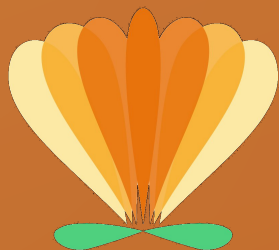


EDIȚIA 2026 · LOTUS JUSTICE



**LOTUS JUSTICE**

& SUPPORT CENTRE

COMMUNITY INTEREST COMPANY

# Ghidul Românilor *din UK.*

---

*Ghid de supraviețuire și informații esențiale pentru  
comunitatea românească din Regatul Unit. Drepturi,  
resurse, oameni care vă pot ajuta.*

GHID GRATUIT  
ÎN LIMBA ROMÂNĂ · UK

Distribuiți  
liber.



PROMOTOR ȘI EDITOR

---

## **Ghidul Românilor din UK.**

*Ediția 2026, prima ediție*

---

### **CU RECUNOȘTINȚĂ**

*Acest ghid a luat formă datorită **voluntarilor Lotus** care au împărtășit informații, experiență și timp. Nu a fost făcut singur. Nu ar fi putut fi.*

*Mulțumesc **avocaților, paralegalilor, notarilor, psihologilor, asistenților sociali, social workers, health visitors, contabililor, tax advisers, traducătorilor, interpreților, specialiștilor în maternitate și alăptare, human trafficking support workers** și tuturor voluntarilor din comunitate care au pus umărul. Mulțumesc **doamnei Carmen Irimescu** pentru eseu „Copilul în era digitală”. Și mulțumesc **2wards** pentru sprijin.*

© 2026 LOTUS JUSTICE & SUPPORT CENTRE CIC

*Deschiderea oficială a centrului, octombrie 2026.  
Distribuiți liber. Reproducerea pentru uz necomercial este încurajată.*

## CUPRINS

# Ce veți găsi în acest ghid

Fiecare capitol este conceput să vă ofere răspunsuri clare la întrebările esențiale. Începeți cu capitolul care vă este cel mai util astăzi. Restul vor fi aici când veți avea nevoie.

<b>01</b>	<b>Urgențe, primele numere de apelat</b>	<b>5</b>
	<i>999 · 111 · 116 123 · Silent Solution (apel tăcut)</i>	
<b>02</b>	<b>Violența domestică, cum cereți ajutor</b>	<b>9</b>
	<i>Refuge 0808 2000 247 · NCDV · Plan de siguranță · Section 8</i>	
<b>03</b>	<b>Poliția și drepturile dumneavoastră</b>	<b>16</b>
	<i>Stop &amp; Search · Arestare · „I want a solicitor” · Duty Solicitor</i>	
<b>04</b>	<b>Muncă, exploatare și trafic de persoane</b>	<b>21</b>
	<i>Modern Slavery Helpline · NRM · ACAS · Salariul minim</i>	
<b>05</b>	<b>Sănătate, NHS, GP, sănătate mintală</b>	<b>31</b>
	<i>Înregistrare GP · 111 · A&amp;E · Interpret RO gratuit · Mind</i>	
<b>06</b>	<b>Copii, școală și Social Services</b>	<b>37</b>
	<i>Section 20 · Eseul Carmen Irimescu · Regula PANTS · NSPCC</i>	
<b>07</b>	<b>Locuință, chirie și evacuare</b>	<b>52</b>
	<i>Renters' Rights Act 2026 · Section 8 · Shelter · Local Council</i>	
<b>08</b>	<b>Documente, imigrație, Settlement</b>	<b>59</b>
	<i>Settled / Pre-Settled · Share code · OISC · JCWI</i>	
<b>09</b>	<b>Ambasada și Consulatele României</b>	<b>64</b>
	<i>Londra · Manchester · Birmingham · Edinburgh · Urgență</i>	
<b>10</b>	<b>Resurse în limba română</b>	<b>68</b>
	<i>Lotus · Rație · ACRUK · Mitropolia · Avocați RO</i>	
<b>11</b>	<b>Lotus Justice, cum vă putem ajuta</b>	<b>73</b>
	<i>Cine suntem, ce oferim, cum ne contactați</i>	

CAPITOLUL UNU

01

# Urgențe, primele numere de apelat.

*Când fiecare secundă contează. Cui sunați, ce spuneți, la  
ce să vă așteptați.*

În Regatul Unit există trei numere scurte pe care fiecare adult ar trebui să le cunoască pe de rost. Sunt gratuite, funcționează de pe orice telefon (chiar și fără credit sau cartelă SIM activă) și oferă traducător gratuit în limba română la cerere.

#### PERICOL DE VIAȚĂ

# 999

**Politie, Pompieri, Ambulanță**

Gratuit, 24/7. Spuneți „Romanian” când vi se răspunde.

#### POLIȚIE NON-URGENTĂ

# 101

**Incidente fără pericol imediat**

Raportați infracțiuni petrecute, cereți informații.

#### SĂNĂTATE NON-URGENTĂ

# 111

**NHS, sfat medical 24/7**

Probleme care nu pun viața în pericol. Traducător gratuit.

#### SUPORT EMOȚIONAL

# 116 123

**Samaritans**

Gratuit, 24/7. Când simțiți că nu mai puteți, sunați.

## Când sunați la 999

Apelați 999 imediat când:

- ▲ O persoană este rănită grav sau inconștientă.
- ▲ Sunteți amenințat(ă) sau agresat(ă) fizic în acest moment.
- ▲ Există foc, fum, miros puternic de gaz.
- ▲ Cineva este în pericol de a se face rău, sau v-a făcut rău.
- ▲ Vedeți o infracțiune petrecându-se sub ochii dumneavoastră.

### IMPORTANT, DACĂ NU VORBIȚI BINE ENGLEZA

Când vi se răspunde, spuneți clar: „**Romanian, please**” (Română, vă rog). Operatorul va chema imediat un traducător pe linie. Nu închideți telefonul. Așteptați. Serviciul este gratuit.

### DACĂ NU PUTEȚI VORBI, APELUL TĂCUT

Dacă sunteți în pericol și agresorul este lângă dumneavoastră, sunați la 999, ascultați întrebările și apăsați **55** pe tastatură. Poliția va înțelege că sunteți în pericol și va veni. Acesta se numește *Silent Solution*.

## Când sunați la 111 (NHS)

Numărul 111 este pentru probleme medicale care nu pun viața în pericol, dar au nevoie de răspuns rapid: febră mare la copil, durere care nu cedează, vomă prelungită, rană care nu se oprește din sângerat dar nu este profundă, probleme de sănătate mintală, întrebări despre medicamente.

Un asistent medical vă va întreba ce simțiți și vă va îndruma: să stați acasă, să mergeți la GP, la *urgent care* sau la spital. Cereți interpret în limba română, este gratuit.

### SFAT PRACTIC

Salvați aceste trei numere în telefon acum: **999, 101, 111**. În panică, nu veți avea timp să le căutați.

# Întrebări frecvente

## ► **Dacă sun la 999, va veni poliția să mă verifice pe mine?**

Nu. Poliția vine pentru a vă **proteja**. Nu vor verifica statutul dumneavoastră de ședere, nu se vor uita la documente, nu vor raporta la Home Office dacă sunați pentru violență sau urgență medicală. Prioritatea lor este siguranța dumneavoastră.

## ► **Ce fac dacă nu am credit pe telefon?**

Apelurile către **999, 101 și 111** sunt gratuite de pe orice telefon din UK, inclusiv fără credit, fără abonament activ, și chiar fără cartelă SIM (dacă telefonul este pornit și are semnal).

## ► **Pot fi pedepsit(ă) dacă sun pentru altcineva care are probleme?**

Nu. Dimpotrivă, este încurajat și apreciat. Dacă vedeți pe cineva rănit, în pericol sau bolnav, **sunăți**. Nu trebuie să vă dați numele dacă nu doriți.

## ► **Ce fac dacă sunt martor la violență pe stradă?**

Nu interveniți fizic. Sunați la **999**. Descrieți ce vedeți: locul exact, câte persoane, cum arată, dacă există arme. Rămâneți la distanță sigură. Mărturia dumneavoastră poate salva o viață.

”

*A suna la 999 nu este un semn de slăbiciune. Este primul pas către siguranța dumneavoastră.*

---

CAPITOLUL DOI

02

# Violența domestică, nu sunteți singur(ă).

*Există ajutor. Este gratuit. Este confidențial. Vorbește  
limba dumneavoastră.*

*Violența domestică nu înseamnă doar lovituri. Înseamnă și amenințări, controlul banilor, izolarea de familie, umilirea constantă, controlul telefonului, amenințarea cu luarea copiilor. În Regatul Unit, toate aceste forme sunt recunoscute ca infracțiune prin Domestic Abuse Act 2021.*

## Cum recunoașteți o relație abuzivă

Dacă partenerul sau un membru al familiei:

- ▲ Vă lovește, vă împinge, vă strânge, vă aruncă lucruri.
- ▲ Vă amenință, pe dumneavoastră, copiii, animalele, familia din țară.
- ▲ Vă controlează banii, nu vă lasă să lucrați, vă ia salariul.
- ▲ Vă verifică telefonul, conturile, vă urmărește pe stradă.
- ▲ Vă umilește în fața altora sau pe ascuns, vă strigă „proastă”, „ne bună”, „nu ești bună de nimic”.
- ▲ Vă obligă la acte sexuale când nu doriți (da, chiar și în căsătorie).
- ▲ Vă ia documentele, pașaportul, actul de identitate, documentele copiilor.
- ▲ Vă amenință că vă raportează la Home Office sau că vă ia copiii dacă plecați.

### ACESTA ESTE ABUZ

Orice formă de mai sus este abuz și este infracțiune în UK. Nu este „așa sunt bărbații”, nu este „așa e la noi”, nu este „vina mea că îl enervez”. Aveți dreptul la o viață fără frică.

# Linii telefonice, sunați astăzi

---

## National Domestic Abuse Helpline (Refuge)

Linie telefonică națională, gratuită, 24 de ore din 24. Personal format exclusiv din femei, cu traducători disponibili în limba română. Vă ascultă, vă oferă opțiuni, vă poate căuta un adăpost sigur.

**0808 2000 247** · Gratuit, 24/7 · [nationaldahelpline.org.uk](http://nationaldahelpline.org.uk)

---

## Men's Advice Line (Respect)

Sprijin confidențial pentru bărbații victime ale violenței domestice. Da, și bărbații sunt victime, și au dreptul la ajutor.

**0808 801 0327** · Luni-Vineri, 10:00-20:00 · [mensadvice.org.uk](http://mensadvice.org.uk)

---

## Galop, LGBT+ Domestic Abuse Helpline

Pentru persoane LGBT+ care se confruntă cu abuz domestic, sexual sau din motive de orientare.

**0800 999 5428** · [galop.org.uk](http://galop.org.uk)

---

## Karma Nirvana

Sprijin specializat pentru căsătorii forțate și violență bazată pe „onoare”. Înțeleg contexte culturale complexe.

**0800 5999 247** · Luni-Vineri, 9:00-17:00 · [karmanirvana.org.uk](http://karmanirvana.org.uk)

---

## Victim Support

Sprijin independent pentru orice victimă a unei infracțiuni, inclusiv abuz domestic vechi, nedeclarat la poliție.

**0808 1689 111** · Gratuit, 24/7 · [victimsupport.org.uk](http://victimsupport.org.uk)

---

---

## NCDV, Ordin de protecție în 24 de ore

Serviciu gratuit care vă ajută să obțineți un ordin de protecție (*non-molestation order*) în 24 de ore, chiar și dacă nu vă calificați pentru legal aid.

**0800 970 2070** · Luni-Vineri, ore birou · [ncdv.org.uk](http://ncdv.org.uk)

---

## Traveller Movement

Linie specializată pentru femeile rome, romani și traveller care se confruntă cu abuz domestic.

**020 7607 2002** · Luni-Vineri, ore birou · [travellermovement.org.uk](http://travellermovement.org.uk)

---

### MAI MULTE RESURSE PE SITE-UL LOTUS JUSTICE

Pentru lista completă de avocați, psihologi, adăposturi, grupuri de suport și linii specializate, actualizată constant, vizitați secțiunea **Resurse** pe [lotusjusticeapp.co.uk](http://lotusjusticeapp.co.uk). Găsiți acolo și un director căutabil, pentru a găsi rapid ce aveți nevoie, după oraș sau tip de serviciu. Pașii exacti sunt explicați la finalul acestui ghid.

## Ce este un Non-Molestation Order

Este un ordin emis de tribunalul de familie care interzice partenerului violent să vă abordeze, să vă contacteze, să se apropie de locuință sau de locul de muncă. Încălcarea ordinului este infracțiune și se pedepsește cu închisoarea.

Un ordin de non-molestare poate fi obținut în 24 până la 48 de ore în situații de urgență. Nu aveți nevoie de avocat scump. Organizații precum NCDV oferă acest serviciu gratuit pentru victime.

## LEGAL AID, AJUTOR JURIDIC GRATUIT

Victimele violenței domestice au dreptul la *legal aid* (asistență juridică gratuită) pentru cazuri de familie: ordin de protecție, divorț, custodia copiilor. Aveți nevoie de o dovadă (raport de poliție, GP, refugiu, scrisoare de la o organizație specializată). Întrebați avocatul.

## Plan de siguranță, ce pregătiți din timp

Dacă plănuți să plecați, pregătiți în secret:

- ✓ Pașaportul și actele de identitate (ale dumneavoastră și ale copiilor), copii pe telefon sau la o prietenă.
- ✓ Certificatul de naștere al copiilor, certificatul de căsătorie.
- ✓ Documentele de rezidență (Settlement Status, BRP, share code).
- ✓ Carduri bancare, ceva numerar ascuns.
- ✓ Medicamente pentru dumneavoastră și copii.
- ✓ Lista cu numere de telefon importante (pe hârtie, nu doar în telefon).
- ✓ O geantă mică cu haine pentru 2 sau 3 zile, la o prietenă, la muncă sau ascunsă.
- ✓ O fotografie a agresorului (pentru poliție, dacă va fi nevoie).
- ✓ Probe: mesaje, fotografii cu vânătăi, înregistrări (salvate în cloud, nu doar pe telefon).

### AMENINȚAREA „TE RAPORTEZ LA HOME OFFICE ”

Este o tactică clasică de control. Statutul dumneavoastră de imigrant **nu vă anulează drepturile**. Chiar dacă sunteți aici fără documente, aveți dreptul la protecție împotriva violenței, la adăpost, la ordin de protecție. Există organizații care vă pot ajuta fără să raporteze la Home Office. Sunați la Refuge (0808 2000 247) sau Lotus Justice.

## Ce se întâmplă dacă sun la 999

### ► Vor veni pe sirenă și vor afla toți vecinii?

Puteți cere polițistului să vină **fără sirenă**. Când formați 999, spuneți că sunteți într-o situație de violență domestică și cereți discreție. Ei sunt antrenați pentru asemenea cazuri.

### ► Mă vor obliga să depun plângere?

Nu. Decizia este a dumneavoastră. În cazuri grave (răni vizibile, pericol pentru copii), poliția poate acționa din oficiu. Dar chiar și atunci, poliția vă va consulta și vă va oferi opțiuni: adăpost, ordin temporar de protecție, sprijin emoțional.

### ► Ce se întâmplă cu copiii dacă plec?

Ascultați-mă bine: **Social Services nu iau copiii de la părinții care fug de violență**. Dimpotrivă, copiii care asistă la abuz sunt considerați victime și sunt protejați împreună cu părintele care fuge. Adăposturile (*refuges*) primesc părinți cu copii. Veți primi sprijin, nu veți pierde copiii pentru că ați cerut ajutor.

► **Dacă soțul meu este polițist sau are prieteni la poliție?**

Cereți ca sesizarea să fie trimisă la o altă stație. Sau sunați direct la Refuge (0808 2000 247), ei pot contacta poliția pentru dumneavoastră. Există procedură specifică pentru asemenea cazuri.

”

*Nu ați provocat abuzul. Nu îl meritați. Nu sunteți singur(ă). Și nu trebuie să rămâneți acolo.*

---

CAPITOLUL TREI

03

# Politia și drepturile dumneavoastră.

*Ce spune legea britanică dacă sunteți oprit pe stradă,  
chemat la stație sau arestat.*

Sistemul de drept britanic este diferit de cel românesc. Aveți drepturi clare, scrise, pe care poliția este obligată să vi le respecte, dar numai dacă le cunoașteți și le cereți.

## Dacă poliția vă oprește pe stradă

Poliția poate opri pe oricine pentru discuție. Aveți dreptul:

- ✓ Să întrebați de ce ați fost oprit. Răspunsul trebuie să fie clar.
- ✓ Să întrebați numele și numărul ofițerului și stația lui.
- ✓ Să vi se vorbească politicos. Nu aveți obligația să răspundeți la întrebări dacă nu sunteți arestat, în afară de a vă da numele și adresa dacă există suspiciune rezonabilă de infracțiune.
- ✓ Să cereți interpret. Nu semnați nimic în engleză dacă nu înțelegeți.

### STOP AND SEARCH

Poliția vă poate percheziționa pe stradă doar dacă are motive rezonabile de suspiciune (droguri, arme, bunuri furate). Cereți *receipt* (o fișă scrisă) la finalul percheziției. Este dreptul dumneavoastră și arată numele ofițerului, data, motivul.

## Dacă sunteți arestat

Aveți patru drepturi fundamentale pe care poliția trebuie să vi le citească (numite *rights at the station*):

1. **Dreptul la un avocat gratuit.** „I want a solicitor”. Disponibil 24/7. Nu plătiți nimic.

2. **Dreptul de a anunța pe cineva.** Familia, un prieten, Consatul României.
3. **Dreptul la un interpret gratuit** în limba română, dacă engleza nu este suficientă.
4. **Dreptul de a vedea Codul de Practică al Poliției** (PACE Codes), regulile după care se conduce interogatoriul.

#### CEL MAI IMPORTANT LUCRU PE CARE ÎL PUTEȚI SPUNE

„I want a solicitor. I do not wish to answer questions until my solicitor is present.”

(„Vreau un avocat. Nu doresc să răspund la întrebări până nu este prezent avocatul meu.”)

După ce spuneți asta, taceți. Nu dați explicații. Nu încercați să „lămurii lucrurile”. Avocatul va veni.

## Interogatoriul, ce trebuie să știți

În timpul interogatoriului la stație:

- ✓ Aveți dreptul să tăceți (*right to silence*). Tot ce spuneți poate fi folosit împotriva dumneavoastră.
- ✓ Avocatul dumneavoastră are dreptul să fie prezent și să vă sfătuiască.
- ✓ Interogatoriul se înregistrează audio (și uneori video). Cereți copia înregistrării pentru avocat.
- ✓ Nu semnați nimic dacă nu înțelegeți. Cereți traducere scrisă dacă este document oficial.
- ✓ Nu trebuie să acceptați un *caution* (avertisment oficial) sau un *fixed penalty notice* fără să consultați avocatul. Acestea rămân în cazier.

# Consulatul României, trebuie anunțat?

Dacă sunteți cetățean român arestat, aveți dreptul ca Consulatul României să fie anunțat. Nu este obligatoriu, dar poate fi util.

## CONSULATUL POATE

Să vă informeze familia, să vă recomande avocați care vorbesc română, să verifice condițiile din custodie, să vă ajute cu documente. **Nu poate:** să vă scoată din custodie, să plătească avocatul, să vă reprezinte în instanță.

Număr urgență consulară România în UK: **+44 (0) 75 35 604 342** (doar pentru accidente, decese, situații excepționale).

## Întrebări frecvente

### ► Cât timp pot fi ținut la stație fără să fiu acuzat?

În mod normal, maximum **24 de ore**. Pentru infracțiuni grave, poate fi extins la 36 sau 96 de ore, dar doar cu aprobarea unui magistrat. După acest termen, trebuie să fiți acuzat oficial sau eliberat.

### ► Avocatul din oficiu (duty solicitor) este bun?

Da. Toți avocații din *duty solicitor scheme* sunt calificați și specializați în drept penal. Serviciul este complet gratuit, indiferent de veniturile dumneavoastră, în timpul arestării. Nu ezitați să îl cereți.

### ► **Dacă nu am documente la mine, pot fi arestat?**

În UK nu există obligația legală de a purta document de identitate cu dumneavoastră (spre deosebire de România). Dacă poliția vă cere identificarea, le puteți da numele, data nașterii și adresa verbal. Vor verifica ulterior.

### ► **Pot fi deportat pentru o infracțiune minoră?**

Pentru majoritatea infracțiunilor minore, nu. Dar pentru infracțiuni cu condamnare la închisoare mai mult de 12 luni, sau pentru anumite infracțiuni grave (drog, violență, fraudă), deportarea este posibilă, chiar dacă aveți Settlement Status. De aceea **întotdeauna** consultați un avocat de imigrație înainte de a pleda vinovat.

”

*Tăcerea nu este vinovăție. Este un drept.*

---

# Muncă, exploatare și trafic.

*Drepturile dumneavoastră la muncă, cum recunoașteți  
exploatarea și traficul, și unde cereți ajutor.*

Indiferent de statutul de rezidență, dacă munciți în UK aveți drepturi legale protejate. Exploatarea muncitorilor este infracțiune și poate fi o formă de sclavie modernă, chiar dacă nu sunteți ținut legat într-o cameră.

## Salariul minim, cât ar trebui să primiți

Există un salariu minim legal în UK, actualizat anual la 1 aprilie. Verificați suma curentă pe [gov.uk/national-minimum-wage-rates](https://www.gov.uk/national-minimum-wage-rates). Variaza în funcție de vârstă și dacă sunteți ucenic.

### CUM VERIFICAȚI DACĂ SUNTEȚI PLĂTIT CORECT

Împărțiți salariul net săptămânal la numărul de ore lucrate. Dacă rezultatul este sub salariul minim pe oră, sunteți subplătit ilegal. Nu contează dacă sunteți plătit „la negru”, în numerar sau *cash-in-hand*.

## Ce este contractul de muncă

Orice angajator trebuie să vă dea un document scris cu termenii muncii, în prima zi de lucru. Acesta trebuie să conțină:

- ✓ Numele angajatorului și al angajatului.
- ✓ Data începerii.
- ✓ Salariul și cum vi se plătește.
- ✓ Orele de lucru.
- ✓ Zilele libere (minim 28 zile pe an, inclusiv sărbători).

- ✓ Perioada de preaviz.
- ✓ Locul muncii.

Dacă nu primiți document scris, este semnal de avertizare. Cereți-l în scris (text, email, mesaj). Păstrați toate dovezile.

## Semne de sclavie modernă și exploatare

### SUNTEȚI EXPLOATAT DACĂ

Vă este luat pașaportul sau documentele. Dormiți la locul de muncă sau într-o casă controlată de angajator. Salariul este depus într-un cont care nu este al dumneavoastră. Sunteți obligat să „returnați” sume mari pentru transport, chirie sau mâncare. Sunteți amenințat că veți fi raportat la poliție sau Home Office dacă plecați. Lucrați mai mult de 48 de ore pe săptămână fără acord scris. Nu vi se permite să vorbiți cu alți angajați. Nu vi se permite să plecați liber.

## Cui sunați

### Modern Slavery & Exploitation Helpline

Linie națională specializată, gratuită, cu interpreți. Confidențial. Nu sunteți raportat la Home Office dacă sunați.

**08000 121 700** · Gratuit, 24/7 · [modernslaveryhelpline.org](https://modernslaveryhelpline.org)

---

## **ACAS, Advisory, Conciliation and Arbitration Service**

Sfat gratuit pentru probleme la muncă: salariu neplătit, concediere abuzivă, ore suplimentare, contract. Oficial, neutru, profesionist.

**0300 123 1100** · Luni-Vineri, 8:00-18:00 · [acas.org.uk](https://acas.org.uk)

---

## **HMRC, National Minimum Wage Enforcement**

Dacă credeți că nu sunteți plătit la minimum wage, HMRC investighează confidențial. Angajatorii pot fi obligați să vă plătească retroactiv.

**0300 123 1100 (via ACAS)** · [gov.uk/pay-and-work-rights](https://gov.uk/pay-and-work-rights)

---

## **GLAA, Gangmasters and Labour Abuse Authority**

Organism guvernamental care investighează abuzuri în agricultură, procesarea alimentară, horticultură, curățenie, construcții.

**0800 432 0804** · Luni-Vineri, ore birou · [gla.gov.uk](https://gla.gov.uk)

---

## **Unseen, Modern Slavery Helpline**

Organizație caritabilă specializată în sclavie modernă. Discuții confidențiale, identificare de victime, plan de siguranță.

**08000 121 700** · 24/7 · [unseenuk.org](https://unseenuk.org)

---

## **NRM, National Referral Mechanism**

Dacă sunteți identificat ca posibilă victimă a sclaviei moderne sau a traficului de persoane, puteți fi introdus în NRM. Acesta oferă:

- ✓ Adăpost sigur (cazare, mâncare).
- ✓ Suport financiar de bază.
- ✓ Consiliere juridică gratuită.

- ✓ Acces la servicii medicale.
- ✓ Sprijin pentru returnarea acasă (dacă doriți) sau stabilirea în UK.

#### S F A T

Lotus Justice vă poate însoți și sprijini prin tot procesul NRM. Nu sunteți singur(ă).

## Traficul de persoane, recunoaștere și ajutor

Traficul de persoane nu arată întotdeauna așa cum vedeți în filme. De multe ori începe cu o promisiune. Un loc de muncă bine plătit în Anglia. O oportunitate pentru familie. Cineva cunoscut care „te ajută” să pleci. Apoi, pas cu pas, libertatea dispare. Documentele nu mai sunt la tine. Bani nu vin. Ușa nu se deschide.

Dacă citiți acest ghid, poate că recunoașteți ceva din viața dumneavoastră, sau a cuiva apropiat. Informația care urmează vă poate salva.

### Ce este traficul de persoane

Este o infracțiune prin care o persoană este recrutată, transportată, cazată sau preluată prin înșelăciune, amenințare, forță sau abuz de poziție, pentru a fi exploatată. Exploatarea poate fi pentru:

- ▲ **Muncă forțată**, agricultură, construcții, spălătorii de mașini, saloane de unghii, restaurante, servicii de curățenie.
- ▲ **Exploatare sexuală**, prostituție forțată, pornografie, „relații” impuse.
- ▲ **Servitute domestică**, muncă în casa cuiva, fără plată, fără libertate de mișcare.
- ▲ **Activități criminale forțate**, fermă de canabis, vânzare de droguri, cerșetorie organizată, furt.

- ▲ **Căsătorii forțate**, nunți impuse, adesea pentru documente sau bani.
- ▲ **Prelevare de organe**, rar, dar documentat.

### **TRAFICUL ESTE INFRAȚIUNE GRAVĂ, INDIFERENT DE CONSIMȚĂMÂNTUL INIȚIAL**

Chiar dacă la început ați acceptat să veniți, să munciți sau să semnați ceva, dacă în prezent sunteți controlat(ă), înșelat(ă) sau amenințat(ă), sunteți victimă de trafic. Legea britanică (Modern Slavery Act 2015) vă protejează. Nu contează dacă aveți sau nu documente. Nu contează dacă ați trecut granița legal. Nu contează ce spune agresorul.

## **Cum recunoașteți semnele**

Dacă multe dintre acestea sunt adevărate pentru dumneavoastră sau pentru o cunoștință, este un semnal de alarmă:

- ▲ Documentele (pașaport, act identitate) sunt la altcineva, „pentru siguranță”, „pentru contract”, „pentru vize”.
- ▲ Bani câștigați nu ajung la dumneavoastră, sunt depuși în conturi care nu sunt ale dumneavoastră, sau sunt „păstrați” pentru chirie, transport, mâncare care costă mult mai mult decât în realitate.
- ▲ Locuiți la locul de muncă sau într-o casă controlată de angajator. Nu aveți cheie, nu puteți invita pe cineva, nu puteți pleca liber.
- ▲ Nu vă puteți deplasa singur(ă). Cineva vă însoțește mereu, inclusiv la medic, la magazin, la bancă.
- ▲ Telefonul este controlat. Vi se verifică mesajele, vi se spune ce să scrieți, nu puteți suna pe cine doriți.
- ▲ Munciți foarte multe ore, uneori peste 12 pe zi, fără zile libere, fără contract.
- ▲ Sunteți izolat(ă). Vi s-a spus să nu vorbiți cu vecinii, cu alți români, cu poliția.

- ▲ Sunteți amenințat(ă) cu bătaia, cu raportarea la poliție sau Home Office, cu rău făcut familiei din România.
- ▲ Aveți „o datorie” pe care nu o puteți achita niciodată, pentru transport, cazare, „aranjamente”.
- ▲ Nu primiți îngrijiri medicale când aveți nevoie, sau sunteți dus(ă) la medic doar pentru probleme „vizibile”.
- ▲ Nu cunoașteți adresa exactă unde locuiți sau orașul în care sunteți.

## **Cum să vă protejați înainte de plecare**

Dacă cineva vă oferă „o oportunitate”, înainte să acceptați un loc de muncă sau o invitație în UK:

- ✓ Verificați firma pe gov.uk. Are număr de înregistrare Companies House real?
- ✓ Cereți contract în scris, în limba română, înainte de plecare, cu salariul specificat, orele de lucru, locul exact, cine plătește transportul și cazarea.
- ✓ Nu trimiteți pașaportul original prin poștă nimănui. Fotografii da, originalul nu.
- ✓ Păstrați pașaportul la dumneavoastră, indiferent ce vi se spune. Niciun angajator legitim nu vă cere să-l predați „pentru siguranță”.
- ✓ Nu acceptați să semnați „recunoașteri de datorie” pentru transport, cazare sau „aranjamente”.
- ✓ Lăsați familiei din România o fotografie a pașaportului, adresa exactă din UK, numele și telefonul angajatorului, data prevăzută de întoarcere.
- ✓ Păstrați cel puțin 100 GBP bani proprii, separați, pentru orice urgență.
- ✓ Memorați sau scrieți pe hârtie (nu doar în telefon) 999, 08000 121 700 (Modern Slavery Helpline), numărul Ambasadei României.
- ✓ Dacă cineva insistă să călătoriți „rapid”, „fără formalități”, „cu cineva care vă ajută”, refuzați. Orice loc de muncă legitim poate aștepta o săptămână să aveți documentele în regulă.

## Dacă sunteți deja în situație de trafic

### NU ESTE VINA DUMNEAVOASTRĂ

Traficanții sunt profesioniști în manipulare. Promit, amenință, izolează, creează dependență. Nu contează ce ați semnat. Nu contează ce ați acceptat la început. Nu contează dacă ați venit legal sau nu. Aveți dreptul la ajutor, iar autoritățile britanice vă vor proteja, nu vă vor pedepsi pentru ce ați fost forțat(ă) să faceți.

### Dacă puteți suna acum și este sigur:

- ✓ Dacă sunteți în pericol imediat, 999.
- ✓ Dacă puteți vorbi confidențial, Modern Slavery Helpline 08000 121 700 (24/7, gratuit, cu interpret în română la cerere).
- ✓ Dacă aveți acces doar la un telefon scurt timp, sunați și spuneți doar locația și cuvântul „help” sau „trafficked”.

### Dacă nu puteți vorbi, dar aveți un moment singur(ă):

- ✓ Intrați într-un magazin, farmacie, bancă, bibliotecă, benzinărie, locuri publice cu personal.
- ✓ Cereți o hârtie sau rugați pe cineva să scrie „I am being held against my will. Please call 999 for me”.
- ✓ Dacă sunteți la medic sau la spital, spuneți-i asistentei sau medicului, chiar dacă este cineva cu dumneavoastră. Cereți să fiți văzut(ă) singur(ă) („alone, please”).
- ✓ Dacă copilul dumneavoastră merge la școală, profesorii au obligația legală să raporteze suspiciunea de abuz. Copilul poate spune cuiva în locul dumneavoastră.

## Cui sunați, resurse verificate

---

### Modern Slavery & Exploitation Helpline (Unseen)

Cea mai importantă linie din UK pentru victime sau persoane care suspectează traficul. Gratuit, 24/7, confidențial, cu interpret în română la cerere. Nu vă raportează la Home Office.

**08000 121 700** · Gratuit, 24/7 · [unseenuk.org](https://unseenuk.org)

---

### The Salvation Army, linie pentru victime

Armata Salvării administrează contractul oficial cu guvernul britanic pentru sprijinul adulților victime ale sclaviei moderne. Pot aranja adăpost, consiliere, sprijin pe termen lung.

**0800 808 3733** · Confidențial, 24/7 · [salvationarmy.org.uk](https://salvationarmy.org.uk)

---

### Crimestoppers

Puteți raporta anonim, absolut anonim, fără să dați numele. Dacă știți pe cineva aflat în trafic și aveți frică să raportați nominal.

**0800 555 111** · Anonim, 24/7 · [crimestoppers-uk.org](https://crimestoppers-uk.org)

---

### Ce se întâmplă după ce cereți ajutor

Dacă sunteți identificat(ă) ca posibilă victimă de trafic și intrați în NRM, în 45 de zile primiți:

- ✓ Adăpost sigur într-o locație confidențială. Traficanții nu află unde sunteți.
- ✓ Suport financiar pentru nevoile de bază (mâncare, haine, produse de igienă).
- ✓ Consiliere juridică gratuită pentru imigrație, compensații, procese penale.
- ✓ Acces la GP, psiholog, dentist, toate gratuit.
- ✓ Interpret în limba română pentru toate întâlnirile.

✓ Protecție împotriva deportării pe durata procesului.

După cele 45 de zile inițiale, dacă sunteți recunoscut(ă) oficial ca victimă, primiți sprijin pe termen mai lung, uneori luni sau ani, în funcție de nevoi. Puteți alege să rămâneți în UK sau să fiți asistat(ă) să vă întoarceți în siguranță în România.

”

*A cere ajutor nu este trădare. Este primul pas spre libertate.*

---

## **Pentru cei care au reușit să iasă**

Trauma traficului lasă urme adânci: frică, rușine, neîncredere, vinovăție, coșmaruri, dificultăți de a forma relații. Toate aceste reacții sunt normale pentru o experiență anormală. Cu sprijin specializat, psiholog, grupuri de suport, timp, oamenii își recuperează viața.

Nu vă grăbiți. Nu vă judecați. Ceea ce vi s-a întâmplat nu vă definește. Ceea ce faceți de acum înainte, da.

CAPITOLUL CINCI

05

# Sănătate, NHS, GP, sănătate mintală.

*Serviciul Național de Sănătate este gratuit pentru rezidenți. Iată cum îl folosiți corect.*

NHS, National Health Service, oferă îngrijire medicală gratuită la punctul de folosire pentru rezidenții UK. Pentru a beneficia, trebuie să vă înregistrați la un GP (medic de familie) cât mai curând posibil după sosire.

## Cum vă înregistrați la GP

GP-ul (*General Practitioner*) este prima ușă către sistemul de sănătate. Fără GP, accesul la specialiști, analize, rețete este dificil.

1. Căutați un cabinet GP aproape de casă: **nhs.uk/service-search/find-a-gp**.
2. Mergeți la cabinet sau sunați. Cereți formularul de înregistrare (*GMS1 form*).
3. Nu este obligatoriu să prezentați BRP, pașaport, dovadă de adresă, Settlement Status. Nu vi se poate refuza înregistrarea pentru lipsă de documente.
4. Veți primi un NHS number. Scrieți-l și păstrați-l. Îl veți folosi toată viața în UK.

### **CE ESTE ÎNTOTDEAUNA GRATUIT, INDIFERENT DE STATUS**

NHS oferă unele servicii gratuite pentru toată lumea, chiar și pentru persoanele fără Settlement Status sau fără documente de rezidență:

- Înregistrarea la GP și consultațiile la medicul de familie.
- Urgențele (A&E, 999, Urgent Treatment Centre). Niciodată nu vi se va refuza tratamentul de urgență.
- Boli infecțioase, tuberculoză, HIV, boli cu transmitere sexuală, COVID-19.
- Îngrijire pentru victimele violenței domestice, traficului și torturii.
- Tratament psihiatric obligatoriu dispus prin ordin judecătoresc.
- Planificare familială și îngrijire maternă de bază (urgențe în sarcină).

### **ATENȚIE, TRATAMENTUL SPITALICESC NU ESTE AUTOMAT GRATUIT**

NHS este un sistem bazat pe rezidență (*ordinary residence*), nu pe cetățenie. Pentru a primi tratament spitalicesc non-urgent gratuit (consultații la specialiști, operații, investigații, internări), trebuie să puteți dovedi că sunteți rezident legal în UK.

Pentru românii din UK, asta înseamnă de obicei Pre-Settled Status, Settled Status, sau o altă viză validă. Dacă spitalul vă cere dovada rezidenței și nu o puteți prezenta, puteți fi considerat(ă) *overseas visitor* și vi se pot factura tratamentele.

# Ce documente vă pot cere la spital

Pentru a dovedi că sunteți *ordinarily resident*, spitalul vă poate cere:

- ✓ Dovadă de identitate, pașaport, carte de identitate.
- ✓ Dovadă de adresă în UK, factură de utilități (ultimii 6 luni), extras bancar, contract de închiriere, scrisoare de la Council.
- ✓ Dovada statusului de imigrant, share code pentru Settlement Status, BRP, viză.

Păstrați aceste documente la îndemână. Dacă nu aveți Pre-Settled sau Settled Status și sunteți român în UK după Brexit, este urgent să aplicați. Vă protejează accesul la NHS.

## Când mergeți unde

MEDIC DE FAMILIE

GP

**Probleme curente, rețete, trimiteri**

Programare în avans. Sunați dimineața devreme.

SFAT MEDICAL

111

**Non-urgentă, 24/7**

Nu știți dacă e grav? Sunați 111. Vă îndrumă ei.

URGENT TREATMENT

UTC

**Răni minore, infecții**

Fără programare. Cere un nume local pe nhs.uk.

PERICOL DE VIAȚĂ

999 / A&E

**Accident & Emergency**

Dureri severe, accidente, leziuni grave, atac de cord.

# Interpret în limba română, gratuit

La orice întâlnire medicală în NHS aveți dreptul la interpret gratuit în limba română. Serviciul este oferit telefonic sau prin video.

- ✓ Când faceți programarea, spuneți „I need a Romanian interpreter please”.
- ✓ Spuneți-o și recepționarului când ajungeți. Amintiți-le să cheme interpretul.
- ✓ Nu acceptați să traducă soțul, copilul sau un prieten pentru vizite medicale sensibile, mai ales pentru sănătate mintală, sănătate sexuală, abuz. Acesta este dreptul dumneavoastră.

## Sănătate mintală, resurse

---

### Samaritans

Linie 24/7 pentru oricine trece prin momente grele, gânduri negre, durere emoțională. Confidențial. Nu te judecă. Nu îți spune ce să faci. Te ascultă.

**116 123** · Gratuit, 24/7 · [samaritans.org](http://samaritans.org)

---

### NHS Mental Health Crisis Line

Pentru criză psihiatrică, gânduri de auto-vătămare, panică severă, psihoză. Veți fi redirecționat la echipa locală de criză.

**111 (opțiunea 2)** · Gratuit, 24/7 · [nhs.uk](http://nhs.uk)

---

### Mind

Organizație britanică de sănătate mintală. Informații, sfaturi, grupuri locale de suport. Ghiduri în limbi multiple.

**0300 123 3393** · Luni-Vineri, 9:00-18:00 · [mind.org.uk](http://mind.org.uk)

---

## SHOUT, Crisis Text Line

Pentru cei care nu pot vorbi la telefon. Scrieți „SHOUT” prin SMS la 85258 și cineva vă va răspunde în scris, 24/7.

**Text 85258** · Gratuit, 24/7 · [giveusashout.org](https://giveusashout.org)

### **DACĂ NU PUTEȚI DORMI, DACĂ NU MAI AVEȚI PUTE-RE**

Depresia, anxietatea, trauma nu sunt „slăbiciune”. Sunt boli, și se tratează. Mergeți la GP și spuneți simplu „I am not well. I need help with my mental health”. Veți primi consiliere gratuită sau medicație dacă este cazul. Nu așteptați să fie prea târziu.

”

*A cere ajutor nu este slăbiciune. Este primul pas către vindecare.*

---

# Copii, școală, Social Services.

*Cum vă înscrieți copilul la școală, ce faceți dacă vine Social Services, și când să cereți ajutor.*

În UK, educația este obligatorie între 5 și 18 ani și gratuită în școli de stat. Serviciile sociale (Social Services) nu sunt inamicul. Sunt, în cele mai multe cazuri, acolo pentru a sprijini familiile în dificultate.

## Înscrierea la școală

Pentru a înscrie copilul la școală:

1. Contactați Local Council-ul (primăria locală). Căutați „school admissions [numele orașului]" pe gov.uk.
2. Completați cererea online (*school admission form*). Puteți alege 3 până la 6 școli în ordinea preferinței.
3. Veți primi răspuns cu locul alocat, de obicei în 2 până la 6 săptămâni.
4. Pentru școli de stat, nu se plătește nimic. Uniforma, cărțile, unele excursii pot costa, dar există ajutoare pentru familiile cu venituri mici.

### FREE SCHOOL MEALS

Dacă primiți Universal Credit sau alte ajutoare sociale, copilul poate avea dreptul la masă gratuită la școală. Aplicați prin Local Council. Este un drept, nu o milostenie.

# Pupil Premium și sprijin suplimentar

Copiii din familii cu venituri mici sau copiii care au „statut vulnerabil” (inclusiv cei care au asistat la violență domestică) pot primi *Pupil Premium*, fonduri suplimentare pentru școală, care pot fi folosite pentru meditații, excursii, materiale.

Dacă copilul dumneavoastră are dificultăți de învățare (*Special Educational Needs, SEN*), aveți dreptul să cereți o evaluare oficială și un plan de sprijin (*EHC Plan*).

## Dacă vine Social Services

Să fim sinceri, în comunitatea românească există multă frică în fața Social Services. Parțial e justificată (există cazuri tragice), parțial e bazată pe zvonuri și neînțelegere.

### CE TREBUIE SĂ ȘTIȚI

Social Services pot fi chemate de oricine: școală, vecini, GP, poliție. Vizita lor nu înseamnă că vă iau copiii. În majoritatea cazurilor, vin pentru a evalua și a oferi sprijin, nu pentru a lua măsuri extreme.

## Drepturile dumneavoastră în întâlniri

- ✓ Cereți interpret. Este gratuit. Nu semnați nimic în engleză dacă nu înțelegeți.
- ✓ Cereți numele și numărul *social worker*-ului, și supervisorul lui.

- ✓ Cereți minutele (notele) întâlnirii în scris. Aveți dreptul la o copie.
- ✓ Puteți avea un avocat sau o persoană de sprijin (*advocate*) cu dumneavoastră la întâlniri. Lotus Justice oferă acest sprijin.
- ✓ Nu consimțiți la „plan voluntar” fără sfat juridic. Uneori *Section 20 agreements* sună „voluntare” dar au consecințe legale grave.

#### DACĂ SOCIAL SERVICES VOR SĂ IA COPILUL

Dacă primiți o *Pre-Proceedings Letter* sau vi se spune că se începe procedura de scoatere a copilului din familie (*care proceedings*), aveți dreptul la avocat gratuit (*legal aid*), **automat și fără testare de venituri**. Nu amânați. Sunați azi. Contactați și Lotus Justice pentru sprijin.

## Section 20, citește înainte să semnezi

Dacă ești părinte român în UK, aceasta poate fi una dintre cele mai importante informații pe care le afli. Se numește *Section 20*. Sună inofensiv. Este o simplă foaie pe care ți-o întinde un *social worker* și ți se spune „semnează aici, e pentru binele copilului, e doar temporar”.

Mulți părinți români au semnat. Și mulți și-au văzut copiii plecând din casă în aceeași zi, fără ca un judecător să fi rostit un cuvânt.

## CE ESTE, DE FAPT, SECTION 20

Secțiunea 20 din Children Act 1989 înseamnă că părintele este de acord ca serviciile sociale să aibă grijă de copil temporar. Este o măsură voluntară, iar părintele poate retrage consimțământul oricând.

În realitate însă, dacă autoritatea locală consideră că există risc pentru copil, nu îl va returna imediat. Poate merge rapid în instanță pentru un *Emergency Protection Order*, urmat de un *Interim Care Order*. Situația poate trece rapid de la „voluntar” la „impus prin instanță”.

## Când se aplică Section 20

Autoritatea poate propune Section 20 în situații în care copilul nu poate sta acasă temporar, iar părintele este de acord. De exemplu:

- ▲ Părintele nu poate avea grijă de copil temporar (spitalizare, probleme severe de sănătate mintală).
- ▲ Situații de criză (violență domestică, suspiciune de abuz sau neglijență gravă).
- ▲ Accidente pentru care părinții nu au o explicație clară din punct de vedere medical.

Pe scurt, Section 20 este folosit când există îngrijorări legate de siguranța copilului, când serviciile sociale consideră că există un risc, când nu este (încă) necesar sau posibil un ordin de instanță, sau când se caută o soluție temporară până se clarifică situația.

## ÎNAINTE SĂ SEMNAȚI, NICIODATĂ FĂRĂ SFAT JURIDIC

- **Nu semnați pe loc.** Cereți 24 de ore să consultați un avocat. Aveți acest drept. *Social worker*-ul nu vă poate forța să semnați imediat.
- **Cereți interpret în limba română, gratuit.** Nu semnați un document în engleză pe care nu îl înțelegeți în totalitate.
- **Cereți o copie** a documentului înainte de a semna. Păstrați-o.
- **Nu spuneți „da” doar ca să păreți cooperant(ă).** Cooperarea reală înseamnă să luați decizii informate, nu să vă lăsați intimidat(ă).

## Unde cereți ajutor imediat

### Family Rights Group, prima sunare

Linie specializată de consiliere pentru părinți aflați în contact cu Social Services. Gratuită. Vă explică ce înseamnă documentele, ce drepturi aveți, ce să cereți.

**0808 801 0366** · Luni-Vineri, 9:30-15:00 · [frg.org.uk](http://frg.org.uk)

### Coram Children's Legal Centre

Sfat juridic gratuit în probleme care implică Social Services, custodie, proceduri de protecție a copilului.

**0300 330 5480** · Luni-Vineri, 8:00-20:00 · [childrenslegalcentre.com](http://childrenslegalcentre.com)

### Law Society, „Find a Solicitor”

Pentru a găsi un avocat acreditat în *children law*. Căutați pe filtrul „children law” plus „Romanian” (limba).

[solicitors.lawsociety.org.uk](http://solicitors.lawsociety.org.uk)

## DIFERENȚELE CULTURALE CONTEAZĂ

Stilul de parenting din România diferă de cel din UK. Ce este normal într-o cultură poate fi văzut complet diferit în alta. Nu înseamnă că sunteți un părinte rău. Înseamnă că trebuie să fiți informat(ă).

O palmă, o „băgare la colț”, strigătul în fața copilului, lăsarea copilului singur la 8 ani, lucruri considerate normale în România, pot declanșa intervenția Social Services în UK. Acesta nu este un comentariu despre corectitudinea lor culturală. Este o avertizare practică pentru a vă proteja.

## CONTRIBUȚIE, DINTR-UN CABINET DE SAFEGUARDING

### *Copilul în era digitală*

*O perspectivă din practica protecției copilului*

*De Carmen Irimescu, Senior Social Worker, Safeguarding Children*

Uneori nu ceea ce se spune este cel mai important, ci ceea ce lipsește. Pauza dintre cuvinte. Privirea evitată. Tensiunea care nu îndrăznește să se exprime.

În ultimii ani, această tăcere a început să capete o formă nouă. Nu mai este doar tăcerea copilului anxios sau trist. Este tăcerea copilului absorbit, complet, într-o lume virtuală. O lume în care nu mai are nevoie de noi.

Lucrând în domeniul protecției copilului, întâlnesc tot mai des copii care nu mai sunt cu adevărat prezenți. Sunt acolo, fizic. Dar psihic, sunt altundeva. Într-un joc. Într-un univers în care regulile sunt simple, recompensele sunt rapide, iar durerea, eșecul, pierderea pot fi resetate.

Și mă întreb, de fiecare dată, ce anume caută acest copil acolo, de nu mai poate rămâne aici?

### *Când violența nu mai sperie*

Un băiețel mi-a spus recent, cu o liniște care m-a neliniștit: „Nu e mare lucru dacă îl lovești. În joc, toți fac asta.”

Nu tonul era problema. Ci absența emoției.

Jocurile video agresive nu creează neapărat violență din nimic. Dar, încet, aproape imperceptibil, pot eroda ceva esențial, reacția umană a individului la suferința celuilalt. Empatia nu dispare brusc. Se estompează. Se subțiază până când nu mai este recunoscută.

Iar copilul începe să răspundă la frustrare nu cu căutare sau reflecție, ci cu reacție. Rapidă. Brutală. Familiară.

### *Despre dependență și gol*

Platforme precum Roblox nu sunt doar jocuri. Sunt spații de apartenență. De validare. De control.

Un adolescent cu performanțe academice excepționale mi-a spus: „Acolo sunt cine vreau eu. Aici, nu prea știu.”

Această propoziție spune mai mult decât orice concluzie, mai mult decât orice diagnostic.

Dependența nu este doar despre plăcere. Este despre evitarea unei dureri. Despre fuga de un gol pe care copilul nu îl poate numi.

În lipsa jocului, apare neliniștea. Iritarea. Uneori furia. Dar, mai adânc, apare ceva mai greu de suportat, confruntarea cu sine.

### *Când copilul devine adversar*

Una dintre cele mai dureroase transformări pe care le observ este schimbarea relației dintre copil și părinte.

Părintele nu mai este refugiu. Devine obstacol. Devine „cel care oprește internetul”. „Cel care strică jocul”.

Și atunci apar izbucnirile, țipete, insulte, uneori chiar violență.

Dar, dincolo de aceste manifestări, eu văd altceva, o relație care a pierdut contactul. Nu este doar lipsa de disciplină. Este o ruptură. Un dialog care nu mai există.

### *„Nu îmi mai recunosc copilul”*

Am auzit această frază de nenumărate ori. Și, de fiecare dată, ea poartă aceeași încărcătură, pierdere.

Copilul care era curios devine absent. Cel afectuos devine iritat. Cel plin de viață devine letargic, obosit, retras.

Nu este o schimbare bruscă. Este o alunecare. Zi după zi. Oră după oră. Până când, într-o zi, părintele realizează că nu mai știe cum să ajungă la copilul lui.

### *Despre suferința care nu se vede*

Uneori, comportamentele sunt zgomotoase, agresivitate, conflicte, refuz. Alteori, suferința este tăcută, izolare, tristețe, gol interior.

În cazurile cele mai dificile, apar gesturi care sperie profund: auto-vătămarea, dorința de a răni, gândurile despre moarte, tentativele de suicid și chiar suicidul.

Acestea nu sunt „exagerări”. Nu sunt „faze”. Sunt expresii ale unei dureri care nu a găsit alt limbaj.

### *Ce rămâne de făcut*

Nu cred în soluții rapide. Și, cu siguranță, nu cred în interdicții ca răspuns unic.

Dar cred în relație.

Cred că un copil poate fi adus înapoi doar dacă se simte văzut. Nu controlat. Nu judecat. Ci văzut.

Asta înseamnă: să stai lângă el, chiar și când te respinge; să pui limite, dar fără a rupe legătura; să fii prezent, nu doar corect.

Pentru că, în cele din urmă, jocul nu este problema principală. Este doar locul unde copilul se retrage atunci când realitatea devine prea grea de dus.

### *Un gând final*

Copiii nu aleg dependența. Așa cum nu aleg nici singurătatea. Dar aleg, sau sunt împinși să aleagă, locul în care suferă mai puțin.

Întrebarea nu este doar „cum îi scoatem din joc?”. Ci, mai ales, „ce îl așteaptă pe copil atunci când iese?”.

Pentru că, dacă lumea reală nu îi oferă sens, siguranță și conexiune, se va întoarce. De fiecare dată.

---

*Carmen Irimescu  
Senior Social Worker, Safeguarding Children  
Text reprodus cu permisiunea autoarei.*

#### **DACĂ VĂ ÎNGRIJOREAZĂ COMPORAMENTUL COPILULUI**

Dacă recunoașteți semnele descrise mai sus, retragere, agresivitate, letargie, auto-vătămare sau orice gând care vă sperie, nu așteptați. Vorbiți cu GP-ul copilului, cu școala, sau sunați la **Childline (0800 1111)** dacă este copilul care are nevoie să vorbească, ori la **NSPCC (0808 800 5000)** dacă dumneavoastră, ca părinte, aveți nevoie de sfat. Pentru urgențe, 999.

# Abuzul sexual asupra copiilor

Acesta este un subiect greu de discutat. Dar tăcerea protejează abuzatorii, nu copiii.

NSPCC, principala organizație britanică pentru protecția copiilor, a documentat semnele pe care părinții și educatorii pot să le observe. Cunoașterea acestor semne poate salva un copil.

## Ce este abuzul sexual asupra copilului

Abuzul sexual asupra copilului (*Child Sexual Abuse, CSA*) înseamnă ca un copil să fie forțat sau convins să participe la activități sexuale. Abuzul poate fi:

**Abuz prin contact fizic.** Atingere sexuală a oricărei părți a corpului, forțarea copilului să participe la acte sexuale, obligarea să se dezbrace sau să atingă organele sexuale ale altcuiva, viol sau penetrare.

**Abuz fără contact fizic.** Expunerea copilului la acte sexuale, forțarea să privească pornografie, fotografierea copilului în scopuri sexuale, persuadarea să trimită poze intime (*sexting*), *grooming* online.

Abuzul poate fi comis de bărbați, femei, adolescenți, chiar și alți copii. În multe cazuri, agresorul este o persoană cunoscută familiei, un membru al familiei, un prieten, un adult din cercul apropiat. Copiii nu înțeleg întotdeauna că sunt abuzați.

## Semne fizice pe care un părinte le poate observa

- ▲ Vânățai, sângerări sau scurgeri neexplicate.
- ▲ Durere sau iritație în zona genitală sau anală.
- ▲ Ud sau murdărit la toaletă la un copil care a învățat demult.
- ▲ Infecții cu transmitere sexuală.
- ▲ La fete aflate la pubertate, sarcină.

## Semne emoționale și de comportament

- ▲ Comportament sexualizat sau cunoștințe sexuale nepotrivite pentru vârstă.
- ▲ Frică vădită sau evitarea unei anumite persoane (chiar membru al familiei sau prieten).
- ▲ Probleme de somn, coșmaruri, refuzul de a dormi singur.
- ▲ Retragere, tăcere, schimbare bruscă de comportament.
- ▲ Aluzii la „secrete” pe care nu le poate spune.
- ▲ Auto-vătămare, tulburări alimentare.
- ▲ Fuga de acasă.
- ▲ Abuz de droguri sau alcool la adolescenți.

### LA COPIII MICI (0 PÂNĂ LA 6 ANI)

Pot regresa în dezvoltarea normală, revin la scutece, refuză mâncarea, devin distant(e) în interacțiunea cu alți copii. Se pot împotrivi îngrijirii intime (schimbarea scutecului, baia). Pot imita comportament sexual cu jucării. Dacă observați acestea, nu le ignorați. Vorbiți cu GP sau cu NSPCC.

## Copii cu risc mai mare

Orice copil poate fi victimă, dar cercetările arată că anumite grupuri sunt mai vulnerabile:

- ▲ Copii cu dizabilități fizice sau mintale.
- ▲ Fete între 15 și 17 ani.
- ▲ Copii care au suferit deja alte forme de abuz sau neglijență.
- ▲ Copii din familii izolate, fără rețea de sprijin.

## Dacă suspectați că un copil este abuzat

### CE SĂ FACEȚI, PAȘI CLARI

1. Dacă copilul este în pericol imediat, sunați 999.
2. Dacă aveți o îngrijorare, dar nu este pericol imediat, sunați la **NSPCC Helpline 0808 800 5000**. Specialiști în protecția copiilor vă vor asculta și vă vor sfătui. Puteți suna anonim. Puteți scrie la [help@nspcc.org.uk](mailto:help@nspcc.org.uk).
3. Dacă copilul v-a spus ceva îngrijorător, ascultați calm. Spuneți-i că îl credeți. Că nu este vina lui. Că îl veți proteja. Nu promiteți secret. Explicați-i că s-ar putea să aveți nevoie să vorbiți cu cineva care să ajute.
4. Nu confrunțați agresorul direct. Nu întrebați copilul de 20 de ori ce s-a întâmplat. Poate fi revictimizare. Lăsați profesioniștii să facă evaluarea.

## Conversația „PANTS”, cum vorbiți cu copilul mic

NSPCC recomandă o conversație simplă pentru copiii de 4 ani și peste, numită PANTS, regula lenjeriei intime. Spuneți-i copilului, în limbaj simplu:

- ✓ **Zona de sub lenjerie este a TA.** Nimeni nu are voie să o vadă sau să o atingă decât în situații foarte speciale (medic, părinte pentru îngrijire).
- ✓ **Corpul tău îți aparține.** Ai dreptul să spui NU.
- ✓ **Secretele care te fac să te simți rău nu sunt OK.** Secretele bune sunt despre surprize frumoase. Dacă cineva îți cere să păstrezi un secret care te sperie, spune unui adult de încredere.
- ✓ **Nu e niciodată vina ta.** Dacă cineva face ceva care nu îți place, spune-i unui adult, chiar dacă ți-au spus să nu spui.

- ✓ **Spune unui adult de încredere**, mama, tata, bunica, învățătoarea, doctorul, oricine în care ai încredere.

## Resurse specializate pentru abuz sexual

---

### NSPCC Helpline

Pentru adulți îngrijorați că un copil este abuzat. Specialiști în protecția copiilor. Puteți suna sau scrie anonim.

**0808 800 5000** · L-V 8:00-22:00, S-D 9:00-18:00 · [nspcc.org.uk](https://nspcc.org.uk)

---

### Childline

Linie pentru copii și tineri până la 19 ani. Gratuit, confidențial. Copiii pot suna direct, pot folosi chat online sau pot scrie email.

**0800 1111** · Gratuit, 24/7 · [childline.org.uk](https://childline.org.uk)

---

### Stop It Now!

Linie confidențială pentru oricine îngrijorat de comportamentul sexual al unui adult față de copii, sau îngrijorat de propriile gânduri.

**0808 1000 900** · L-J 9:00-21:00, V 9:00-17:00 · [stopitnow.org.uk](https://stopitnow.org.uk)

---

### CEOP, Child Exploitation and Online Protection

Pentru abuz online, *grooming*, sextorsiune, poze intime distribuite. Puteți raporta online direct la poliție prin butonul CEOP.

Raportare online, 24/7 · [ceop.police.uk](https://ceop.police.uk)

# Resurse generale pentru familii

---

## Family Rights Group

Organizație caritabilă care ajută familiile în relația cu Social Services. Linie de sfat gratuită, ghiduri, sprijin în proceduri.

**0808 801 0366** · Luni-Vineri, 9:30-15:00 · [frg.org.uk](http://frg.org.uk)

---

## Coram Children's Legal Centre

Sfat juridic gratuit în probleme care implică copiii, custodie, Social Services, imigrație pentru copii.

**0300 330 5480** · Luni-Vineri, 8:00-20:00 · [childrenslegalcentre.com](http://childrenslegalcentre.com)

CAPITOLUL ȘAPTE

07

# Locuință, chirie și evacuare.

*Drepturile dumneavoastră ca chiriaș și ce faceți dacă  
proprietarul vă dă afară.*

Legea britanică protejează chiriașii, chiar dacă proprietarul (landlord) încearcă să vă convingă de altceva. Iată ce trebuie să cunoașteți înainte de a semna orice contract.

## Înainte de a semna contractul

Verificați următoarele înainte de a da bani sau a semna orice:

- ✓ Contractul este în scris (până la 1 mai 2026 se numește *Assured Shorthold Tenancy*, AST; după, se numește *Assured Periodic Tenancy*).
- ✓ Numele proprietarului apare clar. Aveți dreptul să îi cereți numele și adresa.
- ✓ *Gas Safety Certificate* valabil, emis în ultimul an. Obligatoriu prin lege.
- ✓ *EPC (Energy Performance Certificate)*, minim banda E.
- ✓ *Electrical Installation Condition Report*, valabil maxim 5 ani.
- ✓ *Smoke alarm* pe fiecare etaj. *Carbon monoxide alarm* în camerele cu gaz.
- ✓ *Deposit Protection Scheme*. Depozitul trebuie pus într-unul din cele 3 scheme guvernamentale (DPS, mydeposits, TDS) în 30 de zile. Cereți dovada.

### SEMNAL ROȘU, NU SEMNAȚI

Dacă proprietarul cere plată în numerar, nu vrea să dea chitanță, nu are contract scris, nu arată certificate, este ilegal. Aceasta este o situație în care puteți fi înșelat(ă) sau exploatat(ă). Raportați la Local Council, departamentul Private Sector Housing.

# Renters' Rights Act 2026

## DE LA 1 MAI 2026, LEGEA CHIRIAȘILOR SE SCHIMBĂ

Renters' Rights Act 2025 intră în vigoare pe 1 mai 2026 și oferă chiriașilor din sectorul privat drepturi semnificativ mai puternice. Aceste reguli se aplică automat contractului dumneavoastră, chiar dacă landlordul nu actualizează documentul semnat. Landlordul nu poate include în contract nimic care să anuleze aceste drepturi noi.

Legea nu se aplică dacă locuiți în locuință socială (*social housing*) sau dacă sunteți *lodger* (chiriaș care locuiește împreună cu landlordul, în casa acestuia).

## Cele cinci schimbări majore

**1. Section 21 dispare, nu mai există evacuare fără motiv.** Până acum, landlordul putea cere evacuarea fără motiv prin *Section 21 notice*. De la 1 mai 2026, această notificare nu mai poate fi emisă. Landlordul are nevoie de un motiv legal (*ground for possession*) pentru a vă cere să plecați.

**2. Contractele pe termen fix dispar.** Toate devin *rolling tenancies*. Dacă aveți contract pe 12 luni, 6 luni sau orice alt termen fix, termenul respectiv încetează să mai aibă efect de la 1 mai 2026. Contractul se transformă automat într-un *Assured Periodic Tenancy*, de obicei lunar. Continuă până când dumneavoastră dați preaviz, landlordul are un motiv legal de evacuare, sau ambele părți sunt de acord să încheie contractul.

**3. Clauzele de creștere a chiriei din contract nu mai funcționează.** Dacă în contract există o clauză care permite landlordului să mărească chiria (*rent review clause*), aceasta nu mai este valabilă.

Landlordul poate crește chiria o singură dată pe an, doar prin Form 4A, cu preaviz scris de minim 2 luni, și doar până la valoarea pieței libere. Dacă propunerea de creștere este peste prețul pieței, o puteți contesta la *First-tier Tribunal*.

**4. Aveți dreptul să cereți un animal de companie.** Landlordul nu poate refuza nerezonabil. Dacă refuză, trebuie să vă comunice în scris motivul. Puteți contesta decizia la tribunal.

**5. Terminarea contractului de către dumneavoastră, mai simplu.** Puteți termina contractul oricând, cu preaviz scris de minim 2 luni, dat prin scrisoare sau email. Preavizul trebuie să se termine în ziua când chiria este datorată sau cu o zi înainte. Puteți negocia un preaviz mai scurt cu landlordul (în scris), dar toți chiriașii numiți în contract trebuie să fie de acord.

#### DEADLINE 31 MAI 2026, INFORMAȚII SCRISE

Dacă nu aveți contract scris sau nu aveți documentat pe hârtie termenii contractului, landlordul este obligat să vă furnizeze anumite informații în scris până pe 31 mai 2026. Dacă nu primiți acest document, cereți-l.

Dacă în contract sunt mai mulți chiriași (doi soți, colegi de cameră, frați care împart o chirie), **fiecare chiriaș numit trebuie să primească documentul separat**, nu este suficient ca unul dintre dumneavoastră să-l primească în numele celorlalți.

## Drepturile chiriașului

- ✓ Proprietarul nu poate intra în casă fără preaviz scris de 24 de ore (cu excepția urgențelor reale).

- ✓ Proprietarul trebuie să facă reparații la structura, instalațiile, centrala termică, apa caldă. Cereți în scris (text, email). Păstrați dovada.
- ✓ Chiria poate fi mărită o singură dată pe an, prin Form 4A, cu preaviz de 2 luni, la valoarea pieței. Contestați la *First-tier Tribunal* dacă este excesivă.
- ✓ Nu vă poate evacua fără proces legal și fără unul din motivele recunoscute prin lege (*grounds for possession*).

## Evacuarea, ce este legal și ce nu

### ACESTE SUNT ILEGALE

Schimbarea broastei când sunteți la muncă. Aruncarea lucrurilor dumneavoastră pe stradă. Tăierea curentului, apei sau a gazului. Amenințări. Forțarea dumneavoastră să plecați. Toate acestea se numesc *illegal eviction*, sunt infracțiune, cu pedepse de până la 2 ani de închisoare. Sunați la poliție (101) și la Local Council (departamentul Tenancy Relations).

## Motivele legale de evacuare după 1 mai 2026

Landlordul trebuie să vă servească un *Section 8 notice* bazat pe unul sau mai multe motive (*grounds for possession*). Principalele motive:

- ▲ Nu ați plătit chiria la timp.
- ▲ Dumneavoastră, persoanele care locuiesc cu dumneavoastră sau vizitatorii au avut comportament antisocial în sau în apropierea locuinței.
- ▲ Nu ați îngrijit locuința corespunzător.
- ▲ Contractul a fost legat de locul de muncă sau era pentru locuire temporară sau sprijinită.
- ▲ Landlordul vrea să vândă proprietatea (nu se poate folosi în primele 12 luni ale contractului).

- ▲ Landlordul sau un membru al familiei vrea să se mute (nu se poate folosi în primele 12 luni).

## Procesul legal de evacuare, pașii

1. Landlordul vă servește *Section 8 notice* indicând motivul și data până la care vă cere să plecați.
2. Dacă nu plecați până la sfârșitul preavizului, landlordul trebuie să ceară un *possession order* la tribunal.
3. La tribunal, landlordul trebuie să dovedească motivul legal. Aveți dreptul să explicați de ce considerați că nu există motiv legal sau de ce evacuarea nu este rezonabilă.
4. Dacă tribunalul aprobă *possession order* și tot nu plecați, doar *bailiff*-ul judecătoresc (cu ordin) poate executa evacuarea fizică.

### ASISTENȚĂ JURIDICĂ GRATUITĂ LA TRIBUNAL

Puteți accesa consiliere juridică gratuită prin *Housing Loss Prevention Advice Service*, înainte de tribunal și chiar în ziua audierii. Verificați pe [gov.uk](http://gov.uk) (căutați „*legal aid for possession proceedings*”).

## Dacă rămâneți fără adăpost

Dacă ați fost evacuat(ă), fugiți de violență, sau nu aveți unde să dormiți diseară:

---

## Local Council Housing Department

Consiliul local are obligația să vă ajute dacă sunteți *homeless* sau aproape de *homelessness*. Mergeți personal la primărie. Cereți *Homelessness Application*. Cu atât mai urgent dacă aveți copii sau sunteți vulnerabil(ă).

Variabil · Ore birou · [gov.uk/find-local-council](http://gov.uk/find-local-council)

---

## Shelter

Organizație britanică specializată în probleme de locuire. Sfat gratuit, ghiduri clare, sprijin legal.

**0808 800 4444** · L-V 8:00-20:00, weekend 9:00-17:00 · [shelter.org.uk](http://shelter.org.uk)

---

## Streetlink

Dacă dumneavoastră sau altcineva dormiți pe stradă. Ei trimit echipe de *ou-treach*.

**0300 500 0914** · Zilnic · [thestreetlink.org.uk](http://thestreetlink.org.uk)

---

## Citizens Advice

Sfat gratuit și independent în orice problemă, locuire, beneficii, drepturi. Au birouri în aproape fiecare oraș.

**0800 144 8848** · Luni-Vineri, 9:00-17:00 · [citizensadvice.org.uk](http://citizensadvice.org.uk)

---

# Documente, imigrație, Settlement Scheme.

*Cum vă păstrați statusul, ce faceți dacă aveți probleme și cum verificați autorizarea unei persoane care oferă consiliere.*

După Brexit, relația dintre cetățenii români și UK s-a schimbat. EU Settlement Scheme este documentul care vă protejează drepturile. Iată ce trebuie să știți, și cum să vă asigurați că persoana care vă oferă consiliere este autorizată legal pentru acest lucru.

## EU Settlement Status, ce este

Există două tipuri:

- ✓ **Settled Status**, pentru cei care au locuit continuu 5 ani în UK. Este permanent. Nu expiră (dacă nu stați afară din UK mai mult de 5 ani consecutivi).
- ✓ **Pre-settled Status**, pentru cei care au locuit mai puțin de 5 ani. A fost valabil 5 ani inițial, extensibil. După 5 ani de rezidență continuă, aplicați pentru Settled Status.

### VERIFICAȚI-VĂ STATUSUL

Statusul este digital, nu aveți card. Pentru a dovedi, generați un *share code* pe [gov.uk/view-prove-immigration-status](https://gov.uk/view-prove-immigration-status). Codul este valabil 90 de zile. Arătați-l angajatorilor, proprietarilor, NHS, școlilor.

## Dacă nu ați aplicat încă

Termenul general a fost 30 iunie 2021. Dar există excepții. Puteți aplica târziu dacă aveți motive bune (boală, abuz, lipsă de informație, minori, persoane vulnerabile). Nu vă descurajați. Consultați urgent un consilier specializat.

# Semnale de avertizare

## CÂND SĂ CEREȚI VERIFICARE SUPLIMENTARĂ

Vi se cer bani pentru aplicații care sunt gratuite oficial (cum este Settlement Scheme). Se promet rezultate garantate sau „rapide”. Persoana nu poate prezenta un certificat OISC valabil sau nu este înregistrată SRA. Se lucrează exclusiv cu numerar, fără chitanță. Vi se cere să trimiteți pașaportul prin poștă. Nu există adresă fizică verificabilă. Se promite „legalizare” prin metode neclare.

Dacă întâlniți aceste semnale, cereți verificarea acreditării persoanei pe [sra.org.uk](http://sra.org.uk) sau [gov.uk/find-an-immigration-adviser](http://gov.uk/find-an-immigration-adviser) înainte de a continua.

## Cine este autorizat să dea consiliere

În UK, doar trei categorii de persoane pot da consiliere legală în imigrație:

1. **Solicitors** reglementați de SRA (*Solicitors Regulation Authority*). Verificați pe [sra.org.uk](http://sra.org.uk).
2. **Barristers** reglementați de *Bar Standards Board*.
3. **Consilieri OISC** (*Office of the Immigration Services Commissioner*). Au niveluri 1, 2, 3. Verificați pe [gov.uk/find-an-immigration-adviser](http://gov.uk/find-an-immigration-adviser).

În UK, oferirea de consiliere în imigrație fără acreditare corespunzătoare este reglementată prin Immigration and Asylum Act 1999. Dacă aveți dubii despre cineva care vă oferă astfel de servicii, cereți informații la OISC, 0345 000 0046.

## Resurse oficiale și gratuite

---

### EU Settlement Resolution Centre

Linia oficială UK Government pentru întrebări despre Settlement Scheme. Gratuit. În engleză (dar aveți dreptul la interpret).

**0300 123 7379** · Luni-Vineri, 8:00-20:00 · [gov.uk/settled-status-eu](https://gov.uk/settled-status-eu)

---

### Work Rights Centre

Organizație britanică specializată în drepturile cetățenilor europeni. Oferă consiliere în limba română.

**020 3897 0919** · Luni-Vineri, 10:00-16:00 · [workrightscentre.org](https://workrightscentre.org)

---

### JCWI, Joint Council for the Welfare of Immigrants

Consiliere legală de imigrație specializată. Preia cazuri complexe, inclusiv refuzuri de Settlement.

**020 7553 7470** · Luni, Marți, Joi, 10:00-13:00 · [jcw.org.uk](https://jcw.org.uk)

---

### Migrants' Rights Network

Informații și ghiduri pentru migranți, inclusiv cetățeni UE după Brexit.

**020 7336 9412** · Ore birou · [migrantsrights.org.uk](https://migrantsrights.org.uk)

---

---

## **OISC, raportați consilierii neautorizați**

Dacă aveți dubii despre acreditarea cuiva care oferă consiliere sau dacă cineva se prezintă ca „consilier” fără certificare verificabilă.

**0345 000 0046** · Luni-Vineri, ore birou · [gov.uk/oisc](http://gov.uk/oisc)

”

*Serviciile oficiale sunt gratuite. Verificați  
întotdeauna acreditarea înainte de a plăti  
pentru consiliere.*

---

CAPITOLUL NOUĂ

09

# Ambasada și Consulatele României.

*Date de contact oficiale pentru misiunile diplomatice ale  
României în UK.*

România are în Regatul Unit o rețea de misiuni diplomatice, Ambasada la Londra și patru Consulate Generale la Londra, Manchester, Birmingham și Edinburgh.

#### INFORMAȚII OFICIALE ACTUALIZATE

Pentru servicii consulare, programe, orare, taxe sau competență teritorială, consultați întotdeauna sursele oficiale ale Ministerului Afacerilor Externe al României: **mae.ro**, **londra.mae.ro** și platforma de programări **econsulat.ro**. Datele de contact de mai jos sunt oferite doar pentru orientare. Procedurile și programul se pot modifica.

## Ambasada României la Londra

#### CONTACT

**Arundel House, 4 Palace Green**  
Kensington, London W8 4QD

Telefon: **020 7937 9666**

Email: [londra@mae.ro](mailto:londra@mae.ro)

Web: [londra.mae.ro](http://londra.mae.ro)

# Consulatul General la Londra

## CONTACT

**22 Glenthorne Road, Glen House**

Hammersmith, London W6 0PP

Telefon: **020 8741 4311**

Email: [londra.asistenta@mae.ro](mailto:londra.asistenta@mae.ro)

Web: [cglondra.mae.ro](http://cglondra.mae.ro)

# Consulatele Generale în restul UK

## Consulatul General la Manchester

9 Cooper Street, Manchester M2 2FW

Telefon: **0161 236 0478**

Email: [manchester@mae.ro](mailto:manchester@mae.ro)

Web: [manchester.mae.ro](http://manchester.mae.ro)

## Consulatul General la Birmingham

104-106 Colmore Row, Birmingham B3 3AG

Telefon: **0121 440 3930**

Web: [birmingham.mae.ro](http://birmingham.mae.ro)

## Consulatul General la Edinburgh

7-9 North St. David Street, Edinburgh EH2 1AW

Telefon: **0131 524 9491**

Email: [edinburgh@mae.ro](mailto:edinburgh@mae.ro)

Web: [edinburgh.mae.ro](http://edinburgh.mae.ro)

## Programări consulare

Programările pentru serviciile consulare se fac prin platforma oficială **econsulat.ro**. Pentru vize, platforma oficială este **eviza.mae.ro**. Ambele platforme sunt operate de Ministerul Afacerilor Externe al României.

## Linii de urgență consulară

Pentru situații excepționale (accidente, decese, arestări), Ministerul Afacerilor Externe pune la dispoziție următoarele linii de urgență. Acestea **nu** oferă informații consulare de rutină.

URGENȚĂ, CONSULATUL  
LONDRA

+44 7738  
716 335

### Situații excepționale

Informație publicată de Consulatul  
General al României la Londra.

URGENȚĂ, AMBASADA

+44 75 35  
604 342

### Linie generală

Informație publicată de Ambasada  
României la Londra.

CAPITOLUL ZECE

10

# Resurse în limba română.

*Organizații, avocați, psihologi, preoți, oameni care vă  
înțeleg limba și contextul.*

*A vorbi în limba în care gândești face diferența dintre a fi înțeles și a fi doar tradus. În UK există o rețea tot mai solidă de organizații, profesioniști și comunități românești care vă pot ajuta.*

## **Organizații pentru diaspora românească**

---

### **Lotus Justice & Support Centre**

Organizația noastră, sprijin pentru persoane afectate de violență de gen, abuz și trafic de persoane. Lucrăm cu femei, bărbați, copii și familii, pentru că violența nu alege gen. Psihologi, avocați, voluntari, în limba română.

Vezi ultimul capitol pentru contacte complete · [lotusjusticeapp.co.uk](https://lotusjusticeapp.co.uk)

---

### **Rație, Romanians Against Trafficking and Exploitation**

Organizație dedicată luptei împotriva traficului de persoane și exploatării muncitorilor români în UK.

Contact prin site · [ratio-uk.org](https://ratio-uk.org)

---

### **Asociația Culturală a Românilor din UK (ACRUK)**

Evenimente culturale, sprijin comunitar, școala duminicală în limba română. Filiale în mai multe orașe.

[acruk.co.uk](https://acruk.co.uk)

---

## Work Rights Centre, linia în română

Consiliere legală în limba română pentru probleme la muncă și Settlement Status. Unul dintre cele mai respectate puncte de contact pentru comunitate.

**020 3897 0919** · Luni-Vineri, 10:00-16:00 · [workrightscentre.org](http://workrightscentre.org)

## Limba semnelor

Lotus Justice oferă acces la interpretariat în limba semnelor, atât în **Limba Semnelor Române (LSR)**, cât și în **British Sign Language (BSL)**, pentru persoanele din comunitatea română cu deficiențe de auz.

### CUM SOLICITAȚI ACEST SERVICIU

Serviciu disponibil prin **Lotus Justice**. Solicitați-l în momentul în care ne contactați pentru orice alt sprijin. Echipa noastră vă va pune în legătură cu **Alina Naca**, interpretul nostru.

## Mass-media și informare

Pentru a rămâne informat(ă) în limba română despre ce se întâmplă în UK:

- ✓ **Romanian Times**, publicație online pentru diaspora.
- ✓ **BBC News România**, știri BBC în limba română.
- ✓ **Dincolo de frică**, podcast despre reziliență, sănătate mintală, drepturi (YouTube).

Pentru informare pe grupuri sociale, verificați întotdeauna faptele pe surse oficiale, gov.uk, NHS, organizații acreditate, înainte de a lua decizii. Grupurile informale pot fi utile pentru comunitate, dar nu înlocuiesc sfatul juridic sau medical.

## Dacă aveți nevoie de un avocat român

Mulți *solicitors* britanici au personal care vorbește română. Pentru a găsi un avocat care vă înțelege limba:

- ✓ Căutați pe **solicitors.lawsociety.org.uk**, filtru pe limbă „Romanian”.
- ✓ Cereți recomandări din organizații comunitare (Lotus Justice, Work Rights Centre).
- ✓ Pentru drept penal și imigrație, *Legal Aid Agency* listează avocați specializați pe [gov.uk/find-a-legal-adviser](https://gov.uk/find-a-legal-adviser).

### ATENȚIE

„Avocatul din România” care lucrează „și la Londra”, poate nu este *solicitor* autorizat în UK. Pentru orice proces britanic, aveți nevoie de un *solicitor* autorizat SRA. Verificați întotdeauna pe **[sra.org.uk/consumers/register](https://sra.org.uk/consumers/register)**.

## DESPRE PARTENERII LOTUS

Fiecare persoană sau firmă marcată ca partener sau recomandat de Lotus este cunoscută personal de Otilia Mutu. Aceștia lucrează activ în sau cu comunitatea românească din Marea Britanie și România.

Avem la dispoziție o rețea bogată de specialiști și voluntari: avocați, paralegali, notari, psihologi, asistenți sociali, social workers, health visitors, contabili, tax advisers, traducători, interpreți, specialiști în maternitate și alăptare, human trafficking support workers, plus voluntari din comunitate prezenți zilnic în grupul de suport. Sesiunile de grup organizate în cadrul Lotus sunt gratuite. Pentru sesiunile private sau servicii individuale, condițiile (tarife reduse, pro-bono pentru victime, sau onorariu standard) se discută direct cu fiecare specialist. Pentru cazurile vulnerabile, Lotus poate organiza o strângere de fonduri.

**Nu există niciun fee de recomandare, comision sau plată de intermediere** între acești specialiști și Otilia Mutu sau Lotus Justice & Support Centre. Lotus nu percepe și nu primește bani pentru nicio recomandare.

CAPITOLUL UNSPREZECE

11

# Lotus Justice, cine suntem, cum ajutăm.

*O mână întinsă, o ușă deschisă, o voce care vă înțelege.*

*Lotus Justice & Support Centre a luat naștere dintr-o nevoie pe care am văzut-o cu ochii noștri. În comunitatea românească din UK, multe femei trăiesc în tăcere, fără să știe că există ajutor, fără să creadă că le stă cineva alături. Am decis să schimbăm asta.*

## Cine suntem

Suntem o inițiativă românească în UK, dedicată sprijinirii persoanelor afectate de violență, abuz și trafic. Indiferent dacă sunt femei, bărbați sau copii, violența nu alege gen, iar noi nu alegem pe cine ajutăm. Echipa noastră este formată din avocați, paralegali, notari, psihologi, asistenți sociali, social workers, health visitors, contabili, tax advisers, traducători, interpreți, specialiști în maternitate și alăptare, human trafficking support workers, plus voluntari din comunitate care înțeleg deopotrivă limba dumneavoastră și contextul cultural din care veniți, pentru că venim și noi din el.

Lotus Justice este **prima asociație românească din Regatul Unit dedicată exclusiv combaterii violenței domestice și a abuzului.**

Suntem înregistrați ca *Community Interest Company* (CIC), iar deschiderea oficială a centrului are loc în **octombrie 2026**, la adresa 247 Burnt Oak Broadway, Londra. Motivul pentru care facem ce facem este simplu, ne pasă.

# Cum vă putem sprijini

## SERVICIILE NOASTRE

- **Sprijin juridic.** Vă punem în legătură cu rețeaua noastră de avocați și paralegali. Aceștia pot oferi servicii pro-bono pentru victime, în funcție de caz. Restul condițiilor se discută direct cu fiecare specialist. Lotus nu percepe taxe de intermediere.
- **Consiliere psihologică.** Ședințe individuale, grupuri de suport, intervenții în criză, toate în limba română.
- **Sprijin practic.** Traducere de documente, însoțire la medic, la Social Services, la tribunal.
- **Plan de siguranță.** Ajutăm să pregătiți plecarea de la agresor într-o manieră sigură, strategică.
- **Educație comunitară.** Sesiuni de informare, carusele online, podcast (Dincolo de frică), evenimente.

# Cum vă putem ajuta, concret

Când ne contactați, iată ce se întâmplă:

1. **Ascultăm.** Fără judecată. Fără presiune. Fără obligație să faceți ceva.
2. **Evaluăm** împreună situația și opțiunile, legale, practice, emoționale.
3. **Vă oferim acces** la rețeaua noastră de profesioniști și resurse.
4. **Vă însoțim** atât cât aveți nevoie, uneori este o chestiune de zile, alteori luni întregi.
5. **Rămânem alături** și după. Recuperarea este un proces.

---

## Confidențialitate

Tot ce ne spuneți rămâne între noi. Excepțiile sunt cele legale și etice, pericol iminent pentru dumneavoastră sau pentru alții (în special copii). În aceste cazuri rare, vom discuta cu dumneavoastră înainte să facem orice pas.

Nu cooperăm cu Home Office. Nu raportăm statutul de imigrant. Nu vă cerem documente pentru a vă ajuta. Ușa noastră este deschisă pentru toată lumea.

## Cum ne contactați

### LOTUS JUSTICE & SUPPORT CENTRE

**Adresă:** 247 Burnt Oak Broadway, Londra

**Website:** [lotusjusticeapp.co.uk](https://lotusjusticeapp.co.uk)

**Email:** [contact@lotusjusticesupport.uk](mailto:contact@lotusjusticesupport.uk)

**Social media:** @lotusjustice pe Facebook și Instagram

Pentru conversații urgente sau complicate, solicitați un apel video securizat cu un membru al echipei. Răspundem în 24 până la 48 de ore în zilele lucrătoare. Pentru urgențe imediate, sunați la **999**.

# Site-ul Lotus, pe scurt.

Site-ul Lotus Justice este disponibil oricând, gratuit, în limba română. Funcționează pe telefon, tabletă și calculator. Nu trebuie să creați cont și nu lăsați urme.

1

## Deschideți browser-ul

Pe telefon (Chrome, Safari) sau pe calculator. Tastați adresa:

[lotusjusticeapp.co.uk](https://lotusjusticeapp.co.uk)

2

## Alegeți ce vă trebuie

Pagina principală vă arată două butoane mari: roșu pentru urgență (numere de telefon) și verde pentru asistentul AI care vă ghidează pas cu pas.

3

## Navigați liniștit(ă)

Toate informațiile sunt verificate, scrise în limba română și actualizate constant. Folosiți meniul (≡) sus dreapta pentru a vedea toate secțiunile.

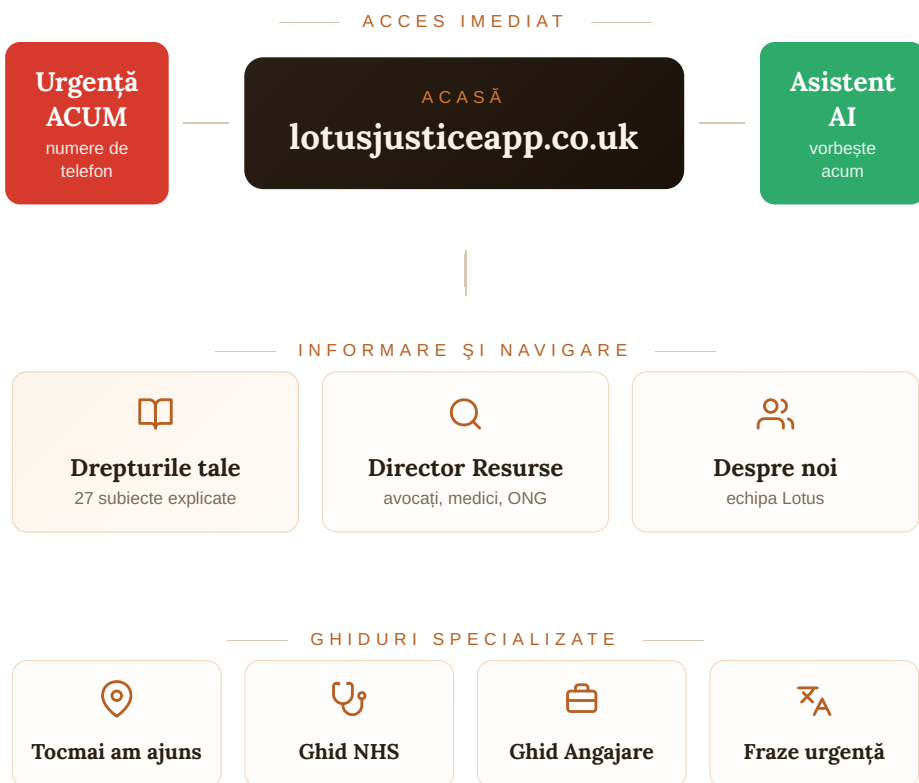
4

## Cereți ajutor real, dacă este nevoie

Dacă aveți o situație specifică, butonul portocaliu de chat (jos dreapta) vă pune în legătură cu echipa Lotus Justice. Răspundem confidențial.

# Harta site-ului dintr-o privire.

Site-ul Lotus Justice este organizat pe trei niveluri: acțiune imediată (urgente și asistent), informare și navigare (drepturi și resurse), și ghiduri specializate. Iată cum se conectează totul.



# Pagina principală, Acasă.



LOTUSJUSTICEAPP.CO.UK  
PAGINA PRINCIPALĂ

## Tot ce vă trebuie, într-un singur loc.

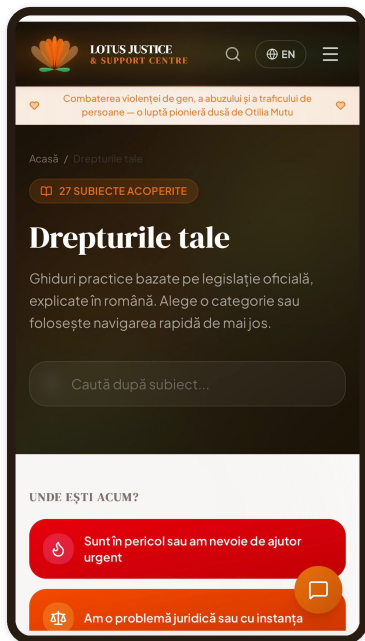
Când deschideți site-ul, prima pagină vă dă acces direct la cele mai importante două funcții, plus o introducere clară a tuturor serviciilor disponibile pentru comunitatea românească.

- 1 Antet cu identitate clară**  
Logo-ul Lotus Justice, opțiunea de schimbare a limbii (română/engleză) și meniul cu toate secțiunile.
- 2 Mesajul-cheie**  
"Informare, sprijin și resurse pentru comunitatea românească" — în trei limbi vizuale: română, inimă, britanic.
- 3 Buton roșu — Sunt în pericol ACUM**  
Apăsați aici dacă aveți o urgență. Vă duce direct la numerele de telefon și pașii imediați.
- 4 Buton verde — Vorbește cu asistentul**  
Asistentul AI gratuit, în limba română, vă ghidează pas cu pas către resursa potrivită.

### BUN DE ȘTIUT

Butonul portocaliu rotund din colțul dreapta-jos este disponibil pe toate paginile site-ului și vă conectează direct cu echipa Lotus Justice.

# Drepturile tale, explicate clar.



**DREPTURILE TALE**  
27 SUBIECTE ACOPERITE

## Tot ce trebuie să știi, în limba română.

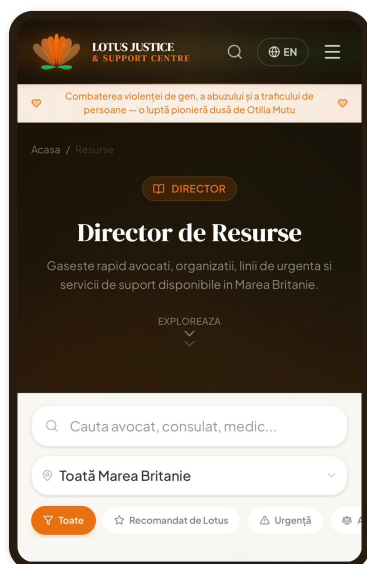
Această secțiune adună toate ghidurile practice de care comunitatea românească are nevoie. Bazate pe legislația oficială britanică, dar scrise pe înțelesul tuturor.

- 1 Badge cu volumul informației**  
"27 subiecte acoperite" – vă arată cât de complet este conținutul.
- 2 Bară de căutare**  
Tastați un cuvânt-cheie (ex. "evacuare", "abuz", "muncă") și găsiți rapid ghidul potrivit.
- 3 "Unde ești acum?"**  
Categoriile rapide după situația dumneavoastră: "Sunt în pericol", "Am o problemă juridică", și altele.
- 4 Buton roșu – pericol urgent**  
Pentru situații care nu pot aștepta. Vă duce direct la pașii de urgență.

### SUBIECTE ACOPERITE

Drepturi la **muncă, locuință, sănătate, copii, imigrație, violență domestică, poliție, NHS, școală, Settlement Status** și altele.

# Director de Resurse, căutare rapidă.



**DIRECTOR DE RESURSE**  
AVOCAȚI, MEDICI, ONG

## Găsiți rapid pe cine să sunați.

Lista completă de avocați, medici, organizații, linii de urgență și servicii de suport disponibile în Marea Britanie. Actualizată constant, filtrabilă după nevoile dumneavoastră.

- 1 Bară de căutare**  
Tastați "avocat", "medic", "consulat" sau orice alt cuvânt relevant pentru ce căutați.
- 2 Filtru de locație**  
Selectați "Toată Marea Britanie" sau orașul/regiunea dumneavoastră pentru rezultate de proximitate.
- 3 Filtre rapide pe categorii**  
"Toate", "Recomandat de Lotus", "Urgență" și altele — vă restrâng rapid lista la ce contează acum.
- 4 Buton "EXPLOREAZA"**  
Dacă nu știți exact ce căutați, începeți de aici — vedeți toate resursele disponibile în comunitate.

### CE GĂSIȚI AICI

**Avocați** specializați în imigrație, dreptul familiei, drept penal · **Medici** și clinici care vorbesc româna · **Consulate** și ambasada · **ONG-uri** pentru victime, mame singure, copii · **Linii de urgență** verificate.

# Alte secțiuni de pe site.

Pe lângă pagina principală și directorul de resurse, site-ul Lotus Justice are mai multe secțiuni dedicate, fiecare gândită pentru o nevoie reală a comunității românești din UK. Toate sunt gratuite și disponibile în limba română.



## Ghid de Angajare

Agenții verificate, cum scrieți un CV, calificări (inclusiv CSCS Card pentru construcții), site-uri de joburi de încredere și drepturile dumneavoastră ca angajat.



## Drepturile tale

27 subiecte explicate pe înțelesul tuturor: muncă, sănătate, locuință, copii, drepturi legale. Ghiduri practice bazate pe legislația oficială britanică, scrise în limba română.



## Asistent AI

Un asistent care vă răspunde la întrebări 24/7, gratuit, în limba română. Vă ghidează pas cu pas către resursa potrivită pentru situația dumneavoastră.



## Fraze de urgență

Expresii esențiale în engleză pentru situații critice: spital, poliție, muncă, primărie. Cu pronunție și traducere în română.



## Tocmai am ajuns

Pași concreți pentru cei nou-veniți în UK: NHS, GP, NIN, deschidere cont bancar, închiriere, primele documente.



## Ghid NHS

Cum funcționează sistemul medical britanic: înregistrare la GP, când sunați 111, când mergeți la A&E, ce este gratuit și ce nu.

## Drepturile tale, ghiduri practice pe 27 de subiecte

Ghiduri bazate pe legislație oficială britanică, explicate în română. Navigare rapidă după situație („Sunt în pericol”, „Am o problemă juridică”), cu căutare după subiect. Informație verificată, accesibilă oricui. *Meniu, Drepturile tale.*

## Dacă doriți să ajutați

Lotus Justice există datorită oamenilor care au crezut în noi. Dacă doriți să faceți parte din echipă:

- ✓ **Deveniți voluntar.** Avem nevoie de traducători, însoțitori, oameni care pot ține de mână pe altcineva la o oră grea.
- ✓ **Împărtășiți acest ghid.** Trimiteti-l oricui credeți că ar putea avea nevoie. Nu știți niciodată cine citește în tăcere.
- ✓ **Spuneți mai departe.** Dacă sunteți profesionist (medic, avocat, asistent social, preot, profesor), contactați-ne. Construim împreună o rețea mai puternică pentru comunitatea noastră.



## *Mulțumiri.*

Acest ghid a fost realizat de **Otilia Mutu**, cu ajutorul voluntarilor Lotus Justice și susținut de **2wards**.

Lotus Justice este prima asociație românească din Regatul Unit dedicată exclusiv sprijinirii victimelor violenței domestice și abuzului. Am pornit dintr-o nevoie reală pe care am văzut-o în comunitatea noastră, multe femei și familii care trăiau în tăcere, fără să știe că există ajutor.

Mulțumesc echipei de psihologi, paralegali și voluntari care lucrează tăcut. Mulțumesc avocaților și asistenților sociali care răspund la mesaje sâmbăta dimineața. Mulțumesc fiecărei femei care a îndrăznit să sune prima dată.

Mulțumesc, în mod special, doamnei **Carmen Irimescu** pentru permisiunea de a include eseul „Copilul în era digitală”.

Și mulțumesc dumneavoastră, celui sau celei care citește. Distribuirea acestui ghid mai departe este cel mai bun sprijin pe care îl putem primi.

---

*Cu recunoștință,  
Otilia Mutu  
Inițiatoare, Lotus Justice  
cu sprijinul 2wards*



LOTUS JUSTICE & SUPPORT CENTRE

# Ghidul Românilor din UK.

---

*„Curajul nu este absența fricii. Curajul este să mergi mai departe, în ciuda ei.”*

DACĂ ESTE URGENȚĂ

**999** Poliție, Ambulanță, Pompieri

**0808 2000 247** National Domestic Abuse Helpline

**116 123** Samaritans

---

DESCHIDERE OFICIALĂ

Octombrie 2026

---

247 Burnt Oak Broadway, Londra

[lotusjusticeapp.co.uk](https://lotusjusticeapp.co.uk) · [contact@lotusjusticesupport.org](mailto:contact@lotusjusticesupport.org)

EDIȚIA 2026 · DISTRIBUIȚI LIBER  
REALIZAT DE OTILIA MUTU CU SPRIJINUL 2WARDS