ژمارە تەلەفۆن و ماڵپەڕە بەسوودەکان

لە حاڵەتی فریاگوزاریدا: تەلەفۆن بکە بۆ پۆلیس، ئەمبوڵانس یان خزمەتگوزاری ئاگرکوژانەوە بە ژمارە تەلەفۆنی ٩٩٩.

ئەگەر دەترسیت، تەنیایت، دڵەڕاوکێت هەیە، دڵتەنگیت، سەرت لێشێواوە یان هەر پێویستت بە ئامۆژگاری هەیە:

لە هەرکاتێکدا بێت بە بێ بەرامبەر تەلەفۆن بکە بۆ ٠٨٠٠١١١١

یان سەردانی ئەم ماڵپەڕە بکە: www.childline.org.uk

بۆ هاوکاری، ئامۆژگاری و زانیاری بێ بەرامبەر بەتایبەت بۆ منداڵانێک کە لە ژێر چاودێریدان یان دوو لە ماڵی خۆیان دەژین: تەلەفۆن بکە بۆ هێڵی ئامۆگاری کۆمیسیاری منداڵان لەسەر "هاوکاری بەردەستە" بە ژمارە تەلەفۆنی ٠٨٠٠٥٢٨٠٧٣١ (٩ ی بەیانی- ٥ ی ئێوارە دووشەممە بۆ هەینی) یان سەردانی ماڵپەڕ بکە:

www.childrenscommissioner.gov.uk/learn-more/help-at-hand

ئەگەر زۆرت لێ کراوە کە کار بکەیت یان شتێک بکەیت کە نەخوازیت بیکەیت، ئەگەر تۆ ئازاد نەبیت لە بەجێهشیتنی ئەو شوێنەی لێی دەژیت، ئەگەر کەسێک هەڕەشە لە تۆ یان لە خێزانەکەت دەکات، ئەگەر ئازار دەدرێیت یان کەسێک بە هەر شێوەیەک کۆنترۆڵت دەکات:

لە هەر کاتێکدا بێت تەلەفۆن بکە بۆ هێڵی تەلەفۆنیی هاوکاری کۆیلایەتی نوێ بۆ ئامۆژگاری لەسەر ٠٨٠٠٠١٢١٧٠٠

ئەگەر پێویستت بە ئامۆژگاری هەیە سەبارەت بەوەی کە منداڵێکی پەناخوازی بێ یاوەریت: تەلەفۆن بکە بۆ بەشی منداڵانی ئەنجومەنی پەنابەران (Refugee Council) بە ژمارە تەلەفۆنی ٠٢٠٧٣٤٦١١٣٤ یان ئیمەیڵ بنێرە بۆ: children@refugeecouncil.org.uk

---

بۆ گەڕان بەدوای هاوکاریدا لە نزیک خۆتەوە: www.miclu.org/servicesmap

ئەگەر تۆ کەسێکی تەمەن گەورەیت و دەخوازیت هاوکاری منداڵێک بکەیت کە پێت وایە بازرگانی پێوەکراوە یان لە ژێر مەترسی بازرگانی پێوەکردندایە یان ئەگەر دەخوازیت زیاتر بزانیت سەبارەت بە پرۆسەی پەنابەری ئەوا دەتوانیت لە خوارەوە زانیاری سوودمەند بدۆزیتەوە:

ناوەندی ئامۆژگاری بازرگانیکردن بە منداڵەوەی **NSPCC**:
www.nspcc.org.uk

NSPCC هێڵێکی تەلەفۆنی هاوکاری هەیە ٠٨٠٨٨٠٠٥٠٠٠ و ئیمەیڵیش:
www.nspcc.org.uk/preventing-abuse/child-abuse-and-neglect/child-trafficking

---

هەموو منداڵێک پارێزراوە بەرامبەر بە بازرگانی پێوەکردن **(ECPAT)**:
www.ecpat.org.uk

ناوەندی یاسایی کۆرامی منداڵان – پرۆژەی منداڵانی کۆچبەر:
www.childrenslegalcentre.com/about-us/what-we-do/migrant-childrens-project

Migrant & Refugee Children's Legal Unit   December 2017   Design & illustration by www.theportcreative.com

WHO IS WHO?

دوای ئەوەی کە دەگەیتە شانشینی یەکگرتوو (UK) زۆر خەڵکی تەمەن گەورەی جیاواز دەبینیت. بەڵام ئەوانە هەموویان کێن؟ ئەمە ڕێنماییەکە کە هاوکاریت دەکات تێبگەیت لە پیشە جیاوازەکان کە ئەوان دەیکەن و چۆن دەتوانن هاوکاریت بکەن.

ۆب ەوارک نازید ەیتسارڕ یەڕەپ مەئ ەتەنووتشیەگ ەک یەناڵدنم وەئ یاواد نایۆخ و ووترگکەی ینیشناش ەوودرک نایرەبانەپ.

ەل اواد اوەئ تیەگانێت ییل رەگەئ تەمەئ ەک ەب ەروەگ نەمەت یکێسەک ەوەتێنێۆخب ادڵەگل.

Migrant & Refugee Children's Legal Unit

بۆ ئەم نامیلکەیە لەگەڵ
خۆت نابەیت و دوا لەو
کەسانە بکە کە دەیانبینیت
دەستنیشانی بکەن کە ئەوان
کامەیانن؟

IRO (فەرمانبەری سەربەخۆی پێداچوونەوە)

ئەوان کێن

IRO دڵنیای دەکاتەوە کە **دەسەڵاتی ناوچەیی** ئەو شتە بکات کە دەبێت بیکات بۆ تۆ لە کاتێکدا کە لە ژێر چاودێری ئەواندایت. IRO بەرپرسە لە دڵنیاکردنەوەی ئەوەی کە شوێنی دانانەکەی خزمەتگوزاری کۆمەڵایەتی (social services) **گونجاوە بۆ تۆ** و کە تۆ دڵخۆشیت بەوە. IRO ، **سەربەخۆ** و **جودایە** لە سۆشیال وۆرکەرەکان.

ئەوان چی دەکەن

IRO دەبێت سەیری ئەوە بکات کە پلانی چاودێریت گونجاوە بۆ داهاتووی تۆ و کە هەمووان گوێ دەگرن لەوەی کە دەیڵێیت و بە ووردی لەبەرچاوی دەگرن و ئەوەی کە هەموولایەک پابەند بن بە بەشی خۆیان لە پلانەکە. دەبێت بەلایەنی کەمەوە **هەموو شەش مانگ جارێک** IRO **کەت ببینیت**.

شتێکی زۆر گرنگە کە ئەگەر هەر کێشەیەک لە چاودێری کردنتدا هەبێت و ئەگەر هەست بکەیت کە سۆشیال وۆرکەرەکەت گوێت لێ ناگرێت یان ئەگەر هەر **کێشەیەک** هەبێت کە **چارەسەر نەکرابێت**، تۆ بە IRO کەت بڵێیت.

کەسەکانی ناو ئەم نامیلکەیە بە ڕیزبەند ناسێنراون بەپێی ئەوەی کە کامیان یەک لە دوای یەک دەبینیت. ئەوان هەموویان ڕۆڵی جیاوازیان هەیە بەڵام هەندێک جار وا دەردەکەون کە هەمان کەس بن یان پەیوەندیان بەیەوە هەبێت.

هەندێک کەسی تەمەن گەورە لەم نامیلکەدا دەبێت وەک بەشێکی ئاسایی کارەکەیان لەگەڵ کەسە پسپۆڕەکانی تردا زانیاری لەسەر تۆ هاوبەش بکەن. ئەمە بۆ ئەوەیە کە بتوانن بەیەکەوە کار بکەن بۆ ئەوەی کە باشتر بتوانن هاوکاریت بکەن و بتپارێزن.

هەندێک خەڵکانی گەورە بە شێوەیەکی ئاسایی زانیاریەکان هاوبەش ناکەن لەگەڵ کەسە پسپۆڕەکانی تر مەگەر تۆ مۆڵەتیان پێ بدەیت. تۆ بە گشتی بژاردەت هەیە سەبارەت بەوەی کە کام زانیاری دەتوانن هاوبەش بکەن، مەگەر مەترسیەکی گەورە لەسەر تۆ یان کەسی تر هەبێت.

وەرگێڕ

ئەوان کێن

کاری وەرگێڕ ئەوەیە کە دڵنیای بکات **هەموو وشەکان** کە تۆ دەیڵێییت **بە ڕوونی وەربگێڕێت** بۆ زمانی ئینگلیزی ڕێک بەو شێوەی کە تۆ گوتووتە و هەموو شتەکان کە بە زمانی ئینگلیزی گووتراوە بە تۆ بە ڕوونی وەری بگێڕێتە سەر زمانەکەی تۆ **بۆ ئەوەی کە تۆ تێیبگەیت**.

ئەوان چی دەکەن

له **زۆرینەی دانیشتنەکاندا** لەگەڵ کەسە گەورەکان ئەگەری ئەوە هەیە کە وەرگێڕێک لەوێ بێت بۆ هاوکاریکردنی **پەیوەندیکردنی** تۆ، تۆش **مافی ئەوەت هەیە کە داوای وەرگێڕێک بکەیت.** وەرگێڕ ڕاهێنانی پێ نەکراوە کە ئامۆژگاری یاساییت پێ بدات و **نابێت پێت بڵێت کە چی بکەیت و چی بڵێییت.**

ئەگەر باش لە وەرگێڕەکەت تێناگەیت و ئەگەر پێت وایە کە هەموو شتێک وەرناگێڕن یان ئەگەر هەر نیگەرانیەکی ترت هەیە ئەوا دەبێت بە کەسێک بڵێییت. ئەگەر بە هەر هۆیەک بێت لەگەڵ وەرگێڕێک ئاسوودە نەبووی ئەوا **مافی ئەوەت هەیە کە داوای** وەرگێڕێکی تر بکەیت.

ڕاوێژکاری دەروونی

ئەوان کێن

ڕاوێژکاری دەروونی (دەروون ناس) کەسێکە کە هاوکاری خەڵک دەکات لە **فشاری دەروونی** یان **کێشەی** تردا کاتێک کە بە هەلومەرجێکی ناخۆشدا تێدەپەڕن. لە ڕێگای ڕاوێژکاری دەروونیەوە خەڵک سەبارەت خۆیان فێر دەبن و ڕێگا دەدۆزنەوە بۆ زاڵبوون بەسەر کێشەکاندا یان گۆڕانکاری لە خۆیاندا یان لە هەلومەرجەکەیاندا دەکەن. زۆربەی جار هەست بە ئاسوودەیی دەکرێت تەنها بە قسەکردن لەگەڵ کەسێکی تردا.

ئەوان چی دەکەن؟

ئەو شتانەی کە لە **وڵاتی خۆتدا** لە تۆ **ڕوویانداوە**، لە کاتێکدا کە لەگەشتدا بوویت بۆ شانشینی یەکگرتوو یان تەنانەت دوای گەیشتن بەم وڵاتە لەوانەیە ببنە هۆی ئەوەی کە **ئەزموونی هەستێکی دژوارت** بۆ دروست بکەن.

دەشێت هەست بە دڵتەنگی، توڕەیی بکەییت یان بۆت زەحمەت بێت کە **بنوویت**. دەشێت هێشتا هەست بە **ترسێکی** زۆر بکەیت. کارکردن لەگەڵ ڕاوێژکاری دەروونیدا دەتوانێت هاوکاریت بکات لە هەستەکانی خۆت بگەیت و فێرببیت کە چۆن ڕێیان لێبگریت لەوەی کە بەسەردا زاڵ ببن. ئەمە دەتوانێت هاوکاریت بکات کە تەرکیز بکەیتە سەر ژیانی ڕۆژانەت و داهاتووت.

هەروەها ڕاوێژکارە دەروونیەکەت دەشێت **شایەتی** بدات کە دەتوانیت هاوکاری کەیسی **داواکاری پەنابەریت** بکات ئەگەر تۆ قایل بیت بەوە. ئەگەر هەست دەکەیت کە حەز بکەیت لەگەڵ ڕاوێژکارێکی دەروونی قسە بکەیت ئەوا داوا لە بەخێوکەرەکەت، سۆشیال وۆرکەرەکەت یان پارێزەرەکەت بکە.

فەرمانبەری کۆچبەری

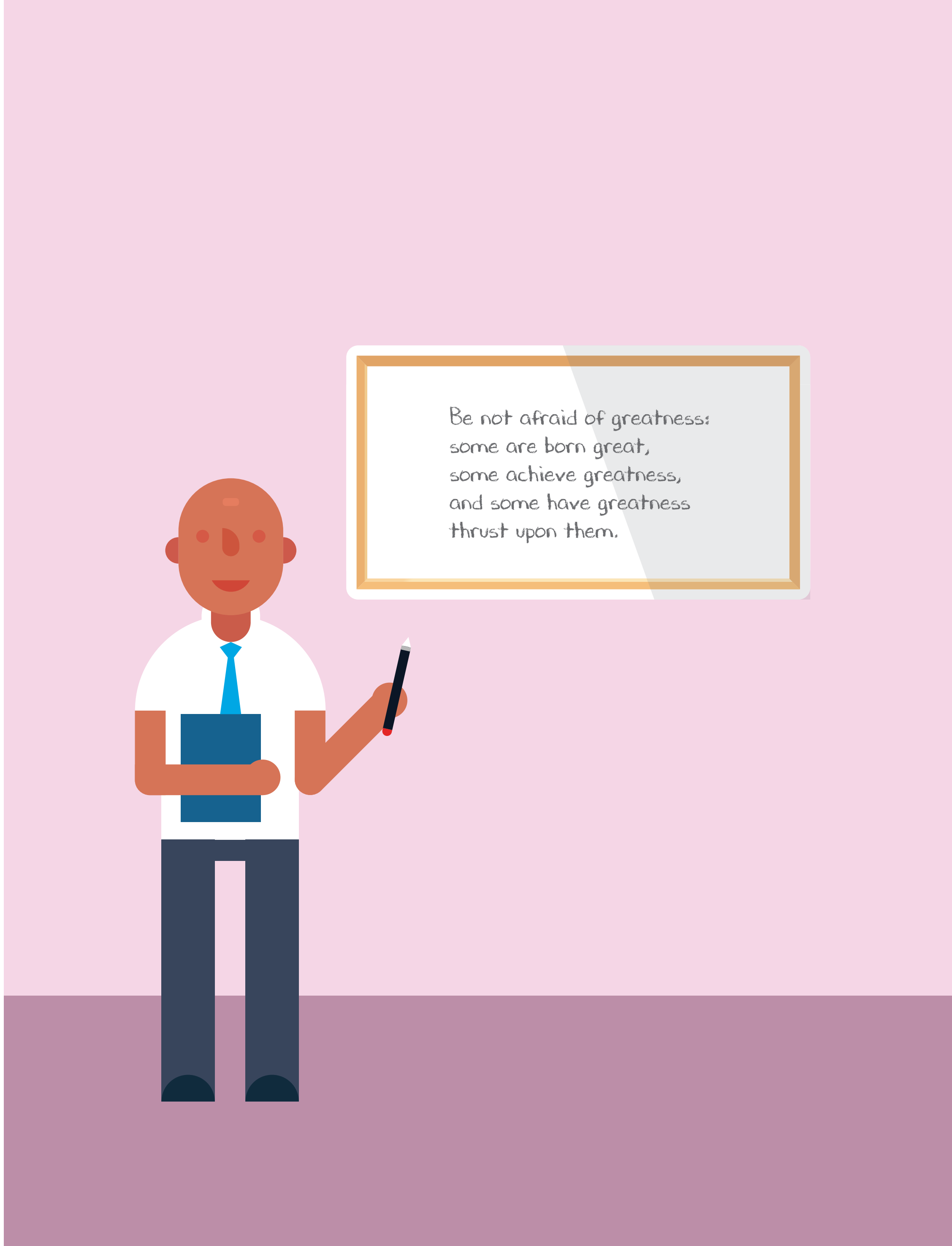
ئەوان کێن

ڕۆڵی فەرمانبەری کۆچبەری ئەوەیە دڵنیای بکات کە **یاساکانی کۆچبەریی** شانشینی یەکگرتوو پەیرەو بکرێت. فەرمانبەری کۆچبەری **هەندێک لە دەسەڵاتەکانی هەمان ئەفسەرێکی پۆلیسی هەیە،** بەڵام ئەوان سەر بە هێزی پۆلیس نین: ئەوان بۆ بەشێک لە **حکومەتی شانشینی یەکگرتوو کاردەکەن کە پێی دەگووترێت وەزارەتی ناوخۆ.** ئەوان بەرپرسیارێتیان هەیە کە دڵنیای بکەن کە تۆ سەلامەت و باش بیت.

ئەوان چی دەکەن

کاتێک کە دەگەیتە شانشینی یەکگرتوو فەرمانبەرێکی کۆچبەری دەتباتە شوێنێکی **سەلامەت** لە کاتێکدا کە تۆ لە گەشتەکەت هێوردەبیتەوە. فەرمانبەری کۆچبەری **زانیاری سەرەتاییت** وەردەگرێت سەبارەت بەوەی کە تۆ کێیت و لە کوێوە هاتوویت و ئاڕاستەی بەشی سۆشیال سێرڤیست دەکات کە ئەوان چاودێری بۆ تۆ ڕێکدەخەن. هەروەها دەشێت داواکاری پەنابەریت تۆمار بکات.

ئەو فەرمانبەرانەی کۆچبەری **نابێت موقابەلەت لەگەڵ بکەن بۆ ئەوەی کە بڕیارێک بدەن** سەبارە بەوەی کە ئایا تۆ دەتوانیت لە **شانشینی یەکگرتوو بمێنیتەوە یان نا** بەڵام تۆ دەبێت هەمیشە ڕاستگۆ بیت لەگەڵیاندا و ئەوان دەشێت ئەوەی کە دەیڵێیت بینووسن.



مامۆستای دەستنیشانکراو

ئەوان کێن

مامۆستای دەستنیشانکراو مامۆستایەکە لە خوێندنگە یان کۆلێژەکەت کە **بەرپرسیارێتی** ئەو منداڵانەیان هەیە کە لەلایەن دەسەڵاتی ناوچەییەوە چاودێری دەکرێن. دەشێت ئەوان وانەت پێ نەڵێنەوە. ئەوان هەندێک سەبارەت بە هەلومەرجی تۆ دەزانن بەڵام دەشێت کە شتی شەخسی نەزانن سەبارەت بە پێشینەی خێزانەکەت و بۆ تۆ چاودێری دەکرێیت.

ئەوان چی دەکەن

مامۆستای دەستنیشانکراو **هاوکاری** خوێندگەکەت یان کۆلێژەکەت دەکەن بۆ ئەوەی کە ئەوان **هاوکاریت** بکەن و پێویستیەکانت جێبەجێ بکەن، دڵنیای دەکاتەوە کە تۆ بەشێوەیەکی باش بەشداریت لەوەی کە چی و چۆن فێردەکرێیت. ئەوان دڵنیای دەکەن کە خوێندنگە/کۆلێژەکەت لەو مەسەلانە تێبگەن کە کاریگەریان لەسەر خوێندنت دەبێت و ئەو ڕێچکەی بەرەوپێشچوونت تۆمار دەکات. هەروەها ئەوان بەرپرس دەبن لە **پلانی شەخسی خوێندن (PEP)** ت.

مامۆستای دەستنیشانکراو بە بەردەوامی لەگەڵ سۆشیال وۆرکەرەکەت قسەدەکات سەبارەت بەوەی کە لە خوێندگە چۆن دەیگوزەرێنیت. مامۆستا دەستنیشانکراوەکەت نابێت بە خوێنکارەکانی تر بڵێت کە تۆ بەخێو دەکرێیت، یان بەشێوەیەکی جیاواز لە بەردەم ئەواندا مامەڵەت بکات.

سۆشیال وۆرکەر

ئەوان کێن

سۆشیال وۆرکەر کەسێکە کە بەرپرسیارە لە هاوکاریکردنی منداڵان لە ناوچەکەیاندا. لەبەر ئەوەی کە تۆ تەنهایت و بێ خێزانیت کە چاودێریت بکەن، دەسەڵاتی ناوچەیی بەرپرسیارە لە چاودێریکردنت. ئەوان دڵنیای دەکەن کە شوێنیکی سەلامەتت هەبێت کە تێیدا بژیت و خواردن، چاودێری تەندروستی، خوێندن و هاوکاری ترت هەبێت کە وەک منداڵێک پێویستن. ئەمە پێی دەگووترێت **"چاودێری کراو"** بوون یان **"لەژێر چاودێریدا"**

ئەوان چی دەکەن

سۆشیال وۆرکەر بڕیار دەدات سەبارەت بە چاودێری. سۆشیال وۆرکەرەکەت دەبێت بەلایەنی کەمەوە **هەموو ٦ هەفتە جارێک** سەردانیت بکات. ئەوان دەبێت بڕیارەکان ڕوونبکەنەوە و دڵنیای بکەن کە هەموو لا گوێبیستی بۆچوونت بن.

ئەگەر لە زمانی ئینگلیزی تێنەگەیت ئەوان دەبێت هەمیشە لە ڕێگای وەرگێڕەوە قسەت لەگەڵدا بکەن. دەشێت کە زیاتر لە یەک سۆشیال وۆرکەرت هەبێت لەبەر ئەوەی هەندێک جار دەگۆڕدرێن. با هەموو کات **ناو و ژمارەی** سۆشیال وۆرکەرەکەت پێبێت.

تۆ مافی ئەوەت هەیە کە پارێزراو بیت لە هەموو جۆرە توندوتیژیەکی جەستەیی، توندوتیژی دەروونی، بەکارهێنان و پشتگوێ خستن. ئەگەر:

- کەسێک ئازارت بدات
- کەسێکی گەورە بەو شێوەیە چاودێریت نەکات کە دەبێت بیکات
- کەسێک کارت پێ بکات بۆ خۆی یان شتێکت پێ بکات کە تۆ نەخوازیت بیکەیت
- تۆ ئازاد نەبیت لەوەی کە شوێنەکەی خۆت بەجێبهێڵیت
- کەسێک بڵێت کە دەتوانێت شتی خراپ لە تۆ یان لە خێزانەکەت دەکات
- تۆ ئازاد نەبیت لەبەر ئەوەی کە شتێک قەرزداری کەسێک بیت، یان
- یان بەهۆکاری تر تۆ دەترسیت ...

... خەڵکانێک هەن کە دەتوانن هاوکاریت بکەن، بەڵام دەبێت تۆ متمانە بە کەسێک بکەیت و پێی بڵێیت. بە سۆشیال وۆرکەرەکەت، بەخێوەکەرەکەت یان هەر کەسێک بڵێ کە لەم نامیلەکەیەدایە و تۆ هەست بەوپەڕی ئاسوودەیی دەکەیت لەگەڵیان، یان تەلەفۆن بکە بۆ هەر کام لە ژمارەکانی پشتی ئەم نامیلکەیە.

* هەندێک جار کاتێک کە دەسەڵاتێکی ناوچەیی پێی وابێت کەسێکی گەورە تەمەن لە شانشینی یەکگرتوو هەیە کە بۆ تۆ سەلامەت نەبێت پەیوەندی پێوە بکەیت، لەوانەیە ئەوان ئەو شووێنانەی کە بۆی دەچیت یان کێ دەتوانیت ببینیت سنووردار بکەن بۆ ماوەیەک بۆ ئەوەی کە بە سەلامەتی بتهێڵنەوە. دەبیت ئەوەت بۆ ڕوونبکەنەوە. ئەگەر تۆ نارازی بیتٓ یان سەرت لێبشێوێت ئەوا هێشتا دەتوانیت سەبارەت بەوە قسە بکەیت.

هەموو منداڵەکان هەمان مافیان هەی

- مافی ئەوەی کە دەنگم گوێی لێبگیرێت
- مافی خانووبەرە، خواردن و چاودێری
- مافی پارێزراوی لە توندوتیژی و دەستدرێژی
- مافی بینینی دکتۆر/دکتۆری دان و وەرگرتنی چارەسەری تەندروستی بە بێ بەرامبەر
- مافی خوێندنی بێ بەرامبەر و دەوامی تەواو
- مافی ئەوەی کە دەستبەسەر نەکرێم
- مافی دۆزینەوەی خێزانەکەم
- مافی ئەوەی کە جیاکاریم بەرامبەر نەکرێت
- مافی ئەوەی کە بە تەواوی بەرەوپێشەوە بچم لەگەڵ تەمەن گەورەبووندا

ڕاستی: لە ڕوانگەی یاسای شانشینی یەکگرتووەوە کەسێک منداڵە هەتاوەکو تەمەنی دەگاتە ١٨ ساڵان. دەسەڵاتی ناوچەیی ئەرکی یاسایی سەرشانیەتی کە چاودێری منداڵێک بکات کە کەسوکاری لەگەڵ نیە، هەتاوەکو تەمەنی دەگاتە ١٨ ساڵان و لە هەندێک حاڵەتدا هاوکاری بکرێن لە دوای ئەو تەمەنە. لەبەر ئەم هۆکارەیە کە ئەو منداڵە پەناخوازانەی کە بە تەنها دەگەنە شانشینی یەکگرتوو چاودێریان دەکرێت.

بەخێوکەر

ئەوان کێن

بەخێوکەر کەسێکە کە **ماڵەکەیان دەکەنەوە** بۆ ئەوەی کە چاودێری دابین بکەن بۆ **ئەو منداڵانەی کە کەسوکاریان نیە چاودێریان بکەن.**

ئەوان چی دەکەن

بەخێوکەر ماڵێکی سەلامەت و ئارام دابین دەکات. ئەوان چاودێری تۆ دەکەن بەشێوەیەکی ڕۆژانە و دەتبەن بۆ خوێندنگە و ئەو شتانە دابین دەکەن کە تۆ پێویستن وەک **جلوبەرگ و خواردن.**

هەروەها بەخێوکەر پەیوەندی هەیە لەگەڵ چەند کەسێکی گەورەی تر کە بەشدارن لە ژیانی تۆدا بۆ نموونە **سۆشیال وۆرکەرەکەت**، دکتۆری **جیپیەکەت**، **پارێزەرەکەت** و **مامۆستاکەت**. ژیانی خێزانی ئەوان دەشێت وەک ئەو ژیانە نەبێت کە تۆ لەسەری ڕاهاتوویت و ئەگەر تۆ ئەوەت بۆ زەحمەت بوو ئەوا گرنگە کە بۆچوونت بخەیتە ڕوو بۆ ئەوەی کە بتوانن هاوکاری بکەن.

ئەفسەری پۆلیس

ئەوان کێن

ئەفسەری پۆلیس بەرپرسیارە لەوەی کە **خەڵک بە سەلامەتی بمێنینەوە**، دڵنیای بکات کە **پەیڕەوی یاسا بکرێت لە شانشینی یەکگرتوودا** و لێکۆڵینەوە لە تاوان بکات. فەرمانبەری پۆلیسیش **دەبێت پەیڕەوی یاسا بکات**.

ئەوان چی دەکەن

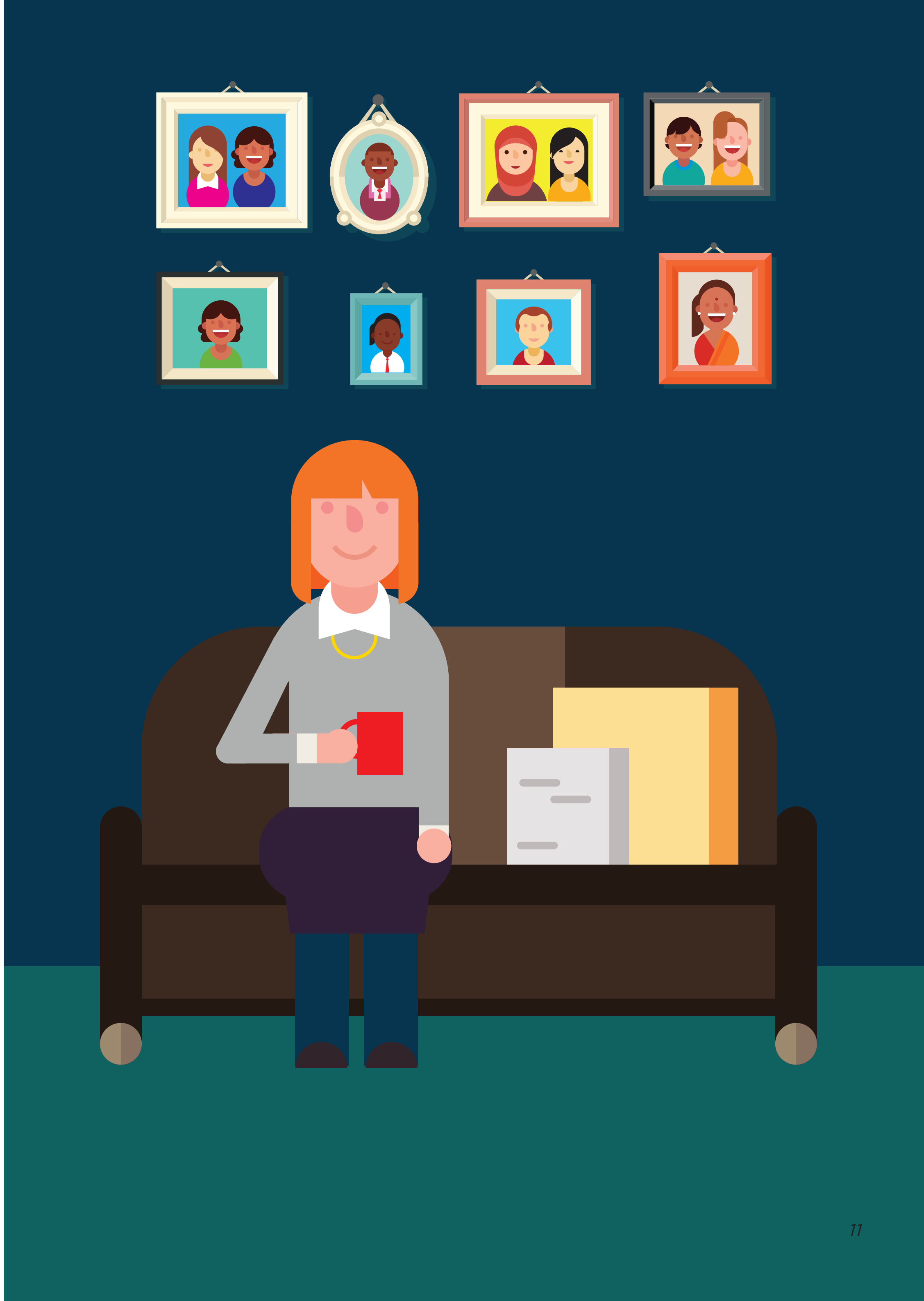
ئەگەر تۆ **مەترسیت لەسەر بێت یان پێویستت بەوە بێت کە تاوانێک ڕابگەیەنیت** ئەوا دەبێت بە زووترین کات کە بتوانیت لەگەڵ پۆلیس قسە بکەیت. تەلەفۆن بکە بۆ ٩٩٩.

ئەگەر دەترسیت لەگەڵ پۆلیس قسەبکەیت یان ناخوازیت کە زانیاری شەخسی بدەیت ئەوا لەگەڵ کەسێکی تری گەورە قسە بکە کە متمانەت پێی هەیە. دەتوانرێت تاوان ڕابگەیەنرێت بێ ئەوەی کە زانیاری شەخسی بدرێت.

یاسای تاوانکاری لە شانشینی یەکگرتوو دەشێت زۆر جیاواز بێت لە یاسای تاوانکاری لە وڵاتی تۆ. بۆ نموونە دەشێت سزا بدرێیت لەسەر فڕێدانی فلتەری جگەرە لەسەر شەقام. پرسیار لە سۆشیال وۆرکەرەکەت یان کەسێکی تری تەمەن گەورە بکە بۆ ئەوەی کە سەبارەت بە یاسا زیاتر تێبگەیت.

ئەگەر تۆ تاوانبار بکرێیت بە تاوانێک ئەوسا تۆ مافی ئەوەت هەیە کە پارێزەرێک لەگەڵت بێت لە کاتێکدا کە لەلایەن ئەفسەری پۆلیسەوە موقابەلە دەکرێیت.

ئەگەر کەسێکی تر **وای لە تۆ کرد کە تاوان ئەنجام بدەیت** ئەوا تۆ قوربانیت و **پێویستت بە هاوکاری و پاراستن هەیە**.



پەرستاری دەستنیشانکراو و دکتۆری جیپی (دکتۆری گشتی)

ئەوان کێن

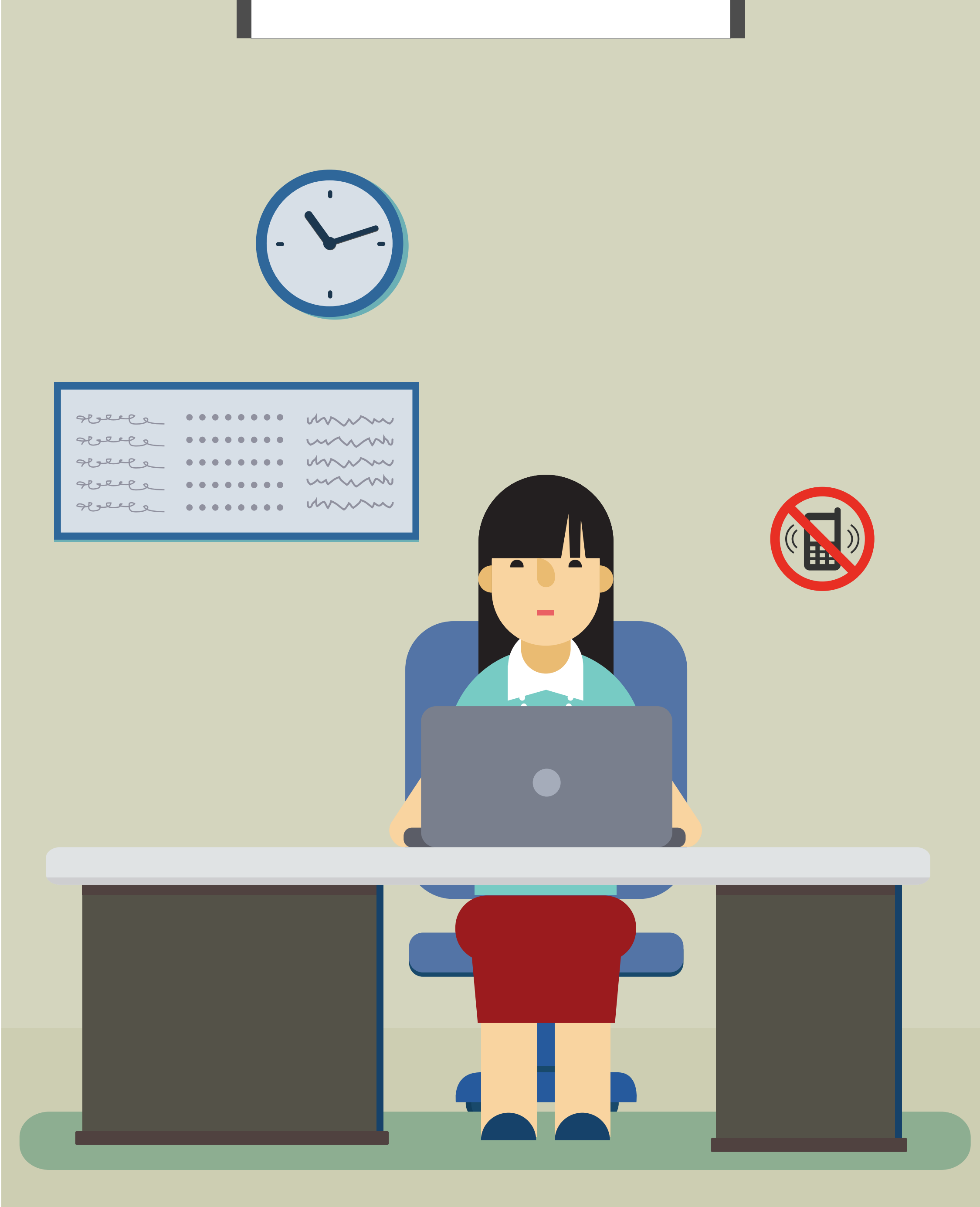
پەرستاری دەستنیشانکراو ئەو پەرستارەیە **کە لە کێشە و گرفتەکان تێدەگات** کە ڕووبەڕووی منداڵانی ژێر چاودێر سۆشیال سێرڤس دەبنەوە. ئەوان لەگەڵ سۆشیال وۆرکەرەکەت کاردەکەن بۆ ئەوەی کە دڵنیای بکەن **پێویستیە تەندروستیەکانت** بەدی هاتبن.

دکتۆری جیپی ئەو دکتۆرەیە کە **ئامۆژگاری و چارەسەری تەندروستی گشتی** دابین دەکات بۆ ئەو خەڵکانەی کە لە شوێنێکی دیاریکراو دەژین.

ئەوان چی دەکەن

پەرستاری دەستنیشانکراو دەبێت پشکنینت بۆ بکات و دڵنیای بکات ئەگەر هەر کێشەیەکی تەندرستیت هەبێت. ئەمە پێی دەگووترێت "یەکەم هەڵسەنگاندن." ئەوان دەبێت بە زووترین کات کە بکرێت ئەوەت بۆ ڕێک بخەن دوای ئەوەی کە **دەگەیتە** شانشینی یەکگرتوو. ئەگەر هەر **کێشەیەکی تەندروستیت** هەبێت دەتوانیت **بێ بەرامبەر دکتۆری جیپیەکەت** ببینیت، وەک **هەستکردن بە دڵتەنگی زۆر یان ئەگەر کێشەی نووستنت هەبێت**. پێویست ناکات پارە بە چارەسەری پزیشکی بدەیت لە شانشینی یەکگرتوودا، لەوانە بینینی دکتۆری دان و چاویلکە سازیش.

مەترسە لەوەی کە لەگەڵ پەرستارەکەت یان دکتۆری جیپیەکەت **ڕاستگۆ بیت** سەبارەت بەو **کێشانەی** کە ڕووبەڕووی دەبیتەوە. پەرستارە دەستنیشانکراوەکەت دەبێت **وەرگێڕێک** ڕێک بخات کە لەگەڵت بێت بۆ مەوعیدەکەت لەگەڵ دکتۆری جیپیەکەتدا.



کەیس وۆرکەری وەزارەتی ناوخۆ

ئەوان کێن

کەیس وۆرکەری وەزارەتی ناوخۆ لە موقابەلەیەکدا **سەبارەت بە دواکاری پەناخوازیت پرسیارت لێ دەکات**، سەیری هەموو بەڵگەکان دەکات کە تۆ یان پارێزەرەکەت دابینی دەکەن سەبارەت بە داواکاریەکە و ئەوانە بەراورد دەکات لەگەڵ **زانیاری** و **ڕێنماییەکدا** کە حکومەت هەیەتی. ئەوانە هەمووی بەکاردەهێنن بۆ ئەوەی کە بڕیار بدەن سەبارەت بەوەی کە دەشێت کام جۆر لە مۆڵەت **وەربگریت** بۆ **مانەوە** لە شانشینی یەکگرتوودا.

ئەوان چی دەکەن

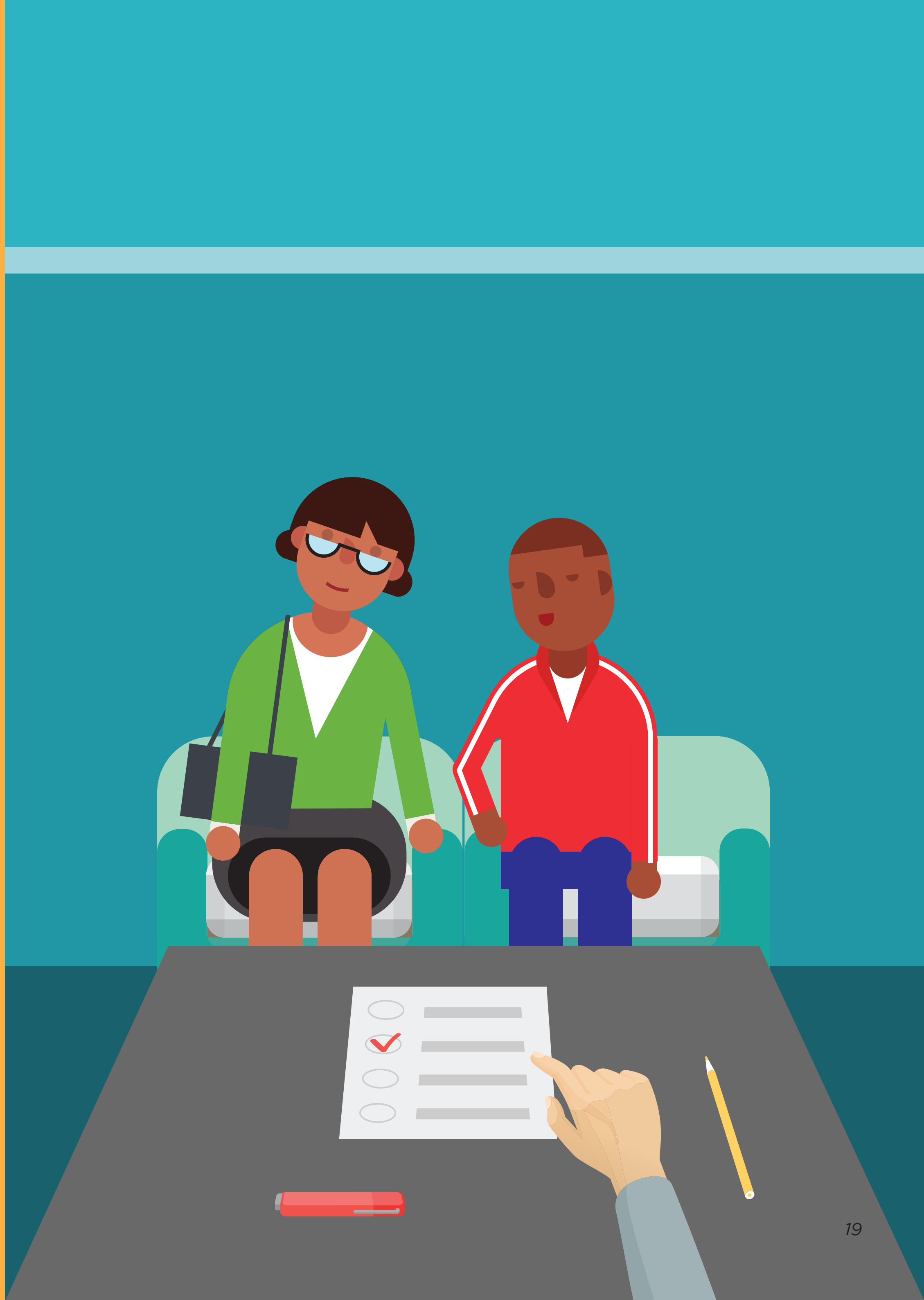
شتێکی گرنگە **زۆرترین زانیاری کە بکرێت** بدەیت بە کەیسۆرکەرەکە سەبارەت بە دواکاری پەنابەریت. کەیسوۆرکەرەکە دەبێت وات لێبکات کە ئاسوودە بیت و هاوکاریت بکات لە ڕوونکردنەوەی ئەوەی کە چی ڕوویداوە بە پرسیارەکان و گوێگرتن لە وەڵامەکانت. **مەترسە لەوەی** کە هەموو شتێک کە ڕوویداوە بە کەیس وۆرکەرەکە بڵێیت – ئەگەر پێیان نەڵێیت ئەوان ڕێگایەکی سیحریان نیە کە بەهۆیەوە شتەکان بزانن**!** هەروەها شتێکی گرنگە کە تۆ هەمیشە ڕاستی بڵێیت و ئەگەر سەبارەت بە وەڵامێک نەشزانی یان ئەگەر دڵنیا نیت، ئەوا پێیان بڵێیت**. بڕیاری کەیس وۆرکەرەکە کۆتایی نیە** لەبەر ئەوەی مافی ئەوەت هەیە کە دوای پێداچوونەوە بکەیت.

ئەگەر ئاڕاستەکرابێتیت بۆ **میکانیزمی ئاڕاستەکردنی نیشتیمانی (NMR)** ئەوا کەیس وۆرکەرێکی جیاوازی وەزارەتی ناوخۆ بڕیار دەدات کە ئایا تۆ بازرگانیت پێوەکراوە یان نا. ئەم بڕیارە دەبێت جودا بێت بەڵام زانیاری سەبارەت هەر بڕیارێک دەتوانرێت لەگەڵ کەیس وۆرکەرە جیاوازەکاندا هاوبەش بکرێت.

دەشێت کە چەند موقابەلەیک بکەیت لەگەڵ چەند کەسێکی تەمەن گەورە لە ماوەیەکدا کە دەشیت هەست بە بێهودەیی بکەیت. **ئارام بگرە.**

ئەگەر هەر کێشەیەکت هەیە لە وەڵامدانەوەی پرسیاردا، ئەگەر تۆ زۆر دەترسیت، شەرم دەکەیت، ناساغیت یان ئەگەر بیرت ناکەوێتەوە ئەوا دەبێت ئەوە روون بکەیتەوە. شتێکی **ئاساییە ئەگەر بڵێیت ”من ناتوانم لە ئێستادا** سەبارەت بەوە **قسەبکەم.“**

ئەگەر ئەوە نەڵێیت ئەوا ئەو کەسەی کە موقابەلەت دەکات نازانێت و **شتێکی گرنگە کە ئەوان لەوە تێبگەن.**



تەمەن گەورەی گونجاو یان بەرپرسیار

ئەوان کێن

"تەمەن گەورەیەکی گونجاو" یان "تەمەن گەورەیەکی بەرپرسیار" کەسێکە کە بەرپرسیارە لە **پاراستنی ماف** و **خۆشگوزەرانی** منداڵێک لە کاتێکدا کە **موقابەلە** دەکرێن.

ئەوان چی دەکەن

تەمەن گەورەیەکی گونجاو لەگەڵت دێت بۆ موقابەلەکان وەک **موقابەلەی پەنابەری** و **هەڵسەنگاندنی تەمەن** (کە پرۆسەیەکی فەرمیە بۆ بڕیاردانی تەمەنی تۆ) یان موقابەلەی پۆلیس. ئەوان هاوکاری سەربەخۆ دابین دەکەن، سەرنجی کەسی موقابەلەکەر ڕادەکێشن بۆ هەر پێویستیەک کە هەتبن و دڵنیای دەکات کە تۆ لەوە تێبگەیت کە دەگوزەرێت و بتوانیت کە گفتووگۆ بکەیت. تەمەن گەورەیەکی گونجاو دەشێت **بەخێوکەرێک بێت**، **سۆشیال وۆرکەرەکەت**، **فەرمانبەرێکی ڕێکخراوی پشتگیری پەنابەر یان کەسێک کە چاودێری بکات** بەڵام دەبێت کەسێک بیت کە تۆ بیناسیت و متمانەی پێ بکەیت.

- خەمی ئەوەت نەبێت کە کەسێک تورە بکەیت یان پێی وابێت کە تۆ بێباکیت.
- ئەگەر تۆ بۆت گرانە کە لە ڕێساکانی خوێندنگە یان ماڵی بەخێوکەرەکە بگەیت - پرسیار بکە.

- شتێکی گرنگە کە زانیاری هاوبەش بکەیت و ڕاستگۆ بیت.
- چەند پرسیار هەیە کە دەخوازیت بیکە و ئەگەر لەگەڵ شتێک هاوڕا نیت بیڵێ

پارێزەر

ئەوان کێن

پارێزەر کەسێکە کە دەزانێت و لە یاسا تێدەگات. پارێزەری کۆچبەری ئەو یاسایانە دەزانێت کە وەزارەتی ناوخۆ بەکاریان دەهێنێت بۆ بڕیاردان لەسەر داواکاری پەنابەریەکەت، بەڵام جۆری تری پارێزەر هەیە کە تێدەگات بۆ نموونە **لە یاسای تاوانکاری**، **یاسای خێزانی** یان **یاسای سۆشیال سێرڤس.**

ئەوان چی دەکەن

پارێزەر بۆ تۆ کاردەکات. پارێزەر هاوکاریت دەکات کە تێبەگیت لەوەی کە چی ڕوو دەدات لە کاتێکدا کە بە پرۆسەی داواکاری پەنابەریدا دەڕۆیت و چۆن **یاسا** و **ڕێکار** لەسەر **حاڵەتەکاندا** بەکاردێت. دەبێت سەبارەت بەوەی کە چی لە تۆ ڕوویداوە بزانن بۆ ئەوەی کە ئەمە بکەن. دەبێت گوێ لەوە بگرن کە تۆ دەیڵێیت.

ئەوان دەبێت **چەند جارێک دانیشتنت لەگەڵدا بکەن** لە کاتێکدا کە دواکاری پەنابەریت ئامادە دەکەن بۆ ئەوەی کە لە هەموو شتێک تێبگەن کە لە تۆ ڕوویداوە. ئەگەر لە پارێزەرەکەت تێنەگەیت یان دەترسیت یان شەرم دەکەیت کە قسەیان لەگەڵدا بکەیت، ئەوا دەبێت بە کەسێک بڵێیت. دەشێت بتوانیت لەگەڵ پارێزەری جیاوازدا کار بکەیت.

پارێزەرەکەت دەبێت هاوکاری بکات لە دەستنیشانکردنی ئەو بەشەی **ئەزموونی** تۆ کە گرنگە بۆ دواکاردنی پەنابەریەکەت. ئەوان دەبێت لەگەڵ تۆ بن لە هەموو موقابەلە فەرمیەکاندا کە لەگەڵ فەرمانبەرانی کۆچبەری یان پۆلیسدا بەڕێوە دەچێت و دەبێت دڵنیای بکەن کە تۆ **لە کاتی خۆیدا زانیاری دابین بکەیت**.

پارێزەرەکەت **نابێت داوای پارە لە تۆ بکات** بۆ کارکردن لەسەر داواکاری پەنابەریەکەت. دەتوانن لەبری تۆ داواکاری پێشکەش بکەن بۆ ئاژانسەکانی حکومەت بۆ داواکردنی پارە کە پێی دەگووترێت "هاوکاری یاسایی" بۆ ئامادەکردنی کەیسەکەت، بەڵام ئەوە ناگەیەنێت کە ئەوان بۆ حکومەت کاردەکەن.