترحيل. كما أن الزواج من أكثر من زوجة واحدة (تعدد الزوجات) يعتبر أمراً غير قانوني.
- إذا كان لديك أطفال وحدث طلاق أو انفصال قانوني بينك وبين زوجتك (أو زوجك) فيجب أن تستمر في إعالة أبنائك عن طريق دفعات مالية منتظمة ترسلها إلى شريك الحياة السابق. هذه المبالغ تسمى "نفقات إعالة الأطفال"؛ وهي أمر محمي بموجب القانون. إذا لم توفر نفقة إعالة أطفالك فقد يؤدي ذلك إلى تهديد موقفك أمام دائرة الهجرة.
- يحظر على الأطفال في الولايات المتحدة تناول المشروبات الكحولية قبل بلوغ سن الحادية والعشرين (21 سنة). كما أنه يحظر على المحلات أن تبيع المشروبات الكحولية للأطفال. وبصورة عامة يحظر قانونياً شرب المشروبات الكحولية في الشارع أو خارج الأماكن المغلقة باستثناء الأماكن المخصصة لذلك مثل البارات والمطاعم.
- التعليقات والتصرفات المسيئة ذات الطبيعة الجنسية في أماكن العمل (التحرش الجنسي) عمل غير قانوني.
- يحظر القانون حيازة أي سلاح ناري بدون رخصة. وفي غالبية الأماكن، يحظر صيد الحيوانات والأسماك بدون رخصة. كما يجب عليك أن تعرف وتحترم القوانين الأخرى المتعلقة بحماية الموارد الطبيعية.
- لا يسمح لك القانون بقيادة أي سيارة بدون رخصة قيادة صادرة من الولايات المتحدة. أو إذا كنت تحت تأثير المشروبات الكحولية. فقيادة السيارة تحت تأثير الكحول (DUI) يعتبر أمراً خطيراً جداً ويمكن أن يؤدي إلى حرمانك من رخصة القيادة، أو سجنك، أو حتى ترحيلك إلى بلدك.

- الكثير من الولايات لديها قوانين تتعلق باستخدام أحزمة الأمان في المركبات. ويجب على الآباء والأمهات أن يؤمنوا أطفالهم بأحزمة الأمان وكراسي الأمان الخاصة بالأطفال الرضع. وهناك قوانين أخرى مشابهة تتعلق بضرورة استخدام الكبار لأحزمة الأمان.
- يحظر التدخين في الأماكن العامة مثل المسارح أو المكاتب. وفي بعض الأماكن (مثل المطاعم) قد تكون هناك منطقة خاصة للتدخين. إذا كنت مدخناً فاسأل وكالة التوظيف المسئولة عنك عن القوانين السائدة في منطقتك.
- هناك قوانين لحماية الحيوانات في الولايات المتحدة. فالقانون يحظر ضرب الحيوانات، أو إهمالها، أو الإساءة إليها، أو تقديمها كذبائح.

وضعك القانوني وحصولك على الجنسية

التوظيف هو قرار دائم بالنسبة لغالبية اللاجئين. وقبولك كلاجئ يسمح لك بالإقامة الدائمة في الولايات المتحدة وبالتقدم في نهاية المطاف بطلب للحصول على الجنسية.

بالنسبة للسنة الأولى التي تقضيها في الولايات المتحدة، سوف يكون وضعك القانوني هو "لاجئ". في هذه الفترة يجب أن تحمل معك نسخة من بطاقة I-94 وبطاقة تصريح العمل (EAD) في جميع الأوقات لإثبات وضعك القانوني. وبصفتك لاجئاً، يمكنك القيام بما يلي:

- الذهاب إلى أي مكان في الولايات المتحدة.
- شراء العقارات والممتلكات.
- الحصول على عمل.
- الدراسة.
- كفالة زوجتك (أو زوجك) وأطفالك غير المتزوجين تحت سن الحادية والعشرين (21 سنة) في حالة انفصالك عنهم بسبب لجوئك من بلدك. إذا كنت ترغب في انضمام زوجتك (أو زوجك) وأبنائك إليك في

الولايات المتحدة فسوف تقوم وكالة التوطين المسؤولة عنك بشرح كل الشروط والإجراءات لك.

طالما وضعك القانوني هو لاجئ فأنتك لن تتمكن من الحصول على جواز سفر أمريكي. ولا أن تلتحق بالجيش. ولا أن تصوت في الانتخابات. ولا أن تتعين في الوظائف الحكومية التي تتطلب الحصول على الجنسية الأمريكية. كذلك رغم أنه بإمكانك الذهاب إلى أي مكان في الولايات المتحدة، إلا أنه يتوجب عليك أن تخبر دائرة الجنسية والهجرة الأمريكية (USCIS) في حال تغيير عنوان سكنك. ويجب عليك إشعار دائرة الجنسية والهجرة الأمريكية بذلك خلال 10 أيام من تغيير عنوانك. يمكن لوكالة التوطين المسؤولة عنك أن تساعدك في ملئ النموذج الخاص بذلك.

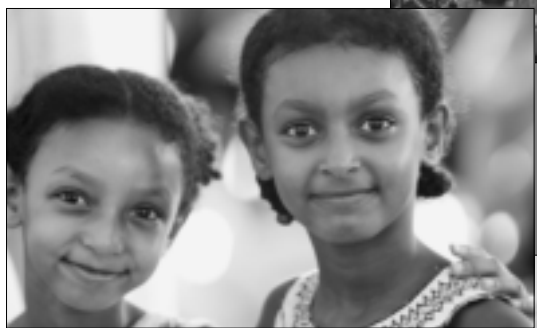
أثناء وضعك كلاجئ لا يمكنك أن تسافر خارج الولايات المتحدة بدون إذن من دائرة الجنسية والهجرة الأمريكية. وفي حال اضطرارك للسفر خارج الولايات المتحدة، سوف تشرح لك وكالة التوطين المسؤولة عنك كيف تتقدم بطلب للحصول على إذن مغادرة. إذا عدت إلى بلدك الأصلي وأنت لاجئ فقد لا يسمح لك بالعودة إلى الولايات المتحدة.

يجب على اللاجئين الذين تتراوح أعمارهم بين 18 و 25 سنة أن يسجلوا أسماءهم لدى الخدمة العسكرية الإلزامية (Selective Service) – وهي الجهة الحكومية المخولة باستدعاء الأفراد للخدمة العسكرية في أوقات الحرب. وفي الوقت الحاضر فإن جميع منتسبي الجيش في الولايات المتحدة من المتطوعين. اللاجئين الذين يمتنعون عن تسجيل أسمائهم لدى هذه الجهة قد يجدون صعوبة في الحصول على الإقامة الدائمة أو الجنسية.

بعد سنة واحدة من إقامتك في الولايات المتحدة، يمكنك أن تتقدم بطلب إقامة دائمة. يمكن للمقيمين الدائمين أن يسافروا إلى الخارج (رغم أنه لا يجدر بهم البقاء خارجاً لمدة تزيد عن سنة واحدة). كما أنه بإمكانهم الالتحاق بالجيش الأمريكي، لكنهم لا يستطيعون التصويت في الانتخابات الأمريكية ولا أن يعملوا في الوظائف الحكومية التي

تشتري حصولهم على الجنسية. سوف تشرح لك وكالة التوطين المسؤولة عنك كيف تصبح مقيماً دائماً.

بعد 4 سنوات و 9 أشهر من إقامتك في الولايات المتحدة، يمكنك التقدم للحصول على الجنسية. يمكن لدائرة الجنسية والهجرة الأمريكية أو وكالة التوطين المسؤولة عنك أن تشرح لك شروط الحصول على الجنسية. ومن بين هذه الشروط أن تتمتع بأخلاق حميدة، وأن تكون لديك معرفة أساسية باللغة الإنجليزية وبتاريخ وحكومة الولايات المتحدة. يتمتع الأجانب الذين يحملون الجنسية الأمريكية بنفس الحقوق والامتيازات التي يتمتع بها المواطنون المولودون في الولايات المتحدة.



الولايات المتحدة موطن المهاجرين الذين جلبوا معهم الكثير من العادات والممارسات الثقافية المختلفة. وبالتالي، ليست هنالك ثقافة أمريكية واحدة. لكن رغم ذلك فإن الأمريكيين يتقبلون ويتوقعون معايير سلوكية معينة. وقد تختلف هذه المعايير عن تلك السائدة في بلدك، أو قد تبدو غريبة أو حتى متناقضة مع بعض المعايير السلوكية المقبولة في بلدك. سوف تحقق المزيد من النجاح في الولايات المتحدة إذا كنت دقيق الملاحظة ومرناً، ومنفتحاً على التغيير. وإذا كنت مستعداً لطرح الأسئلة عن السلوكيات التي تجدها غريبة. وفيما يلي بعض الأنشياء التي يتوجب عليك معرفتها بشأن القيم والمواقف والسلوكيات الأمريكية.

عدم التكلف: يميل الشعب الأمريكي إلى عدم التكلف (البساطة) بصورة تفوق غالبية الشعوب الأخرى. فهم ينادون الأشخاص بأسمائهم الأولى في المواقف الاجتماعية. أما في العمل فإنهم يستخدمون اسم العائلة عند التعارف الرسمي. لكن ربما يفضل غالبية المديرين والموظفين استخدام الاسم الأول. أما الألقاب المهنية مثل "الدكتور فلان" فغالباً ما تستخدم في المواقف الرسمية فقط. الأمريكيون يبتسمون كثيراً ويرسمون ابتسامة على وجوههم عند الترحيب بالأصدقاء والغرباء على حد سواء.

الدقة في المواعيد: الدقة في المواعيد شيء يقدره الأمريكيون كثيراً. يحاول الأمريكيون أن يكونوا دقيقين في مواعيدهم، وهم يتوقعون من الآخرين أن يكونوا دقيقين في مواعيدهم أيضاً. تحديد المواعيد المسبقة والالتزام بها هو أمر ضروري في الحياة الخاصة والعامية. فإذا لم تحدد موعداً قبل زيارة أحد المكاتب أو إحدى الشركات فقد لا يقابلك أحد. وإذا شعرت بأنك لن تستطيع الذهاب إلى الموعد أو أنك ستتأخر عن موعدك أكثر من 15 دقيقة فينبغي عليك أن تتصل. وأن توضح أنك ستتأخر. وأن تعتذر.

الخصوصية: الأمريكيون يقدرون كثيراً الخصوصية الشخصية. ونادراً ما يقوم الناس بزيارة بعضهم البعض دون الاتصال مسبقاً أو دون دعوة مسبقة. الشؤون المالية تعتبر خصوصية. لذلك قد لا يكون من اللائق أن تسأل أحدهم عن دخله أو عن قسط بيته أو سيارته. كما



أنه ليس من اللائق أن توجه أسئلة شخصية لشخص لا تعرفه جيداً أو لشخص التقيت به للتو.

النظافة الشخصية: غالبية الأمريكيين يستحمون أو يأخذون حماماً سريعاً كل يوم. وينظفون أسنانهم بالفرشاة، ويغسلون شعرهم بالشامبو بصورة متكررة، ويغسلون ملابسهم كثيراً. المحلات تباع العديد من مواد التنظيف التي تساعد الناس على تجنب الظهور بمظهر متسخ أو انبعاث رائحة العرق منهم بصورة مزعجة. وقد تكون النظافة الشخصية عاملاً مهماً في حصولك على عمل والاحتفاظ به سواء أثناء المقابلة أو بعد الحصول على العمل. اطلب من وكالة التوظيف المسؤولة عنك أن تزودك بالمزيد من المعلومات عن هذا الموضوع.

البقشيش: من المتعارف عليه أن يقدم المرء بقشيشاً بنسبة 15% إلى 20% من قيمة الفاتورة إلى عامل المطعم أو سائق سيارة الأجرة. لكن يجب أن تحذر من عرض أي مال على أفراد الشرطة أو أي موظف حكومي كوسيلة للتعبير عن شكرك له على تقديم المساعدة لك.

المشروبات الكحولية والتدخين: رغم أن الناس يتناولون المشروبات الكحولية في الولايات المتحدة، إلا أن هناك الكثير من القوانين التي تضبط استخدامه وبيعه. يعتبر قرار تناول المشروبات الكحولية أو عدم تناولها أمراً شخصياً. لذلك فإن رفض تناول المشروبات الكحولية لا يعد أمراً منافياً للأدب في الولايات المتحدة. كذلك فإن



الكثير من الأمريكيين لا يدخنون، وهم يتوقعون من الآخرين عدم التدخين في بيوتهم.

السلامة الشخصية: رغم وجود الجريمة والعنف في الولايات المتحدة، إلا أن معدلات الجريمة تختلف باختلاف المنطقة أو الولاية. لكن أينما تسكن، يجب أن تتخذ بعض الإجراءات الاحتياطية الأساسية مثل إغلاق بيتك وسيارتك، وعدم حمل مبالغ نقدية كبيرة معك، ومعرفة الأحياء التي ينبغي عليك تجنبها في الليل.

وثائق إثبات الشخصية: حيث إن عدد سكان الولايات المتحدة هائل جداً، فإن الأمريكيين يعتمدون بعض الوسائل المحددة للتعريف عن أنفسهم في تعاملهم مع الجهات الحكومية والشركات التجارية. يجب أن تحمل معك دوماً نسخة من بطاقة I-94 وبطاقة تصريح العمل (EAD)، واسم وعنوان ورقم هاتف وكالة التوظيف المسؤولة عنك. إذا لم تكن تتحدث الإنجليزية، احمل معك رقم هاتفك وعنوانك، وعنوان ورقم هاتف أي شخص ترغب في زيارته.

إن عملية التعلم عن العادات والقيم الأمريكية والتأقلم معها هي جزء من التكيف الثقافي. لكن هذا التكيف لا يعني أنه يتوجب عليك أن تتخلى عن جميع جوانب هويتك الثقافية. ففي الواقع أن غالبية اللاجئين يشعرون أنهم نجحوا في التكيف بعد تعلمهم دمج أجزاء من الثقافة الأمريكية مع أجزاء من ثقافتهم.



احتمال الصدمة الثقافية ومعالجة التوتر

قد تؤدي الصدمة الثقافية إلى شعورك بالعجز أو الإحباط في هذا البلد الذي لا تتحدث لغته ولا تفهم ثقافته. لكن الصدمة الثقافية أمر طبيعي. فأى شخص ينتقل للعيش في بلد جديد يمكن أن يعاني من هذه الصدمة.

إذا كنت تعاني من صدمة ثقافية فقد تشعر بما يلي:

- الإحباط بسبب عدم قدرتك على إنجاز المهام اليومية مثل التسوق أو استخدام وسائل المواصلات العامة.
- التعب نهائياً أو الأرق ليلاً.
- الغضب والضييق.
- عدم المبالاة أو الحزن.
- عدم الرغبة في تناول الطعام.

إن الانتقال إلى بلد جديد وغريب هو أمر يسبب التوتر لغالبية المهاجرين. ورغم أن كل شخص قد يشعر أو يمر بهذا النوع من التوتر بصورة مختلفة عن غيره. إلا أن هناك بعض المشاعر المشتركة التي قد تدركها في نفسك مثل انعدام الدافع. وانعدام الثقة بالنفس. وضياع الهوية. وخيبة الأمل.

لكن عادةً ما تكون هذه المشاعر مؤقتة وتزول بمرور الوقت. فقد عانى الكثير من الوافدين الجدد إلى الولايات المتحدة من هذه المشاعر. لكنهم أصبحوا أقوى حينما تغلبوا عليها.

في بعض الأحيان، قد يؤدي هذا التوتر إلى صعوبات في التعامل مع الحياة اليومية، وفي حل الخلافات العائلية، أو ربما يؤدي إلى بعض السلوكيات العنيفة داخل المنزل. لذلك يجب أن تدرك التوتر الذي تعاني منه، وأن تطلب المساعدة، وأن تنمي مقدرة التأقلم مع ظروفك الجديدة.

تفاوت طرق التأقلم مع الصدمة الثقافية من ثقافة لأخرى ومن شخص لآخر. فقد تتمتع ببعض مهارات التأقلم مثل تناول الطعام الصحي، وممارسة التمارين الرياضية، والنوم لساعات كافية، والخروج مع الأصدقاء أو حضور بعض المناسبات الاجتماعية بين الحين والآخر، ووضع الأهداف الشخصية، والاتصال مع الجهات الدينية أو الروحية مثل المسجد، أو الكنيسة، أو المجمع. بعض الناس يشعرون بتحسن حينما يمارسون نشاطهم المفضل أو حينما يستمعون إلى موسيقاهم المفضلة. وإحدى الطرق التي يلجأ إليها غالبية الوافدين الجدد هي الانضمام إلى إحدى المجموعات مثل جمعية المساعدة المتبادلة التي أنشأها أشخاص من نفس الجنسية أو العرق.

اطلب من وكالة التوطين المسئولة عنك أن تساعدك في أي من هذه الجوانب.

الدوار المتغيرة في العائلة

أحد أكثر الجوانب التي تسبب التوتر لدى اللاجئين هي تغير الأدوار في العائلة. فالآباء، والأمهات، والمراهقون، والأطفال، والمسنون يجدون أن الحياة في الولايات المتحدة يمكن أن تُغير علاقاتهم بين بعضهم البعض. ورغم أن اللاجئين قد يعتادون على هذا الأمر لاحقاً، إلا أنه يمكن أن يسبب بعض المشاكل في بادئ الأمر.

قد يواجه كل من الرجال والنساء صعوبة في التأقلم مع أدوار الرجال والنساء في الولايات المتحدة. فالأمريكيون يؤمنون بالمساواة بين الجنسين، وبأهمية الاكتفاء الذاتي والاستقلال لكل من الرجال والنساء. ففي العديد من العائلات يعمل الرجال والنساء خارج المنزل. كما أنهما يتقاسمان مسئولية رعاية الأطفال.

وفي بعض العائلات، حينما يعمل الأب والأم خارج المنزل قد يكون دخل الزوجة أعلى من دخل الزوج. وفي بعض العائلات الأخرى قد تجد الزوجة عملاً في حين أن الزوج يبقى بدون عمل لفترة من الوقت. وفي هذه الحالة يتوقع من الزوج أن يعتني بالأبناء في الأوقات التي لا يكونون فيها في المدرسة. في ظروف كهذه غالباً ما يشعر الرجال اللاجئون بأنهم قد فقدوا دورهم القيادي في العائلة. وقد تشعر النساء اللاجئات بمشاعر مختلطة من الثقة بالنفس والشعور بالذنب.

قد يكون التوطين صعباً جداً على الصغار ولاسيماً المراهقين لأنه ينبغي عليهم أن يتأقلموا مع الثقافة الجديدة، وأن يحافظوا في الوقت نفسه على نمط حياتهم التقليدية في بيتهم ومجتمعهم. كما أنه ينبغي عليهم القيام بذلك في الوقت الذي يواجهون فيه العديد من التغييرات بسبب انتقالهم من مرحلة الطفولة إلى مرحلة المراهقة.

وحيث إنهم غالباً ما يتعلمون اللغة الإنجليزية بصورة أسرع من والديهم، فقد يطلب منهم أن يعملوا ك مترجمين فوريين لوالديهم وأن يتحملوا المزيد من المسئوليات الجديدة. وغالباً ما يتوجب عليهم أن يذهبوا إلى المدرسة وأن يعملوا في الوقت نفسه. وقد يشعر الأهل بعدم قدرتهم على مساعدة أبنائهم في الدراسة بسبب فهمهم المحدود لنظام المدارس الأمريكية. وكثيراً ما يشعر المراهقون بعدم قدرتهم على مشاركة التوتر الذي يشعرون به مع آبائهم وأمهاتهم.

وحيثما تصبح هذه الضغوط كبيرة جداً، قد يلجأ بعض المراهقين إلى بعض السلوكيات السلبية مثل التغيب عن المدرسة، أو الانضمام إلى إحدى العصابات، أو تعاطي المخدرات. وقد تؤدي هذه السلوكيات إلى مزيد من المشاكل لأنها غير قانونية. وبالنسبة للفتيات العازبات، قد تؤدي السلوكيات الخاطئة إلى الحمل.

كذلك، قد يكون تغيير الأدوار متعباً للمسنين أيضاً حيث إنهم قد يشعرون بأنهم قد فقدوا مكانتهم السابقة باعتبارهم نبع المعرفة والخبرة في العائلة. ففي الولايات المتحدة، قد يؤدي التركيز على سن الشباب والإنتاجية العالية إلى شعور المسنين بأنهم مهملين وعديمي الفائدة. كما أن صعوبة تعلم لغة جديدة والتأقلم مع الثقافة الجديدة يمكن أن تجعلهم يشعرون بالعزلة والوحدة. وقد يجد المسنون أنهم لم يعودوا يتمتعون بالاحترام في المجتمع.

بالإضافة إلى ذلك، قد تكون التحديات الاقتصادية التي يواجهها اللاجئون المسنون قاهرة وساحقة لهم. فالمسنون الذين ينتظرون التقاعد والحصول على راتب تقاعدي قد يجدوا أنفسهم بحاجة لوظيفة - لاسيما إذا كانوا تحت سن الخامسة والستين (65 سنة). وقد يكتشف اللاجئون الذين تجاوزوا سن الخامسة والستين أن رواتب التقاعد الأمريكي أقل من توقعاتهم، وأن رواتب العجز لا تغطي نفقاتهم الطبية، و/أو أن أفراد عائلتهم لا يستطيعون توفير الدعم لهم بذات الطريقة التي كانوا يمارسونها في موطنهم. وهكذا، فقد تؤدي هذه الصعوبات الاقتصادية - بالإضافة إلى فقدان المسنين لمكانتهم وشعورهم بالعزلة - إلى شعورهم بالإحباط وإصابتهم ببعض الأمراض النفسية الأخرى.

إذا كنت أنت أو أحد أفراد عائلتك تشعرون بعدم قدرتكم على التأقلم مع الضغوط فيجب عليكم أن تطلبوا المساعدة فوراً. كما يجب مناقشة المواضيع المتعلقة بأدوار أفراد العائلة بكل صراحة في صفوف التهيئة الثقافية أو مع مرشدك المتخصص بك في الولايات المتحدة. يمكن لوكالة التوطين المسؤولة عنك أن تساعدك في الحصول على المساعدة اللازمة لتنمية مهارات التأقلم لديك والتخفيف من المواقف الضاغطة في البيت.

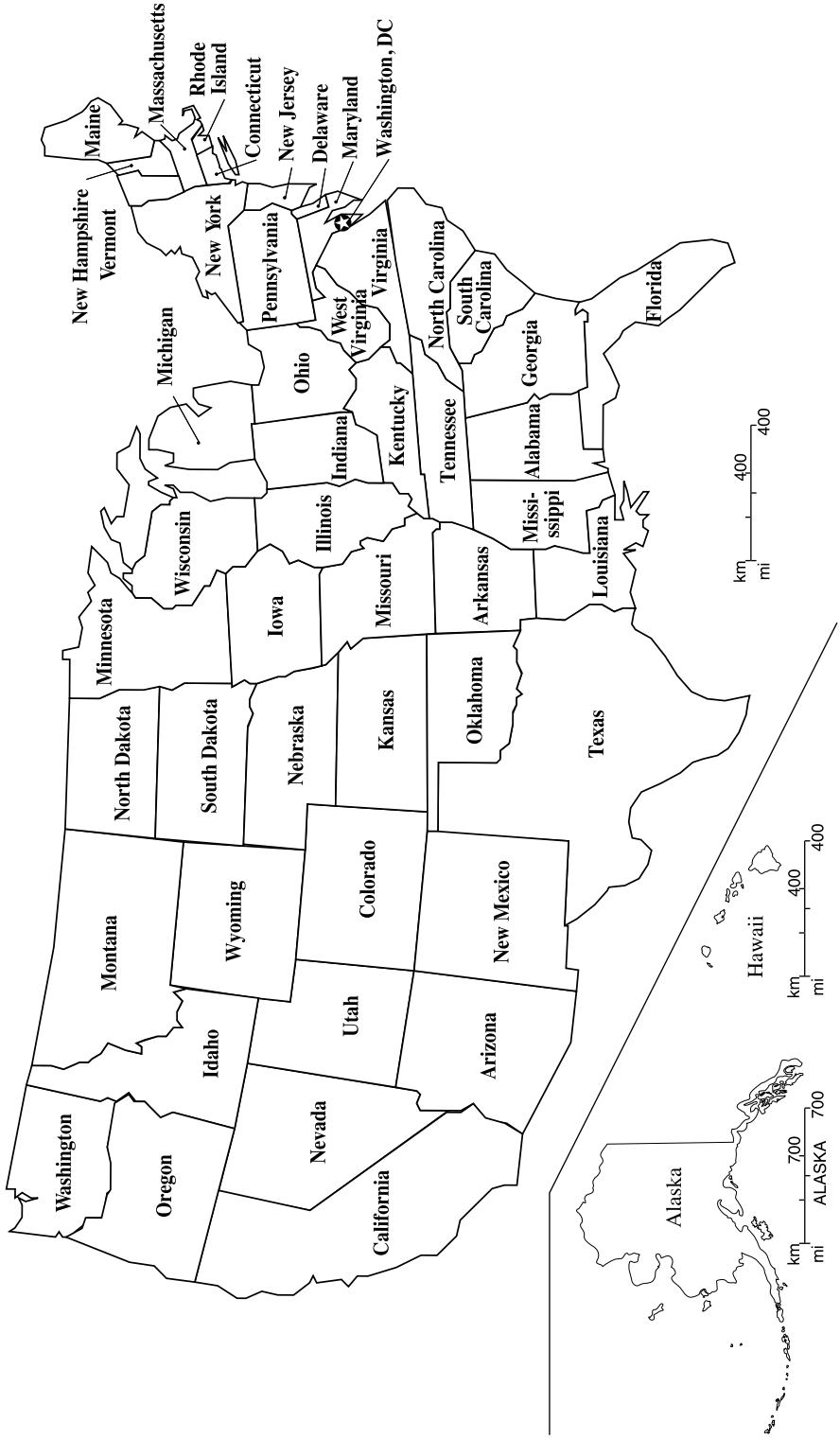
التوطين هو عملية طويلة. فقد تحتاج إلى سنتين إلى خمس سنوات للتأقلم تماماً مع الحياة في بيئتك الجديدة. حاول أن تكون دقيق الملاحظة. وأن تبتعد عن إصدار الأحكام على الآخرين. وأن تضع بعض الأهداف لنفسك. ويجب أن تعلم أن الصدق، والصبر، والتعاون مع الأشخاص الذين يحاولون مساعدتك يمكن أن يساهم كثيراً في تأقلمك. كما أن ذلك سيساعدك أيضاً في فهم القيم الأمريكية الرئيسية مثل الاعتماد على الذات والاستقلالية. إن اكتشاف ثقافة جديدة هو تحدٍ كبير. لكنه يمكن أيضاً أن يعمل على إثراء النفس وإشباعها.

|| مشاعري تجاه هذا البلد تختلف تماماً عن مشاعري حينما وصلت إليها. فحينما كنت في فيتنام، كنت أعتقد أن الذهاب إلى أمريكا يشبه الذهاب إلى الفردوس. فهذا هو ما كان الناس يقولونه لي. ورغم أنني أدرك الآن أنها ليست مثل الفردوس، إلا أنها أفضل من فيتنام. ||

|| رغم أننا نعيش في أمريكا، فنحن ما نزال نملك الحق في تذكر تقاليدنا وممارستها. فنحن ما نزال نتعلم المزيد عن الحياة والعادات الأمريكية. كما أننا ما نزال نمارس بعض هذه العادات. لكن يجب علينا في الوقت نفسه أن نعرف أنه رغم أننا لا نعيش في وطننا، إلا أننا ما نزال نتذكر ثقافتنا ونحترمها ونقدرها. أهلاً وسهلاً بكل من يفكر في المجيء إلى هنا. ||

|| لا يمكنك أن تتعلم كل شيء عن هذه الحياة في غضون شهرين. فالأمر يتطلب سنوات وسنوات. ||

|| لقد تغيرت في السنة الماضية. فأنا لم أعد أشعر بالحنين إلى الوطن كما في السابق. كما أنني لم أعد أخاف من الأشياء الجديدة. فقد تعلمت كيف أحصل على عمل أفضل عن طريق تعلم اللغة الإنجليزية. ||



New Hampshire
Vermont
Maine
Massachusetts
Rhode Island
Connecticut
New Jersey
Delaware
Maryland
Washington, DC

New York
Pennsylvania
West Virginia
Virginia
North Carolina
South Carolina
Georgia
Florida

Michigan
Ohio
Indiana
Kentucky
Tennessee
Alabama
Mississippi
Louisiana

Wisconsin
Illinois
Iowa
Missouri
Arkansas
Texas

Minnesota
North Dakota
South Dakota
Nebraska
Kansas
Oklahoma

Montana
Wyoming
Colorado
New Mexico

Washington
Oregon
Idaho
Nevada
Utah
Arizona

California
Hawaii

Alaska

ALASKA

km
mi

km
mi

km
mi

الولايات المتحدة - (القارة)

