



s دليل الشباب

العمر 12 - 18



تفصيلي

	اسمي
	تاريخ ميلادي
	عنواني
	اسم فوستر كارير (أسماء)
	اسم ورقم الأخصائيين الاجتماعيين
	أخصائي الرعاية الاجتماعية الخاص بي (SSW)



أسماء وعناوين هامة أخرى:

		اسم
		عنوان
	المحمول	الهاتف
		البريد الإلكتروني

		اسم
		عنوان
	المحمول	الهاتف
		البريد الإلكتروني

		اسم
		عنوان
	المحمول	الهاتف
		البريد الإلكتروني

		اسم
		عنوان
	المحمول	الهاتف
		البريد الإلكتروني

		اسم
		عنوان
	المحمول	الهاتف
		البريد الإلكتروني

مقدمه

وقد صممت على الصعيد الوطني فوستر هذا الكتيب لمساعدتك على الاستقرار في منزل التبني الجديد الخاص بك مع عائلتك بالتبني.

قد يكون الدخول في الرعاية، أو الانتقال من عائلة حاضنة إلى أخرى، مخيفًا ومربكًا. على أقل تقدير سوف يسبب بعض مستوى من القلق. هذا الكتيب سوف يجيب على بعض الأسئلة التي قد تكون لديكم الآن وفي المستقبل. وهو واحد من العديد من مصادر المعلومات المتاحة لك. في وقت لاحق في هذا الكتيب هناك توجيهات في حين يمكنك العثور على مساعدة ومعلومات.

في هذا الكتيب سوف نخبرك عن الكفالة على الصعيد الوطني ومقدمي الرعاية لدينا سوف:

- شاركك، من هو،
- و
- حصة معك ما ينبغي أن يحدث بينما كنت في الرعاية مع تعزيز على الصعيد الوطني.

سوف نشرح:

- ما هي الاجتماعات التي قد تعقدتها أثناء رعايتك
- لماذا هم مهمون وكيفية الحصول على أقصى استفادة منها.
- ما تعنيه بعض الكلمات أنك ستسمع الناس يستخدمونها.

كما سنعلمك بما هي حقوقك، وما يمكنك توقعه وما يمكنك القيام به إذا لم تكن راضيًا عن أي شيء يتعلق بكونك في دور الحضانة.

ماذا في هذا الكتاب؟

- مقدمه
- بيان الغرض
- حول تعزيز على الصعيد الوطني
- حقوقك في الرعاية
- الأخصائيون الاجتماعيون
- لديك رأيك (إجراءات الشكوى)
- استعراض الاجتماعات
- الصحة
- التعليم
- البطجه
- ترك الرعاية
- سلامة الإنترنت
- المصطلحات
- جهات اتصال مفيدة

كيف يمكنني استخدام هذا الكتاب؟

- 1) قراءة هذا الكتاب بنفسك لمعرفة المزيد
- 2) قراءة هذا الكتاب مع صديق موثوق به ومن ثم الحديث عن ذلك
- 3) الذهاب من خلال هذا الكتاب مع الأخصائي الاجتماعي الخاص بك أو رعاية الرعاية
- 4) إذا كنت ترى كلمة جريئة ، مثل هذا ، ثم يمكنك معرفة ما تعنيه الكلمة في الجزء الخلفي من الكتاب. إذا كان البالغون يستخدمون كلمات لا تفهمها، فاطلب منهم ما تعنيه.

حول تعزيز على الصعيد الوطني

والكفالة على الصعيد الوطني هي وكالة مستقلة لرعاية الأطفال والشباب. نحن نوفر الرعاية التي يمكن أن تدعم ورعاية الأطفال والشباب الذين لا يستطيعون العيش مع أسرهم. وسيعتني مقدمو الرعاية بالأطفال والشباب لفترات زمنية متفاوتة، على المدى القصير أو الطويل، حسب الظروف.

على الصعيد الوطني تعزيز سوف تفعل قصارى جهدها للعثور على مقدمي الرعاية الذين يشاركون ثقافتكم والدين واللغة. الشيء الرئيسي هو أن كنت تشعر بالأمان والرعاية وقادرة على الاستفادة القصوى من ما يمكن أن يكون وقتنا عصيبا بالنسبة لك.

بيان الغرض

بيان الغرض هو تماما sizeقادرة كتيب الذي يقول أي شخص مهتم حول تعزيز على الصعيد الوطني. ولكن بعض الأشياء هناك قد تجد مملة بعض الشيء ، لذلك قمنا بسحب أهم بت ووضعها في الفقرة هنا (ولكن إذا كنت ترغب في الحصول على نسخة كاملة ، سنقدم لك واحدة: فقط اسأل الأخصائي الاجتماعي من الكفالة على الصعيد الوطني ويمكنهم ترتيب هذا لك).

الهيئة المحدودة للرعاية على الصعيد الوطني هي وكالة مستقلة للرعاية تحكمها لوائح وأهمها قانون الطفل لعام 1989 ولوائح خدمات الكفالة لعام 2011. هذه اللوائح تخبرنا عن ما يجب علينا القيام به ومتى كمنظمة.

لدينا العديد من مقدمي الرعاية، الذين قمنا بتوظيفهم وتقييمهم والموافقة عليهم بدقة. عليهم القيام ببعض التدريب، والذهاب أمام لجنة مستقلة قبل أن يتمكنوا من رعاية أي أطفال بالتبني.

نحن نحرس كثيراً على التأكد من أن أي طفل أو شاب قادم للعيش مع مقدمي الرعاية لدينا يذهب إلى المكان الصحيح، الذي نشعر نحن، الأخصائي الاجتماعي، وأنت، أنه الأفضل لهم.

لدينا أشخاص مختلفين يعملون لدينا ، ولكن بالنسبة لك الشخص الذي ستراه بانتظام هو الأخصائي الاجتماعي المشرف. يزورون دار الرعاية بانتظام ، ولديهم عدد من الأشياء التي يحتاجونها للتحقق والتأكد من ذلك.

نحن ملتزمون تماما للعمل معا (في شراكة) مع كل من لديه inteqبية في رفاهك. well being ونعتقد أنه من المهم أن نتحدث ونتحدث مع بعضنا البعض وسنعمل ذلك دائما باحترام ونوايا حسنة.

نحن نقدم عددا من أماكن الرعاية المختلفة، وهذا يمكن أن يكون لفترة قصيرة جدا على أساس الطوارئ، أو لفترة طويلة حتى شاب مستعد للعيش بشكل مستقل. نحن نعمل مع الأخصائي الاجتماعي وأنت ما قد يكون أفضل بالنسبة لك.

وفيما يلي نص مهمة تعزيز جميع أنحاء البلد:

وفي بيئة آسرية آمنة ومحبة، نخلق الفرص والخبرات الإيجابية للأطفال والشباب التي تساعد على تحسين حياتهم.

وهذا يعني أننا: نريد منك أن تكون ساوه ويشعر أحب، ونحن نريد منك أن يكون الفرص، والأشياء التي تساعدك على تطوير، والمتعة ونتطلع إلى وجود حياة جيدة.

يمكنك العثور على بيان أكثر تفصيلاً للغرض على موقعنا على شبكة الإنترنت في [www. nationwidefostering.org.uk](http://www.nationwidefostering.org.uk) على الصعيد الوطني

ما هي الرعاية؟

الرعاية هي عندما تذهب للعيش مع عائلة أخرى في منزلهم.

وهناك أسباب عديدة تدعو الأطفال والشباب إلى أن يكونوا في دور الحضانة. قد لا تتمكن عائلتك من توفير بيئة آمنة وصحية لك في هذا الوقت. ربما كان والداك غير على ما يرام، أو غير قادرين على التعامل، أو ربما تجادلا كثيراً. ربما كنت قد عوملت بشكل سيء. تقع على عاتق الخدمات الاجتماعية مسؤولية تزويدك بمكان آمن ومريح للعيش فيه.

لديك الحق في أن يقال لك لماذا تم اتخاذها في الرعاية.

سيكون لديك **أخصائي اجتماعي** تم تدريبه لمساعدة العائلات خلال الأوقات الصعبة وسيشرحون لك الأمور ويتأكدون من فهمك لما يجري. سوف تذهب للعيش مع راعي رعاية في منزلهم حتى تتمكن من العودة إلى عائلتك أو كبيرة بما يكفي للعيش بنفسك. وهذا قد يعني الإقامة لبضعة أيام أو أسابيع أو أشهر أو حتى سنوات. ستقوم الأخصائية الاجتماعية بزيارتك في دار الرعاية الخاصة بك.

لديك الحق في أن تسأل كم من الوقت سوف تكون في دور الحضانة.

الخوض في الرعاية لأول مرة أو الانتقال إلى مكان جديد يمكن أن يكون مخيفاً جداً. سيكون هناك الكثير من الناس الجدد للقاء وكنت قد تكون الابتعاد عن الأصدقاء والعائلة. ليس من غير المألوف أن يصل الشباب إلى دار الرعاية الخاصة بهم ويشعرون بالضيق أو الغضب أو الارتباك أو القلق. قد لا تفهم لماذا لا يمكنك البقاء في المنزل مع والديك وبقية عائلتك. أو قد تشعر بالارتياح حتى لابتعادك عن المنزل.

مهما كان الأمر، فإن القائمين على الرعاية الخاص بك هناك لطمأنتك ولمساعدتك على الاستقرار. أنت لست وحدك - مقدم الرعاية والأخصائي الاجتماعي هناك للتحدث معك والحفاظ على سلامتك.

فoster مقدمي الرعاية

يتم اختيار مقدمي الرعاية بعناية وتقييمهم وتدريبهم قبل أن يتمكنوا من توفير الرعاية للأطفال والشباب. قد يكون لديهم أطفال بئب أو أطفال أطفال مولودون يعيشون هناك أيضاً.



سوف ترحب بك الرعاية بالتبني في منزلهم ، وتجعلك تشعر بالراحة وسهولة. وسوف تعطيك كل الدعم والمساعدة التي تحتاج إليها. سيكون مقدم الرعاية الخاص بك هناك لتلبية احتياجاتك اليومية، ولمساعدتك في التعليم والصحة والاحتياجات الاجتماعية الخاصة بك. وسوف يدعمونك في الاجتماعات عندما يتم مناقشة خطط لمستقبلك.

يتم تعيين مقدمي الرعاية فوستر الخاصة بهم الأخصائيين الاجتماعيين المشرفين دعم إضافي والتوجيه لرعاية لك. سترى الأخصائي الاجتماعي المشرف بانتظام ، وهم شخص آخر يمكنك اللجوء إليه إذا كان لديك أي مخاوف.

حقوقك في الرعاية

لديك الكثير من "الحقوق" في الرعاية. هذه الحقوق تقول كيف يجب أن تعامل وكيف يجب أن يتم الاعتناء بك. هذا الكتيب سوف أقول لكم عن أجزاء مختلفة من يجري في الرعاية ويخبرك أيضا عن حقوقك.

على الصعيد الوطني فوستر ومقدمي الرعاية لهم يعتقدون أنه يجب أن تعامل دائما باحترام ورعاية. يجب أن لا تشعر أبداً أنك أسوأ حالاً أو تعامل بشكل سيء لأنك في دار رعاية. لديك الحق في أن تكون محمية وأن تكبر سعيدة وصحية.

عندما يتم الاعتناء بك من قبل أحدهم مقدمي الرعاية لدينا نأمل أن تكون مرتاحاً ومستقراً - نريدك أن تكون سعيداً في رعايتنا.

إذا كنت في أي وقت غير راض عن الطريقة التي يتم التعامل معك أو الخطط التي تبذل لك -- **SPEAK UP!** أخبر شخصاً ما - إذا كان بإمكانك التحدث إلى مقدم الرعاية أو الأخصائي الاجتماعي ، فأخبرهم. لديك الحق في تقديم شكوى إذا كنت غير راض عن أي شيء يتعلق بالرعاية أو كنت تشعر أنك تعامل بشكل غير عادل ، ولديك الحق في أن يكون لديك محام لمساعدتك على تقديم شكوى. **complaint** (سوف نخبرك المزيد عن حقوق الطفل والشكاوى والمحامين في وقت لاحق).

تشمل حقوقك ما يلي:

- أن يتم الاستماع إليها حول رغباتك ومشاعرك.
- ممارسة الهوايات والاستمتاع بالأنشطة الأخرى خارج المدرسة.
- للبقاء على اتصال مع الأصدقاء والعائلة، طالما أنه من الآمن بالنسبة لك.
- لاستخدام الهاتف للتحدث مع الأصدقاء والعائلة والأخصائيين الاجتماعيين الخ.
- أن يكون لديك مصروف الجيب.
- أن يكون لديك خصوصية.
- أن تكون آمنة ومحمية.
- أن يكون الطعام والملابس والنزهة ومواد النظافة- كل ما تحتاجه.
- أن يكون لديك الأشياء الخاصة بك معك، مثل الصور والكتب ولعب الأطفال، والأشياء التي تهتمك.
- لإخبار شخص ما إذا كنت غير راضٍ عن أي شيء عن المكان الذي تعيش فيه أو كيف يتم الاعتناء بك ولديك الحق في تقديم شكوى إذا أردت.

تذكر - إذا كان لديك أي أسئلة على الإطلاق، أي شيء كنت لا تفهم، اسأل شخص ما.
على سبيل المثال قد ترغب في معرفة:

- لماذا أنا في الرعاية؟
- إلى متى سأنا هنا؟
- ما هي القواعد؟
- ماذا تفعل عائلة التبني في عطلة نهاية الأسبوع؟
- كيف سأرى عائلتي وأصدقائي؟
- مع من يمكنني التحدث إذا أصبحت الأمور صعبة أو شعرت أنها تسير على نحو خاطئ؟
- من يتخذ القرارات في حياتي، وما هي أنواع القرارات وكيف يتم اتخاذ القرارات؟

لديك الثقة. من الجيد أن أتكلم. لديك الحق في القول إذا كنت غير سعيدة أو الخلط حول أي شيء.

الأخصائيون الاجتماعيون

ما هي الأخصائية الاجتماعية؟
الأخصائي الاجتماعي الخاص بك هناك للتأكد من الحصول على رعاية بعد بشكل صحيح، فمن وظيفتهم:

- تحدث إليك واكتشف كيف أنت وما هو رأيك وما تحتاجه.
- وضع خطط حول كيفية كنت تسير على الرعاية وأين تعيش.
- تساعدك على الحصول على أقصى استفادة من التعليم الخاص بك.
- تساعدك على البقاء على اتصال مع عائلتك، إذا كان من الآمن بالنسبة لك.
- تأكد من أنك سعيد وصحي.
- شرح الأشياء لك وتأكد من فهم ما يحدث.

أنت وأخصائيك الاجتماعي
لديك الحق في:

- اعمل أخصائيك الاجتماعي على زيارتك خلال الأسبوع الأول من وضع جديد.
- انظر الأخصائي الاجتماعي الخاص بك بنفسك إذا كنت تريد (وليس دانما مع مقدمي الرعاية الخاصة بك بحيث يمكنك التحدث معهم في القطاع الخاص)، اطلب منهم أن يأخذك بها في بعض الأحيان، وتشوسse حيث تريد أن يجتمع معهم وفي الوقت الذي هو جيد بالنسبة لك أيضا.
- لديك تفسيرات لجميع القرارات التي تتخذها عنك وحياتك.
- يجب أن تسأل عن رأيك في جميع القرارات التي لديهم لاتخاذ بالنسبة لك، أن يستمع إليها وأخذها على محمل الجد.
- يجب على الأخصائي الاجتماعي الخاص بك زيارتك كل ستة أسابيع على الأقل في السنة الأولى من الرعاية وعلى الأقل كل ثلاثة أشهر بعد السنة الأولى. إذا لم يحدث هذا اسأل لماذا؟

ما هو واجب الأخصائي الاجتماعي؟
إذا كان أخصائيك الاجتماعي مريضاً أو في عطلة ، فيمكنك التحدث إلى أخصائي اجتماعي واجب. لن يكون هو أو هو أخصائيك الاجتماعي ولكن يمكنه المساعدة في الإجابة على الأسئلة وإنجاز الأمور لك أثناء ابتعاد أخصائيك الاجتماعي.

هناك عامل اجتماعي مختلف كل يوم من أيام الأسبوع. انها فكرة جيدة للحصول على اسمهم حتى تتمكن من تذكر الذين كنت قد تحدثت إلى.

تذكر - يتم تعيين مقدمي الرعاية فوستر الخاصة بهم إشراف الأخصائيين الاجتماعيين لمنحهم دعم إضافي والتوجيه لرعاية لك. سترى الأخصائي الاجتماعي المشرف بانتظام وهم شخص آخر يمكنك اللجوء إليه إذا كان لديك أي مخاوف.

لديك رأيك! (إجراءات الشكوى)

ولكل فرد الحق في أن يعامل معاملة عادلة، و باحترام. حقوقك كشاب مكتوبة في اتفاقية الأمم المتحدة لحقوق الطفل. وهذا يعني أن لديك الحق في:

- اسمع صوتك وتعامل باحترام.
- تعامل بإنصاف في جميع الأوقات.
- أن تكون قادرة على الذهاب إلى المدرسة والحصول على تعليم جيد.
- الحصول على رعاية صحية جيدة.
- لممارسة ثقافتك الدينية واستخدام لغتك الخاصة.
- أن تكون قادرة على تقديم شكوى ويكون لها محام أو تمثيل قانوني.
- المشاركة في جميع عمليات اتخاذ القرارات.
- أن تكون آمنة ومحمية من سوء المعاملة..
- أن يكون هناك تكامل ومشاركة كاملين في المجتمع.

ماذا لو لم أكن سعيدة وتجد صعوبة في التحدث؟

إذا لم تكن راضيًا عن شيء ما وتجد صعوبة في التحدث إلى أخصائيك الاجتماعي ، فيجب عليك التحدث إلى شخص بالغ آخر يمكن أن يساعدك. قد يكون هذا شخصًا بالغًا آخر تثق به مثل مقدم الرعاية أو العامل الرئيسي أو المستشار الشخصي أو المعلم أو مدير فريق الرعاية الاجتماعية. إذا كان هذا لا يساعد يمكنك أن تسأل عن محام..

ما هو الدعوة؟

الدعوة هي شخص يمكنه العمل معك ومساعدتك على التأكد من سماع آرائك ومشاعرك وأفكارك ورغباتك. التأكد من أن الناس يعرفون ما تعتقد أنه مهم جدًا لأنه يعني أن يتم أخذ وجهات نظركم في الاعتبار عند اتخاذ قرارات عنك.

يمكن للمحامي حضور اجتماعات المراجعة الخاصة بك لدعمك ومساعدتك في التحدث إذا كنت بحاجة إليها. كما يمكنهم أيضًا تقديم المعلومات والمشورة ومساعدتك أيضًا في تقديم شكوى.

ما هو الزائر المستقل؟

إذا كان لديك اتصال قليل أو معدوم مع والدك لأكثر من عام ، فإن القانون ينص على أنه يجب توفير كزائر مستقل. الزائر المستقل هو مثل صديقك ، يزورونك بانتظام ، ومثل المحامي ، يساعدون في التأكد من سماع صوتك. يمكن للزائر المستقل المساعدة أيضًا في دعمك للمشاركة في اتخاذ القرارات حول رعايتك.

كيف أشتكي؟

سيكون هناك أوقات في حياتك عندما يمكن أن تسير الأمور بشكل جيد جدًا، وربما يكون هناك أوقات أخرى عندما يمكن أن تسير الأمور على نحو خاطئ. إذا لم تكن سعيدا حول شيء للقيام مع رعايتك ثم فمن حقك لتقديم شكوى.

من حقك أن تعامل بإنصاف وما لم تخير شخصاً ما أنك غير سعيد، فقد لا تتغير الأمور. يمكن للشكوى أن تساعد في تحسين الأمور بالنسبة لك وربما حتى الشباب الآخرين مثلك. الشكوى ليست حول الحصول على لك أو أشخاص آخرين في ورطة، بل حول التأكد من أن يتم الاستماع إليك. إذا كنت ترغب في تقديم شكوى ، فهناك ثلاث خطوات (تعرف أيضاً باسم المراحل):

المرحلة الأولى:

هذه هي المرحلة الأولى حيث تتحدث إلى مقدم الرعاية الخاص بك أو الأخصائي الاجتماعي حول ما يزعجك. إذا كنت لا تشعر بالراحة في التحدث إليهم ، يمكن لـ you أيضاً التحدث إلى مدير الشكاوى الحاضنة على الصعيد الوطني عبر الهاتف، أو الرسالة أو البريد الإلكتروني، على العنوان التالي:

مدير مسجل (موظف شكاوى) (Officer)

تعزير على الصعيد الوطني، الأذنين، الطابق⁴ 1 طريق هيرفيلد، أوكسبريدج، ميدلسك UB8 1EX

هاتف: 750 6000 0203

البريد الإلكتروني: enquiries@nationwidefostering.org.uk

يمكنك الحصول على دعم من مقدم الرعاية الخاص بك، صديق، محام أو شخص تثق به للقيام بذلك. وينبغي أن يحاولوا حل المشكلة في غضون عشرة أيام عمل.

المرحلة الثانية:

إذا كنت لا تزال تعتقد أن هناك مشكلة ، فإن مدير الشكاوى سيطالب شخصاً مستقلاً (شخص لا يعمل في مؤسسة وطنية أو السلطة المحلية) للنظر في الأمر لك. هذا تحقيق رسمي ويجب أن يتم إخبارك في غضون 20 يوم عمل بما سيحدث. كما سيتم كتابة تقرير وسيقوم مدير كبير بالمرور بهذا معك.

المرحلة الثالثة:

إذا كنت لا تزال غير سعيدة ثم لجنة استعراض سوف ننظر في هذا بالنسبة لك. تتكون اللجنة من ثلاثة أشخاص ، وواحد منهم على الأقل لا يعمل من أجل تعزير على الصعيد الوطني. سيحاولون فرز المشكلة في غضون 20 يوم عمل وسيتيحون لك معرفة النتيجة.

فيما يلي تفاصيل الاتصال ببعض الخدمات والمنظمات الإضافية المعنية برفاء الأطفال.

Coram Voice (تقديم خدمات الدعوة)

حرم كورام الجامعي

41 برونزويك سكوير

لندن WC1N 1AZ

البريد الإلكتروني: @infoكورامvoice.org.uk

هاتف: 5792 7833 020

خط الأطفال

www.childline.org.uk

111124 0800 خط المساعدة للشباب في ورطة أو خطر.

يمكنك الاتصال بـ Ofsted

رئيس مفتشي أوفستيد

بوابة بيكاديللي

شارع المتجر

مانشستر

M1 2WD

هاتف: 1231 123 0300 البريد الإلكتروني: enquiries@ofsted.gov.uk

مفوض الأطفال في إنجلترا

Sالمباني الأفريقية

20 شارع سميث العظمى

لندن

SW1P 3BT

هاتف: 0731email: info.request@childrenscommissioner.gsi.gov.uk 528 0800

اجتماعات الاستعراض

سوف تجد أنه أثناء وجودك في دار رعاية التبني، سيكون هناك الكثير من الاجتماعات والكثير من الأوراق التي يتم ملؤها - يجب أن ترى هذا شيئاً جيداً وإيجابياً - لأن هذا يضمن أن كل من يعمل معك يتحدث مع الآخر ، والتحقق من أنهم يقدمون أفضل رعاية لك.

ما هي المراجعة؟

استعراض هو اجتماع للتأكد من أن يتم الاعتناء بك بشكل صحيح وأن جميع بت مختلفة من حياتك تسير على ما يرام.

من يأتي إلى اجتماع المراجعة؟

الأهم من ذلك - أنت. هذا الاجتماع يجعل من المقرر الهام، حول حياتك وأنه من المنطقي بالنسبة لك أن تكون هناك! يجب على الأخصائي الاجتماعي الخاص بك أن يتحدث معك عن من ترغب في الحصول عليه في اجتماع المراجعة. عادة ما يكون أخصائيك الاجتماعي ومقدم الرعاية وأخصائي الرعاية الاجتماعية المشرف هناك ، وواحد أو كليهما من والديك ، اعتماداً على من أنت على اتصال به. سيكون هناك أيضاً شخص يدعى ضابط مراجعة مستقل..

كم مرة يحدث اجتماع مراجعة؟

اجتماعات المراجعة الخاصة بك يحدث بعد شهر واحد من تأتي إلى الرعاية، ثم بعد أربعة أشهر من جنت إلى الرعاية ثم كل ستة أشهر لطالما كنت في الرعاية. قد يرتب مسؤول المراجعة المستقل اجتماع المراجعة الخاص بك في وقت أقرب إذا اعتقدوا أن هناك حاجة إليه ويمكنك طلب مراجعة في أي وقت تريد.

ما هو ضابط المراجعة المستقل؟ (إيرو)

هذا هو الشخص الذي يرأس اجتماعات المراجعة الخاصة بك. وهذا يعني أن مهمتهم هي التأكد من أن اجتماعاتك تسير بسلاسة ، وأن الجميع يحصل على فرصة للتحدث. نظراً لأن IRO منفصلة عن فريق الأخصائيين الاجتماعيين الخاص بك ، يمكنهم التحقق من وضع خطط جيدة لرعايتك وأن الناس يفعلون ما يقولون إنهم سيفعلونه لرعايتك بشكل صحيح.

من غيرك قد يأتي إلى اجتماع المراجعة؟

في بعض الأحيان قد يكون هناك معلمون أو طبيبك أو أشخاص آخرون يشاركون في رعايتك. يمكنك القول إذا كنت لا تريد هؤلاء الناس هناك ويمكنهم إرسال تقرير مكتوب أو تأتي فقط إلى القليل من الاجتماع.

أين تحدث المراجعات؟

في الغالب مراجعة الاجتماعات يحدث حيث كنت تعيش، ولكن يمكن أن يحدث في المدرسة أو في مكتب الخدمات الاجتماعية. إذا كان هناك مكان آخر أن كنت ترغب في الحصول على استعراضك يمكنك أن تقول ذلك، ولكن أينما كان يجب أن تشعر بالراحة هناك.

حقوقك أثناء المراجعات

لديك الحق في -

- انتقل إلى جميع اجتماعات المراجعة.
- تحدث مع أخصائيك الاجتماعي حول المكان الذي تريد أن تحدث فيه المراجعة والوقت (وليس وقت المدرسة).
- شارك مع الأخصائي الاجتماعي الذي تريده ولا تريده في اجتماع المراجعة.
- أسأل الناس الذين قد ترغب في معرفة شيء من. ربما يكون هذا المعلمون - اطلب منهم كتابة تقرير ، أو إرسال أسئلة لهم للإجابة عليك قبل الاجتماع. ليس عليهم الحضور إلى الاجتماع.
- يقال لي من سيقول ماذا في الاجتماع.
- للاجتماع مع مسؤول المراجعة المستقلة (IRO) قبل الاجتماع للحديث عما سيحدث وما تفعله ولا تريد التحدث عنه في الاجتماع. في بعض الأحيان يجب الحديث عن الأشياء الصعبة ، ولكن يمكنك التحدث مع IRO الخاص بك حول ما إذا كان يجب التحدث عنها في اجتماع المراجعة أو مع الجميع هناك ، أو حتى إذا كان عليك أن تكون هناك.
- أن تشعر بالراحة والأمان في اجتماع المراجعة الخاص بك، وجزء من كل ما يتم الحديث عنه وكل ما تقرر.
- لأخذ شخص تثق به معك لدعمك مثل المحامي (شخص يعمل هو مساعدتك في التحدث أو التحدث نيابة عنك) أو صديق أو أحد أفراد العائلة - شخص تثق به لمساعدتك في الحصول على وجهة نظر عبر
- للتحدث إلى مسؤول المراجعة المستقل حول رئاسة اجتماعاتك الخاصة بمساعدتهم.
- إرسال شخص على طول للحديث عنك، أو لكتابة أو تسجيل شيء حول ما كنت تعتقد أن تأخذ إلى الاجتماع إذا كنت لا تريد أن تذهب.
- الحصول على نسخة مكتوبة من جميع القرارات التي يتم اتخاذها في اجتماع المراجعة الخاص بك حتى تعرف ما تقرر ومن يجب أن يفعل ما بالنسبة لك.

الصحة

تريدك أن تكون بصحة جيدة وتشعر بالرضا عن نفسك. هناك جوانب مختلفة لصحتك، على سبيل المثال صحتك البدنية (جسمك) وصحتك العاطفية (كيف تشعر). نريد أن نتأكد من أننا نغطي جميع مجالات صحتك ويجب أن توضح الفقرات التالية كيفية القيام بذلك.

ما هو الطبي؟

للتأكد من أنك بصحة جيدة، ستحصل الخدمات الاجتماعية على طبيب ليعطيك طبيباً كل عام للتحقق من صحتك العامة. أول طبيب لديك عندما تأتي إلى الرعاية يجب أن يتم من قبل الطبيب.

عندما تذهب للعيش مع راعي بالتبني سوف يرتبون لك لتكون مسجلة لدى طبيب محلي إذا كان لديك واحد القديمة بعيدة جداً. سيتم كتابة خطة صحية لك وإرسالها إليك. في خطتك الصحية سوف أقول إذا كان هناك أي شيء يجب القيام به للتأكد من البقاء بصحة جيدة مثل رحلة إلى طبيب الأسنان أو التطعيم. يمكن لراعي الرعاية الخاص بك ترتيب مواعيد لك، والذهاب معك إذا كنت ترغب فيها.

الخاص بك رعاية ممرضة الشباب هو أيضا هناك بالنسبة لك للتحدث إلى إذا كان لديك أي مخاوف أو أسئلة حول صحتك. إذا كنت ترغب في الحصول على عقد منهم اطلب من مقدم الرعاية الخاص بك أو الأخصائي الاجتماعي للحصول على اتصال معهم.

حقوقك مع الطب

لديك الحق في:

- راجع طبيباً رجلاً أو امرأة إذا كنت تفضل هذا أو ذاك.
- يقال ما سيفعلونه كجزء من الطب.
- أخبر ما يكتشفونه عن صحتك.
- إذا اخترت أن يكون لديك الطبية القيام به من قبل ممرضة يمكنك التحدث معهم حول المكان الذي تريد أن يحدث.

لديك أيضا الحق في أن تقرر عدم الحصول على طبيب إذا كان من الواضح أن كنت من العمر ما يكفي لفهم القرار الذي تقوم به.

ماذا عن أسناني؟

سوف تحتاج إلى الذهاب إلى طبيب الأسنان مرة واحدة على الأقل في السنة لفحص أسنانك – نريد أن نتأكد من أن لديك ابتسامة صحية. سوف الرعاية الخاصة بك ترتيب لك لرؤية طبيب أسنان محلي إذا لم يكن لديك واحد.

ماذا عن عيني؟

سوف تحتاج إلى الذهاب إلى أخصائي البصريات (الأشخاص المدربين خصيصا لرعاية العينين) على الأقل مرة واحدة في السنة. سوف مقدم الرعاية الخاص بك ترتيب لك لرؤية أخصائي بصريات محلي.

تناول الطعام الصحي!

تناول الأطعمة المناسبة سوف تعطيك الطاقة التي تحتاجها إذا كنت ترغب في ممارسة الرياضة، والخروج مع أصدقائك أو إذا كنت بحاجة فقط دفعة للحصول على ما يصل قبالة الكنبه! أهم أربع نصائح للحفاظ على مستويات الطاقة الخاصة بك:

- دائما تناول وجبة الإفطار - إذا كنت في عجلة من امرنا الاستيلاء على قطعة من الفاكهة!
- تناول الطعام بانتظام.
- تناول الأطعمة الغنية بالحديد – أشياء مثل الحبوب الكاملة والخضروات الورقية والفواكه المجففة والفاصوليا المخبوزة.
- شرب الكثير من الماء كل يوم.

الصحة الجنسية

على الرغم من أن هذه مسألة شخصية للغاية ، فمن المهم أن يكون لديك مناقشات مفتوحة وصريحة مع الأشخاص الذين تثق بهم حول الحياة الجنسية والصحة الجنسية.

هناك أيضا عدد من المنظمات التي لديها المشورة ويمكن أن تقدم الدعم إذا كان لديك أي أسئلة أو مخاوف. كما يمكن أن تساعد في القضايا المتعلقة بالوفاة المنقولة جنسياً أو الحمل.

المشورة والمعلومات من قبل دائرة الصحة الوطنية:

<http://www.nhs.uk/Livewell/Sexandyoungpeople>

يدفع للحصول على الحقائق من مكان يمكنك الوثوق به. لا يمكنك دائما تصديق ما يخبرك به زملائك

نصائح العادات الصحية

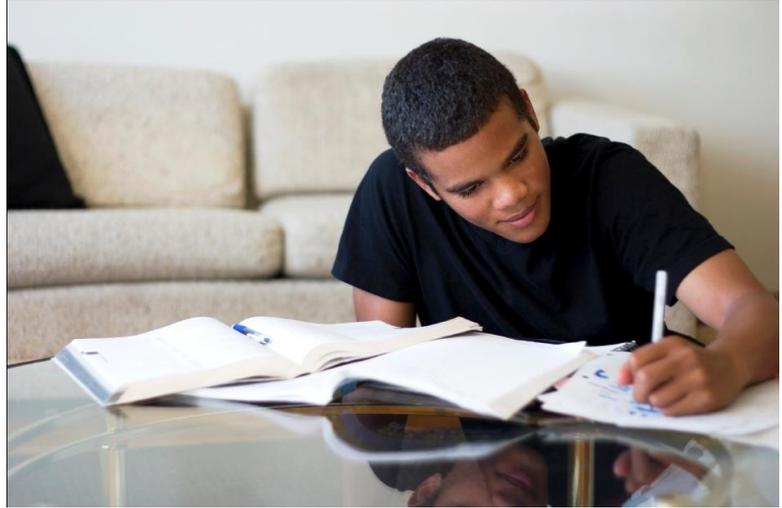
تماما مثل تنظيف أسنانك بالفرشاة، يجب زراعة العادات الصحية على أساس يومي. وفيما يلي دليل للمهام اليومية:

- يجب أن يكون النشاط حدثاً يومياً. المشي أو الجري أو القفز لمدة لا تقل عن 20 دقيقة في اليوم.
- حماية بشرتك. وينبغي تطبيق كتلة الشمس على الوجه والرقبة والذراعين واليدين حتى في فصل الشتاء. ترطيب البشرة يوميا.
- تناول الفواكه والخضروات والحبوب ومنتجات الألبان قليلة الدسم وكميات صغيرة من البروتين. تجنب الحلويات وغيرها من الأطعمة المصنعة.
- التأمل أو قضاء ما لا يقل عن خمس دقائق يوميا في وقت هادئ.
- العثور على نفسك الروحية. اكتشف ما يلهمك، ويرفع مستوى وعيك، ويحفزك، ويرضي روحك.
- مارس دماغك. قراءة ودراسة وحل المشاكل وتعلم مهارات جديدة. كما يفعل الجسم، والنفايات الدماغ بعيدا مع عدم الاستخدام.

التعليم

عندما تأتي إلى الرعاية، والرعاية الاجتماعية والرعاية في محاولة للتأكد من البقاء في نفس المدرسة. ولكن في بعض الأحيان، ولأسباب مختلفة، يضطر الأطفال والشباب إلى الانتقال إلى مدرسة جديدة. يجب على الأخصائي الاجتماعي الخاص بك التحدث معك حول هذا الموضوع ومعرفة رأيك وأين تريد الذهاب إلى المدرسة. سيقوم مقدم الرعاية الخاص بك بإجراء استفسارات عن مكان لك في المدارس المحلية وترتيب زيارة إذا كنت تريد.

ما هي خطة التعليم الشخصي؟
خطة التعليم الشخصي (PEP) هي خطة فريدة من نوعها لك ويتعلق الأمر كله بتعليمك. تقول ما تحتاج إليه للتأكد من أنك تفعل أفضل ما في تعليمك الذي يمكنك. يتم وضع هذه الخطة من قبل الأخصائي الاجتماعي الخاص بك، شخص يعتني بتعليم الشباب في الرعاية، وأحياناً والديك والأهم من ذلك أنت.



من هو المعلم المعين؟
هناك معلم واحد في كل مدرسة يعمل هو التأكد من أن الأطفال والشباب في الرعاية يحصلون على تعليم جيد - يتم تسميتهم معلم معين وسيتم إخبارهم أنك في الرعاية. ولكن لا ينبغي أن يعرفوا جميع الأسباب التي تجعلكم في الرعاية أو حتى ما هي جميع الخطط بالنسبة لك، وينبغي ألا يخبروا جميع المعلمين الآخرين.

حقوقك مع تعليمك
لديك الحق:

- أن يكون لديك مكان في المدرسة.
- للحفاظ على القطاع الخاص في المدرسة التي كنت في الرعاية، إذا كنت تريد.
- أن تكون قادرة على الذهاب في رحلات مدرسية، ونزهة، الخ مثل أي طفل آخر أو شاب.
- أن يأتي شخص ما إلى أمسيات والديك ويشاهدك في المسرحيات المدرسية أو الحفلات الموسيقية أو التجمعات ، إذا أردت (عادة ما يكون أخصائيك الاجتماعي أو مقدم الرعاية الخاص بك).
- لإخبار شخص ما إذا كنت غير سعيد في المدرسة، أو الدخول في مشاكل أو التعرض للتنمر.
- نطلب مساعدة إضافية خارج المدرسة في دراستك.
- للمشاركة في أنشطة المدرسة والنوادي.

البطجة

البطجة دائماً ما تكون خاطئة وتسبب الكثير من المشاعر السيئة والإجهاد. عندما كنت في الطرف المتلقي من البطجة تحتاج إلى إخبار شخص ما حتى يتمكنوا من مساعدتك في جعله يتوقف.

البطجة تشمل اسم الدعوة، مما يجعل التهديدات، تخويف، سرقة أموالك، مما يجعلك تفعل أشياء كنت لا تريد لأنك تعرف أنها خاطئة، ضرب، الصفع أو اختلاق القصص بحيث تحصل في ورطة. يمكن أن يحدث البطجة وجهاً لوجه ، من خلال أشخاص آخرين ، عبر وسائل التواصل الاجتماعي ، بما في ذلك 'facebook'، 'MSN' ، أو عبر رسالة نصية.

إذا كنت تعتقد أن شخصاً هو البلطجة لك أن تخبر مقدم الرعاية الخاص بك، والأخصائي الاجتماعي الخاص بك، وأخصائي اجتماعي المشرف، معلم أو صديق. لا تحتفظ به لنفسك.

يمكنك أيضاً الاتصال بخط الطفل على 1111 0800 أو التحقق من الموقع على www.bullying.co.uk

ترك الرعاية

متى سأترك رعاية الرعاية؟

عندما يتم الاعتراف بك من قبل الخدمات الاجتماعية، وقتك في الحضانة سوف ينتهي في مرحلة ما. هذا يمكن أن يحدث في عدد قليل من الطرق المختلفة. إذا كنت لا تزال في دار رعاية عندما كنت 18، وكان لديك أمر الرعاية، وهذا سوف ينتهي تلقائياً. وهذا يعني أنك مستقل.

عندما تكون فوق 16 عاماً، يكون لديك تأثير أكبر على خطة رعايتك أكثر من ذي قبل، يمكن لـ you التحدث إلى الأخصائي الاجتماعي وضابط المراجعة المستقل حول ترك الرعاية والعملية التي تنطوي عليها. يمكنك الاتصال بأحد المدافعين عن دعم إضافي إذا كنت تعتقد أن ذلك سيساعدك.

إذا كان لديك أكثر من 16، وكنت قد تم استيعابها دون أمر الرعاية، وهذا يمكن أن تنتهي في أي وقت إذا كنت، والدريك والأخصائي الاجتماعي الخاص بك توافق. إذا كنت تفضل البقاء بعد رعاية يمكنك القيام بذلك، حتى لو كنت الآباء لا توافق. يمكن أن يكون وقتاً مثيراً ومخيفاً عندما تغادر الرعاية. هناك الكثير للتفكير - دفع الفواتير، والدراسة أو العمل، ورعاية نفسك، والطبخ والتنظيف، والمتعة وجعل الوقت لنفسك بالطبع!

ماذا سيحدث عندما أكون في السادسة عشر؟

للتأكد من أنك مستعد للعيش بنفسك، ستحصل على أخصائي اجتماعي جديد عندما تبلغ 16 عاماً (أو عندما تكون في الخامسة عشرة وما يقرب من 16 عاماً). إنهم يعملون في فريق يسمى فريق رعاية الرحيل ومن مهمتهم لدعم لكم، جنباً إلى جنب مع مقدم الرعاية ومساعدتك على التفكير في ما يمكنك القيام به للحصول على استعداد للعيش بنفسك بمجرد أن كنت 21. إنها وظيفة خدمة ترك الرعاية للتأكد من أن لديك أخصائي اجتماعي ومساعدة مالية ومكان للعيش فيه.

فقط لأن لديك أخصائي اجتماعي جديد لا يعني أنك ستنتقل من المكان الذي تعيش فيه. عادة يمكنك البقاء حيث كنت تعيش إذا كنت لا تزال سعيدة هناك. إذا كنت مستعداً، فقد تنتقل من المكان الذي تعيش فيه إلى مكان يمنحك المزيد من الاستقلالية. وهذا ما يسمى العيش شبه المستقل. سوف يتحدث معك الأخصائي الاجتماعي والمسؤول المستقل عن هذا الأمر عندما تكون في الخامسة عشرة و/أو السادسة عشرة.

خطة المسار

عندما تبلغ من تبلغ 16 عاماً، سيتحدث معك الأخصائي الاجتماعي الجديد والأشخاص الآخرين المهمين بالنسبة لك لمعرفة المزيد عنك وما هي احتياجاتك. وسوف تساعدك على التفكير في مستقبلك - ما تدرسه، وما تريد القيام به في المستقبل ومهارات كالاتقلال. يجب أن تشارك في هذه الاجتماعات لتكون قادرة على قول ما هي رغباتك ومشاعرك. وهذا ما يسمى تقييم الاحتياجات. يتم كتابة تقييم احتياجاتك في ما يسمى خطة المسار. على الرغم من أنه قد يبدو وكأنه المزيد من الأوراق، خطة المسار الخاص بك هناك لمساعدتك على السيطرة على حياتك. إنه موجود لمساعدتك على تخطيط الأهداف والمهام المستقبلية، والتعامل مع أي مخاوف لديك أو تحديات قد تواجهها.

ستساعدك خطة المسار على:



- الاستعداد للعيش بشكل مستقل
- الحصول على عمل أو بدء دورة تدريبية
- كن مكتفٍ ذاتياً
- قم بانتقال ناجح من الرعاية إلى منزلك
- اعطني بصحتك العاطفية
- بناء والحفاظ على منزل دائم لنفسك
- خطة لما هو غير متوقع
- تحقيق أهدافك وطموحاتك

سوف تكمل خطة المسار الخاصة بك ومراجعتها كل ستة أشهر على الأقل. سيتم كتابة خطة المسار الخاصة بك وسوف تحصل على نسخة من هذا. سيكون لديك هذه الخطة حتى تكون في سن 21 أو 24 إذا كنت في مرحلة التعليم أو التدريب. ستواصل الأخصائية الاجتماعية العمل معك حتى تبلغ من سن 18 عاماً، وستساعدك على التخطيط للمستقبل والاستمرار في التأكد من سلامتك وتلبية جميع احتياجاتك.

ما هي المساعدة التي سأحصل عليها من أخصائي الاجتماعي؟

- المعلومات والمشورة والدعم طوال الوقت الذي ستترك فيه الرعاية.
- المساعدة في إكمال ومراجعة خطة المسار الخاصة بك.
- روابط إلى خدمات أخرى قد تحتاج إليها.
- المساعدة في تنفيذ المهام بنفسك، بدلاً من القيام بمهام من أجلك.

تذكر: الأمر متروك لك للعمل مع الأخصائي الاجتماعي ومقدم الرعاية لتعلم المهارات الحياتية مثل الطبخ والتسوق والغسيل والكي والميزنة والتنظيف والتخطيط وما إلى ذلك. لا يمكنهم فعل ذلك من أجلك

سلامة الإنترنت

الإنترنت هو مورد مفيد ، فهو يساعدك على إجراء أبحاث لواجباتك المنزلية ، والتحدث مع أصدقائك ، والبحث عن السلع والخدمات ، وإرسال رسائل البريد الإلكتروني للاستماع إلى الموسيقى وتنزيل الفيديو والألعاب. إعادة مهما مخاطر مع يستعمل الإنترنت. من المهم أن تحافظ على سلامتك أثناء ركوب الأمواج..

صاحب الرعاية الخاص بك لديه واجب لمراقبة استخدامك للإنترنت. هذا هو السبب في أنه لن يسمح لك بالوصول إلى الإنترنت في غرفة نومك. أي كمبيوتر أو كمبيوتر محمول مع الوصول إلى الإنترنت يجب أن يكون في مكان عام داخل دار الحضانة.

الأشياء التي يجب عليك القيام بها على شبكة الإنترنت:

- احتفظ بجميع بياناتك الشخصية لنفسك للحفاظ على سلامتك!
- اسأل مقدم الطلب عما إذا كان بإمكانك استخدام منتدى مناقشة أو غرف دردشة أخرى.
- إذا كنت تعتقد أن شخصاً ما يتحدث على موقع لا ينبغي أن يكون حقاً وكنتم مشبوهاً ، فيرجى إبلاغ مقدم طلبك.
- **الأشياء التي يجب عليك أبدا القيام به على شبكة الإنترنت :**
- لا تنظم للقاء الأشخاص الذين أجريت معهم مناقشات عبر الإنترنت. إذا اخترت الرجاء التأكد من أن لديك هاه ه الخاصبك مقدم حياتك هناك معك!

- لا تعطي أي شخص تتحدث إليه عبر الإنترنت عنوان منزلك أو رقم هاتفك (بما في ذلك هاتفك المحمول) أو أي تفاصيل مصرفية!
 - لا ترسل أي شخص أي صور لنفسك.
 - لا تعطي اسمك الكامل لشخص لا تعرفه
 - لا تعطي عنوانك للغرباء
 - لا تعطي رقم هاتفك أبداً
 - إذا كان استخدام غرف الدردشة استخدام اسمك عند التحدث مع الناس كنت لا تعرف.
 - كن محترماً أثناء وجوده على الشبكة. وهذا يعني عدم إرسال رسائل بغیضة إلى أشخاص آخرين.
 - إذا تلقيت رسائل رهيبه أخبر مقدم الرعاية الخاص بك أو الأخصائي الاجتماعي الخاص بك.
 - لا تفتح بريدًا إلكترونيًا من شخص غير معروف لك.
 - إذا كان لديك جهاز الكمبيوتر الخاص بك لديها برنامج حامي الفيروسات تثبيتها.
- تحقق من هذه المواقع للحصول على أفكار جيدة للحفاظ على آمنة عند استخدام الإنترنت!

www.kidsmart.org.ukwww.thinkuknow.co.ukwww.chatdanger.com

المصطلحات

الاعتداء – هذا هو عندما يؤدي شخص ما شخص آخر – هذا يمكن أن يكون الإهمال (عدم الاعتناء بك بشكل صحيح)، الاعتداء الجنسي، الاعتداء العاطفي (وهذا يمكن أن يكون عندما يضر مشاعرك) والاعتداء البدني (إذا كان شخص ما يضر جسمك). وجميع أشكال إساءة المعاملة تضر بالأطفال والشباب. وهذا هو السبب في أن بعض الأطفال والشباب يُرعون – لأن أحدهم كان يؤذيهم، أو كان هناك خطر كبير من التعرض للأذى.

استيعاب - هذا هو عندما يتم رعاية الطفل من قبل الوالدين بالتبني أو في منزل سكني بموافقة الوالدين.

الدعوة – هذا هو الشخص الذي يتحدث نيابة عنك، ويساعدك على أن يكون رأيك!

مدرسة داخلية - هذا هو عندما كنت تعيش في مكان ما وتذهب إلى المدرسة هناك أيضاً. المنزل الذي تعيش فيه عادة ما يكون منفصلاً عن موقع المدرسة.

أمر الرعاية – هذا هو عندما تقول المحكمة أن الطفل أو الشاب لا يمكن أن يعيش مع والديهم. يتم اتخاذ هذا القرار دائماً لحماية الطفل أو الشاب من التعرض للأذى.

خطة الرعاية - هذا شيء سوف تكتبه الأخصائية الاجتماعية الخاصة بك حول كيفية تلبية احتياجاتك. وهذا يشمل أشياء مثل المكان الذي ستذهب إليه المدرسة، والاتصال، والصحة، والوضع القانوني، والمال، والمكان الذي ستعيش فيه والأنشطة التي ترغب في القيام بها.

رعاية الأطفال لخدمة الصحة النفسية (CAMHS) – هذه هي الخدمة الصحية خاصة للأطفال والشباب الذين يتم الاعتناء بك لدعمك مع احتياجاتك العاطفية والاجتماعية.

قانون الطفل لعام 1989 - هذا هو القانون الذي يجب أن تتبناه جميع المجالس للحفاظ على سلامة الأطفال وخلقهم من الأذى.

مدونة قواعد السلوك – هذا شيء مكتوب يخبر الناس بالقواعد التي يجب أن يتبعوها.

نموذج التشاور - هذا هو النموذج الذي يمكنك كتابة وجهات نظركم ورغباتك على قبل اجتماع الاستعراض. إنها فرصة لك لكتابة ما تعتقده!

الاكتئاب - هذه حالة شائعة تؤثر على كل من الذكور والإناث، الصغار والكبار. قد يكون الشعور بالحزن الشديد أو منخفضة وعموما لا يمكن أن يكون ازعجت. إذا كنت تشعر هكذا لفترة من الوقت يمكن أن تكون مكتئباً يمكنك التحدث مع شخص بالغ موثوق به حول هذا الموضوع.

الرعاية - هذا هو الشخص أو الأسرة التي ترعى الأطفال والشباب الذين لا يستطيعون العيش مع أسرهم لأي سبب من الأسباب.

العامل الرئيسي – هذا هو الشخص البالغ الذي يعمل عادة في وحدة سكنية أو مدرسة / مدرسة داخلية. ومن مهمتهم لدعمكم ومساعدتك على القيام بالأشياء التي تحتاج إلى القيام به.

مسؤول مراجعة مستقل - هذا شخص بالغ يعمل في المجلس، ولكنه منفصل عن الأخصائي الاجتماعي ومقدم الرعاية. إنهم يديرون اجتماعاً معك ومع الناس الذين يساعدون في رعايتك مرة واحدة ستة أشهر ومن مهمتهم للتأكد من أن يتم الاعتناء بك بشكل صحيح.

زائر مستقل - إذا لم يكن لديك الكثير من الاتصال مع عائلتك سوف الأخصائي الاجتماعي الخاص بك التحدث معك حول وجود زائر مستقل. هذا هو شخص بالغ موثوق به يمكن أن يزورك ، يأخذك إلى الخارج ، ويعطيك المشورة ويكون صديقاً لك.

العناية – هذا مصطلح يستخدم للأطفال والشباب الذين لا يعيشون مع أسرهم ويتم **إيواءهم** أو رعايتهم. وهذا يعني أن المجلس يعتني بك ويجب أن يتأكد من تلبية جميع احتياجاتك!

خطة المسار - هذه هي الخطة التي يتم كتابتها معك عند سن 16 والتي سوف تساعدك على التفكير في الدعم الذي قد تحتاجه للعيش بشكل مستقل.

التنسيب - يستخدم هذا المصطلح من قبل الأخصائيين الاجتماعيين ومقدمي الرعاية فوستر في بعض الأحيان. وهذا يعني المكان الذي سيعيش فيه الطفل أو الشاب الذي يتولى الرعاية. يمكن أن يكون هذا مكاناً **للرعاية** أو رعاية داخلية أو مدرسة داخلية أو سكناً آمناً.

عالم النفس – هذا هو الشخص الذي يدرس السلوك البشري وكيف يعمل العقل. ويمكنها مساعدة الأطفال والشباب على التعامل مع الأشياء الصعبة التي تحدث في حياتهم.

طبيب نفسي – هذا هو الشخص الذي لديه خلفية طبية ويدرس أيضا السلوك البشري وكيف يعمل العقل. يمكن للأطباء النفسيين وصف الأدوية لمساعدة الأطفال والشباب الذين يحتاجون إلى مساعدة إضافية في صحتهم العقلية.

العلاج النفسي – هذا هو نوع من المشورة.

الإقامة الآمنة - هذا هو المكان المغلق حيث يقيم الأطفال والشباب إذا كانوا خطرًا على أنفسهم و / أو الآخرين. هناك حاجة إلى أمر من المحكمة إذا ذهب شخص ما إلى سكن آمن لأكثر من ثلاثة أيام. هذا لا يحدث في كثير من الأحيان.

الرعاية الاجتماعية – هذا هو اسم الفرق التي تقدم خدمات لدعم الأطفال والأسر والتأكد من أن الأطفال آمنون دائمًا!

مراجعة الاجتماع - هذا هو الاجتماع الذي أنت والكبار الذين يهتمون لك يجتمع كل 6 أشهر للتأكد من أن خطة الرعاية الخاصة بك تعمل بالنسبة لك، وأنه يتم الاعتناء بك بشكل صحيح. من المهم بالنسبة لك أن يكون رأيك في اجتماعات الاستعراض!

الرعاية السكنية – هذا هو المكان الذي يمكن أن يعيش فيه الأطفال والشباب عندما يتم رعايتهم. سيكون لديهم غرفة خاصة بهم ويعيشون في مبنى حيث يوجد دائما عمال للمساعدة وفريق من الموظفين. وهذا ما يسمى عادة منزل الأطفال.

ضعف البصر – هذا هو عندما لم يكن لديك الاستفادة الكاملة من البصر العين.

جهات اتصال مفيدة

هل تريد المزيد من النصائح حول الرعاية؟
تحقق من هذه المواقع!

كيرلاو

www.carelaw.org.uk

يعطي معلومات مفيدة مثل الحقوق والتعليم الخاص بك والرعاية الصحية للأطفال والشباب في الرعاية.

قانون الأطفال لعام 1989

www.opsi.gov.uk/acts/acts1989/Ukpga_19890041_en_1.htm

هذا ما يقوله القانون وهو الدليل النهائي لما هي حقوقك.

www.nyas.net توفر الدائرة الوطنية لمناصرة الشباب

المعلومات والمشورة والدعوة والتمثيل القانوني للأطفال والشباب حتى سن 25 سنة

مكتب حقوق الطفل مدير

www.rights4me.org This هو موقع غير تقليدي مع الكثير من المعلومات حول حقوقك!

صوت

www.voiceyp.org

صوت هي جمعية خيرية وطنية تعمل مع الشباب للتحدث نيابة عنهم ودعمهم في الحصول على تحسينات في حياتهم

يحتوي موقع جمعية الأطفال

www.childrenssociety.org.uk

جمعية الأطفال على قسم "من أجل الأطفال" للسماح لك بالحصول على رأيك.

هل تريد المشورة والمعلومات والدعم؟

خط الأطفال

www.childline.org.uk

0800 11124 خط المساعدة للشباب في ورطة أو خطر.

مفوض الأطفال في إنجلترا

مباني الملاذ

20 شارع سميث العظمى
لندن
SW1P 3BT
هاتف: 0731email: info.request@childrenscommissioner.gsi.gov.uk 528 0800

السامريون
www.samaritans.org
Samaritans 90 90 08457 يوفر الدعم السري، 24 ساعة في اليوم للأشخاص الذين لديهم مشاعر الضيق أو اليأس.

بروك
www.brook.org.uk
معلومات سرية والمشورة للشباب مع وصلات إلى أقرب مركز بروك الخاص بك.

سيجد مجلس
www.refugeecouncil.org.uk اللاجئين
القصر غير المصحوبين هذا الموقع مفيداً جداً. لدى مجلس اللاجئين مجموعة من المشاريع لطالبي اللجوء وينتج معلومات بلغات مختلفة.

RU-OK
www.ru-ok.org.uk الموقع الذي يساعدك على مساعدة نفسك – كيفية التعامل مع المشاكل الشائعة، فضلاً عن استخدام نقاط القوة الخاصة بك.

الوصول
www.youthaccess.org.uk الشباب هو جمعية العضوية الوطنية للمشورة الإعلامية للشباب والمشورة والدعم.

شبكة الشباب
www.youthnet.org الأولى الخيرية المتاحة فقط على الانترنت! تقديم التوجيه والمشورة والدعم للشباب.

معلومات الإعاقة

اتصل بعائلة
http://www.cafamily.org.uk/inyourarea/For الأسر ومقدمي الرعاية مع الأطفال ذوي الإعاقة.

مينكاب
www.mencap.org.uk المعلومات والمشورة بشأن إعاقة التعلم والإسكان والتعليم والعمالة والترفيه.

المكتب الوطني للأطفال
www.ncb.org.uk لدى المكتب الوطني للأطفال مشروع لحقوق الأطفال المعوقين يُسمع صوتهم "صنع أنفسنا مسموعاً".

الناس
www.peoplefirstltd.com أولاً المشورة والمعلومات والدعوة للأشخاص الذين يعانون من صعوبات في التعلم.

RNID
www.rnid.org.uk 0123 808 0808 معلومات مفيدة للصم وضعاف السمع.

ولدى جمعية الأطفال
www.childrenssociety.org.uk/disabilityadvocacyproject جمعية الأطفال مشروع لتعزيز الدعوة مع الشباب ذوي الإعاقة ومن أجلهم.

الجمعية الوطنية للتوحد
www.autism.org.uk
4004 070 0845 للحصول على المعلومات والمشورة والدعم بشأن التوحد.

الصحة

وكالة معايير الغذاء
www.eatwell.gov.uk
المعلومات ونصائح حول الأكل الصحي، مهما كان عمرك.

الصحة النفسية
www.youngminds.org.uk
معلومات عن الصحة العقلية للأطفال.

الصحي

www.nhs.uk
دائرة الصحة الوطنية 111
111 هو رقم دائرة الصحة الوطنية غير الطارئ. انها سريعة وسهلة ومجانية. اتصل بالرقم 111 وتحدث إلى مستشار مدرب تدريباً عالياً، بدعم من المتخصصين في الرعاية الصحية. يجب عليك استخدام خدمة NHS 111 إذا كنت بحاجة ماسة إلى مساعدة طبية أو مشورة ولكنها ليست حالة تهدد الحياة.

لا ذعر

www.nopanic.org.uk
لا معلومات الذعر ومساعدة سرية لاضطرابات الرهاب والقلق.

www.rpsych.ac.uk الكلية الملكية للأطباء النفسيين
الكثير من المعلومات المفيدة للشباب حول الصحة العقلية.

باب الجراحة

www.surgerydoor.co.uk
معلومات عن الكثير من الحالات الطبية المختلفة والمشورة بشأن الحياة الصحية.

IMOKTA

www.imokta.co.uk
IMOKTA هو موقع على الانترنت نمط الحياة لمن هم من 14 إلى 19 سنة. هناك الكثير من الأشياء باردة على ذلك، مثل الألعاب، ورق الجدران، الفيلم والموسيقى استعراض! يحتوي قسم القضايا على رسوم متحركة في مواقف الحياة الحقيقية ، ويوضح لك كيفية البقاء آمناً. المتعة!

Need2Know

www.need2know.co.uk
Need2Know هي البوابة الجديدة لمن هم من العمر 13 إلى 19 عاماً. وهو يوفر "أول محطة" لكل شيء في الحياة ، والتي تغطي مجالات الحياة مثل الصحة والعلاقات والقانون والمال والسفر.

قلق الكحول

www.alcoholconcern.org.uk
معلومات حول تعاطي الكحول وروابط للخدمات المحلية.

www.drugscope.org.uk المخدرات معلومات عن المخدرات والقانون وسياسة المخدرات وآخر البحوث والسياسات.

التحدث مع فرانك
www.talktofrank.com
8765 917 0800 المعلومات والمشورة حول المخدرات

المساعدة والمشورة

فيما يلي بعض المنظمات التي يمكن أن تساعد الأطفال والشباب في مشاكلهم.

Coram Voice (تقديم خدمات الدعوة)
حرم كورام الجامعي
41 برونزويك سكوير
لندن WC1N 1AZ
البريد الإلكتروني: @infoكورامvoice.org.uk
هاتف: 5792 7833 020

Ofsted يمكنك الاتصال بـ
رئيس مفتشي أوفستيد
بوابة بيكاديللي
شارع المتجر
مانشستر
M1 2WD
هاتف: 1231 123 0300 البريد الإلكتروني: enquiries@ofsted.gov.uk

المركز القانوني للأطفال
820 873 01206
جامعة إسيكس، فيفنهو بارك، كولشستر، إسيكس **CO4 3SQ**
يقدم مشورة الخبراء للشباب ولديه الكثير من المنشورات المفيدة (والمجانية!).

خط الطفل
1111 0800 مجاناً، 24 ساعة في اليوم
444 844 0800 طفل في خط الرعاية
Freepost 1111، N1 0BR
يقدم "خط مساعدة" سري إذا كنت قلقاً أو خائفاً أو تحتاج فقط إلى شخص للتحدث معه.

خط حماية الطفل **NSPCC**
5000 800 0808 مجاناً، 24 ساعة في اليوم

كيدسكيب
3300 7773 020
2 حدائق غروسفينور، لندن SW1W 0DH
يعمل كيدسكيب على منع البلطجة. كما أنها تنتج منشورات للأطفال

"من يهتم؟" خط الارتباط
هاتف مجاني 570 564 0500
وبالنسبة للشباب الذين يُعنون حالياً أو الذين تركوا الرعاية.
مفتوح أيام الاثنين والأربعاء والخميس.

جمعية الأطفال
1466 639 0207
91 طريق كوينز، بيكهام، لندن SE15 2EZ