

پروژەى بهتواناکردن و پهيوهنددانى دیجيتالى ئافرهتانی پهنا بهر

Guide to accompany
Integration Films



زانبارى پيوست بو ئەندامانى خيزان كه
گهشتو نهته بهريتانا



زانباری پښوېست بو ئەندامانی خیزان که گه‌ښتوونه‌ته به‌ریتانیا

نهم به‌لنگه زانباری تیادایه که یارمه‌تیت بدات نه‌گهر له‌مدواییه‌دا هاتوویت بو به‌ریتانیا یان مافت پندراوه
له‌رنگه‌ی فیزه‌ی یه‌کگرته‌وه‌ی خیزانی په‌نابهر بگه‌یته به‌ریتانیا بونه‌وه‌ی له‌گه‌ل ئەندامیکی خیزان که
په‌نابهره یه‌کگرته‌وه. نهم به‌لنگه ده‌شیت یارمه‌تیت بدات له هه‌ندیک شت تییگه‌یت سه‌باره‌ت به‌وه‌ی
چاوه‌روانی چی بکرتیت هه‌روه‌ها یارمه‌تی خوت و خیزانه‌که‌ت ده‌دات پالیشتی پښوېست په‌یدا بکه‌ن.

فیزه‌که‌ت، کارتی بایۆمه‌تری رښپیدانی مانه‌وه‌ت، و هه‌ل‌بزار ده‌کانت.

فیزه‌ی یه‌کگرته‌وه‌ی خیزانی په‌نابهر که تو هه‌ته مانای ئه‌وه‌یه که تو لښه‌دایت به‌هوی په‌یوه‌ندییه‌که‌ت له‌گه‌ل هاوسه‌رکه‌ت یان
ئەندامیکی خیزانی که له‌باری یاساییه‌وه مافی په‌نابهری هه‌یه. ئه‌و که‌سه به‌که‌فیل و خه‌رجیده‌ر (Sponsor) ی تو ده‌ناسریت. نهم
فیزه هه‌ندیک مه‌رجی تیادایه که چاوه‌روانی له تو ده‌کرتیت مه‌رجه‌کان به‌رئوه به‌ییت و مک نیازت بو به‌ر دموامبوون له‌سه‌ر ژیانکردن
له‌گه‌ل خه‌رجیده‌رکه‌ت و، نه‌گهر ئه‌و که‌سه هاوسه‌رته، په‌یوه‌ندییه‌که‌ت له‌گه‌لی به‌ییلته‌وه.

فیزه‌ی یه‌کگرته‌وه‌ی خیزانی په‌نابهر که تو هه‌ته به‌ر دموام ده‌ییت هه‌تا کاتیک که خه‌رجیده‌رکه‌ت باری یاسایی په‌نابهری هه‌ییت، و
کاتیک ئه‌و که‌سه داوی "نیشته‌جیوون" له به‌ریتانیا ده‌کانت، پښوېست ده‌ییت که له‌گه‌لی له هه‌مان کاتدا داوی بکه‌یت.

تو خوت باری په‌نابهریت نبیه، له‌به‌رئوه، ئه‌شیت بتوانیت سه‌فه‌ر بکه‌یت بو ولاتی خوت، له‌کاتیکدا خه‌رجیده‌رکه‌ت (که که‌سیکی
په‌نابهره) ناتوانیت. گرنگه له‌گه‌ل راویژکاریکی کۆچکه‌ری په‌یوه‌ندی بکرتیت چونکه ده‌توانیت ئامۆژگاری بدات له‌باری ئه‌وه‌ی که
چون سه‌فه‌ر بکه‌یت بو دهره‌وه‌ی به‌ریتانیا به‌ی کارتیکه‌ری له‌سه‌ر باری کۆچکه‌ری خوت یان خه‌رجیده‌رکه‌ت یان به‌ی کاریکه‌ری
له‌سه‌ر داواکاریه‌کانی فیزه له‌داهاوتودا که له‌وانه‌یه بو مانه‌وه له به‌ریتانیا داویان بکه‌یت. ده‌توانیت راویژکاریکی کۆچکه‌ری له
ناوچه‌ی خوت یان له یه‌کیک له نهم شوینانه په‌یدا بکه‌یت:

فه‌رمانگه‌ی کۆمیسیری خه‌مه‌ت‌گوزاری کۆچکه‌ران (OISC)

www.home.oisc.gov.uk

کۆمه‌لگای یاسا له باکووری نیرلەند (Law Society Northern Ireland)

www.lawsoc-ni.org/solicitors

کۆمه‌له‌ی پسپۆرانی یاسای کۆچکه‌ری (Immigration Law Practitioners Association)

www.ilpa.org.uk

پاش گه‌ښتننت به به‌ریتا پښوېسته له زووترین کاتی گونجاودا، کارتی بایۆمه‌تری رښپیدانی مانه‌وه (BRP) ت وهر‌بگرت. نامه‌ی
بریار‌دانه‌که به تو ی راده‌گه‌یه‌نیت له‌کویدا کارتی BRP-که‌ت وهر‌بگرت. شوینمه‌که له پۆسته‌خانه‌ی نزیک له ناوچه‌ی نزیکه‌ی ئەندامی
خیزانه‌که‌ی خوتدا ده‌ییت. له کاتی چون بو وهر‌گرتنی کارتی BRP-که‌ت پښوېسته که فیزه‌که‌ت له‌گه‌ل خوت به‌ییت. ده‌توانیت کیشمه‌کان
له‌گه‌ل وهر‌گرتنی کارتی BRP-که‌ت له‌سه‌ر هیل رابه‌گه‌یه‌نیت له www.gov.uk/biometric-residence-permits/collect

وه‌ک که‌سیکی با‌لغ ئه‌مه هه‌میشه هه‌ل‌بزار ده‌ی خوته که له به‌ریتانیا ژیان بکه‌یت. نه‌گهر که‌سیک به‌زۆرکردن ناچاره‌ت ده‌کانت سه‌فه‌ر
بکه‌یت بو ئیره، یان لیره به‌ییلته‌وه، ده‌توانیت تله‌فۆن بکه‌یت بو داوی یارمه‌تی بو بنکه‌ی 24-سه‌عاتی هیل یارمه‌تیدانی نیشتمانی
دژه ده‌ستدریژی ناوما‌لی (National Domestic Abuse Helpline) یان به ژماره‌ی 101 تله‌فۆن بو پۆلیس بکه‌یت.
نه‌گهر دۆخیکه‌ی فریاکووتنیه، پښوېسته به ژماره‌ی 999 تله‌فۆن بو خه‌مه‌تی فریاگوزاری بکه‌یت. نه‌گهر زمانه‌که‌ت که قسه‌ی پی
ده‌که‌یت به ئه‌وانی رابه‌گه‌یه‌نیت ئه‌وان ده‌توانن وهر‌گیریک په‌یدا بکه‌ن.

ئەگەر کەسێک بەزۆر ناچارەت دەکات سەفەر بکەیت بۆ ئێرە، یان لێرە بمانیشتە، و بەزۆر ناچارەت دەکات دژ بە ویستی خۆت، بۆ سوودی ئەو، شتی خراپ بکەیت، دەتوانیت بۆ هێلی یارمەتیدانی کۆیلەداری مۆدێرن (Modern Slavery Helpline) یان بۆ پۆلیس تەلەفۆن بکەیت.

هێلی یارمەتیدانی کۆیلەداری مۆدێرن

08000 121 700

پارەپێدانی بەگشتی (Universal Credit)

بە قێزە یەکگرتەوهی خێزانی پەناوەر دەتوانیت لە بەریتانیا کار بکەیت. هەروەها دەتوانیت "سامانە گشتییەکان"، کە بە سوود و بینیفیت یان پالێشتی باشبژی ناسراوێ، وەرگیریت. ئەمە مانای ئەوەیە کە ئەگەر ناتوانیت کار بکەیت، یان بۆ کار دەگەریت بەلام هێشتا ئیشیکت پێدا نەکردووە، یان پارە ی بەشکردووە وەرناگرت کە گوزەرانێ پێ بکەیت، حکومەت مانگانە پارەدانێکی سەرەکی بە تو دەدات. ئەمە بە پارەپێدانی بەگشتی ناسراوێ.

پارەپێدانی بەگشتی مانگانە دەخەژێ ناو حیسابێکی بانکی، و پێویستە لەسەر هێل داوای پارەپێدانی بەگشتی بکەیت. بۆ وەرگرتنی پارەپێدانی بەگشتی هەندێک مەرج هەیە. پێویست دەبێت کە رێکەوتنامەیەک واژۆ بکەیت و ئەگەر لە مەرجەکانی رێکەوتنامەکە گوێراپەڵی نەکەیت لەوانەیە لەگەڵ سزاکانی ڕووبەر و بێتەوه.

پارەپێدانی بەگشتی دەکریت بەکار ببری بۆ پارەدانی تیچوونەکانی ژیاونت وەک خوار دەمەنی، جلوبەرگ، هاتووچوو، پەسوولە ی حیسابی پێداویستی مأل و هەرشێک کە دەتەوێت بیکریت.

بری پارەپێدانی بەگشتی کە وەریدەگرت بە بارودۆخە کەتەوه پەيوەندیدارە، بۆ نمونە ناخۆ مندالت هەبێت، بێ توانایی یان دۆخیکی ئەندروستیت هەبێت کە بووەتەوهی ئەوهی نەتوانیت کار بکەیت، یان بۆ پارەدانی کرێکەت پێویستت بە یارمەتی بیت، هەروەها پەيوەندیدارە بەو هیش کە هاوسەرەکەت یان خەرجیدەرەکەت چەنێک داهااتی هەبێت.

تێگەشتن لە پارەپێدانی بەگشتی، و سوود یان بینیفیتەکانی دیکە لەوانەیە ئالۆز و بێت. ئەگەر سەبارەت بەوهی پارەپێدانی بەگشتی چۆن کار دەکات پرسبارت هەیه دەتوانیت تەلەفۆن بکەیت بۆ:

0800 328 5644 ☎

هێلی یارمەتیدانی پارەپێدانی بەگشتی

0800 144 8 444 ☎

هێلی نامۆزگاری نووسینگە ی ڕاوێژکاری هاوولاتی (نینگلیز)

0800 023 2581 ☎

یارمەتی بۆ داخوای لەرێگە ی نووسینگە ی ڕاوێژکاری هاوولاتی (سکۆتلەند)

0800 702 2020 / 08000 241 220 ☎

بەستەری نامۆزگاری نووسینگە ی ڕاوێژکاری هاوولاتی (ویلز)

0800 915 4604 ☎

ڕاوێژکاری باکووری ئیرلەند

من چۆن داوانامەیک بۆ پارەپێدانی بەگشتی دەستپێکەم؟

ئەگەر هاوسەرەکەت هەژێستا پارەپێدانی بەگشتی وەرەگرتیت، پێویستە داواکاریێکی هاوێش بکەیت. ئەگەر ئەو ئەنجام بەدەیت، هەتا کاتێک کە بنکە ی کار (Job Centre) داواکاریێکان پێکەوه پەيوەست دەکات، بۆ ماوهی نزیک ی 5 هەفتە، پارەپێدانی بەگشتی بۆ هاوسەرەکەت کاتیانە رادەوستێت. لەدرێژە ی ئەم ماوهدا بۆ خەرجی خوار دەمەنی، کرێ و پەسوولەکان رەنگە پێویست بکات کە داوای یارمەتی بکەیت. دەتوانیت لەگەڵ بنکە ی کار قسە بکەیت بۆ ئەوهی بزانیت ناخۆ لەوماوهدا دەکریت داوای پارەدانێکی پێشەکی، قەرزیک یان هەش پالێشتینیکی پارەدانی دیکە بکەیت.

پارەپێدانی بەگشتی لەلایەن بنکە ی کار چاودێری دەکریت کە پێشە ی یارمەتیدانە بە خەلک بۆ ئەوهی کار پێدا بکەن. کاتێک کە دەچیت بۆ بنکە ی کار، لەگەڵ یەک 'راهنەری کار' دیدار دەکەیت. راهنەری کار یارمەتیت دەدات داوای ژمارە ی بیمە ی نیشتمانی (NINO) بکەیت، ئەگەر نەبێت. ئەمە ژمارە یەکێ تاکە و تاییەتی کەسییە کە خەلک لە بەریتانیا دا هەیانە و ئەم ژمارە بۆ داوای ئیش، پارەدانی باج و وەرگرتنی بینیفیتەکان پێویستە. ئەم ژمارە بە خەلک نەدەیت بەی لێر سێنەوهی ئەوهی کە بۆ چیه چوونە دەکریت بۆ تەزویرکردنی ناسنامە بەکار ببری. بەدەستگەشتنی NINO ماوهی نزیک ی 2-6 هەفتە ی پێدەچێت. بە پۆست ئەم ژمارەت بۆ دەنێر دێت.

له بنگه‌ی کار داوای چی بکهم؟

بۆ چاوپێکه‌وته‌کانی بنگه‌ی کار ده‌توانیت داوای وەرگیر بکەیت ئەگەر پێویستت به وەرگیر بوو. ئەگەر زمانی ئنگلیزیت زۆر باش نییه یان نازانیت چۆن کۆمپیوتەر به‌کار به‌یڤیت، ده‌توانیت له یه‌که‌م دیداردا له راهێنهری کارت داوای 'په‌وه‌ندی دیجیتاڵ-نهبوو' بکەیت. ئەمه مانای ئەوه‌یه که ئەوان له‌جباتی به‌کارهێنانی کۆمپیوتەر له‌ریگه‌ی ته‌له‌فون‌ه‌وه‌ په‌وه‌ندیته‌ له‌گه‌ڵ ده‌که‌ن.

رێساکان چین؟

کاتیکی له‌گه‌ڵ راهێنهری کارت دیدار ده‌کەیت، ئەو له‌باری رێساکان سه‌باره‌ت به وەرگرتنی پاره‌پیدانی به‌گشتی، که به 'په‌وه‌ندی داواکار (Claimant Commitment)' ناسراوه‌یه، قسه‌ت بۆ ده‌کات. ئەمانه فرمانه‌کانه که تۆ قایل ده‌بیته‌ نه‌جامیان ده‌یت، بۆ‌ئوه‌ی نیشان ده‌یت بۆ په‌یدا‌کردنی کار ده‌گه‌ریت. ڕه‌نگه‌ داوات لێ بک‌ریت که داوای هه‌ندیک کاری دیاریکراو بکەیت یان زمانی ئنگلیزیت باشتر بکەیت. ئەگەر ڕیکه‌وته‌نامه‌که به‌رپۆه‌ نه‌به‌یت، له‌وانه‌یه سزا بدریته‌، که سزا ده‌گرتی بریتی بێت له‌ ڕاوه‌ستاندن هه‌ندیک یان ته‌واو بری پاره‌ی بێنیفیتی که به تۆ ده‌دریت. ئەمه به‌ ئابلقه‌ ناسراوه‌یه. زۆر گرنگه‌ که تێیگه‌یت له‌ ڕیکه‌وته‌نامه‌که، و له‌وه‌ی که چی بکەیت، و که‌ی بکەیت. کاتیکی که له‌گه‌ڵ راهێنهری کارت دیدار ده‌کەیت، ده‌توانیت داوای رێنمایی ڕوون و نووسراوه‌ بکەیت. هه‌روه‌ها ده‌توانیت له‌ریگه‌ی ڕۆژنامه‌ی له‌سه‌ره‌ئێڵی ئەمه‌ په‌وه‌ندیته‌کانی داواکاری بۆ خۆت بێنیت.

ئەگەر هاوسه‌رمه‌کت کار ده‌کات، ڕه‌نگه‌ هه‌شتا به‌توانیت له‌ریگه‌ی داواکاری بۆ پاره‌پیدانی به‌گشتی یارمه‌تی زێده وەرگیریت، به‌لام داهااتی هاوسه‌رمه‌کت کاریگه‌ری ده‌کاته‌سه‌ر بری پارمه‌که که وەریده‌گرت.

ئەگەر مندالت هه‌یته

جیاوازیکی له‌نیوان پاره‌پیدانی به‌گشتی و بێنیفیتی مندالت (Child Benefit) هه‌یه:

بێنیفیتی مندالت پارمه‌که که ده‌دریت به‌ دایک‌باوک یان که‌سانی دیکه که بۆ به‌خێوکردنی مندالتیک به‌رپرسن. ده‌توانیت بۆ مندالتی ته‌مه‌ن ژیر 16 ساڵ داوای بێنیفیتی مندالت بکەیت، وه‌هه‌روه‌ها جاروباریش بۆ مندالتی گه‌وره‌تر (ته‌مه‌نی 16-20) ده‌توانیت داوا بکەیت ئەگەر له‌ شوێنیکي په‌سه‌ندکراوی فێرکاری ته‌واو-کات خه‌ریکی خۆیندن بێت.

ده‌توانیت فورمی بێنیفیتی مندالت له‌ ئەم وێبگه‌ دابگیریت:

www.gov.uk/child-benefit/how-to-claim.

نایا پێویسته‌ حیسابیکی بانکی بکهمه‌وه؟

پاره‌پیدانی به‌گشتی ده‌خه‌رێته‌واو یه‌ک حیسابی بانکی، و ئەمه زۆرکات حیسابی بانکی داواکاره‌که‌یه که پێشتر هه‌بووه. ده‌توانیت داوا بکەیت ئەمه‌ بگۆریت، به‌لام ناکریت پاره‌پیدانی به‌گشتی له‌ به‌ین دوو حیسابی بانکیدا "دابه‌ش" بکەیت.

بۆ‌ئوه‌ی خۆت بێنیفیته‌کان وه‌ک بێنیفیتی مندالت وەرگیریت، پێویسته‌ حیسابیکی بانکی بکەیت‌وه. بۆ کردنه‌وه‌ی حیسابی بانکی، به‌لگه‌کانی سه‌لماندنی ناسنامه، باری یاسایی کۆچکهری و ناوێشانی پۆستی خۆت پێویست ده‌بیته. بانکه‌کان ئاساییانه‌ ڕه‌وشتی جیاوازیان بۆ وەرگرتنی حیسابی بانکی هه‌یه. باشترین ڕیگا بۆ ده‌ستکه‌وتنی زانباری ئەوه‌یه که ڕۆیت بۆ بانکیک و له‌ خۆیان پرسبار بکەیت که چۆن حیسابیکی بانکی بکەیت‌وه.

خانوبهره

چۆن خانوبهره پيدا بکهم؟

خانوبهره له بهریتانیا ئالوزاوه، و ههلبزاردمكانت دهنوانیت به شوینی ژیاونت له بهریتانیا وههروهها به بارودوخی خیزانهکتهوه پهيوهندیدار بیت. ئهگهر ههريستا خانوبهکی گونجاوت نیه بچیتناوی پيوستت به ئاموزگاری دهبيت. شیلتر (Shelter)، پهناگهیهکی خیرخوای نیشتمانییه، که لهبارهی مافهکانت و شایستهکانت له نینگلیز، سکوتلند و ویلز ئاموزگاری پیشکش دهکات. راویژکاری خانوبهره له باکووری ئیرلند (Housing Advice NI) ئاموزگاری بهتایبهتی به دانیشتوانی باکووری ئیرلند پیشکش دهکات.

شیلتر (نینگلیز)

0808 800 4444 www.shelter.org.uk

شیلتر (سکوتلند)

0808 800 4444 www.shelter.org.uk

شیلتر (ویلز)

08000 495 495 www.sheltercymru.org.uk

راویژکاری خانوبهره له باکووری ئیرلند

028 9024 5640 www.housingadviceni.org

خانوبهره سۆشیال یان خانوبهره کاونسل چیه؟

"خانوبهره سۆشیال" جیگهتیازیانی دابینکراوه له لایهن حکومت بۆ کسانیک که لهگهڵ بيمالی پروپهروو دهبنوه، بهلام له بهریتانیا دا زور کس تایبهتمهاندانه خانوو له خاوهن خانوو به کرێ دهگرن یان خانوبهره خویان هیه.

حکومت له ههندیک بارودوخهکاندا دهنوانیت یارمهتی بدات بۆ دابینکردنی خانوو بۆ خیزانهکان، بۆ نمونه ئهگهر جیگهتیازیانهکه زور قهرمبالغ بیت، یان له دوخیکی زور خراپدا بیت، یان ئهگهر لهگهڵ مەترسی توندوتیژی، یان مەترسی بيمالی پروپهروو بیتهوه.

ئهگهر بيمالیت یان پیشبینی دهکەیت لهوانهیه لهماوهی 56 رۆژی داهاوودا بيمال کهویت، دهنوانیت لهریگهی پهيوهندیکردن لهگهڵ کارمەندی خانوبهره دهسهلاتهدهستی ناوچهکەت (Local Authority) (که ههروهها به کاونسل ناوچه (Local Council) ناسراوهیه) داوی یارمهتی بکەیت بۆ پهیداکردنی خانوبهکی بۆ تهراو خیزانهکەت یان ئهگهر له باکووری ئیرلندا ژیا ن ئهکەیت، دهنوانیت لهگهڵ جیبهجیکاری خانوبهره (Housing Executive) پهيوهندی بکەیت.

دهسهلاتهدهستی ناوچهی خۆت پهیدا بکە لیره www.gov.uk/homelessness-help-from-council

جیبهجیکاری خانوبهره باکووری ئیرلند www.nihe.gov.uk

کاونسل دهیسهنگینیت که کێ دهنوانیت خانوبهره سۆشیال وهرگریت. کاونسل "ههلسهنگاندنی بيمالی" نهجام دهکات و تیروانینی پیشیارهکان دهکات که دهنوانیت پیشکش بکات. بۆ وهرگرتهی خانوبهره هههمیشهی لهوانهیه چاوهریکردنی درێژ ماوهی پيوست بیت. لهوانهیه بخریته ناو شوینیکی تایبهت به نوستن و خواردنی ژمی بهیانی یان له میوانخانهیک جیگیر بکرییت.

کاونسل له کاتی سهیرکردنی ئهوهدا که ناخۆ دهنوانیت یارمهتیت بدات داوی بهلگه دهکات بۆ ههلسهنگاندنی پیدایستهکانت وەک:

- بهلگهی باری یاسایی کوچکهریت. ئهمه مانای ئهوهیه که کاونسل دهیووت بزانیته قیزهت هیه یان مافی مانهوت له بهریتانیا هیه و بهینی کام مهرجانهیه.
- بهلگهی 'پیداویستیکی پیشهنگی'. ئهمه مانای پرسینی پرساری کهسییه وەک ئهوهی که ناخۆ کهسیک له خیزانهکدا سکیر بیت، بۆتوانایهکی ههبيت، دوخیکی تهنروستی ههبيت یان مەترسی توندوتیژی لهسهر بیت، یان ناخۆ کهسیک له خیزانهکدا تهمهنی ژیر 18 ساله.
- بهلگهی ئهوهی که بههۆی هیچ خهتایهکی خۆت له دوخی بيمالیدا نیت. ئهمه دهشیت مانای ئهوه بیت که دهنوانیت بیسهلمانیتهت بهجیهشنتی خانوو ههلبزاردهی خۆت نهبووه، یان ئهوهی که پیشنیاری یارمهتیدان که پیشنیارکراوو رهده نهکردهوه.

- **به‌نگه‌ی 'په‌یوه‌ستی ناوچه‌یی'.** نهمه مانای نهمیه که کاونسل ده‌یویت بزانتیت ناخو بهر پرسیاریتی تو له‌سهریه‌تی. په‌یوه‌ستیکی ناوچه‌یی ناساییانه مانای نهمیه که له‌ی ناوچه‌دا بو ماوه‌یه‌کی دریز ژبانت کردبیت، له‌ی کار بکه‌یت، یان خیزانت هه‌بیت که له‌ی ژبان بکات. ناساییانه، له‌ی دخی یه‌کگرتنه‌ی خیزانی په‌نا‌به‌ردا، ناوچه‌یک که خیزانه‌کان له‌ی‌دا په‌یوه‌ستیکی ناوچه‌ییان هه‌بیت له‌ی ناوچه‌یه که خه‌رجیده‌ر که له‌ی ده‌ژیا کاتیک باری یاسایی په‌نا‌به‌ری پیدرا‌بوو. نه‌گه‌ر بگو‌یزیت‌ه‌و بو ناوچه‌یه‌ک که په‌یوه‌ستیکی ناوچه‌بیت له‌ی‌دا نه‌بیت ره‌نگه‌ ده‌سه‌لات‌به‌ده‌ستی ناوچه‌که نه‌توانیت یارمه‌تیت بدات.

کام جو‌رانه‌ی خانووبه‌ره به من پ‌شنیار ده‌دریت؟

بو خانوومکان که به‌ی تو پ‌شنیار ده‌دریت ب‌زاردیه‌کی زورت نابیت، چونکه خانوو پ‌دان زور که‌مه. خانوو که له‌وانه‌یه له‌ی شوینه، یان ته‌نانه‌ت له‌ی شاره، نه‌بیت که ده‌ته‌ویت، هه‌روه‌ها جو‌رچاکی نهم خانووبه‌ره ره‌نگه‌ نهمیه که نه‌بیت که چاو‌ه‌روانی ده‌که‌یت.

وه‌رگرتی خانووی سوشیالی دریز‌ماوه‌تر ره‌نگه‌ چهن‌دین مانگ، یان ته‌نانه‌ت چهن‌دین سال، بخایه‌نیت، و گه‌ران بو خانوو هه‌روه‌ها مه‌زادکردن له‌سهر خانوومکان به‌ر‌سیانیت تویه.

نه‌گه‌ر له‌ی جی‌گه‌تی‌انهم نه‌ویت که به من پ‌شنیار ده‌دریت چی ده‌بیت؟

له‌سهر هه‌ر کام له‌ی خانوومکانی سوشیالی که ده‌ته‌ویت داوای به‌کر‌یگرتی بکه‌یت ده‌توانیت مه‌زاد بکه‌یت، به‌لام جاروبار نه‌گه‌ر پ‌یوست بیت که ده‌سته‌جی له‌ی خانوو جی‌گیر بکرییت، له‌وانه‌یه شو‌ینیک پ‌شنیار بدریت بیت که له‌ی‌دا کاتیپانه به‌ی‌ته‌وه. له‌پ‌ش ره‌دکردنه‌ی هه‌ر جی‌گه‌تی‌انهمی سوشیالی که له‌لایهن کاونسل به‌ی تو پ‌شنیار‌کراوه پ‌یوسته ناموژگاری سه‌ر به‌خو وه‌ر‌بگریت، چونکه ره‌دکردنه‌ی ده‌توانیت سه‌ر نه‌ج‌امی به‌ودا هه‌بیت. له‌ی هه‌ندیک بارودوخدا، کاونسل ده‌توانیت بو‌ی ده‌ر که‌ویت که خو‌ت هه‌لت‌ب‌زاردوه به‌یال بیت، و له‌وانه‌یه ره‌دی بکه‌ته‌وه یارمه‌تی زیاترت بدات.

پاره‌دان بو کر‌ی

نه‌گه‌ر پار‌ه‌پ‌دانی به‌گشتی وه‌ر‌دگریت، بریتی ده‌بیت له‌ی پاره، بو پار‌ه‌دانی کر‌یی خانوو که‌یت. نه‌گه‌ر له‌ی ناو‌نیشانه‌که‌ت بگو‌یزیت‌ه‌و، له‌سه‌ر ته‌ که بکه‌ی کار ناگادار بکه‌یت‌ه‌و.

نه‌گه‌ر خیزان‌یک‌ی گه‌رم ته‌ هه‌یه، بو دوور‌ه‌پ‌ریزی له‌ی قه‌ره‌بال‌ی له‌وانه‌یه پ‌یوستت به‌ی خانوویه‌کی گه‌رم‌تر بیت. ناگادار به‌ی که بری پاره‌ی یارمه‌تیدانی که‌ومت که ده‌توانیت بو پار‌ه‌دانی کر‌ی له‌ی پار‌ه‌پ‌دانی به‌گشتی وه‌ی‌گریت سنوورداره. نهمه مانای نهمیه که ره‌نگه‌ پ‌یوست بکات که به‌ی به‌کاره‌ینانی داها‌ته‌کانی دیکه‌ت پاره‌ی کر‌یکه به‌یت، بو دوور‌ه‌پ‌ریزی له‌ی قه‌رزدار‌ی له‌گه‌ل خاوه‌ن‌خانوو که‌یت، که نهم قه‌رزداریه به‌ی کر‌ی نه‌دراوه ناسراومه‌یه. سنوورداریه‌کان له‌سهر یارمه‌تییه‌که که ده‌توانیت وه‌ر‌ی‌گریت ده‌گور‌دریت که په‌یوه‌ندیداره به‌ی گه‌رمیه‌ی خانوو که‌یت و شو‌ینیک که له‌ی‌دا ژبان ده‌که‌یت.

له‌کاتیک‌دا بو جی‌گه‌تی‌انهمی هه‌ر زانتر ده‌گریت یان نه‌گه‌ر چاو‌ه‌رنی ده‌که‌یت پار‌ته پ‌یدریت، نه‌گه‌ر به‌ی پ‌شتیوانی کاتیپانه پ‌یوستت هه‌بیت له‌وانه‌یه بتوانیت له‌ی ده‌سه‌لات‌به‌ده‌ستی ناوچه‌که داوای یارمه‌تی پار‌ه‌یی بکه‌یت (بو نمونه، پار‌ه‌دانی سه‌ر‌پ‌شکی کر‌ی خانوو (Discretionary Housing Payment)). ده‌سه‌لات‌به‌ده‌ستی ناوچه‌یی هه‌موو شو‌ینیک ناتوانیت له‌مه‌بار هه‌ یارمه‌تی پار‌ه‌یی بدات و نهمه به‌ی بارودوخه تاییه‌ته‌کانی خیزانه‌که‌ته‌ی په‌یوه‌ندیداره.

نایا نه‌توانم تاییه‌ته‌م‌ه‌دانه خانوو به کر‌ی بگرم؟

ره‌نگه‌ ناسانتر بیت، له‌باتی خانووی سوشیالی، تاییه‌ته‌م‌ه‌دانه خانوو به کر‌ی بگریت، که نهمه بریتیه له‌ی گریه‌ستیکی ماوه دیار‌یکراو له‌گه‌ل خاوه‌ن‌خانوو که‌یت. خانووی تاییه‌ته‌م‌ه‌دانه ده‌گریت له‌ی‌گه‌ی بریکاره‌کانی کر‌یدان له‌ی ناوچه‌که و له‌ی و‌ی‌گه‌کانی لیسته‌کردنی خانوو په‌یدا بکریت. جو‌ری خانوو له‌به‌ر ده‌سته‌کان که تاییه‌ته‌م‌ه‌دانه به کر‌ی ده‌دریت له‌ی سه‌ر‌انه‌ری و‌لات‌دا جیاوازی ده‌بیت.

کاتیک که شونکت همیه به کرنی بگریت، پیویست دهکات که پارمیک دابنیت که کوی نمو پارمیه که دهنیت پنشهکی بدريت بۆ قمرهوکردنوهی شیان زمرلیدان له خانوومه. ئاساییانه بری نمو پاره لانیکهه پارهی کرنی یهک مانگه.

همروهه پیویست دهکات که یهک 'گریهستی کرداری' واژو بکەیت. نمو گریهستیکی یاسایی لهنیوان تو (کردار) و خاوهن خانوومه که خانوومه هی نمو (خاوهن خانوو دهریت دهسه لات به دهستی ناچهکه، کۆمهلهی خانوومهه (Housing Association)، یان خاوهن خانووی تایهتی بیت). گریهستی کرداری به کهت مافهکان و بهر پرسیاریهکانی کردار و خاوهن خانوومه داهنیت. همروهه دیاری دهکات له کام ریکهوتهدا بگوزیتهوه بۆ خانوومه، گریهستهکه بۆ چ ماومهکه، کریکهی چهنیکه و کهی دهنیت پارهی کریکه بدهیت.

چاودیری تهنروستی

خزمهتی تهنروستی نیشتمانی (NHS) بۆ کسانیک که له بریتانیا ژیان دهکن خزمهتگوزارییه تهنروستییهکان دابین دهکات. زۆربهی نمو خزمهتانه بهخۆراییه.

چۆن له لای دکتوریک ناوی خۆم تۆمار بکهیم؟

له بریتانیا، دکتوره خزانیهکان به پزشکیه گشتیهکان (GP) ناسراوهیه. کاتیک دهچتهناو چاودیری تهنروستی، پزشکی گشتی یهکه دکتوره که دهینیت. پزشکی گشتی له نووسینگهی دکتور کار دهکات. لیستی نووسینگهکانی هموو پزشکیه گشتیهکانی بریتانیا لهنیو وینگه ههلبژاردهکانی NHS همیه.

www.nhs.uk/Service-Search/GP/LocationSearch/4

بۆ وهرگرتنی چارهری پزشکی، پیویسته ناوی خۆت و مندا لهکانته له زووترین کاتی گونجاودا له لای پزشکی گشتی تۆمار بکهیت، تهناهته نهگهر نهخۆش نیت. له بریتانیا، هموو دایکوباکان پیویسته مندا لهکانیان له لای پزشکی گشتی تۆمار بکن. بۆ تۆمارکردن لهوانهیه نووسینگهی پزشکی گشتی داوی ههندیک بهلگهی ناسنامهی و بهلگهیه بۆ سماندنی ناویشانی پۆستیت له بریتانیا لیکات. بهلام، بهی بهلگهکان دهتوانیت ناوی خۆت تۆمار بکهیت. نابیت لهبارهی باری یاسایی کۆچهریتهوه پرسیارت لیکریت. نهگهر بۆ تۆمارکردن لهگهڵ پزشکی گشتیت کیشته ههینیت، دهتوانیت پهیمندی بکهیت به:

دکتورمهکانی جیهان (Doctors of the World) ☎ 0808 1647 686

نیمهیل: clinic@doctorsoftheworld.org.uk

چاوپیکهوتنهکانی دکتور

کاتیک که ناوت تۆمار کرا، نهگهر پیویستت بیت که پزشکی گشتیت ببینیت لهسهرتادا دهیت تهلفۆن بکهیت بۆ نووسینگهی پزشکی بۆنوهی چاوپیکهوتنیک ساز بکهیت. بهی چاوپیکهوتنیک ساز کرا و پزشکی گشتی ناتینیت.

بۆ چاوپیکهوتنه پزشکیهکان دهتوانیت وهرگتریک به رهگهزی دلخوازتهوه داوا بکهیت. همروهه دهتوانیت رهگهزی دلخوازتهوه داوا بکهیت بۆ پیشهکاره پزشکیهکه که دهتهویت ببینیت. همروهه نهگهر دهتهویت، دهتوانیت داوا بکهیت که کسێک (به یاور ناسراوهیه) بۆ چاوپیکهوتنهکان لهگهلتدا بیت. نمو کسه دهریت کسێک بیت که دهیناسیت، یان کسێکی دیکهی پیشهکار بیت.

نهگهر پزشکی گشتیت ناتوانیت چاوپیکهوتنیک دابنیت بۆت و پیویستت به یارمهتی بهپهلهیه، دهتوانیت ههول بدهیت بچیت بۆ بنکهیهکی کراوهی تهنروستی. نمو شونیه بۆ کیشیهکه که چاودیری پزشکی پیویسته بهلام مهترسی لهسهر ژیان نییه وهک سووتان، برین، قهپ و ههوکردنی گوچکه که ناگرنگ و لاومکی بیت.

چون له‌لای دکتوری ددان ناوی خوم تومار بکهم؟

همدېک له دکتور مکانی ددان به‌لام نهک هموویان، چارهمسری NHS پېشکەش ده‌کمن. هه‌روه‌ها زور به‌یان چارهمسری تایبه‌تمه‌ندانه (پاره‌ی تیچوونی دمه‌دیت) پېشکەش ده‌کمن. له‌سهرته وەک نه‌خو‌شیکى NHS له‌لای دکتوریکى ددان ناوی خوت تومار بکەیت و دکتورمه‌که ئاگادار بکەیت‌وه که بېنیفیت و مرده‌گریټ، که له‌ی حاله‌ده‌ا، پشکینى-پزیشکى و چارهمسرکردنت به‌خو‌رایى ده‌بیت. دکتور مکانی ددان ناموژگاریت ده‌کمن که پشکینى-پزیشکى له‌سهر ددانه‌کاننت به‌ردموام نه‌نجام ده‌یت که ئاساییانه یه‌ک جاره له‌ماوه‌ی هه‌ر 6 مانگدا.

ئاگادار به‌که وەرگرتنى چاره‌همسرى ددانى له‌پېش وەرگرتنى پاره‌پېدانى به‌گشتى ده‌توانیت له‌نه‌نجامدا پاره‌دانى خه‌رجى به‌دوادا بېت.

نایا نه‌گه‌ر دۆخیکى پزیشکى له‌گه‌لمدا بېت نه‌توانم یارمه‌تى پاره‌یى زیاتر وەر بگرم؟

نه‌گه‌ر دۆخیکى پزیشکى له‌گه‌لمدايه که مانای نه‌ویه ناتوانیت کار بکەیت یان ناماده بېت بۆ کار، له‌وانه‌یه بتوانیت پاره‌ی زیاده له‌لایه‌ن پارمېدانى به‌گشتى وەر بگرت.

مندالانى تهمهن ژیر 16 سال ده‌توانن داودهرمان به‌خو‌رایى وەر بگرن. نه‌گینا، داخو له‌سهرته پاره‌ی داودهرمان بده‌یت په‌یوه‌ندیدار ده‌بیت به‌ داهاته‌کەت، و شوینیک که له‌ به‌ریتانیدا له‌وئ ژیان ده‌کەیت، تهمهنه‌کەت و نه‌وه‌ی که داودهرمانه‌که بۆ چیه‌یه. نه‌گه‌ر داهاتیکى که‌مت هه‌مبیت، له‌وانه‌یه مافدار بېت بۆ دواکارى بۆ به‌رنامه‌ی که‌م-داهاتى NHS که یارمه‌تى وەر بگرت بۆ تیچوونه‌کانى ته‌ندروستى و ه‌کوو داودهرمان، چاودیری ددانى و تاقیکردنه‌ومکانى چاوساغى. له‌ پزیشکى گشتیت، بنکه‌ی کار یان بنکه‌ی یارمه‌تى به‌کوچه‌ر (Migrant Help) پر سيار بکه.

یارمه‌تى به‌کوچه‌ر: ☎ 0800 800 630 🌐 www.migranthelpuk.org

له‌ دۆخیکى به‌په‌له‌ی ته‌ندروستیدا چى بکهم؟

بۆ دۆخیکى به‌په‌له‌ی مه‌ترسیدار له‌سهر ژیان یان بریندارى جیددى، ده‌بیت بچیت بۆ نزیکترین نه‌خو‌شخانه که به‌شى پروودا و فریاکارى (A&E) یان به‌شى فریاکارى (ED) هه‌بیت. نه‌خو‌شخانه گشتیه‌کان له‌ماوه‌ی 24 کاترمیری رۆژدا کراو‌من.

نه‌گه‌ر ناتوانیت بچیت بۆ نه‌خو‌شخانه، ده‌توانیت به‌ ژماره‌ی 999 ته‌له‌فون بکەیت بۆ خه‌زمه‌تگوزارى فریاکارى داواى نامبو‌لانس بکەیت. پنیویست ده‌کات که ناو‌نیشانی پۆستى خوت بده‌یت و روونی بکه‌یت‌وه چى رویداوه. نیشکه‌ره‌کانى 999 ناموژگاریت ده‌کمن چى بکەیت و بېت ده‌لین گه‌یشتنى نامبو‌لانس چه‌نیک ده‌خایه‌نیت.

نه‌گه‌ر دۆخیکى به‌په‌له‌ نیه‌ به‌لام پنیویستت به‌ ناموژگارى پزیشکى یان چاره‌همسرى به‌په‌له‌یه، ده‌توانیت بۆ 111 ته‌له‌فون بکەیت. ده‌توانیت له‌سهر ته‌له‌فونه‌که زمانى خوت به‌ نه‌وان رابگه‌یه‌نیت، و نه‌وان وەرگێریک په‌یدا ده‌کمن.

نایا بۆ ساغبوونی سۆزه‌کى یان سه‌لامه‌تى ده‌روونیم پشتیوانى هه‌یه؟

کاتیک که له‌گه‌ل خیزانه‌کەت یه‌که‌مگه‌ریته‌وه هه‌بوونی تیکه‌لێک له‌ هه‌ستى شاد و هه‌روه‌ها هه‌ستى قورس پیکه‌وه ئاساییه. راهاتن له‌گه‌ل و‌لاتیکى نوئ، زمانیکى نوئ و ژيانکردن له‌ شوینیکى نوئ کاتى پیدمچیت. بۆ هه‌مدیک که‌س، راهاتن ده‌شیت زور سه‌خت بېت، له‌وانه‌یه هه‌ست به‌ خه‌مبارى، توورمى، ته‌نه‌ای، په‌شوی یان په‌ریشانى بکەیت.

ساغبوونی سۆزه‌کى گرنگه. له‌ به‌ریتانیدا خه‌لک بۆ و سه‌فکردنى شپوه‌ی بېرکردنه‌ویان، هه‌ستیان یان کاردانه‌ویان بۆ شته‌کان له‌ ژیانیدا زاراوه‌ی سه‌لامه‌تى ده‌روونی به‌کار ده‌هێنن. کیشه‌ی سه‌لامه‌تى ده‌روونی ده‌توانیت نه‌و نیه‌گه‌رانیانه بېت که ئیمه هه‌موومان وەک به‌شینک له‌ ژبانى رۆژانه‌ی خومان نه‌زموونی ده‌کەمین، یان کیشه جیددیتره‌کان، و کیشه درێڤه‌یه‌کان بېت. له‌ به‌ریتانیدا 1 له‌ 6 کسه‌هه‌ باله‌هه‌کان کیشه‌یان له‌گه‌ل سه‌لامه‌تى ده‌روونی نه‌زموون کردووه و نه‌مه‌ باوه بۆ خه‌لک که یارمه‌تى وەر بگرن و جنى هېچ شه‌رمه‌زاریه‌ک نیه‌یه. پزیشکه‌ گشتیه‌کان ده‌توانن بۆ سه‌لامه‌تى سۆزه‌کى و ده‌روونی به‌خو‌رایى ناموژگارى پېشکەش بکمن، به‌لام بۆ چاره‌همسرکردن له‌وانه‌یه ماوه‌یه‌ک چاوه‌ریکردنى له‌گه‌لمدا بېت.

بۆ پشتیوانى زیاتر:

تیکست 86463 🌐 www.mind.org.uk

☎ 0300 123 3393

نیمه‌یل: jo@samaritans.org

☎ 116 123

مايند (Mind)

سامه‌ریته‌نز (Samaritans)

نایا بۆ سه‌لامه‌تى سیکسیم پشتیوانى هه‌یه؟

تو مافی دەستگەشتنت ھەبە بە خزمەتگوزارییە خۆراپیەکان کە یارمەتیت بدن زانیاری و یارمەتی سەبارەت بە سەلامەتی سێکسی خۆت و مەبەریگرت. نامۆزگاری پزیشکی و توماری پزیشکی لەمبارەو بەتەواوی نەینی پارێراوە و لەبەین خۆت و دکتورەکت دەمینتەو.

بۆ خەلک بەکارھێنانی دژمەندالبوون باوە بۆئەو یارمەتییان بەدات پلاندانانی سکریپیەکان بکەن و بۆردەیان بۆ ئەندازە ی گەورەیی خیزانەکیان ھەبێت. دەتوانیت بچیت بۆ لای پزیشکی گشتیت یان کلینیکێکی سێکس بۆئەو یارمەتووە قسە بکەیت و بەرنامەییەکی دژمەندالبوون کە گونجاوە بۆت، بەخۆرای و مەبەریگرت.

کۆندۆم دەتوانیت یارمەتی بەدات لە بلایوونەو نەخۆشی گیرەوێ زانیەکان (STI) بەرگری بکەیت. دەتوانیت لە دکتورەکت یان کلینیکێ سەلامەتی سێکسی داوای کۆندۆمی خۆرای بکەیت و ھەروەھا ئەوان دەتوانن تاقیکردنەو نەخۆشی گیرەوێ زانیەکان لەسەرت ئەنجام بدن و چارەسەرت بکەن.

ئەگەر ئافرەتێکی سکریپت و نازانیت کە ناخۆ بەردەوام بیت لەسەر سکریپیەکت، ھەبێتاردەت ھەبە. لە بەریتانیادا، مەندال لەبارەردن ھەتا کاتیکی دیاریکراو یاسایی و بەخۆرای، بەلام لە بۆری چۆنەتی دەستگەشتنت بە ئەم خزمەتانەدا ھەندیک جیاوازی ھەریە ھەبە. ئافرەتان دەتوانن زانیاری زیاتر پەیدا بکەن، لەرێگە ی پەيوەندیکردن بە:

خزمەتی راویژکاری سکریپی بەریتانی (British Pregnancy Advisory Service) 03457 30 40 320 ☎

یان ئەگەر لە باکووری ئیرلەندا ژیان ئەکەیت، دەتوانیت پەيوەندی بکەیت بە راگەیانندی ھەبێتاردەکان لە باکووری ئیرلەندا (Informing Choices NI) 028 9031 6100

بەین یان خەتەنە ی ئەندامی زۆزێ ژنان (FGM) لە بەریتانیادا نایاساییە و ئەگەر لەسەر مەندال ئەنجام بەریت بە دەستدریژی لەسەر مەندال لەمەرجاو دەگیریت. ئەمە بریتییە لە ریکخستنی سەفەر بۆ ژن یان کچ کە سەفەر بکات بۆ ولاتیکی دیکە بۆئەو ئەم نەشتەرگەرییە ھەبێت. قوربانییەکانی خەتەنە ی ئەندامی زۆزێ ژنان کە پۆبستیان بە پشٹیوانییە دەتوانن لە پزیشکی گشتی خۆیان داوا بکەن بۆئەو کە قسەکردن لەگەڵ دکتۆریکی پەسپۆر یان گرووپیکی پشٹیوانی ریکخات بۆیان. ھەروەھا ھەندیک لە ریکخاوە خێرخاوەکان راویژکاری و پشٹیوانی دا بین دەکەن.

ئەگەر نیکرانیە ھەبێت لەسەر ئەو کە مەندالێک یان ئافرەتێکی کەم تەمەن لە مەترسیدایە دەتوانیت تەلەفۆن بکەیت بۆ ھێلی یارمەتیدانی کۆمەلە نیشتمانی رێگری لە توندی لەگەڵ مەندال (NSPCC)، یان ئەگەر خۆت لە مەترسیدایت دەتوانیت تەلەفۆن بۆ پۆلیس بکەیت.

پارێزراو مانەو

خزمەتە فریاکارییەکان

ئەگەر خۆت یان کەسێکی دیکە لە دۆخێکی بەپەلەدا بە بۆ ھەموو خزمەتە فراکارییەکان بۆ 999 ☎ تەلەفۆن بکە. ئەم خزمەتانە بریتییە لە پۆلیس، خزمەتی ناگر کۆژنەو، یان خزمەتی نامبۆلانس

ئەگەر ھەست بە نااسایشی دەکەیت یان دەتەوێت تاوانێک راپۆرت بەدەیت دەبیت لەگەڵ پۆلیس پەيوەندی بکەیت.

دز و فیلباز ھەبوونی ھەبە، و لەگەڵ ئەو کە ژیان زۆرتر لەسەر ھێل بەرێو دەبریت، دزەکان و فیلبازەکان دەتوانن ھەول بدن داتاكانت و زانیاری کەسیت بەدەست بەین بۆئەو پارت لیبیکشەو یان نااسنامە دزی بکەن. ئەگەر تیکستیک یان ئیمەیلێک لەلایەن بانکەکتەو بەدەست گەشت کە داوای وردەزانیاری بانکیک لێدەکات، وەلامی نەدەیتەو. حکومەت یان بانکەکت قەد لەرێگە تیکست یان ئیمەیل داوای وردەزانیاری ناکات. زانیاری زیاتر لەبارە ی پارێزراو بوونی دیجیتالی و خۆپاراستن لە تاوانی لەسەر ھێل دەکرت لە بنگە ی نااسایشی نیشتمانی (National Cyber Security Centre) پەیدا بکرت لێرە:

www.ncsc.gov.uk/section/advice-guidance/all-topics

لە بەریتانیادا جگەرەکشێش لە شوینە گشتییە دەورگیراوەکان وەک مەیخانەکان، بازار و شوینی کار نایاساییە. ھەروەھا فرۆشتنی تووتن، یان ئەلکەھول بە ھەر کەسێک کە تەمەنی ژیر 18 سالا نایاساییە.

لە بەریتانیادا زبڵ فریدان نایاساییە، لەمەروە، ھەموو زبڵەکان (بریتی لە قنگ جگەرە) دەبیت بخەیتەو زبڵدان یان دەفری جگەرە. ئەگەر بگرتیت لەلایەن کاونسل سزایکی دیاریکراو و مەدەرگرت.

فیربوونی زمانی ئنگلیزی

پۆلەمکانى كۆرسى 'ESOL' (زمانى ئىنگلىزى بۇ كەسپنىك كە بە زمانەكانى دىكە قسە ئەكەن) زۆربەى كاتەكان لە كۆلىژەكان، بىكە كۆمەلگابىەكان، رىكخراوە خىزخوازە ناوچەبىەكان و تەنانت كىتەبخانەكان لە سەرانسەرى وڵاتدا پىشكەش دەكرىت. دەتوانىت پۆلەكان كە لە كاتى رۆژدا بەرپۆر دەچىت وەهەرەها پۆلەكان كە لە ئىواراندا بەرپۆر دەچىت پەيدا بىكەيت. سەرانسەرى بەرىتانىا تەنها يەك داىبنكارى بۇ كۆرسى ESOL نىيە. دەتوانىت لەئىو بزوئەسەرىكى گەرانچىدا لەرنگەى گەران بۇ "ESOL + ناوچەكەت" داىبنكارىكى نزيك لە خۆت پەيدا بىكەيت.

خوئندەوارى مندالان

لەئىر ياساى بەرىتانىادا، هەم كوران و هەم كچان دەبىت لە خوئندنگا نامادە بن. گەنگە دلىا بىت كە مندالەكەت دەچىت بۇ خوئندنگا. ئەگىنا دەكرىت تووشى كردارى ياساى يان سزا بىت. فەركارى بۇ مندالانى 4-11 سالى-تەمەن بە خوئندنگاى سەرمەتايى ناسراوئە و 12-16 سالى بە خوئندنگاى نامادەى ناسراوئە. هەردووكيان بەخۆراىيە.

بىويستە كە مندالەكەت لە تەمەنى 4 يان 5 سالىيەو پەيوەندىدار بە رۆژى لەداىكبوونى لەگەل خوئندنگاىەك ناوئووسى بىكەيت.

چۆن مندالەكانم بۇ خوئندنگا ناوئووسى بىكەم؟

لەپىش ئەوئەى مندالەكەت بىتوانىت خوئندنگا دەستپىكات، دەبىت لەگەل خوئندنگاىەكە دىدار بىكەيت و هەندىك فۆرم پىر بىكەيتەو. دەسەلاتبەدەستە ناوچەبىەكان هەركاميان رەوشتى جىاوازيان بۇ داواكارى جى لە خوئندنگا هەيە. ئەگەر دلىا نىت چۆن ناوئووسى بىكەيت، پىرسار لە خوئندنگاى نزيك لە خۆت بىكە كە دەتوانىت زانىارىت پىيدات. هىچ مندالنىك جىي لە خوئندنگا بۇ مسۆگەر كراو نىيە، تەنانت ئەگەر خوئندنگاىەك نزيك لە مالىەكەت بىت يان خوشكوبر اكانى مندالەكە لەو خوئندنگا نامادە بن.

كاتىك كە سەبارەت بە جى لە خوئندنگا دىدار دەكەيت مافت هەيە وەرگىرىت هەبىت. بىويستە بەلگەى سەلماندى ناوئىشانى پۆستى، و هەس ناسنامەىكى دىكە كە خۆت و مندالەكەت وەرئانگرتووە (كارى BRP، پاسەپۆرتەكان، فەزەكان) هەروەها بىروانامەى لەداىكبوونى مندالەكە، ئەگەر هەيەتى، لەگەلتا بىيەيت.

پىرسەى چوئەناو خوئندنگا دەتوانىت چەندىن حەفتەى پىچىت، و لەوانەىە لە خوئندنگاى پەسەندكارى خۆت يان لە نزيكترىن خوئندنگا جى بە مندالەكانت پىشنىار نەدرىت.

دەتوانىت لەبارەى داواكارى بۇ جى لە خوئندنگاى سەرمەتايى زانىارى پەيدا بىكەيت لىرە:

www.gov.uk/apply-for-primary-school-place

دەتوانىت لەبارەى داواكارى بۇ جى لە خوئندنگاى نامادەى زانىارى پەيدا بىكەيت لىرە:

www.gov.uk/apply-for-secondary-school-place

تەنانت ئەگەر لەوانەىە بگوىزىتەو بۇ خانووىكى نوئ، يان ئەگەر بارودۆخى خانووبەرمە ناروونە، لەسەرتە داواى نامادەبوونى مندالەكەت لە خوئندنگا بىكەيت. ئەگەر بگوىزىتەو بۇ خانووىكى نوئ، رەنگە مندالەكەت ناچار بىت لە خوئندنگا بگوىزىتەو.

نايا بۇ ھاتوچوو، جلوبەركى رەسمى خوئندنگا، ژەمە خوارنەكانى خوئندنگا يارمەتى پارەى هەيە؟

ھاتوچوو خۆراىى خوئندنگا رەنگە لەبەردەست بىت ئەگەر دوورتر لە مەوداىكى دىاىكارا لە خوئندنگاى مندالەكانت ژيان دەكەيت، و ئەمە پەيوەندىدارە بىو ناوچەى كە لەمۆدا ژيان دەكەيت. وتنى ئەوئەى كە لە شوئىكى زۆر دوور ژيان ئەكەيت بەقەدەر نىيە بۆئەوئەى كە وەك ھۆكارىك بۇ نامادەبوونى مندالان لە خوئندنگا بەكار بىرىت. خوئندنگاكان لەوانەىە يارمەتى پىشكەش بىكەن ئەگەر مندالان ناچار بن مەوداىكى دوور ھاتوچوو بىكەن.

نمگەر داهاتیکي کهمت همیه یان بښیفته دیاریکرومکان و مردمگریټ رمنگه یارمته پاره یی زیده و مک پاره بهخشین بۆ جلو بهرگی رسمی خویندنگا و ژمه خواردنهکانی خویندنگا بهخوړایی لهسره دست بیت. پیویست دهکات له دهسه لات بهدستی ناوچه کهمت لهبارهی پاره بهخشینکان و پشتیوانی پاره یی پرسیار بکهیت. یارمته بهر دهست له نیوان دهسه لات بهدسته ناوچه یی هکان دا جیاوازه.

واز هینان له خویندن

تعمه نیک که مندالان دتوانن له خویندن واز بهینن په یوه نډیداره بهوی که له کوئی بهریتانیدا ژیان نه کهیت، به لام خویندنن ناماده یی له دوایی تمه منی 16 سال کوتایی پښتیت. مندالانی تمه من 16-18 سال دتوانن به شتوهمک خویندنه که یان دریږه بدن. خویندنه که دهکرتیت له راهینانی کاریکدا، شاگردی پیشه فیربوونیک یان خویندنن زیاتر له شونینیک و مک کولنیز یان سیکست فورم (Sixth Form) بیت.

نمگەر بښیفتی مندال و مردمگریټ، کاتیک که مندالان واز له خویندن دههینن پاردهانهکان رادهمستیت، و مندالان ناسایانه ناتوانن داوای پاره یی دانی بهگشتی بکن همتا کاتیک که تمه منیان به 18 سال دهکات.

بۆ مندالانیک که له گمل پښاوو یستیه تاییه تهکان یان زمانی ننگلیزی، یارمته زیده یان پیویسته پشتیوانی همیه. پښاوو یستیه تاییه تهکان له چوار چیره خویندنگا دمانای هر پښاوو یستیه کی په وروم دهی تاییه ته که بونه هو کیشه ی فیربوون، بی توانایی جهسته یی یان سوزمکی و کیشه ی رفتاری بیت. نمگەر مندالانیک پښاوو یستیه تاییه تهکانی همیت یان پښاوو یستی زمانی ننگلیزی همیت، دایکوباوکی دتوانن له گمل دهسه لات بهدستی ناوچه که یان خویندنگا قسه بکن و مسوگه ی بکن که پالیشتییه پیویسته که یان و مردمگرن.

پراستی مندالان

له بهریتانیدا یاسایانه تو بهر پرست بۆ پارستن، چاودیری، گه شه سندن، و ساغبوونی مندالکان. نمه نمرکی سر شانه که مندالکان له نازار یان مترسی پاریزیت. بهجه پشستی مندالان به تمه نا خویان، نمگەر مترسی بخاته سریان، سر پیچی یاسایه. کورپلهکان، مندالانی تازه پښو تو و مندالانی کم تمه من نابیت قه به تمه نا خویان بهجه پش پلدرین. بهگشتی، مندالانی تمه من ژیر 16 سال نابیت داوایان لیکریت چاودیری له مندالانی بچو وکتر بکن، و مندالانی تمه من 16 سال یان گهورتر نابیت دریز ماوانه یان شوانه چاودیری له مندالانی گهورتر بکن.

نایا نه توانم لیدانی منداله کم بکه م؟

له بهریتانیدا هلو یستهکان بۆ تمه نکر دنی جهسته یی مندالان بهخیرا دهگوردرین. له سکولنند و ویز لیدان یان کوتانی مندالان نایاسایه. له بهشکانی دیکه بهریتانیدا لیدان یان کوتانی مندال نایاسایه نمگەر بیته هو برینداریه که یان بهجه پشستی نیشانه یه که لهسر جهسته ی منداله که. لهوانیه خوت تووش کیشه ی یاسایی بکهیت نمگەر له ریگه ی لیدان یان کوتانی منداله که به دستت یان به شتیک منداله کهت تمه ی بکهیت، چونکه نمه دهکرتیت و مک دهستدریزی له مندال ببیندریت.

زانپاری دهر باره ی دایکوباو کنتی له ریگه ی بهکار هینانی شیوازه جیاوازه مکان بۆ گورینی رفتاری مندالان، لهجیاتی تمه نکر دنی جهسته یی یان لیدان پهیدا دهکرتیت لیره:

learning.nspcc.org.uk/research-resources/leaflets/positive-parenting

دهستدریزی له مندال چیه؟

دهستدریزی له مندال کاتیک روو دهکات که مندالیک له لایمن که سیکي بالغ یان له لایمن مندالیکي دیکه به منقهستی نازار بدریت — دهستدریزی له مندال دهکرتیت له دریږه ماویه کدا بیت به لام دهشکرتیت کرداریکی یهک-جاری بیت. دهستدریزی له مندال دهکرتیت جهسته یی، سیکسی یان سوزمکی بیت و دهکرتیت له روو بهر وودا یان لهسر هیل روو بدات. هروها دهستدریزی له مندال دهشکرتیت به هو نبوونی خوشه یوستی، چاودیری و گو پیدان، یان دابین نهکرنی پښاوو یستیه سر مکیه کهکانی مندال بۆ خوار دهمه نی، سر پهنا، گهرمی و خاوینی و هند بیت — نمه به 'پشتگو یخستن' ناسراو هیه.

حکومت و بریکار هکانی نمرکیکی یاسایی سر شانیانه که سهارمت به ژپانی خیزانی پرسیاری زور بپرسن و دهستدور دان بکن نمگەر رایان نمه بیت مندالیک دهستدریزی لهسر کراوه یان لهوانیه مترسی دهستدریزی لهسر بیت یان نمگەر لهباره ی مندالانیک پرسیار یان نیکرانیان همیت.

خویندنگاکان، دکتورمکان، پیشهکارانی دیکه، و ریکخراومکان (ومک خاجی سووری بهریتانی (British Red Cross)) نرکیکی یاسایی سمرشانیانه که هر نیکمرانییهکی باشیژی که دهر باره ی مندالی کهسینک هیانه راپورتی بدن. نهمه به پاراستن ناسراوهیه. پاراستن بریتیه له پرسپار کردن سهارمت بهوی که ناخو مندالهکه برینداره، شینبونوه یان نیشانه ی سووتانی هیه، ناخو خوراک پینمراوه، نهشوراه، ناخو جلوبهرگهکی شربوه، یان ناخو ناچیت بو خویندنگا. نهمان پشکنینی نهمه دهکن که ناخو مندال دهمتریزی لیکراوه یان پشتگوخراوه.

خزمهتگوزاری کومه لایه تی چیه؟

خزمهتگوزاری کومه لایه تی مندالان (Child Social Services) نهمگر نیکمرانی جیددی لاسمر ناسایشی مندالیک ههیت دهموانیت یاساییانه دهمستتو مردان بکات. له دۆخه توندوتیژمکاندا، لهوانیه دادگا به نهمان رییدات که مندالیک له خیزانهکی ههلیگرن بو خانووی بهخوکاریک بو دلنایی لهوی که مندالهکه له نازار دهمپاریزدریت. بریارمکانی نهمان ههمیشه مندالهکه له پیش ههموو شتیکهوه دهمنیت.

نهمگر من سهارمت به مندالهکم یان مندالیک دیکه نیکمرانیم ههیت، دهموانم لهگهل NSPCC یان هیلیمندال (Childline) پهیوهندی بکم.

NSPCC: 0808 800 5000

Childline: 0800 1111

خزمهتگوزاری کومه لایه تی مندالان بو نهمه کار دهکات و ههول دهمات که یارمعی خیزانهکان بدات و قهد پیویستی به بردنی مندالان نییه — نهمه تمنها له دۆخه توندوتیژمکاندا روو دهمات. نهمان ههول دهمدن شینواری جیاواز پهیدا بکن بو پشتیوانی له خیزانهکان بو نهمه ی بتوانن به شیوهیک پیکهوه بمیننهمه که مندالهکان پاریزراو و دور له دهمتریزی بمیننهمه. خزمهتگوزاری کومه لایه تی مندالان بهزوری بهشداره له پیشکشکردنی راپوژکاری کرداریانه و پشتیوانی بو یارمکیدان به باوان یان خیزانهکان که دهشیت له باری دارایی یان سوزیهوه کیشهیان ههیت یان بهریوهردنی رهفاری مندالهکانیان به لایانهوه سهخت بیت.

نهم پشتیوانیه به شتی جیاواز ناسراوهیه و لهوانیه له شونیکهوه بو شونیکه دیکه جیاواز بیت به لام پیشهنگی خزمهتگوزاری کومه لایه تی مندالان ههول دهمه بو نهمه ی که یارمعی خیزانهکان بدات. دهموانیت لهریکهی قسهکردن لهگهل دهمهلات بهدهستی ناوچهکمت بزانت چي له ناوچهکمتدا لهبهر دهسته.

دهستدریزی ناومالی

'دهستدریزی ناومالی' زاراهیهکه که له بهریتانیا دا بو وهسفکردنی هر توندوتیژییهک یان هر کرداریک بهکار دهمریت که بو راهیان یان بهدهستگرتی کونترۆل و دهمهلات بهسمر هاوبهشی ژیان یان نهمدای خیزان بهکار هاتوه. له بهریتانیا دا، دهستدریزی ناومالی تاونه. دهستدریزی ناومالی دهمریت بریتی بیت له دهستدریزی جهستهیی، سیکسی، دهمرونی، زارمکی، سوزمکی یان دهستدریزی لاسمر کاروباری دارایی بیت. بو نمونه، لیدان له هاوسهرکمت یان له مندالهکمت دژی یاسایه، به لام بههمان شیوه دژی یاسایه که هاوسهرکمت له جوولهی، قسهکردنی لهگهل خهک، دهمستگهیشتنی به پاره یان نازادبوونی بو سردان له هاوریکانی کونترۆل بکهیت.

نهمگر من دهستدریزی ناومالی بهسهرمدا هات چی؟

تو مافداریت بو پاراستن و دهموانیت بچیه شونیکه پاریزراو که لهویدا ژیان بکهیت — نهم شونیه به پناگه ناسراوهیه. نهمگر لهنبو پهیوهندییهکمتدا توندوتیژی یان دهستدریزی ناومالی بهسهرمدا هاتوه و دهمویت پهیوهندییهکمت بهجیهیلایت، همدیک شونیه هیه که دهموانیت برۆیت و لهویدا داوی یارمعی بکهیت.

خزمهته فریاکارییهکان ههمیشه تلهفون بکه بو 999_ نهمگر مەترسی راستهوخو لاسمر خۆت یان کهسیکی دیکهیه.

هیلیم یارمکیدانی نیشتمانی دژه دهستدریزی ناومالی (National Domestic Abuse Helpline)

0808 2000 247 www.nationaldahelpline.org.uk له همرکاتیکدا، رۆژ یان شهو، راپوژکاری و یارمعی

نهینی پاریزراو پیشکش دهکن. نهمان دهموانن رهوانت بکن بو جیگهتیاژیان و خزمهته پسپورییهکان.

پهیوهندییه کهسییهکان له بهریتانیا دا

له بهریتانیا، به پنی یاسا پیاوان و ژنان یهکسان ږمفتاریان له گڼل دهکړیت. نهمه مانای نومویه که ژن و میړد هر دووکیان دتوانن له پهموندیبهکیاندا بریار بدن. هاوسرهکمت ږیگهپینه دراوه، بهی ناگاداری و ږهزامندی خوت، بریاریک دهرپریت که کاریگری لهسرت همیت.

به پنی یاسای بهریتانیا، بو سینکس کردن ږهزامندی دوولایه نه پنیسته. ږهزامندی له کاتیکدایه که کسینک نازادی و دلنیایی بو بریار دانی همیت. نهمه مانای نومویه که دوو کسهکه هرووکیان بلن پهلې بو سینکس، هرکاتیک که سینکس دهکمن. نهگسر رای خوت بگوریت و بلنیت نهخیر هاوسرهکمت دهیت گوی پیداد. تنانیت نهگسر زواجت کردوه، هیشتا ږهزامندی پنیسته.

سینکس له گڼل ژن یان پیاو، تنانیت له گڼل هاوسرهکمت، بهی ږهزامندی راگیندراو نایاساییه و له بهریتانیا دهک دستریژی سینکسی لهبر چاوگیراوه. نهمه تاوانه، و دتوانیت به پولیس راپورتی دهیت.

له بهریتانیا دتمنی یاسایی دهربرینی ږهزامندی بو چالاکي سینکسی 16 ساله. بو کسانیک که تمه نیان ژیر 16 ساله بهکارگرتنی چالاکي سینکسی نایاساییه، تنانیت نهگسر هر دوو کسهکه تمه نیان ژیر 16 ساله.

له بهریتانیا خیزانهکان و پهموندیبهکان جوړاو جوړن. خیزانی تیدایه که دخی جوړاو جوړی له گڼل دایه وهک تاکه-باوانی، زر- دایکوباوکی یان باوانی هاو-رگمز و مندا لهکانیان. یاساییانه، ژن دتوانیت له گڼل ژن زواج بکات، وههروها پیاویش دتوانیت له گڼل پیاو زواج بکات.

زواج ږیکهوتنامیهکی یاساییه که سهر نهجامه یاساییهکانی له گڼل دایه. لهکاتیکدا خهک دتوانن ناهنگی هاوسرگری نایینی نهجام بدن به لام تنها زواجیک که له نووسینگیهکی مدهنی تومار دهکړیت (بو نمونه، خاون بهلگنهامیهکی زواجی مدهنی) به رسمی دهنسرت. ناشیت هاوکات له گڼل زیاتر له یهک کس زواج بکړیت، نهم کاره به دوهاوسری ناسراویه و نایاساییه. هسروها ته لاق ږوسیهکی یاساییه که ژن و میړد هر دووکیان دتوانن ږوسه ته لاق دهنسرتیکمن. جیابونهوه همیشه کاتیکي دلتهنگره، به لام له بهریتانیا ته لاق هیچکام له لایه نهکان دهریهدر و بی بهش ناکات.

جیابونهوی خیزان:

یهکگرتنمه له گڼل خیزانهکمت دهنیت کاتیکي زور خوش بیت. له ههمان کاتدا، دهنکړیت بهرنگاری وههروها هست و سوزی ناخوشی له گڼل بیت، که دتوانیت دروستکری فشاری دموونی بیت.

نهگسر پهموندیبهکمت کوتایی پیدیت، گرنگه که له زووترین کاتی گونجاودا بگهریت بو راویژکاری یاسایی، تنانیت نهگسر گومانیت همیت که ږهنگه پهموندیبهکمت کوتایی پنییت.

گرنگه لهبیرت بیت که مافه تاییهکانت و شایستهیهکانت به باری یاسایی کوچکری 'خرجیدر' کهتموه بهسراون. نهگسر مؤلتهی مانموی خرجیدر که کاتی بهسرچیت، یان نهگسر پهموندیبهکمت له گڼل نهو کسه کوتایی پنییت، لهوانیه قیزهکمت و مافی شایستهیهکانت له دست بدیت. به لام، لهوانیه مافی هلیزاردمت بو مانموه له بهریتانیا همیت نهگسر پهموندیبهکمت له گڼل خرجیدر که کوتایی پنییت و دهنیت بهپله راویژکاری یاسایی کوچکری وهریگری.

نهگسر پهموندیبهکمت کوتایی پنییت خرجیدر که ناتوانیت تو له بهریتانیا "دهرکراو" یان "دوورخراو" بکات، به لام دتوانیت وهزارتی ناوخو (Home Office) ناگدار بکاتمه که پهموندیبهکی له گڼل تو گوردراوه. نهمسا وهزارتی ناوخو دتوانیت ماوهی قیزهکمت کورت بکاتمه یان داوات لیکات جوړی قیزهکمت بگوریت نهگسر نا بهریتانیا بهجینیلیت.

ئەگەر پەيوەندىيەكەت كۆتايى پىندىت و دەتەوئىت بەرىتانيا بەجىبەئىلىت، دەتوانىت و ابكەيت. ئەگەر پارە يان بەلگەى سەفەر بۇ ولاتى خوت نىيە دەيىت لە راوئىزكارىكى ياسا يان لە پارىزەرىك داواى ئاموژگارى بىكەيت سەبارەت بەوەى كە ئاخۇ بۇ گەرانەوە بۇ ولاتى خوت دەتوانىت يان پىويستە لە وەزارەتى ناوخۇ داواى يارمەتى بىكەيت.

هەندىك رىخراوەى نىشتەمانى ھەيە كە دەتوانن تارادەيەك راوئىزكارى كۆچىكەرى بەخۇرايى پىشكەش بىكەن، بەلام بۇ يارمەتى زياتر لەوانەيە پىويستەت بەكارگرتتى پارىزەرىك بىت.

مافەكانى ژنان (Rights of Women) (بەس لە ئىنگلىز و وئىلز)

☎ 020 7490 7689 دوشەممە و پىنجشەممە 10 بەيەنى — 4پاشنىوەرۇ www.rightsofwomen.org.uk

خزمەتى ياسايى جەست رايەت لە سىكۆتلەند (Just Right Scotland) (بەس لە سىكۆتلەند)

☎ 0141 406 5350 www.justrightscotland.org.uk/

يارمەتى بە كۆچەر (Migrant Help) (راوئىزكارى دەربارەى پروسەى پەنايەرى)

☎ 0808 800 630 www.migranthelpuk.org

