



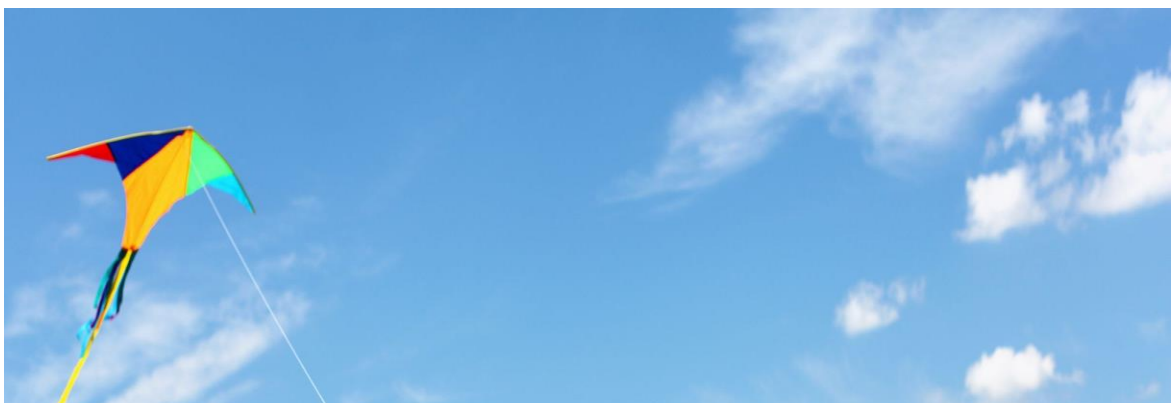
Young Persons Handbook

Age 12 - 18



Agahiya Min

Navê Min	
Date min jidayikbûnê	
Navnîşa min	
Pêşveçûn Nêrevan da Navekî	
Karkerên Sosyal min Navekî û Jimare	
Nêrevan min civakî karker (SSW)	



Yên din Girîng Navekî û Navnîşanên:

Navekî			
Navnîşan			
Telefûn		Mobîl	
E-mail			

Navekî			
Navnîşan			
Telefûn		Mobîl	
E-mail			

Navekî			
Navnîşan			
Telefûn		Mobîl	
E-mail			

Navekî			
Navnîşan			
Telefûn		Mobîl	
E-mail			

Navekî			
Navnîşan			
Telefûn		Mobîl	
E-mail			

Pêşkêşî

Brîtanya di warê vê wêra ji bo alîkarîya we nav mezinkirinê we ya nû bi cih malê bi malbata digirin, xwe çê.

Hatina nav lînêrîna, an jî mirov ji yek malbatê de digirin, ji yê din, dikare bibe scary û tevlîhev dike. Qet nebe, ew dê hin asta tirsê çewtiyan. Ev pirtûka hin pirsên ku hûn dikarin û paşerojê li we re bersîv bidin. Ev yek ji çavkaniyên gelek agahî ji bo te ye. Piştî di vê pirtûka vê pirtûkê de rêberiyek heye ku hûn dikarin alîkarî û agahdarî bibînin.

Di vê pirtûkê de em ê di derbarê UK-ê de pêşveçûn û pêşniyarên me yê we dê ji we re dibêjin:

- bi we re parve bikin, kî kî ye,
û
- bi we re çî divê bibe dema ku hûn li lînêrîna bi UK warê in.

Em rave dê:

- çî civînên we re hene, dema ku hûn li lînêrîna in
- çîma ew girîng e û ne how to get herî ji wan re.
- Çî hin ji yê ku gotinên wê wateyê ku tu dê gel bi kar bibihîzin.

Em ê ji we re dizanin ku mafên te çî ye, hûn çî dixwazin hêvî bikin û hûn çî dikî heke hûn ne bi kêfxweş in ku hûn bi kêfxweşiya lînêrîna xwe re dişibînin.

Di vê pirtûkê de çî ye?

- Pêşkêşî
- Armanca Ji Daxuyaniya
- Der barê UK Pêşxistina
- Mafên we di lînêrîna de
- Karkerên Sosyal
- Gotina xwe (Qanûna gilîkirinê)
- Civînên Pêşçavkirina
- Tenduristiyê
- Perwerde
- Bêguman
- Piştgiriya lînêrîna
- Ewlekariya Înternet
- Jargon
- Alîkarane Têkilî

Ez çawa dikarim vê pirtûkê bi kar tînin?

- 1) Pirtûka vê pirtûkê bi xwe re bixwînin ku bêtir lêgerîn
- 2) Vê kitêb bi vê hevalê xwe re bi hevalê xwe re bixwînin û paşê li ser vê yekê biaxivin
- 3) Bi vê pirtûkê bi karmendê xwe re bi karmendê xwe an jî lînêrîna lînêrînê herin
- 4) Heke hûn peyvek di bêjeyê de bibînin, hûn vê yekê, hûn dikarin bibînin ka peyva ku di paşê pirtûkê de tê wateya.

Ger mezinan peyvên ku hûn nizanin, hûn fam nakin, wan ji wan re dipirsin.

Der barê UK Pêşxistina

UK Pêşveçûn ajansa ciwan û ciwanan ji bo ajansa ajansa serbixwe ye.

Em karsazên xwe yê ku piştgirî bikin û ji bo zarokan û ciwanên ku nikarin bi malbata xwe re dijîn bijî. Karkerên dê û ciwanan dê di bin rewşê de girêdayî dirêjahiya dem, kurt, an demek dirêj de binêrin.

UK Pêşveçûn wê çêtirîn bikin ku karsazên dilxwazên ku hûn çandî, ol û zimanî bi xwe re parve bikin. Lê belê tiştê girîng e ku hûn ji bo ewlehiyê bisekinin û ji bo karanîna piraniya we ya ku we ji we re zehmet e.

Armanca Ji Daxuyaniya

Di daxuyaniyê de armanca hema pirtûka pîvanek pir girîng e ku kesê ku ji bo Brîtanayê Behind Binêrin re eleqeyek eşkere dike. Lê hin tiştên ku li wir hûn dikarin borînek bibînin, da ku em bermayiyên herî girîng ên ku di vê parçeyê de derxistin derxistin (lê heger tu dixwazî kopiyek tevahî be, em ê ji we re bidin. Karmendê sosyalê ji UK Pêşveçûn bipirsin û ew dikare ji bo we armanca xwe bikin).

UK Pêşveçûn Ltd e an ajansa Pêşveçûn serbixwe ku ji aliyê qanûnên û ya herî girîng jî birêve Qanûna Zarokan 1989 û Pêşveçûn Services Rêzname 2011. Ev rêzname me agahdar li ser ka divê em çî bikin û dema ku weke saziyeke in.

Me gelek lînêrîner hene, yê ku me vekişandin, bi tevahî nirxandin û pejirandin. Divê hin tiştan hîn bikin, û pêşiya panelek serbixwe berî ku ew dikarin her zarokek pêbawer binêrin.

Em lînêrînek ji bo ku bizanin ku zarokek an ciwanekî ciwan e ku dê bi lînêrîna me re bijîn, bi awayekî rast rast, her kesê ku we, karkerek civakî, û hûn, hest ji wan re çêtir e.

Em ji bo me karên cuda dixebitin, lê ji bo we ji we re yek ji we re bibînin, Karkeriya Sosyal a Çavkanî ye. Ew li seranserê malê bi rêkûpêk biçin, û hejmareke wan heye ku ew hewce bike ku bizanin û kontrol bikin.

Em bi dilsoz in ku hûn bi hev re hevkarîyê bikin (hevkarîyê) bi her kesê ku bi kêfxweşiya we re baş e. Em bawer dikin ku ew girîng e ku bipeyivin û hev re bi hev re biaxivin û em ê her tim bi armanca hurmetê û armancên xwe bikin.

Em pisporeên demokrasîyê pêşkêş dîkin, ev dikare dema dema acîl an jî, ji bo demeke dirêj ve heta ku ciwanek amadekar e ku serbixwe bijî. Em bi karkerek civakî re dixebite û hûn çî dibe ku ji bo we baştirîn.

Tundûtûjiya li UK Pêşveçûn de wiha tê gotin:

Di hundurê hawirdora ewlehiya malbatê de em ji bo derfetan û tecrubeyên erênî çêbikin

Zarok û ciwanan ku alîkarî ji bo jiyaneên xwe baştir bikin.

Ev tê wateya ku: Em dixwazin ku hûn ewle bibin û hez dîkin, em dixwazin ku hûn derfetên xwe hene, tiştên ku hûn ji bo alîkariyê bikin pêşveçûnê, kêfxweş bikin û dixwazin ku jiyaneke baş.

Hûn dikarin li ser malpera me ya 'daxuyaniyek armanc' binirxînin www.ukpêşveçûning.org.uk

Çi ye Pêşveçûn lînêrînê?

Lînêrîna pêşveçûn e dema tu biçî, li cem malbatek din di mala wan de bijî.

Gelek sedem hene ku zarok û ciwanan hewce ne di nav lînêrîna pêşveçûnê de. Malbata we ya ku hûn nikarin ji bo we ji bo hawîrdewletek saxlem û tendurustî nebe. Dêûbavên ku hûn neheqî bûn, nikare nekin qerax bikin, an jî ew dikarin gelek xerîb hene. Dibe ku hûn xirab bûne. Ew berpîrsiyariya Civakî ya Ewlekar e ku hûn li cîhekî ewle û hêsanî ji bo jiyane bidin we pêşkêş dîkin.

Mafê we heye ku we çîma hûn çîma kirina lînêrînê çîma.

Hûn ê karkerek civakî ye ku ji bo wextên zehmet zehmet re alîkariya malbatan bikin û ew ê ji bo we re şîrove bikin û hûn bizanin ku hûn çî dîkin. Hûn ê diçin mala xwe li ser mala xwe ya pêşveçûnê bijî heta ku hûn nikarin vegerin malbata xwe an jî pir baş in. Ev dibe ku mayîna çend rojan, hefte, meha an jî salan jî. Karkerek civakî ya we dê di mala te pêşveçûnê de serdana we.

Mafê te heye ku bipirse ka heta çî hûn ê li lînêrîna pêşveçûn be heye.

Dema ku hûn cara yekem carekê bikin an derheqê nû ya nû bikişînin, dibe ku pir xemgîn bibin. Li wir dê gelek kesan bibin ku hûn bibînin û hûn ji hevalên xwe û malbata dûr bibin. Ji bo ciwanên ku li mala xwe xemgîn, hêrs, şaş an jî xemgîniyê bifikirin ev yek ne gelekî ne. Hûn nikarin fêhm nakin çîma hûn li bavê we û bavên we yên mayî ne bimînin. An jî, hûn dikarin hêrs bibin ku ji malê ve bimînin.

Çî jî hebe, nêrevan pêşveçûn te hene ji bo ku tu xwe rihettir û bi alîkarîya we di çareserkirina Tu ne bi tenê - nêrevanekî pêşveçûn te û pisporekê civakî hene ku bi te re bipeyivin û ji bo we biparêze.

Pêşveçûn Nêrevanan bi baldarî hilbijartin, nirxandin û perwerdekirin, beriya ku ew lînêrîna ji bo zarok û ciwanan ne. Ew dikarin zarokên pêşveçûnê an jî zarokên zarokên din jî hene hene.



Kareriya pêşveçûnê dê ji we re li mala xwe bixwazin, hûn xweş û hêsan dibin. Ew ê ji we re piştgirî dikin û piştgiriya we hewce bike. Hêzên pêşveçûnê dê ji we re hewceyên we yê rojane be û hûn hewceyên perwerdehiyê, tendurustî, û pêdiviyên we bibin. Ew ê li hevdiînên ku hûn planên pêşerojê têne gotûbêj kirin.

Pêşveçûn Nêrevanan bi xwe û serperîştîya pisporekê civakî wan rêdan ji wan re destek û pêşniyarên din jî piştî ku tu va bide. Hûn ê karsaziyek civakî ya bi rêkûpêk digerin dibînin, û ew kesekî din in, hûn dikarin eger hûn xemgîniya xwe bigirin.

Mafên we di lînêrînê de

Tu xwedî gelek 'mafên' li lînêrîna. Ev mafên bêjin çawa ji te re pêwîst bînin dermankirin û çawa ji te re pêwîst bê piştî nêrî. Ev pirtûka we ji we re liverên cihê yê ku di lînêrînê de tê gotin û we jî ji we re derbarê mafên we de ji we re dibêjin.

UK Pêşveçûn û wan pêşveçûn nêrevanên ku bawer bikin ku te divê her tim bi rêz û lînêrîna bê dermankirin. Divê tu carî bifikirin ku hûn xirabtir dibin an jî xirab dibin ku ji ber ku hûn di lînêrîna pêşveçûnê de ne. Hûn mafê we heye ku parastin û ji bo kêfxweş û bijîşk dibe.

Dema ku hûn ji hêla lînêrînerên pêşveçûnê yê me ve digerin, em hêvî dikin ku hûn ê hêsan in û cîran be. - Em dixwazin ku hûn di lînêrîna me de kêfxweş bibin.

Heger li hesêb te ne kêfxweş in bi riya hûn tînin dermankirin an planên ku bi awayekî ji bo we ne - Axaftin !! Kesekî Re Bêje - eger tu bi Nêrevan, pêşveçûn te an jî pisporekê civakî gotûbêj wê demê ji wan re bêjin. Hûn mafê we heye ku hûn gilî bikin ku hûn li ser tiştek ku hûn bi lînêrîna xwe re anî bikin an jî hûn difikirin ku hûn neheqdarî derman kirin, û mafê te heye ku parêzerek we ji we re gilî bike. (Em ê li ser mafên mirovan, gilî û parêzvanan li ser ser we re dibêjim).

Mafên Te Linavxistin:

- Divê ji bo daxwazên we û hestên xwe bihîstin.
- Ji bo hestiyariyê û çalakîyên derveyî dibistana kêfxweş bibin.
- Ji bo hevalên xwe bi heval û malbatê re bimînin, heta ku ew ji bo we ewle ye.
- Ji bo telefonê bikar bînin ku hevalên heval, malbata û karmendên sosyal re biaxive.
- Pêdivî ye ku pereyê pocket
- Ji bo taybetmendiya heye.
- Ji bo parastin û parastin.
- Ji bo xwarin, cilan, avêtin, avêtin-her tiştê ku hûn hewce ne.
- Ji bo we re tiştên xwe hene, wek wêneyên, pirtûk, firotin, tiştên ku ji we re girîng e.
- Ji bo kesek ji we re dibêjin heger hûn li ser ku hûn li jiyana dijîn an çiqas dijîn nebin ne û ji bo ku hûn dixwazin bixwazin giliyê xwe bigirin.

Bîr bînin - Ger heger pirsên we hebe, tiştê ku hûn nizanin, kesek bipirsin. Bo nimûne ku hûn dixwazin bizanin:

- Ez çima lînêrim?
- Ma ez ê li vir bimim?
- Qanûn çi ye?
- Mala pêşveçûn çi di hefteyê de çi dike?
- Ez ê malbata xwe û hevalên xwe çawa dibînim?
- Kî dikarin ku ez tiştê zehmet an jî dixwazim ku ji wan re çewt e?
- Yê ku di jiyana min de biryar dide, çi çi biryaran û biryarên çawa têne çêkirin?

Bawer bikin. Ew baş e ku biaxivin. Mafê we heye ku hûn dibêjin heger hûn nefret dikin an jî li ser tiştê tengahî dikin.

Karkerên Sosyal

Karkerek civakî çi ye?

Karkerek civakî ya we heye ku hûn piştrast bikin ku hûn piştî ku biqewimin binêrin, ew karê wan e:

- Ji we re bipeyivî û bibînin ku hûn çi ne û hûn çi difikirin û çi hewce ne.
- Plana xwe bikin ka hûn çawa diçin û ji bo ku hûn dijîn.
- Alîkariya ku hûn pir perwerdehiya we bibin.
- Pêdivî ye ku hûn bi malbata we re têkilî bimînin, eger ew ji bo te ewle ye.
- Bawer bikin ku hûn dilxweş û tendurust in.
- Tiştên xwe ji we re bêje û bicîh bikin ku hûn fêhm dikin ku çi dibe.

Hûn û karkerê civakî ya we

Mafê te heye ku xwedî:

- Ma karkeriya civakî ya te di hefteya yekem a veguhestina nû de hûn li we re.
- Ger hûn bixwazin (herdem herdem bi nêrevanên pêşveçûnê xwe bibînin), hûn dikarin ji wan re bi xwe re bi axivînin, ji wan re bipirsin, carinan ji we re carî bikin û ji bo ku hûn dixwazin wan re hevdiîtin bikin û di demekê de ji we re baş e.
- Ji bo hemî we û we jiyana we didin hemî biryarên ji bo we didan.
- Ma ji we re got ku hûn li ser her biryarên ku wan ji bo we didin bifikirin, ji bo ku hûn guhdarî bikin û cidî bibin.
- Karkerek civakî ya we divê hûn bi kêmanî her hefte hefte di sala yekem a ku hûn di sala pêşîn de her sê mehên paşîn û kêmanî di nav lênêrînê de û bi we re biçin. Ger vê yekê nabe ku çima askî?

Ci Erkekî ji Karkerek Civakî ye?

Heke karkerê sosyal ya we nexweş e an betlaneyê hûn dikarin li Karkeriya Civakî ya Dutyê bipeyivin. Ew an ew ê karsaziya we ya civakî ne lê lê dibe ku dikare alîkariya pirsên bersîv bike û tiştên ku hûn ji bo we pêk anîn, dema ku karmendê we ya civakî ye. Her roj ji heftê heftê karkerek civakî ye. Dîtekek baş e ku navnîşa xwe bigihîjin vê yekê hûn dikarin bibîr bikin ku we ji we re dipeyive.

Bîr bînin - Pêşveçûn nêrevanên bi xwe û serperîştîya karkerek civakî wan rêdan ji wan re destek û pêşniyarên din jî piştî ku tu va bide. Hûn ê li karsaziyek civakî ya bi rêkûpêk re bibînin û ew yek ji yekî din in.

Gotina xwe (Qanûna gilîkirinê)

Herkes xwedî mafê rastdarî û rêzgirtina xwe têtê kirin. Mafên we wek ciwanek ciwan li Peymana Mafên Zarokan ya Peymana Neteweyên Yekbûyî nivîsandî ye.

Ev tê wateya ku we xwedî maf heye:

- Dengê te bihîstiyê û rêzdariya xwe bistîne.
- Di her carê de meriv tedawî ye.
- Hê bibin ku biçin dibistanê û perwerdek baş bibin.
- Lênerîna tenduristiyê baş bistînin.
- Ji bo kulturê xwe dînî û zimanê xwe bikar bînin.
- Dikarin gilî bikin û parêzerek an nûnerê qanûnî heye.
- Di tevahiya biryarê de tevî bibin.
- Ji bo parastina parastinê û parastinê biparêze.
- Ji bo civaka integrasyonê û tevî tevahî heye.

Ma heke eger ez ne kêfxweş in û jê re zehmet bikim ku biaxivim?

Heke hûn ne tiştê kêfxweş in û ne zehmet bibînin ku karkeriya civakî ya xwe bipeyivin, hûn hewl bidin ku meriv ji hevdûyek din re biaxivin ku hûn alîkariya te bikin. Ev dibe ku meriv dibe ku hûn bawer bikin ku hûn wek karmendê pêşveçûn, karkerek karser, şêwirmendê kesane, mamoste an mamosteya lênêrînê ya civakî. Heke ev ne alîkarî ji we re dikare ji bo **parêzger** bipirsin.

Ma parêzerek çî ye?

Parêzerê kesek e ku dikare bi we re bixebitin û we alîkariya we bikin ku hûn bisekinin ku nêrînên xwe, hest, raman û daxwazên te bihîstin. Piştrast bikin ku mirov dizanin ku hûn difikirin ku pir girîng e, ji ber ku ew wateyê ku hûn biryarên ku hûn li ser biryarê têne hesab kirin.

Parêzger dikare hevdîtînen we pêşwazî bike ku hûn piştgiriya we bikin û ji bo ku hûn hewceyê wan re biaxivin alîkarî bikin. Ew jî dikarin agahdariyê û şêwirdariyê bidin û herweha bi we re gilî bikin.

Serdana serbixwe çî ye?

Heke ku hûn ji bavê xwe re kêmtir an ne têkilî bûn, ji salek ji bo zêdetir sal, hingê qanûn dibêje ku hûn bi Wezaretek **Serbixwe** re pêşkêş dikin.

Serdanek serbixwe mîna hevalê te ye, ew diçin we û we, wek, parêzerek, alîkarî bikin ku dengê te bihîstin. A mêvanek serbixwe dikare dikarî ji bo ku hûn di biryareyên derbarê lênêrîna we de beşdarî beşdarî piştgiriya bikin.

Çawa dikarin giliyê bikim?

Di dema jiyana we de dema carî dikare baş bibe û dibe ku carinan tiştan çewt bin. Heke hûn ji bo tiştê ji bo lênêrîna we re bi kêfxweş in, hingê mafê we heye ku giliyê xwe bikin.

Mafê te rast e ku meriv rastdarî tedawî ye û heke hûn kesek bêjin ku hûn nefret dikin, tiştên ku nikarin guhartin. Pirsgirêk dikare alîkarî ji bo we çêtirîn çêtir dibe û dibe ku hûn ciwanên din ên din wek we. Daxwaze ne li ser we yan jî mirovên din tengahî ne, ew e ku hûn bawer bikin ku hûn têne bihîstin.

Ger hûn dixwazin giliyê xwe bistînin, sê gav hene (tê de wekî asta tê zanîn):

Qonaxa 1:

Ev qonaxa yekem e ku tu carî an karmendê sosyalê li ser ku hûn tengahiyê xwe bipeyivin biaxivin. Heke hûn nebêjin wan bi wan re dipeyivin, hûn dikarin ji hêla navnîşa jêrîn li telefonê, nameyê, email an an nivîskî pêşîn, bi telefonê Pêşveçûnê ya UK-pêşveçûnê re biaxivin.:

UK Pêşveçûn, 5 Twisleton Court, Priory Hill, Dartford, Kent DA1 2EN

Complaints Officer: Nicky Hudson

Tel: 01322 473 243

Email: enquiries@nationwidefostering.org.uk

www.facebook.com/nationwidefostering

Hûn dikarin ji karmendê pêşveçûnê piştgirî bibin, heval, parêzer an kesek ku hûn bawer bikin. Ew hewl hewl bikin ku pirsgirêk di deh rojan de pirsgirêk bikin.

Qonaxa 2:

Heke hûn hîn jî difikirin ku pirsgirêkek heye hebe, birêveberê gilîbarên giliyê kesê serbixwe bixwaze (kesek ku ji bo Bêrsîngeha Binêrîn an desthilatdariya herêmi) ne ku hûn ji te re binêrin. Ev lêkolînek fermî ye û hûn di nav rojên 20 karan de werin werin agahdarî kirin. Raport wê jî nivîsandin, û rêveberê bilind ê wê bi vê yekê re biçe.

Qonaxa 3:

Heke hûn ne hêsan in in, paşê panelê reviewê wê ji bo we re binêrin. Pan panel ji sê kesan pêk tê, û kêmanî yek ji wan re ji bo UK-ê Binêrin dixebite. Ew ê hewl hewl bikin ku pirsgirêk di 20 rojan de pirsgirêkê çareser bikin û dê ji we re encamekê bizanibin.

Li jêr agahdariyên têkilî yên hin xizmet û saziyên din ên ku bi dewlemendiya zarokan re têkildar in.

Dengê (Peydakirina xizmetên parêzvanî)

320 City Road,
London, EC1V 2NZ
Email: info@voiceyp.org
Telefona Azad: 0808 8005792

Zarok line

www.childline.org.uk
0800 1111
24 seetan ji bo kesên ciwan di tengahiyê de, an talûke.

Hûn dikarin têkilî bikin

Ofsted Chief Inspector
Piccadilly Gate
Store Street
Manchester
M1 2WD
Tel: 0300 123 1231 email: enquiries@ofsted.gov.uk

Komîsyona Zarokan ya Îngilîstanê

Sanctuary Buildings
20 Great Smith Street
London
SW1P 3BT
Tel: 0800 528 0731 email: info.request@childrenscommissioner.gsi.gov.uk

Civînen Pêşçavkirina

Hûn dê bibînin ku dema ku hûn di lînêrîna pêşveçûnê de hene, dê pir hevdîtîna û gelek pirtûkên tije tije bibin - divê hûn tiştek tiştek baş û erênî bibînin, ji ber ku ew e ku her kesê ku bi we re dixebite, bi hev re dipeyivî, û kontrol bikin ku ew ji bo lînêrîna xwe baştirîn pêşkêş bikin.

Çi ye pêşçavkirina?

A pêşçavkirina e hevdîtîna de ji bo bicîh bikin ku hun bi awayekî ji bo baş miqate ye û ku hemû bits cuda yê jiyana xwe bi dê baş.

Yê ku tê civînên pêşçavkirina?

Pir girîng - te. Di vê hevdîtîna de biryarên girîng di derbarê jiyana we de dikeve û ev yek ji we re fêhm dike ku hûn li wir bimînin! Karkerek civakî ya we divê ji we re bi axivîn ser kêfa ku hûn dixwazin ku hûn li hevdîtîna bibînin. Bi gelemperî karkerek civakî ya civakî, karsaziya we û karkerê sosyal ên wê dê hene, û yek an jî du dêûbavên we, li ser li ser ku hûn bi têkiliyê re têkilî ne. Wê jî kesê ku jêbarkirina lêkolînerê serbixwe serbixwe tê gotin.

Çawa caran a civînên pêşçavkirina bûyin?

Civînên pêşçavkirina te bibe ku piştî mehekê we nav lînêrîna bê, wê çar meh piştî we nav lînêrîna hat û paşê her şeş mehan de ji bo ku heta ku hun li lînêrîna in. Karmendê çavdêriya we ya serbixwe ya serbixwe dibe ku hûn hewce nebe ku hevdîtîna xwe hewce bike û biryara we ya ku hûn dixwazin dixwazin.

Karbidestek çavdêriya serbixwe çi ye? (IRO)

Ev kes e ku hevdîtîna we pêşniyaz dike. Ev tê wateya ku ew karê wan e ku bicîh bikin ku hevdîtîna xwe bi awayek zûtir dibin, da ku her kesek derfet bigrin. Ji ber ku IRO ji bo tîma karûbarên sosyal ên xwe cuda ye, ew dikarin kontrol bikin ku ji bo lînêrîna we û ji wan re dibêjin gelên ku hûn dibêjin, hûn ê baş bikin.

Kî din rêzkirina kombarsê ji bo civînên de venêrîna bê?

Hinek caran dibe ku mamoste, doktorê we, an jî kesên din di nav lînêrîna we de bibin. Hûn dikarin bêjin, eger tu van kes dixwazin ne li wir û ew nikarin rapora nivîskî bişîne an jî bi tenê ji bo hinekî li civînê de were.

Li ku derê çi pêşçavkirina bibe?

Bi piranî civînên pêşçavkirina bibe cihê ku tu lê dijîn, lê ew dikarin li dibistanê an li ofîsa xizmetên civakî bibe. Heke li cîhekî din heye ku hûn dixwazin ku lêpîrsîna te binêrin hûn dikarin bibêjin, lê her ku ew e ku hûn li wir xweş in.

Mafên xwe di dema pêşçavkirina

Mafê te heye ku xwedî –

- Biçe hemû civînên pêşçavkirina xwe.
- Bi karkeriya civakî ya xwe re bipeyivin ku hûn dixwazin ku lêpîrsîna bibin û çi demê (dema dibistanê ne).
- Share bi karmendê sosyalê te ku tu dixwazî û tu li civînê de venêrîna xwe dixwazin bi.
- Ji mirovên ku hûn dikarin dixwazin ji tiştek bizanin bipirsin. Dibe ku dibe ku mamoste be - ji wan re bixwînin ku raportek bixwînin, an jî ji ber ku civînê pêşî we bersiv bidin wan pirsan. Ew nabe ku civînê bikin.

- Bêje ku kî dê di civînê de çi bêjin.
- Ji bo civînê berî civînê li ser çi dibê û hûn çi bikin û naxwazin li ser hevdîtîna dipeyivin bi Karmendê Wezaretê Çavdêriya Serbixwe (IRO) hevdîtin. Gelek carinan dijwar divê li ser biaxivin, lê hûn dikarin li ser IRO-axaftina xwe dipeyivin ka gelo wan li ser civînê an jî bi her re re biaxivin, yan jî heger hûn li wir bimînin.
- Ji bo civînê lêpîrsînerê we rehet û xweşxweş bibin, û parçeyek her tiştê ku di derbarê her tiştê û biryarê de tê axaftin.
- Ji bo ku hûn bi we re bawer bikin ku piştgiriya we wek we parêzvanek (kesek ku karê we ye, ji bo we re biaxivin an jî ji bo we re biaxivin), heval, an endamê malbatek - kesek ku hûn bawer dikin ku hûn bi alîkariyê bidin we bikin dîtîna
- Ji bo ku ji bo alîkariya wan re bi civînên xwe re axaftin bi karmendê xwe yê çavdêriya serbixwe biaxivin.
- Kesekî din bişînin ku ji bo we re biaxivin, an jî nivîsîn bikin an tiştek qeyd bikin ku hûn çi difikirin ku civînê bikin ku eger hûn nexwestin.
- Ji bo biryareke nivîskî ku hemû biryarên ku li ser civînê te çêkiriye da ku hûn bizanin ka çi biryar da û biryarê ku hûn çi bikin.

Tenduristiyê

Em dixwazin ku hûn xweşwî bibin û li ser xwe xweş baş bikin. Wateyên ku ji bo tenduristiya we (tendurustiya te) û tendurustiya we ya hestiyar (we çawa xweş dike) hene. Em dixwazin ku bisekinin ku em hemî herêmên tendurustiya we û dernavên jêrîn bêjin ka ev çawa pêk tê.

Çi pizîşkî e?

Ji bo bicîhkirina ku hûn tendurustî ye, Xizmetên Civakî dê doktorekî bigirin ku hûn her salê bijîşkek derman bikin ku tendurustiya giştî ya kontrol bikin. Pêdivî ye ku doktorî yê yekem yê ku hûn têtê dermankirin divê bi doktorê xwe bêne kirin.

Dema ku hûn diçin ku bi karkerên pêşveçûn re dijîn, ew ê armanca wê bibin ku hûn bi doktorê herêmî re qeyd bikin ku heger yek kal dût dût e. **Pîlana tenduristiyê** wê ji bo we re nivîsandin û we şandin. Di plana tendurustiyê ya we de wê bêje ku eger tiştek hewce bike ku hûn bicîh bikin ku hûn tendurist bimînin - mîna rêwîtiyek bi dermanker an an vaxslêdanê. Kareriya pêşveçûnê dikare ji bo we wezîfedarkirinên xwe bigirin, û eger hûn dixwazin bixwazin.

Piştgiriya we ya **ku nursa ciwan** a ku hûn ji bo we re dipeyivin heye ku hûn bipirsin an jî hûn li ser tendurustiya we bipirsin. Ger hûn bixwazin ji wan re bisekinin karmend an karkerê sosyal dixwazin ku bi wan re têkilî bibin.

Mafên we bi pizîşkî

Mafê te heye:

- Heke ku hûn an yek an jî bixwaze mirovek an jinikê bibînin.
- Wê got ku ew ê çawa bibin wek beşek pizîşkî.
- Ji wan re got ku ew li ser tendurustiya xwe bibînin.

- Heke hûn bijartin ku bi tenduristiya xwe bi nesaxa xwe ve bijartî hûn dikarin li ser ku li ku hûn dixwazin bibin, ji wan re bipeyivin.

Hûn jî mafê xwe biryar da ku biryar nake ku hûn doktorî nebe ku ev eşkere ye ku tu têra te kalî ye ku hûn biryarê ku hûn çêbikin.

Çi diranên min?

Hûn hewce ne ku hûn her salê carekê doktorîstî a salê carekê bikin ku diranan te kontrol bikin - em dixwazin ku hûn pêça xweşikî bijî. Ger carê pêşveçûnê dê ji we re armanca da ku hûn doktorîstek herêmî bibînin bibînin.

Çi çavên min?

Hûn hewce ne ku biçe optikvanê (kesan bi taybetî dixebitin ku ji çavên xwe binêrin) bi kêmanî carekê carek carek daye. Lênêrîna pêşveçûnê dê ji bo we arîkarî ji bo dîtina bijîşkek herêmî.

Xwarinê tendurustî!

Xwarinê xwarinên rastê we bide we ku hûn hewceyê hewceyê ku hûn bixwazin hewce dikin, bi hevalên xwe re bikişînin an heger hûn hewce ne ku hûn şehfê bikin.

Çar pêşniyarên çar jibo ku asta enerjîya xwe bistînin:

- Her demê taştê bixwin - eger hûn di zûtirîn de perçeyek berê fêk bikin!
- Xwarin rasterast.
- Xwarinên dewlemend ên zêrîn ên dewlemend - tiştên wekî mîna xwarinên kîloyan, sebên kesk, pelên darê û sûkan.
- Her roj gelek avê vexwe.

Tendurustiya Gîzî

Her çiqasî ev pirsgirêkek pir kesane ye, ew e ku hûn dikarin mirovên ku li ser serdestiyê û tendurustiya cinsî li baweriyê bi baweriyê re vekirî re vekirî û vekirî binivîsin.

Gelek rêxistinên ku ji bo şewirdariyê hene û dikarin dikarin piştgiriya pêşniyarî bikin hebe ku heke hûn pirs û gefan hene. Ew jî dikarin bi pirsgirêkên dora veguhastina şaşî (STI) yan ducaniyê alîkarî bikin.

Şewirdarî û Agahiyê bi NHS:

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

Ew dide ku rastiyên li derveyî cîhekî ku hûn bawer bikin. Hûn nikarin bawer bikin ku hevalên te ji we re dibêjin.

Alîkariyên Hizîtiyê yên tendurustî

Wek mîna diranên te birçîbûnê, bendên tendurustî divê di rojane de çandin. Belê rêberiyek ji bo karên rojane ye:

- Çalakî divê rojane bibin. De rêve herin, birevin an bavêje ji bo herî kêr bi giştî di 20 deqeyan di rojê de.

- Çermê te biparêze. Asta rojê, di rûyê zivistanê de rûyê, germ, dest û dest bikar bînin. Çermê rojane.
- Fêk, paqij, golîn, hilberên dairy û piçûk kêr piçûk. Ji sweets û xwarinên din ên pêvajoyê dûr bikin.
- Dema ku di demê sivik de herî kêr pênc deqîq bikim an jî derbas bikin.
- Xwezayî xwe bibînin. Vebijêrin ka hûn çi bisekinin, asta xwe hişyar bike, we teşwîq dikin û ruhê xwe bigire.
- Mêjûya xwe bikişîne. Xwendin, xwendin, pirsgerêkên çareser bikin, û karsaziyên nû hîn bibin. Wek bedenê, mêjî bi kêmbûna karanîna wastayî wenda dike.
- Hug hevalê xwe.

Perwerde

Dema ku hûn têgihîştin, xizmeta civakî dê hewl bidin ku hûn li heman dibistanê bimînin. Lê carinan, ji ber sedemên cûda, zarok û ciwanan divê dibistanek nû dibînin. Divê karkerek civakî ya ku hûn li ser vê bipeyivin û hûn bizanin ka çi difikirin û ku hûn dixwazin dibistanê dibînin. Karerîya pêşveçûnê dê ji bo we li dibistana herêmî û lêgerînek ku hûn dixwazin bixwazin lêpîrsînek li cîhekî lêpîrsîn.

Çi ye kesane perwerdeya plana?

Plana perwerdehiya kesane (PEP) planek e ku ji bo we re yek e û ev yek perwerdehiya we ye. Ew dibêje ku hûn hewce ne ku hûn bisekinin ku hûn pir baş bi perwerdeyê ku hûn dikarin dikane bikin bikin. Ev plana bi hev re destê karmendê sosyalê xwe, yekî ku piştî perwerdehiya gel ciwan di lîstikê dinêre, carna dê û bavê xwe û ya herî girîng jî kirin, tu.



Mamosteyê kî ye??

e yek mamoste li her dibistanê de ku kar e ew e ku bicîh bikin ku zarok û ciwanên di lîstikê bi getting a perwerdeya baş hene - ew bi mamosteyê terxankirî û gazî û wan re bê gotin, ku tu di lîstikê in. Lê divê ew hemû sedemên ku hûn di lîstikê de an jî hemî planên ku hûn ji bo we re ne dizanin, û ew ne ji hemû mamosteyên din re dibêjin.

Mafên te bi perwerdeya xwe

Mafê te heye:

- Ji bo dibistanê li cîh heye.
- Ji bo ku hûn bixwazin li dibistanê dibînin ku hûn di lîstikê de, eger hûn dixwazin.
- Ji bo ku hûn bikaribin rêwîtiyên dibistanê, derheq, hûrgelan û her weha mîna kesek din an ciwanek ciwan biçin.

- Ji bo ku hûn bi dêûbavên bavê xwe re bêne û hûn di lîstikên dibistan, konseran an civînan de, hûn bixwazin, eger hûn bixwazin (ew bi gelemperî karkerê civakî ya civakî).
- Ji bo ku ji we re dibistana ku hûn di dibistana xweş de nexwendin, ji bo pirsgirêk an jî bêdeng kirin.
- Ji bo ku ji xwendekarên xwe re dibistana derveyî bêhtir bixwaze bipirsin
- Ji bo çalakiyên koleksiyonê û klûbên beşdarî tevlêbûnê bibin.

Bêguman

Bêguman herdem herdem çewt e û gelek hest û zordariyên xirab dike. Dema ku hûn di dawîya tundûtûjiyê de hûn hewce ne, hûn hewce ne ku kesek ji wan re bipeyivin, da ku ew alîkariya xwe bigirin.

Tundûtûjê tê navnîşên navê gazî, tehdît kirin, ditirsin, diravên we dizane, hûn tiştên ku hûn ne naxwazin ku hûn nekin ji ber ku hûn dizanin ku ew neheq, xilas, şikandin an jî çîrokên xwe hene ku hûn di diwariyê de bibin. Tundûtûyê dikare rûyê rûyê xwe, bi rêya mirovên din, bi rêya medyaya civakî ya civakî, wek facebook, MSN, an jî peyamên tekstê dibe.

Heke hûn difikirin ku kesek tengahî ye, hûn carer, pêşvebiriya civakî ya civakî, karmendê sosyal, mamoste an hevalek xwe bipeyive. Hûn xwe bi xwe biparêze.

Hûn dikarin li ser 0800 1111 li Lîra Zarokan telefon bikin an malpera xwe kontrol bikin www.bullying.co.uk

Piştgiriya lênêrînê

Dema ku ezê lênêrîna Pêşveçûn bimîne?

Dema ku hûn piştî xizmetên Civakî têne nirxandin, wextê we di dema pêşveçûnê de dê di hinek hanê de dawî bibin. Ev dikare di çend awayan de pêk tê. Heke tu 18 salî ye, hûn hîn jî di pêşveçûnê de in, û ku hûn li Birêvebirina Lênêrînê hene, ev ê bixweberê xwe bi dawî bibe. Ev wateya ku tu serbixwe ye.

Dema ku hûn di 16 salî de ne ji we re li ser plana lênêrîna xwe ya bêtir bandor in, hûn dikarin karmendê xwe ya civakî û nirxandina serbixweyî li ser lênêrînê û pêvajoyek ku tevlî tevlêbûna xwe bipeyivin. Heke hûn difikirin ku dê ji we re alîkariyê bikin hûn dikarin parêzvanek ji bo piştevaniya bêtir têkilî bikin.

Heke hûn di 16 salî de ne, û hûn bêyî Birêvebirina Lênêrînê hatine bicihkirin, ew dikarin her dem di dema ku hûn, dê û bavê we û Karkeriya Sosyalê qebûl dikin bibin. Ger hûn bixwazin ku hûn piştî ku hûn dikarin bibînin, bimînin, heke hûn dêûbav naxwazin.

Dema ku hûn lênêrînê bisekinin ev demeke tirsdar e. Gelek e ku ji bo fikra - finansên diravî, xwendinê an jî dixebitin, piştî ku xwe, xwarin û paqijkirinê digerin, kêfxweşî û wextê xwe ji bo qursa xwe çêbikin!

Ka dê çi biqewime dema ku ez berê xwe 16?

Ji bo ku hûn bizanin ku hûn amade ne ku li ser xwe bijî, hûn ê ku hûn 16 anîn (an dema ku hûn 15 û nêzî 16 salî) bibin. Ew di tîmek xebatê de bi navê Tîma Lênerîna Leşkerî re dixebitin. Ev karê wan e ku hûn piştgiriya we ya pêşveçûnê, bi hevkarîya pêşveçûnê re û ji we re fikir bikin ku hûn çi bikin ku hûn amade bikin ku piştî ku hûn 21 salî bimînin, xwe amadekariyê bikin ku hûn ne. karker, alîkariyek darayî û cîhekî ku bijîn.

Ji ber ku hûn xwediyê karkerek nû ya civakî ye wateya ku hûn ê ji cihê ku hûn dijîn, diçin. Bi gelemperî hûn dikarin li wir bimînin ku hûn li wir dijîn bimînin heger hûn hê li wir hene. Heke hûn amade ne, hûn dikarin ji cihê ku hûn li cîhekî bijî, ku hûn bêtir serxwebûnê bidin. Ev navê Semi-Independent jiyane ye. Karkerek civakî ya civakî û karmendê lêkolînê ya serbixwe dê di dema ku hûn 15 û / an jî 16 in.

PLANA RÊWÎTIYÊ

Dema ku hûn 16 salî bibin, karkerê nû ya we ya civakî ya we dê ji we re û ji kesên din re bipeyivin ku hûn girîng in ku hûn li ser we û çi hewce ne. Ew ê alîkariya te bikin ku hûn li pêşeroja xwe bifikirin - çi ku hûn dixwînin, çi dixwazin hûn di pêşeroj û pêşbaziyên serxwebûnê de bikin. Divê hûn di van hevdiînan de bibin ku hûn bisekinin ka çi daxwazên we û hestiyar in. Ew têgihîştinê hewce dike. Nirxandina hewceyên we tete nivîsandin ku çi ye ku Plana Pathway tê gotin. Her çiqas ev dibe ku mîna pirtûka pirtûka xuya ye, Plana Path Path heye ku hûn alîkariya xwe bikin ku hûn kontrola jiyana xwe bigirin. Ew heye ku ji bo ku hûn armanca pêşeroj û karên pêşeroj bikin plan bikin, û ji bo her xeterên ku we hene yan jî zehmetên xwe re bikin.



Plana rêwîtiyê dê ji we re alîkariyê bike:

- Ji bo serbixwe jiyane amadekirin
- Kar bistînin an kursê dest pê bikin
- Xwe xweş be
- Vê veguherîna serketî ya ji lênerîna pêşveçûna nav mala we ya xwe
- Piştî tenduristiya we hestiyar binêrin
- Pêdivî ye û ji bo xwe ji bo xwe daîmî bimînin
- Plana ji bo nerazîkirî
- Armanc û armancên xwe bigirin

Hûn dê plana rêwîtiya xwe bigirin û bi kêmanî her şeş mehan mecbûr bikin.

Plana rêwîtiya we dê bê nivîsîn û hûn ê kopiyek vê yekê bibin. Hûn wê planê heya heya hûn 21 an 24 salî be heger hûn di hînbûna perwerdehiyê de an jî hîn bibin.

Karkeriya Sosyal ya Sosyal dê heta ku hûn 18 salî ne, karê xwe biparêzin û dê alîkariya we

pêşerojê plan bikin û berdewam bikin ku hûn ewlehî bikin ku hûn ewlehî û hemî hewceyên we yê hevdiîtin pêk tene.

Ez ê ji karkerê sosyalê re çi bibe alîkar?

- Agahdariyê, şewirmendî û piştevanîya dema ku hûn dê lênêrînê bimînin.
- Alîkarî bi temamî û lêgerîna plana Pathwayê ya alîkariyê bike.
- Girêdanên xizmetên din ên ku hûn hewce ne.
- Alîkarî di karên xwe de kar bikin, lê bêtir karên xwe ji bo we kirin.

Ya bîr bînin: Ji ber ku hûn bi xebatkarên civakî yê civakî û karîfîkaya pêşveçûn re bixebitin ku ji bo karsaziyên jiyane yê wekî xwarinê, firotin, şuştinê, avahîn, paqijkirin, paqijkirin, plankirin etc.

Ewlekariya Înternet

Înternetê çavkaniyek alîkardar e, ew alîkarî dike ku hûn ji bo xebatkariya mala we lêkolîn bikin, hevalên xwe re biaxivin, tiştên ji bo xizmetê û xizmetê bibînin, emails bişînin muzîkê û lîstik û lîstikên vîdyoyê. Lê belê rîsk bi bikaranîna înternetê heye. Vê girîng e ku hûn ewlehiyê xwe biparêzin, lêgerîn.

Kareriya pêşveçûnê wezîfeya we ya karanîna xwe ya înternetê kontrol bikin. Ji ber vê yekê hûn ê nikarin li ser xanî li ser xanî bikar anîn. Her teknolojiyek an laptop ji bo înternetê bikar anîn di nav cîhê pêşveçûnê de li cîhek gelemperî be.

Tiştên ku hûn li ser înternetê bikin:

- Hemî agahdariyên kesane xwe ji xwe re biparêzin ku xwe xwe ewle bikin.
- Ger karmendek gotûbêj an an odayên odayên din bikar bînin eger carerê xwe bipirsin.
- Heke hûn difikirin ku li ser malpera ku di rastiye de ne guman dike û hûn guman dikin, kerema xwe ji karmendê xwe bizanîbin.

Tiştên ku hûn nekin ne di înternetê de bikin:

- Do not organise to meet people you have had discussions with over the internet. If you ji kerema xwe re bisekinin ku hûn ji we re lênêrîna we heye!
- Kesê ku tu di ser înternetê de biaxivin navnîşana navnîşe xaniyê we, hejmara telefonê (tevlî mobilê xwe) an agahiyên bankî!
- Kesek ti wêneyên xwe xwe bişîne.
- Navê xwe nabe ku kesek ku hûn nizanin.
- Hêviya xwe nenas in.
- Hêjeya hejmara telefonê neyê dayîn.
- Gava ku odayên chatê bikar bînin nav navê navekî bikar bînin dema ku hûn bi gel re biaxivin hûn nizanin.
- Hûn di bin netê de rûmet bibin. Ev tê wateya peyamên din ji bo mirovên din ne şandin.
- Heke hûn mesajên xemgîn ên werdigerin, karmend an karkeriya civakî ya xwe bêjin.
- E-nameyek ji kesek vekirî ne ku hûn ne dizanin.
- Heke hûn xwediyê komputerê heye bernameyêke parastina vîrûs heye.

Kontrol bikin van malperan ji bo fikrên baş biparêze ewle gava ku bi saya Înternetê!

www.kidsmart.org.uk

www.thinkuknow.co.uk

www.chatdanger.com

Jargon

Xezebî - Ev gava ku kesek kesek din dikeve - ev dibe ku ji we re rastdarî nabînin), tedawiya cinsî, tawanbariya hestiyarî (ev dibe ku dema ku ew hestên xwe hêşîne) û tedawiya fîzîkî (eger kesek we bedenê te dike) dibe. Tiştên xerab bi zarok û ciwanan re zehmet e. Ji ber vê yekê hinek zarok û ciwan ciwan nexwestin - ji ber ku kesek wan zehmet kirin, an jî xetereke bilind a wan zehmet kirin.

Hemî - Gava ku zarok zarokek pêşveçûnê an jî li xaniyek rûniştinê bi peymanê dêûbavan têtê binçavkirin.

Alîkarî - Ew kesek ku li ser navê te dipeyivîne, û alîkarî ku we bi we re bêje!

Dibistana Rêveberiya - Dema ku hûn li cîhe dijîn û li wir li wir dibistanê dibînin. Mala ku tu lê dijîn, bi gelemperî ji malpera dibistanê vekirî ye.

Dermankirina Serdanê - Dema ku Dadger dibêje ku zarok yan ciwanek nikare bi dêûbavên xwe re bijîn. Ev biryara her tim ji bo parastina zarok an ciwanek ciwan e ku ji birîndariyê ye.

Pîlana lînêrînê - Hin tiştêk tiştêk e ku karkeriya we ya civakî ya we dê li ser we çawa hewce bike ku hûn hewceyên we çawa bibin. Di vê yekê de tiştên ku hûn diçin dibistanê dibînin, têkilî, tendurustî, statuya hiqûq, pereyan, ku hûn bijîn û çalakiyên ku hûn dixwazin dixwazin.

Zarokên Piştî Xizmetiya Xizmetiya Mirovan ya Mirovan (Nerastkirin) - Pirsgerêkên tendurustiyê ye, bi taybetî ji bo zarokên û ciwanan, ku piştî ku ji we re piştgiriya we bi hewceyên we yê giyanî û civakî re ye.

Zagona Zarokan 1989 - Ew qanûn e ku hemî Encûmenan divê ji bo zarokan biparêzin û azad bibin.

Kodê tevger - Ev tiştêk nivîsandî ye ku mirovên ku rêbazên wan divê wan digotin ew eşkere bikin.

Forma Şêwirmendî - Ev formek e ku hûn ji ber pêşdîtina hevdişinê li ser nêrînên xwe û daxwazên xwe binivîse. Ew ji bo ku hûn difikirin ku hûn binivîse ku ew ji we re bifikirin!

Depression - Ev rewşeke hevpar e ku hemî mêr û jinên hemil, ciwan û kalî bandor dike. Hûn dikarin gelek xemgîn an jî kêmtir bisekinin û bi gelemperî nikarin neheqînin. Heke hûn ji bo demeke ku hûn xemgîn bibin mîna xwe hest dikin. Hûn dikarin li ser vê merivê bi dilsozek bawerî re bipeyivin.

Pêşveçûn carer - Ev kesek an malbat e ku piştî zarok û ciwanên ku ji bo her sedemê ji malbata xwe re ne dijîn dibînin.

Karker Key - Ew zilamek e ku bi gelemperî di yekîneyeke rûniştinê an dibistana dibistanê / dibistana dibistanê de dixebite. Ew karê wan e ku ji bo we piştevanîya we bikin û alîkarî bikin ku hûn tiştên ku hewce ne ku hûn bikin.

Karmendê lêkolîner a serbixweyî - Ew meziniyek e ku ji bo Konseya Karker dike, lê ji bo Karkeriya Civakî û Pêşveçûn Carer vekirî ye. Ew hevdişinê bi we re û xelkê bi şeş mehan re careke din digerin. Ew karê wan e ku ji bo ku hûn di rastiyê de binêrin binêrin.

Serdana serbixwe - Heke hûn ne pir têkilî bi malbata we re ji karkerê sosyalê re ê ji we re serî li ser serdana we serbixwe. Ev meriv e ku mirov dikare bibînin, hûn derxînin, ji we re şîret bikin û hevaleyê ji we re bibin.

Piştire peyda - Ev demek ji bo zarokên û ciwanan tê bikaranîn, ku bi malbata wan re ne dijîn û nexwestin an jî lînêrîn. Ev tê wateya ku Encûmena we digerin û divê hûn hewce bikin ku hewceyên ku hûn hewce nebel!

Plana rêwîtiyê - Ev planek e ku hûn bi we re nivîsîn ku hûn 16 salî bikin ku hûn alîkariya xwe bikin ku li ser çî bikin ku hûn hewce bike ku bi serbixwe bijî.

Placement - Ev term ji hêla karkerên sosyal û Pêşveçûn ve tê bikaranîn. Ew wateya ku cîhê ku zarok yan ciwanek di lînêrînê de dê bijî. Ew dikare çêkirina pêşveçûnê, lînêrîna niştecih, dibistana kargeh an xaniyê ewleh be.

Psychologist - Ev kesek e ku mirov behsa mirovahiyê dike û çawa karên hişê dike. Ew dikarin alîkariya zarokan û ciwanan bikin ku tiştên ku di dijminên wan de dijwar dibin de pirsgirêk bikin.

Psychiatrist - Ev kesek e ku paşberî dokoriyek heye û herweha jî riya mirovahiyê dixwîne û çawa karên hişê dike. Psychiatrist dikarin dikarin derman kirin ku zarok û ciwanên ciwanan ên ku bi alîkariya tenduristiya xwe ya xwe re hewce ne hewce bike.

Psychotherapy - ev curek şêwirmend e.

Xaniyê ewlehî - ev cîh e ku zarok û ciwanên ku bimînin ji wan re xeter û / an jî mayîn bimînin bimînin. Dadgehê dadgehê hewce ye ku eger yek ji sê rojan bêtir xaniyê ewle be. Ev gelek caran neyê.

Lînêrîna Civakî - Ev navê tîmên ku xizmetên ku ji bo zarokan û malbatan piştgirî dikin û piştast dikin ku zarok herdem herdem ewle dikin pêşkêş dikin!

Civînek Dîtin - Ev civînek e ku hûn û mezinan ku hûn dixwazin li weya 6 mehên hevdiîn bicih bikin ku planek lînêrîna we ji bo we dixebite û ku hûn piştî rast tîne dîtin. Ji bo ku hûn dibêjin li hevdiînên bersivê girîng e!

Lînêrîna niştecih - Ew cîh e ku zarok û ciwanên ku dê li paş binêrin bimînin dijîn. Ew ê odeya xwe heye û li avahiyek ku li wir her tim karkerên alîkarî û tîmek karmendê dijîn dijîn. Ev gelemperî malbata zarokan tê gotin.

Astengiya dîtir - Ev gava ku tu bikar tînin ku çavê çavê te tije nekiriye.

Alîkarane Têkilî

Pirsgirêk bixwaze li ser lînêrînê?

Van malperan kontrol bikin!

Qanûna Lînêrînê

www.carelaw.org.uk

Agahiyên zanistî wek mafên, perwerdehiyê, lînêrîna tendurustî ji bo zarokan û ciwanên di lînêrînê de dihêle.

Zarokên Calakiya 1989

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

Ev e ku qanûn dibêje û rêberê dawîn e ku hûn çî maf in.

Xizmetkariya Ciwanan a Neteweyî

www.nyas.net/

Agahdariyê, şêwirmendî, parêzer û nûnerê hiqûqê dide ku zarokên û ciwanan heta 25 salî

Ofîsa ji bo Rêveberiya Mafên Zarokan

www.rights4me.org

Ev malpera kêfxweşiyek e ku bi gelemperî agahdariya te heye!

Dengê

www.voiceyp.org

Dengê xêrxwaziyek netewî ye ku bi ciwanan re dixebitin ku ji bo wan re biaxivin û ji wan re di jiyane de çêtir bikin

Civaka Zarokan

www.childrensociety.org.uk

Malpera Civaka Zarokan li beşek 'Zarokên Zarokan' heye ku hûn ji we re bêjin ku we bikin.

Dixwazin Advice, agahî, destek?

Zarok line

www.childline.org.uk

0800 1111

24 seetan ji bo kesên ciwan di tengahiyê de, an talûke.

Komîsyona Zarokan ya Îngilîstanê

Sanctuary Buildings

20 Great Smith Street

London

SW1P 3BT

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

Samarîtan

www.samaritans.org

08457 90 90 90

Samarîtan piştgiriya ewlehiyê pêşkêş dikin, rojekê 24 saetan ji bo kesên ku hestiyên tengahiyê an bêhêvî hene.

Brook

www.brook.org.uk

Agahiya agahdariyê û şewirdar ji bona ciwanan re girêdayî girêdayî Navenda Brook.

Konseya penaberan

www.refugeecouncil.org.uk

Malorên Unaccompanied dê vê malperê pir kêrhatî bibînin. Encûmena penaberan heye ku çend projeyên ji bo penaberan û agahdariyê di zimanên cuda de hilberîne.

RU-OK

www.ru-ok.org.uk

Malpera ku ji bo alîkariya xwe bi xwe re bike alîkarî bike - ka çawa pirsgerêkên hevpar bi hev re û hêza xwe bikar bînin.

Ciwanan Navketin

www.youthaccess.org.uk

Ciwanek Ciwan Hûn endamê endametiya netewî ye ji bo şewirdariyê, şewirmend û piştewaniya ciwanan.

Ciwanan Net

www.youthnet.org

Yekîtiya yekemîn tenê tenê online! Rêberê ciwanan, şêwirdarî û piştgirî dide pêşkêş dikin.

Agahiyên Disamiyê**Têkilî malbatê**

<http://www.cafamily.org.uk/inyourarea/>

Ji bo malbat û lînêrînan bi zarokên neçar.

Mencap

www.mencap.org.uk

Agahdarî û şêwirdariyê li ser seqetandina hînbûnê, xaniyê, perwerdehiyê, kar û derfetê.

Buroya Zarok Niştimanî ya

www.ncb.org.uk

Buroya Zarokan ya ku ji bo mafên qedexekirina zarokên ku ji bihîstin bihîstin, projeyek heye..

Xelkê Pêşî

www.peoplefirstltd.com

Şêwirdariyê, agahdariyê û parêzvanîyê ji bo mirovên ku bi hînbûna seksê hîn dikin.

RNID

www.rnid.org.uk

0808 808 0123

Agahiyên bikarhênerê ji bo derew û zehmet ji mirovan re bihîstin.

Civaka Zarokan

www.childrengsociety.org.uk/disabilityadvocacyproject

Civaka Zarokan xwedî projeyek ji bo piştgiriya parêzgehê û ji bo ciwanan re bi seqetiyê re.

Civaka Autastîkê ya Netewî

www.autism.org.uk

0845 070 4004

Ji bo agahî, şêwirdarî û piştevanîya li autism.

Tenduristiyê**Ajansa Standardsên Xwarinê**

www.eatwell.gov.uk

Agahdarî û pêşniyarên li ser xwarina tendurustî, her çi temenê.

Tendurustiya diranan

www.youngminds.org.uk

Agahdarî li ser tendurustiya zarokan a derûnî.

NHS

www.nhs.uk

NHS 111

111 NHS hejmara non-awarte ye. Ew zû, hêsantir û azad e. Telefonê 111 bikin û bipeyivin ku şêwirmendek perwerde ya herî xurtkirî, ji hêla pisporên pispor ên tendurustî re piştgirî kir. Heke hûn hewceyê hewceyê alîkariya tendurustî an jî hewceyê hewceyê nebe, divê hûn NHS 111 kar bikin.

Panîkê tune

www.nopanic.org.uk

Agahdariya tirs û agahdariya nehênî ya ji bo fobîz û xemgîniyê tune.

Qiralî Zanko ji Psychiatrists

www.rcpsych.ac.uk

Gelek agahdariya kêrhatî ji bo ciwanên der barê tenduristiya derûnî.

Dooriya Emelî

www.surgerydoor.co.uk

Agahdarî li ser gelek mercên dermanên cûda û şêwirmendiya tendurustî ya din.

IMOKTA

www.imokta.co.uk

IMOKTA ji bo 14 û 19 salî malpera jîngehê ye. Li ser lîstik, vîdyoy, fîlm û pêşniyarên mûzîkê wekî gelek gelek şewitandin hene! Beşê mijarên di jiyana rewşa rastîn de çalakiyên kartonê hene, û dide nîşanî ku hûn ewle bimînin. Baş derbas be!

Hewceyê 2 Dizanin

www.need2know.co.uk

Need2Know ser malpera nû ji bo 13- û 19-salan-salî ye. Ew ji bo her tiştî di jiyane de 'yekem-stop-shop' pêşkêş dike, herêmên jiyane yên wek tendurustî, têkiliyên hiqûqî, pere, û rêwîtiyê dikeve.

Agahdariya Alkol

www.alcoholconcern.org.uk

Agahî li ser bikaranîna alkolê û girêdanên ji bo xizmetên herêmî.

Drugscope

www.drugscope.org.uk

Agahdarî li ser derman, qanûn, polîtîkaya narkotîk û polîtîkayên dawî û polîtîkayên dawî.

Gotûbêja ji bo Frank

www.talktofrank.com

0800 917 8765

Agahdarî û şêwirdariyê li ser dermanan

Alîkar û Şêwirdarî

Li vir hinek rêxistin hene ku dikare alîkariya mirovên zarokan û ciwanên ku bi pirsgirêkên wan re bikin.

Voice (Providing advocacy services)

320 City Road,

London, EC1V 2NZ

Email: info@voiceyp.org

Telefonê belaş: 0808 8005792

Hûn dikarin têkiliya Ofsted

Ofsted Chief Inspector

Piccadilly Gate

Store Street
Manchester
M1 2WD
Tel: 0300 123 1231 email: enquiries@ofsted.gov.uk

Navenda Zagonî ya Zarokan

01206 873 820

University of Essex, Wivenhoe Park, Colchester, Essex CO4 3SQ

Şewirmendê pisporê ciwanan ciwan dide û gelek belaş hene (belavkirin û belaş!).

Zarok line

0800 1111 Free, 24 hours a day

0800 844 444 children in care line

Posteyê belaş 1111, N1 0BR

Heke hûn xemgîn an jî bitirsîn nexwendin "alîkariyek" nexwar an tenê tenê hewce ne ku kesek biaxivin.

NSPCC Xeta Parastina Zarokan

0808 800 5000 Free, 24 hours a day

Kidscape

020 7773 3300

2 Grosvenor Gardens, London SW1W 0DH

Kidscape ji bo pêşîlêgirtina bendavê dixebite. Ew jî pirtûka zarokan ji bo zarokan dikin

“Who Cares”? linkline

Freephone 0500 564 570

Ji bo ciwanên niha anî an kî ye ku lênêrîna çepê ye.

Duşem, Çarşem û pêncşem vekirî.

Civaka Zarokan

0207 639 1466

91 Queen’s Road, Peckham, London SE15 2EZ

Tu dikarî UK pêşveçûn bi riya Twitter, Facebook û têkilî bi.



twitter.com/nationwidefostering



facebook.com/nationwidefostering

