

# د کډوالو ميرمنو ډيجيټلي خواکمنتيا او ارتباط پروژہ

د ادغام فلمونو (Integration)  
د بدرگي لارښود (Films)



د کورنۍ هغو غړو لپاره مهم معلومات چې  
انگلستان ته رارسېږي

دا لارښود د کډوالو میرمنو د ډیجیټلې ځواکمنتیا پروژې لخوا د یوې ملاتړ کونکې وسیلې په توګه تدوین او ژباړل شوی. نوموړې پروژې د کورنیو چارو وزارت د بیا میشتېدنې پناه غوښتنې د ملاتړ او ادغام (Home Office Resettlement Asylum Support and Integration) ریاست لخوا تمویلېږي ترڅو د کډوالو میرمنو سره مرسته وکړي چې په انگلستان کې د ادغام په ځنډونو برلاسي شي.

مونډر غواړو د VOICES شبکې له غړو څخه مننه وکړو چې انگلستان ته د کډوالې کورنۍ بیا یوځای کیدو په ویزو سفر کونکو میرمنو ته د اړینو معلوماتو او مینځپانګې په چمتو کولو کې یې خپل افکار، تجربه او پوهه شریکه کړې. مونډر غواړو د کورنۍ بیا یوځای کیدو ادغام خدمت (Family Reunion Integration Service) څخه هم مننه وکړو چې د پام وړ خپلو تجربو او کړنچارو څخه یې د هغو معلوماتو او پوهې تفصیل چمتو کړی چې لاندې یې یادونه شوي. مواد په انګلیسي، امهاري (Amharic)، عربي، فارسي، کردي (سوراني) صومالي، تیګرینیايي (Tigrinya) او اردو کې چمتو شوي.

## لړلیک

- 2..... منلیک
- 3..... ستاسو ویزه، ستاسو BRP او ستاسو غوراوي.
- 4..... یونیورسل کریډیټ
- 6..... استوګنځای
- 8..... روغتیايي پاملرنه
- 11..... د ماشومانو تعلیم او تربیه
- 12..... د ماشومانو خوندي ساتل
- 13..... کورنۍ ناوړه ګټه اخیستنې (Domestic abuse)
- 14..... د کورنۍ جلا کیدل:



# د کورنی هغو غړو لپاره مهم معلومات چې انگلستان ته رارسېږي

که تاسو د کورنی یوه کډوال غړي سره د یوځای کېدو لپاره پدې وروستیو کې انگلستان ته رارسېدلې یاست یا ټاکل شویده چې د کډوالي کورنی بیا یوځای کېدو ویزی له لارې را ورسېږئ، نو دې سند کې داسې معلومات شته چې تاسو سره مرسته وکړي. دا بنیادي د تمې کېدونکو شیانو په یو څه پوهیدو کې د سره مرسته وکړي او د اړین ملاتړ ترلاسه کولو کې تاسو او ستاسو کورنی سره مرسته وکړئ.

## ستاسو ویزه، ستاسو BRP او ستاسو غوراوي.

ستاسو د کډوالي کورنی بیا یوځای کېدو ویزه پدې معنی ده چې تاسو د ژوند هغه ملګري یا د خپلې کورنی هغه غړي سره د اړیکې له امله دلته یاست چې د کډوالی حیثیت لري. دوي، ستاسو سپانسر (sponsor) بلل کېږي. ددې ویزی داسې شرایط دي چې له تاسو یې د پلي کولو تمه کېږي لکه د سپانسر سره مو ګډ ژوند ته د دوام ورکولو ارادې او، که دی ستاسو د ژوند ملګری وي نو، له دوي سره د خپلې اړیکې ساتلو ژمنتیا.

ستاسو د کډوالي کورنی بیا یوځای کېدو ویزه به تر هغه مهاله دوام وکړي چې ستاسو سپانسر د کډوالی حیثیت ولري، او کله چې دوي په انگلستان کې د "میشټیدو" لپاره غوښتنه کوي، نو تاسو هم باید په ورته وخت کې د دوي سره یوځای غوښتنه وکړئ.

تاسو پخپله د کډوالی حیثیت نلري، نو بنیادي له خپل هیواد څخه لیدنه وکړای شئ، په داسې حال کې چې ستاسو سپانسر (کوم چې یو کډوال دی) یې نشي کولای. دا مهمه ده چې د کډوالی یوه مشاور سره اړیکه ونیسئ کوم چې به تاسو ته معلومات درکړي چې څنگه له انگلستان څخه بهر داسې سفر وکړای شئ چې ستاسو یا ستاسو د سپانسر د کډوالی په وضعیت یا په انگلستان کې د پاتې کېدلو لپاره راتلونکې کې د ویزی په غوښتنلیکونو باندې اغېز ونکړي. تاسو بنیادي په خپله سیمه کې یا له دې ځایونو څخه د کډوالی مشاور ومومئ:

**OISC**

[www.home.oisc.gov.uk](http://www.home.oisc.gov.uk)

د شمالي آیرلینډ د قانون ټولنه (Law Society Northern Ireland)

[www.lawsoc-ni.org/solicitors](http://www.lawsoc-ni.org/solicitors)

د کډوالی قانون متخصصینو ټولنه (Immigration Law Practitioners Association)

[www.ilpa.org.uk](http://www.ilpa.org.uk)

تاسو باید د خپلې استوګنې بایومتریک جواز (BRP)، انگلستان ته له رسیدو وروسته ژر تر ژره ترلاسه کړئ. ستاسو پریکړه لیک به تاسو پوه کړي چې له کوم ځای څخه خپل BRP ترلاسه کولای شئ. دا به ستاسو د کورنی غړي د پوسته خانې سیمه ایز دفتر وي. د خپل BRP ترلاسه کولو لپاره باید خپله ویزه له ځان سره ولری. که د خپل BRP ترلاسه کولو کې ستونزې لری، نو په [www.gov.uk/biometric-residence-permits/collect](http://www.gov.uk/biometric-residence-permits/collect) کې یې په انلاین ډول رپوټ کولای شئ.

د یو بالغ تن په توګه تاسو هرکله کولای شئ په انگلستان کې ژوند کول غوره کړئ. که څوک تاسې سفر کولو یا دلته پاتې کېدلو ته اړباسي، نو د مرستې لپاره په 24 ساعته بڼه فعالې د کورنی ناوړه ګټې اخیستنې ملي کومکي لیکي (National Domestic Abuse Helpline) ته یا پولیسو ته په 101 شمېره تلیفون کولای شئ. که دا یو بېرني حالت وي، نو تاسو باید عاجلو خدمتونو ته په 999 شمېرې زنگ ووهئ. دوي یو ژباړونکی را پیدا کولای شي که تاسو ورته هغه ژبه وښایست چې پرې خبرې کوئ.

د کورني ناوړه گټي اخيستنې ملي کومکي ليکه

0808 2000 247

که څوک ناسي سفر کولو يا دلته پاتې کېدلو ته اړباسي او ناسي اړباسي چې دوي ته د گټي رسولو لپاره د خپلي خوښي خلاف کوم ناوړه کار وکړي، نو تاسو کولای شئ د عصري غلامۍ کومکي ليکي (Modern Slavery Helpline) ته يا پوليسو ته زنگ ووهئ.

د عصري غلامۍ کومکي ليکه

08000 121 700

### يونيورسل کريډيټ

تاسو د کډوالي کورنۍ بيا يوځای کيدو په ويزه په انگلستان کې کار کولای شئ. تاسو "عامه فنډونه (Public Funds)" هم ترلاسه کولای شئ، چې د امتيازونو يا سوکالي ملاتړ (benefits or welfare support) په نوم هم ياديږي. د دې معنی دا ده چې که تاسو د کار کولو توان نلرئ، د کار په لټه کې ياست خو تر دې دمه مو دنده نه وي موندلې، يا د ژوند تېرولو لپاره کافي پيسې نه ترلاسه کوئ، نو دولت به تاسو ته يوه ابتدايي مياشتنۍ تاديه درکړي. دې ته يونيورسل کريډيټ (Universal Credit) وايي.

يونيورسل کريډيټ دا هره مياشت يوه بانکي حساب ته تاديه کېږي او تاسو اړ ياست چې يونيورسل کريډيټ ته په انلاين ډول غوښتنه وکړئ. د دې ترلاسه کولو لپاره ځيني شرطونه شته. تاسو بايد يو تړون لاسليک کړئ خو که د تړون شرايط پلي نکړئ نو د سزاگانو سره مخ کېږئ.

يونيورسل کريډيټ ستاسو د ژوند لگښتونو لکه خورو، پوښاک، ترانسپورت، د کور بيلونو او هر هغه څه تاديه کولو لپاره چې تاسو يې اخيستل غواړئ، کارول کېدای شي.

د يونيورسل کريډيټ اندازه چې تاسو ترلاسه کوئ ستاسو په وضعيت پورې اړه لري، لکه داچې تاسو ماشومان لرئ که نه، معلوليت يا کومه روغتيايي ستونزه (پدې معنی چې تاسو کار نشئ کولای) لرئ که نه، يا تاسو د کرايي لاندولو کې مرستې ته اړتيا لرئ که نه او دا چې ستاسو د ژوند ملگری څومره عايد لري.

په يونيورسل کريډيټ او نورو امتيازونو پوهېدل ښايي پېچلي وي. که تاسو د يونيورسل کريډيټ کړنچاې څرنگوالي په اړه پوښتنې لرئ، نو لاندې شمېرو ته زنگ وھلائ شئ:

0800 328 5644 ☎

د يونيورسل کريډيټ کومکي ليکه

د اتباعو د سلا مشورې دفتر سلا ليکه (انگلينډ) يا Citizens Advice Bureau Adviceline (England)

0800 144 8 444 ☎

د ادعا کولو لارښوونې لپاره د اتباعو سلامشورې دفتر (سکاټلينډ) يا Citizens Advice Bureau Help to Claim (Scotland)

0800 023 2581 ☎

د اتباعو سلامشورې دفتر مشورتي لينک (ويلز) يا Citizens Advice Bureau Advicelink (Wales)

0800 702 2020 / 08000 241 220 ☎

د NI (شمالي آيرلينډ) سپارښتنې يا Advice NI (Northern Ireland) ☎ 0800 915 4604

### د يونيورسل کريډيټ غوښتنلیک څنگه پيل کړم؟

که ستاسو د ژوند ملگری لاهم يونيورسل کريډيټ ترلاسه کوي، نو تاسو بايد يوه گډه ادعا وکړئ. که تاسو داسې وکړئ، ستاسو د ملگري د يونيورسل کريډيټ تاديوات به په لنډمهاله توگه د شاوخوا 5 اونيو لپاره، کله چې د دندې مرکز (Job Centre) ستاسو ادعاگانې سره يوځای کوي، ودرېږي. په دې بهير کې خورو، کرايي او بيلونو ته د رسېدنې لپاره ښايي تاسو د مرستې غوښتنلو اړتيا ولرئ. تاسو ښايي وغواړئ چې د دندې مرکز سره وغږېږئ ترڅو پوه شئ چې که تاسو پدې وخت کې دمخه تاديه (advance payment)، پور يا کوم بل تاديواتي ملاتړ ترلاسه کړای شئ.

یونیورسل کریڈیټ د دندې مرکز لخوا څارل کیږي چې ونډه یې د خلکو سره د کار په موندلو کې مرسته کول دي. کله چې تاسو د دندې مرکز ته ورشئ، نو د یو 'کاري روزونکي' سره به وویښئ. دوي به تاسو سره د ملي بیمې یوې شمیرې ی

**National Insurance Number (NINO)** دغوښتنې په څرنگوالي کې مرسته وکړي، که چېرې یې ونلرئ. دا یوه ځانګړې او شخصي شمیره ده چې ټول خلک یې په انگلستان کې لري او کار ته د غوښتنې کولو، ماليې ورکړې او امتیازونو ترلاسه کولو لپاره اړینه ده. خلکو ته دا د ولې پوښتنې کولو پرته مه ورکوئ ځکه چې دا د پیژندنې درغلی (**identity fraud**) کې کارول کېدی شي. د NINO رارسېدل شاوخوا 2-6 اونۍ وخت نیسي. دا به تاسو ته په پوست (**post**) کې درولیرل شي.

د یونیورسل کریڈیټ ادعا پیلولو په اړه نور معلومات دلته میندل کېدای شي: [www.gov.uk/apply-universal-credit](http://www.gov.uk/apply-universal-credit)

### د دندې مرکز کې د څه غوښتنه وکړم؟

که تاسو ورته اړتیا لرئ د دندې مرکز ملاقاتونو لپاره د ژباړونکي غوښتنه کولای شئ. که ستاسو انگلیسي په ځانګړې ډول ښه نه وي یا تاسو د کمپیوټر کارولو په څرنگوالي نه پوهیږئ، نو تاسو په خپله لومړنۍ ناسته کې د خپل کار روزونکي څخه د "غیر ډیجیټلي اړیکو" غوښتنه کولای شئ. دا پدې معنی ده چې دوي به د کمپیوټر کارولو پرځای د تلیفون له لارې تاسو سره اړیکه ونیسي.

### اصول څه دي؟

کله چې تاسو د خپل کار روزونکي سره وویښئ، دوي به تاسو سره د یونیورسل کریڈیټ ترلاسه کولو اړوند مقرراتو په اړه وغږیږي، کوم چې 'د ادعا کوونکي ژمنتیا' په نوم یادېږي. دا هغه کړنې دي چې تاسو یې په ترسره کولو هوکړه کوئ، ترڅو وښایاست چې د کار په لټه کې یاست. په دې کې ښایي له تاسو څخه وغوښتل شي چې د یو مشخص شمیر دندو لپاره غوښتنه ورکړئ یا خپله انگلیسي غښتلي کړئ. که هوکړې ته ژمن پاتې نشئ، نو تاسو جریمه کېدای شئ، کومه چې تاسو ته د تادیبه کېدونکي امتیاز ځینو برخو یا ټول امتیاز خنډېدل شاملېدای شي. دې ته بندیز (**sanction**) ویل کیږي. دا مهمه ده چې په خپله هوکړه او داچې څه باید کله ترسره کړئ، پوه شئ. کله چې تاسو د خپل کار روزونکي سره وینئ، نو د روښانه او لیکلو لارښوونو غوښتنه کولای شئ. همدارنګه تاسو کولای شئ خپل آنلاین ژورنال ته په کتلو سره خپلې ادعا کوونکي ژمنتیاوې هم وګورئ.

که ستاسو د ژوند ملګری کار کوي، تاسو ښایي لاهم د یونیورسل کریڈیټ لپاره د غوښتنې په کولو سره اضافي مرستې ترلاسه کړئ، خو ستاسو د ملګري عاید به تاسو ته په درکول کېدونکو پیسو اغېز وکړي.

### که تاسو ماشومان ولرئ

د یونیورسل کریڈیټ او د ماشوم امتیاز (**Child Benefit**) ترمینځ توپیر شته:

د ماشوم امتیاز هغه پیسې دي چې مور او پلار یا هغو نورو خلکو ته ورکول کیږي چې د ماشوم د پالنې مسؤلیت لري. تاسو له 16 کلنو کم عمره ماشومانو، او ځینې وختونه د ډېر عمر لرونکو ماشومانو (16-20 کلنو) لپاره، که چېرې دوي په منظور شوي بشپړ وخت (**full-time**) زده کړه کې بوخت وي، د ماشوم امتیاز غوښتنه کولای شئ.

تاسو کولای شئ له دې ویب پاڼې څخه د ماشوم امتیاز فورمه داوڼلوډ کړئ:

[www.gov.uk/child-benefit/how-to-claim](http://www.gov.uk/child-benefit/how-to-claim)

### ایا زه باید بانکي حساب پرانیخم؟

یونیورسل کریڈیټ په یوه بانکي حساب کې تادیبه کیږي او ډیرې وخت دا دمخه د شته ادعا کوونکي بانکي حساب وي. تاسو د دې بدلولو غوښتنه کولای شئ، خو د دوه بانکي حسابونو ترمینځ "ویش" یې شونې ندی.

د امتیازونو ترلاسه کولو لپاره لکه د ماشوم امتیاز پخپله، تاسو اړتیا لرئ یو بانکي حساب پرانیځئ. د بانکي حساب پرانستلو لپاره تاسو داسې اسنادو ته اړتیا لرئ چې ستاسو هویت، د کډوالۍ وضعیت او پته ثابت کړي. بانکونه ډېرې وختونه د یوه حساب ترلاسه کولو لپاره بېلابېلې پروسې لري. پرې د پوهېدلو غوره لار دا ده چې بانک ته لارښئ او پوښتنه وکړئ چې څنګه ورسره یو حساب پرانیځئ.

## استوګنځای

### زه څنگه یو کور پیدا کړم؟

په انګلستان کې استوګنځایونه پېچلي دي او ستاسو غوراوي په انګلستان کې ستاسو د اوسېدلو ځای او ستاسو د کورنۍ وضعیت پورې اړه درلودلای شي. که تاسو د ورته لپاره دمخه مناسب کور ونلرئ، نو بنایي مشورې ته اړ اوسئ. شیلټر (Shelter) چې یوه ملي خیریه اداره ده، په انګلینډ، سکاټلینډ او ویلز کې ستاسو د حقونو او استحقاقونو په اړه مشورې چمتو کوي. د NI استوګنځای مشورې (Housing Advice NI) په ځانګړي ډول د شمالي آیرلینډ اوسیدونکو ته مشورې چمتو کوي.

### شیلټر (انګلینډ)

[www.shelter.org.uk](http://www.shelter.org.uk) 0808 800 4444

### شیلټر (سکاټلینډ)

[www.shelter.org.uk](http://www.shelter.org.uk) 0808 800 4444

### شیلټر (ویلز)

[www.sheltercymru.org.uk](http://www.sheltercymru.org.uk) 08000 495 495

### د NI استوګنځای مشورې

[www.housingadvice.ni.org](http://www.housingadvice.ni.org) 028 9024 5640

### ټولنیز استوګنځای یا د شورا استوګنځای څه شی دی؟

"ټولنیز استوګنځای" د حکومت لخوا د هغو خلکو لپاره چمتو شوي میشتځایونه دي چې د بې کورۍ سره مخ دي، خو په انګلستان کې ډېری خلک د کور څښتن څخه په خصوصي توګه کورونه په کرایه نیسي یا خپلوي.

حکومت کولای شي په ځینو حالاتو کې د کورنیو استوګنې کې مرسته وکړي، د بیلګې په توګه که چیرې میشتځای کې ډېره ګڼه ګونه وي یا په خورا بد حالت کې وي، که تاسو د تاوتریخوالي خطر سره مخ یاست یا د بې کورۍ خطر سره مخ یاست.

که تاسو بې کوره یاست یا فکر کوئ چې په راتلونکو 56 ورځو کې بې کوره کېږئ، نو تاسو د خپلې سیمه ایزې ادارې استوګنې دفتر یا Local Authority housing office (چې ورته سیمه ایزه شورا یا Local Council هم ویل کېږي) سره د اړیکې نیولو له لارې د خپلې ټولې کورنۍ لپاره د کور په موندلو کې مرسته غوښتلای شئ. یا که په شمالي آیرلینډ کې یاست، نو د استوګنې اجرایوي ادارې (Housing Executive) سره اړیکه نیولای شئ.

خپله سیمه ایزه اداره ومومئ [www.gov.uk/homelessness-help-from-council](http://www.gov.uk/homelessness-help-from-council)

د شمالي آیرلینډ استوګنې اجرایوي اداره [www.nihe.gov.uk](http://www.nihe.gov.uk)

شورا ددې څارنه کوي چې څوک یو ټولنیز استوګنځای ترلاسه کولای شي. دوي د "بې کورۍ ارزونه" کوي او گوري چې دوي څه وړاندې کولای شي. د اورد مهاله استوګنځي ترلاسه کولو لپاره بنایي ډېر منتظر پاتې شئ. تاسو بنایي په مسافرځانه

(bed and breakfast) یا لیلیه (hostel) کې ځای پرځای شئ.

هغه مهال چې دا گوري چې ایا دوي کولای شي تاسو سره مرسته وکړي، سیمه ایزه اداره به ستاسو د اړتیاو ارزولو لپاره له تاسو شواهد وغواړي لکه:

- ستاسو د کډوالۍ وضعیت ثبوت . دا پدې معنی ده چې دوي به غواړي ځان پوه کړي چې تاسو یوه ویزه لرئ یا په انګلستان کې د اوسیدو حق لرئ او په څه ډول شرایطو کې.
- د یوې اړتیا د لومړیتوب ثبوت. دا د شخصي پوښتنو په معنی ده لکه ایا په کورنۍ کې څوک امیندواره دي، معلولیت لري، روغتیایی ستونزه لري یا د تاوتریخوالي خطر سره مخ دي، یا د کورنۍ کوم کس له 18 کالو څخه کم عمر لري او که نه.

- داسې ثبوت چې ستاسو بې کورې ستاسو د خپلې کومې غلطۍ له امله نه ده. د دې معنی دا کیدای شي چې تاسو وښایاست چې تاسو د کور پرېښودل نه دي غوره کړي، یا دا چې تاسو ته د مرستې چمتو شوی کوم وړاندیز مو ندی رد کړی.
- د یوې 'سیمه ایزې اړیکې' ثبوت. دا پدې معنی ده چې دوي غواړي ځان پوه کړي چې دوي ستاسو پر وړاندې مسؤلیت لري. سیمه ایزه اړیکه معمولاً پدې معنی وي چې د یوې مودې لپاره هلته اوسیدلې یاست، هلته کار کوئ یا هلته اوسېدونکې کورنۍ لری. معمولاً، د کډوالۍ کورنۍ بیا یوځای کیدو کې، هغه سیمه چیرې چې کورنۍ ورسره یوه سیمه ایزه اړیکه لري هغه سیمه ده چیرې چې سپانسر ژوند کاوه کله چې ورته د کډوالۍ حیثیت ورکول کېده. که تاسو یوې داسې سیمې ته لار شئ چیرې چې تاسو سیمه ایزه اړیکه ونلری نو ښایي سیمه ایزه اداره مرسته ونکړای شي.

### کوم ډول استوګنځایونه به ما ته وړاندیز شي؟

تاسو به د هغه استوګنځای په غوراوي کې چې تاسو ته وړاندیز کېږي ډیره ونډه ونه لری، ځکه چې د استوګنځایونو عرضه خورا ټیټه ده. دا ښایي په هغه ځای یا حتی ښار کې هم نه وي چې تاسو یې غواړئ، او ددې استوګنځای کیفیت ښایي هغه ډول نه وي چې تاسو یې تمه لری.

ډېر دایمي ټولنیز استوګنځای ته رسېدل ښایي ډیرې میاشتي یا حتی کلونه وخت ونیسي، او دا ستاسو مسؤلیت دی چې کورونه ولټوئ او ورته داوطلبې (bid on) وکړئ.

### که هغه میشتځای چې ماته وړاندیز کېږي ونغواړم نو څه به پېښ شي؟

تاسو د هغو ټولنیزو کورونو داوطلبې کولای شئ کوم چې تاسو غواړئ د کرایه کولو غوښتنه یې وکړئ، خو ځینې وختونه که تاسو اړتیا ولری چې راساً یوه کور ته شئ، نو تاسو ته د لنډمهاله پاتې کیدو لپاره یو ځای وړاندیز کیدای شي. تاسو باید د شورا لخوا تاسو ته د وړاندیز شویو هر ډول ټولنیزو میشتځایونو ردولو دمخه خپلواکه مشوره ترلاسه کړئ، ځکه چې نه ویل، عواقب درلودلای شي. په ځینو شرایطو کې شورا کولای شي ومومي چې تاسو بې کوره پاتې کیدل غوره کړي، او دوي ښایي تاسو سره د نورې مرستې کولو څخه ډډه وکړي.

### د کرایې تادیه کول

که تاسو یونیورسل کریډیټ ترلاسه کوئ، پدې کې به ستاسو د استوګنځای کرایې تادیه کولو لپاره پیسې شاملې وي. که تاسو پته بدلوی، نو اړیاست چې د دندې مرکز ته ووايست.

که تاسو لویه کورنۍ لری، نو تاسو به ښایي لوی کور ته اړتیا ولری ترڅو د کني گونې څخه مخنیوی وکړئ. خبر اوسئ چې د حکومتي مرستې په هغې اندازه باندې محدودیتونه شته چې تاسو یې د یونیورسل کریډیټ څخه د کرایې تادیه کولو لپاره ترلاسه کولای شئ. دا په دې معنی ده چې تاسو باید د خپل نور شته عاید په کارولو سره کرایه لڼده کړئ، ترڅو د کور څښتن څخه د پوروري کېدو مخنیوی مو کړی وي، چې د کرایې بقایاوي (arrears) نومېږي. تاسو ته د درکول کېدونکې مرستې حدود ستاسو د کور اندازې او اوسېدو ځای ته په کتو توپیر لري.

د ارزانه میشتځای لټولو پر مهال یا د پیسو تادیه ته د انتظار پر مهال که تاسو لنډمهاله ملاتړ ته اړتیا ولری نو تاسو د سیمه ایزې ادارې څخه د مالي مرستې غوښتنه کولای شئ (د بېلگې په توګه، د استوګنځای اختیاري تادیه یا Discretionary Housing Payment). هره سیمه ایزه اداره به ونشي کرای چې پدې اړه مالي مرسته چمتو کړي او دا ستاسو د کورنۍ ځانګړو شرایطو پورې اړه لري.

### ایا شخصي استوګنځای کرایه کولای شم؟

د ټولنیز استوګنځای پر ځای د شخصي کرایې استوګنځای موندل ښایي اسانه وي، کوم چې د یوې ټاکلې مودې لپاره د کور څښتن سره تړون کول رانغاړي. شخصي استوګنځای د کرایه ځایونو سیمه ایزو استازو (local lettings agents) او د ملکیت لیست کوونکو ویب پاڼو (property listings websites) له لارې موندل کیدای شي. په شخصي توګه د کرایه شویو شته استوګنځایو ډولونه به په ټول هیواد کې توپیر ولري.

کله چې تاسو د کرایي لپاره کوم ځای پیدا کړ، نو تاسو به د یوې بیعاني ایښودلو اړتیا ولرئ دا د پیسو هغه مبلغ دی چې د احتمالي زیان پوښلو لپاره باید دمخه تادیه شي. دا معمولا لږترلږه د یوې میاشتې کرایه وي.

همدارنگه تاسو به اړ یاست چې د 'کرایي تړون' لاسلیک کړئ. دا ستاسو (کرایه کوونکي) او د کور څښتن، چې د استوګنځي مالکیت لري (دا بنایي سیمه ایزه اداره، د استوګنې یوه ټولنه، یا یو شخصي تن وي)، ترمینځ قانوني تړون دی. ستاسو د کرایي تړون، د کرایه کوونکي او کور څښتن حقوق او مسؤلیتونه ټاکي. دا به همدارنگه هغه نېټه دروښايي چې تاسو پکې ورتلای شئ، د څومره مودې لپاره تړون دی، کرایه څومره ده او کله یې باید تاسو لنډه کړئ.

## روغتیایي پاملرنه

د روغتیا ملي خدمات یا (NHS) National Health Service په انگلستان کې میشتو خلکو ته روغتیایي خدمتونه وړاندې کوي. ددې خدمتونو ډېری یې وړیا دي.

زه د ډاکټر سره څنگه ځان راجسټر کړم؟

په انگلستان کې، د کورنۍ ډاکټرانو ته عمومي متخصصین "GPs" ویل کېږي. کله چې روغتیا پاملرنې ته لاسرسی ومومئ نو GP لومړنی ډاکټر دی چې تاسو به یې وگورئ. دوي د GP په کتنځیو کې کار کوي. د NHS انتخابونو ویب پاڼه په انگلستان کې د ټولو GP کتنځیو لیست لري:

[www.nhs.uk/Service-Search/GP/LocationSearch/4](http://www.nhs.uk/Service-Search/GP/LocationSearch/4)

حتی که تاسو ناروغ هم نه یاست، نو د طبي درملنې ترلاسه کولو لپاره، تاسو او ستاسو ماشومان باید ژر تر ژره د GP سره راجسټر شئ. په انگلستان کې، ټول والدین باید خپل ماشومان د GP سره راجسټر کړي. د راجسټر کولو لپاره بنایي له تاسو څخه د GP کتنځای د پیژندنې ځینې اسناد او په انگلستان کې ستاسو د پټي ثابتولو لپاره یو څه وغواړي. په هر صورت، تاسو کولای شئ پرته له دې هم خپل ځان راجسټر کړئ. له تاسو څخه باید ستاسو د کډوالۍ د وضعیت په اړه پوښتنه ونشي. که تاسو د خپل GP سره په راجسټر کېدو کې ستونزې ولرئ، نو تاسو کولای شئ اړیکه ونیسئ:

د نړۍ ډاکټران (Doctors of the World) ☎ 0808 1647 686 برېښنالیک  
[.clinic@doctorsoftheworld.org.uk](mailto:clinic@doctorsoftheworld.org.uk)

د ډاکټرانو سره ملاقاتونه

ستاسو د راجسټر کېدو وروسته، که تاسو اړتیا ولرئ چې د خپل GP سره وگورئ نو تاسو باید کتنځي ته تلیفون وکړئ ترڅو لومړی د ملاقات لپاره وخت واخلي. GP به تاسو د یوه ملاقات لپاره د وخت اخیستلو پرته ونه گوري.

تاسو کولای شئ د طبي ملاقاتونو لپاره د ژباړونکي او د هغه د جنسیت (جنډر) لپاره غوښتنه وکړئ. تاسو کولای شئ د هغه طبي مسلکي کس د جنډر غوښتنه هم وکړئ چې تاسو یې لیدل غواړئ. که تاسو وغواړئ، نو د یوه بل کس (چې د بدرگه کوونکي یا chaperone په نامه یادېږي) څخه هم غوښتلای شئ چې تاسو سره ملاقاتونو ته راشي. کیدای هغه داسې یو څوک وي چې تاسو یې پیژنئ، یا بل مسلکي کس وي.

که ستاسو GP نشي کولای چې تاسو ته د ملاقات لپاره وخت درکړي او تاسو بېرته مرستې ته اړتیا ولرئ، نو کولای شئ د واک ان مرکز (walk-in centre) ته د تللو هڅه وکړئ. دا د هغې ستونزې لپاره دی چې طبي پاملرنې ته اړتیا لري خو ژوند نه گواښي؛ لکه خفیه سوزېدنه، غوڅېدل، توخی او د غور انتان.

زه د غاښونو ډاکټر سره څنگه ځان راجسټر کړم؟

د غاښو یو شمیر ډاکټران د NHS درملنه وړاندې کوي، خو ټول نه. ډېری یې شخصي (د فیس ورکولو) درملنه هم وړاندې کوي. تاسو باید د غاښونو له ډاکټر سره د NHS ناروغ په توګه راجسټر شئ او پدې یې پوه کړئ چې تاسو امتیازونه (benefits) ترلاسه کوئ، نو پدې صورت کې به ستاسو معاینې او اړینه درملنه وړیا وي. د غاښونو متخصصین سپارښتنه کوي چې تاسو معمولا په هرو شپږو میاشتو کې د خپلو غاښونو منظمه معاینه وکړئ.



په یاد ولری چې د یونیورسل کریډیټ د ترلاسه کولو دمخه د غاښونو درملنه د لګښتونو پایله درلودلای شي.

ایا د یوې روغتیايي ستونزې له کبله اضافي مالي ملاتړ ترلاسه کولای شم؟  
که تاسو روغتیايي ستونزه ولری، پدې معنی چې تاسو د کار کولو یا د کار لپاره د چمتو کېدلو توان نلری، نو ښایي د یونیورسل کریډیټ څخه اضافي پیسې ترلاسه کړی.

د 16 کالو څخه کم ماشومان کولای شي وریا نسخې ترلاسه کړي. که نه نو، دا چې باید د نسخې لپاره لګښت ورکړی یا نه، ستاسو په عاید، په انګلستان کې ستاسو د هستوګنې په ځای، ستاسو په عمر او د نسخې په څرنګوالي پورې اړه درلودلای شي. که عاید مو کم وي، نو ښایي د روغتیايي لګښتونو لکه نسخې، د غاښونو پاملرنې او د سترګو ازموینو کې د NHS د ټیټ عاید په پروګرام کې د مرستې د غوښتنې کولو لپاره ور اوسی. له خپل GP، دندې مرکز یا مایګرنټ هیلپ (Migrant Help) څخه پوښتنه وکړی.

مایګرنټ هیلپ ☎ 0808 800 630 🌐 [www.migranthelpuk.org](http://www.migranthelpuk.org)

په یوه بیرني روغتیايي حالت کې څه وکړم؟  
د ژوند ګواښونکي بیرني حالت یا سخت ټپي کېدو په وخت، تاسو باید نږدې روغتون ته لاړشئ چې د ناڅاپي پېښې او بیرني ځانګه (A&E) یا بیرني ځانګه (ED) ولري. عامه روغتونونه په ورځ کې 24 ساعته خلاص وي.

که تاسو روغتون ته نشئ رسیدلای، نو کولای شئ په 999 شمیره د امبولانس لپاره بیرنيو خدمتونو ته زنگ ووهی. تاسو به اړتیا ولری چې خپل آدرس ورکړی او تشریح کړی چې څه پېښ شوي. د 999 شمیرې تلیفون چلونکي به تاسو ته مشوره درکړي چې څه وکړي او تاسو ته به وویي چې امبولانس به څومره وخت ونیسي.

که دا بیرني حالت نه وي خو تاسو چټکې طبي مشورې یا درملنې ته اړتیا لری، نو کولای شئ 111 شمیرې ته زنگ ووهی. تاسو کولای شئ دوي ته په تلیفون کې خپله ژبه ووايست، او دوي به یو ژباړونکی ومومي.

ایا زما د عاطفي هوساینې یا رواني روغتیا لپاره ملاتړ شته؟  
کله چې تاسو له خپلې کورنۍ سره یوځای کیرئ نو د خوښیو د ګډولې شتون عادي خبره ده، خو ستونزمن عواطف هم شته. د نوي هیواد، نوي ژبې او په نوي ځای کې ژوند کولو سره اموخته کیدل وخت نیسي. د دې تنظیمول، د ځینو کسانو لپاره خورا سختیدلای شي، او ښایي خواشیني، غوصه، یوازیتوب، ژورخپګان یا اضطراب احساس کړی.

عاطفي هوساینه مهمه ده. په انګلستان کې خلک د رواني روغتیا اصطلاح د دې لپاره کاروي چې د خپل فکر کولو، احساس کولو یا په خپل ژوند کې شیانو ته د غبرګون ښودلو طریقه تشریح کړي. د رواني روغتیا ستونزې کیدای شي هغه اندیښنې چې مونږ ټول یې د ورځني ژوند د برخې په توګه تجربه کوو، یا ډیرې جدي او اوږدمهالې ستونزې وي. په انګلستان کې له هرو 6 لویانو څخه 1 یې د رواني روغتیا ستونزې تجربه کړي او دا د خلکو لپاره عادي خبره ده چې مرسته ترلاسه کړي او هیڅ د شرم وړ کوم شی ندی. GPs کولای شي د عاطفي او رواني روغتیا لپاره وریا مشوره او درملنه ورکړي، خو د معالجي لپاره انتظار ته اړتیا پېښېدای شي.

د نور ملاتړ لپاره:

مایند (Mind) ☎ 0300 123 3393 پیغام 86463 🌐 [www.mind.org.uk](http://www.mind.org.uk)  
سامریان (Samaritans) ☎ 116 123 بریښنالیک: [jo@samaritans.org](mailto:jo@samaritans.org)

ایا زما د جنسي روغتیا لپاره ملاتړ شته؟  
تاسو حق لری هغو وریا خدمتونو ته لاسرسی ومومی چې د معلوماتو په ترلاسه کولو کې او ستاسو د جنسي روغتیا په اړه درسره مرسته کوي. ټولې طبي مشورې او تاریخچې محرمي دی او ستاسو او ستاسو د ډاکټر ترمنځ پاتې کیري.

دا د خلکو لپاره معمول دی چې د امیندواری په پلان کولو کې د مرستې لپاره د امیندواری له مخنیوي (contraception) څخه کار واخلې او د خپلې کورنۍ د اندازې په اړه انتخاب ولري. تاسو کولای شئ خپل GP یا د جنسي روغتیا کلینیک ته لارښی پدې اړه وغږیږئ او د امیندواری د مخنیوي هغه میتود وړیا ترلاسه کړئ چې ستاسو لپاره مناسب وي.

کانډوم د جنسي لارې لیرې د یونکو انتاناتو (STIs) د خپریدو په مخنیوي کې مرسته کولای شي. تاسو کولای شئ د خپل ډاکټر یا جنسي روغتیا کلینیک څخه وړیا کانډوم وغواړئ او دوي تاسو ته د جنسي لارې لیرېدونکو انتاناتو لپاره معاینه او درملنه هم کولای شي.

که تاسو یوه امیندواره میرمن یاست او نه پوهیږئ چې ایا امیندواری ته دوام ورکړئ یا نه، نو تاسو ځینې اختیارونه لرئ. په انگلستان کې، سقط قانوني دی او تر یو ټاکلي وخت پورې وړیا دی، خو خدمتونو ته د لاسرسۍ په څرنگوالي کې سیمه ایز توپيرونه شته. میرمنې کولای شي د لاندې اړیکو له لارې نور معلومات ترلاسه کړي:

**د برتانیایي امیندواری مشورتي خدمات (British Pregnancy Advisory Service) ☎ 03457 30 40 320.**

یا که تاسو په شمالي آیرلینډ کې یاست، نو کولای شئ چې د **028 9031 6100 Informing Choices NI** سره اړیکه ونیسی.

د بنځینه تناسلي آلې سنت کول (Female Genital Mutilation) یا پرې کول په انگلستان کې غیر قانوني دي او که د ماشوم سره ترسره کيږي نو د ماشوم څخه ناوړه گټه اخیستنه گنل کيږي. پدې کې بل هیواد ته د پروسیجر ترسره کولو لپاره د میرمنو یا نجلی سفر کولو ترتیبات شامل دي. د **FGM** هغه قربانیان چې ملاتړ ته اړتیا لري کولای شي له خپل GP څخه وغواړي چې د دوي لپاره د متخصص ډاکټر یا ملاتړ ډلې سره د خبرو کولو بندوبست وکړي. ځینې خپریه موسسې هم مشوره او ملاتړ وړاندې کوي.

که تاسو اندیښنه لرئ چې ماشوم یا ځوانه بنځه په خطر کې ده نو کولای شئ د **NSPCC** کومکي لیکي ته زنگ ووهئ، یا که تاسو په خطر کې یاست نو کولای شئ له پولیسو سره اړیکه ونیسی.

## خوندي پاتي کيدل

### بیرني خدمتونه

که تاسو یا بل څوک په بیرني حالت کې یاست نو د ټولو بیرنيو خدمتونو لپاره **999** ته زنگ ووهئ. پدې کې پولیس، د اور وژني خدمت (Fire Service)، یا د امبولانس خدمت (Ambulance Service) شامل دي

که تاسو د نامنۍ احساس کوئ یا غواړئ د جرم راپور ورکړئ نو باید له پولیسو سره اړیکه ونیسی.

غله او تگماران شته، او د ژوندانه په ډیر آنلاین کیدو سره، دوي کولای شي هڅه وکړي ستاسو ډیټا او شخصي معلومات ترلاسه کړي ترڅو له تاسو څخه پیسې واخلې یا د پیژندنې (هویت) غلا وکړي. که تاسو له خپل بانک څخه پیغام یا بریښنالیک ترلاسه کړئ چې ستاسو د بانکي معلوماتو غوښتنه کوي، نو ځواب مه ورکړئ. حکومت یا ستاسو بانک به هیڅکله د پیغام یا بریښنالیک له لارې ستاسو معلومات ونه غواړي. د ډیجیټلي خونديتوب او آنلاین جرم څخه د ځان ساتنې په اړه نور معلومات دلته د **سایبري امنیت ملي مرکز (National Cyber Security Centre)** کې موندل کیدای شي:

**[www.ncsc.gov.uk/section/advice-guidance/all-topics](http://www.ncsc.gov.uk/section/advice-guidance/all-topics)**

په انگلستان کې په عامه تړل شویو ځایونو لکه بارونو (bars)، مارکېټونو او کارځایونو کې سگرت څکول غیر قانوني دي. د 18 کالو څخه کم عمر لرونکو باندې د تنباکو یا الکولو پلورل هم غیر قانوني دي.

په انگلستان کې د کثافاتو غورځول غیر قانوني دي، نو ټول کثافات (د سگرت پاتېشونو په شمول) باید په کثافت دانۍ یا سگرت دانۍ کې واچول شي. که ورباندې گیر شئ نو د شورا لخوا ټاکل شوي جریمه به ورکړئ.

## انگلیسی زده کول

'ESOL' (د نورو ژبو ویونکو لپاره انگلیسی) ټولګي ډیری وختونه په ټول هیواد کې په کالجونو، ټولنیزو مرکزونو، ځایي خیریه موسسو او حتی کتابتونونو کې وړاندې کیږي. تاسو کولای شئ داسې ټولګي ومومئ چې د ورځي او ماښام کې پرمخ ځي. په ټول انگلستان کې د ESOL هیڅ یو چمتو کونکی نشته. تاسو د لټون په انجن کې د "ESOL + ستاسو ساحه" په لټون سره کولای شئ هغه چمتو کونکی ومومئ چې تاسو ته نږدې وي.

## د ماشومانو تعلیم او تربیه

د انگلستان قانون له مخې، هلکان او نجونې دواړه باید ښوونځي ته لار شي. دا مهمه ده چې ډاډ ترلاسه کړئ چې ستاسو ماشوم ښوونځي ته ځي. که تاسو دا ونه کړئ نو د قانوني اقدام یا جریمې سره به مخ شئ. د 4-11 کلونو ماشومانو لپاره تعلیم لومړني ښوونځي او 12-16 لپاره ثانوي ښوونځي بلل کیږي. دواړه وړیا دي.

تاسو اړتیا لرئ چې خپل ماشوم د 4 یا 5 کلنۍ څخه په ښوونځي کې راجستر کړئ چې د دوي د زوکړې په نېټه پورې اړه لري.

## زه څنګه کولای شم خپل ماشومان په ښوونځي کې راجستر کړم؟

مخکې لدې چې ستاسو ماشوم ښوونځي پیل کړي، تاسو باید د ښوونځي څخه لینډه وکړئ او فورمې ډکې کړئ. هره سیمه ایزه اداره په ښوونځي کې د ځایګیو (places) غوښتنې لپاره بېلابېل پروسیجرونه لري. که تاسو ډاډه نه یاست چې څنګه راجستر وکړئ، نو په خپل محلي ښوونځي کې داسې کس وپوښئ چې کولای شي تاسو ته معلومات درکړي. په ښوونځي کې د هیڅ ماشوم ځایګی نه تضمینېږي، حتی که دا ستاسو کور ته نږدې وي یا یې خور یا ورور هلته درس هم ولولي.

کله چې د ښوونځي د ځایګیو په اړه ملاقات کوئ نو تاسو د ژباړونکي حق لرئ. تاسو اړتیا لرئ چې د آدرس ثبوت، ټولې هغه پیژندپانې چې تاسو او ستاسو ماشوم یې لرئ (BRP پاسپورټونه، ویزې) او د ماشوم د زیږون سند، که ولرئ، له ځان سره راوړئ.

په ښوونځي کې د داخلیدلو پروسه ښایي څو اونۍ ونیسي، او ستاسو ماشومانو ته ښایي په هغه ښوونځي کې چې تاسو یې غوره کوئ یا تاسو ته نږدې وي؛ ځایګی ورنکړل شي.

تاسو کولای شئ دلته د لومړني ښوونځي د ځایګیو غوښتنې په اړه معلومات ومومئ: [www.gov.uk/apply-for-primary-school-place](http://www.gov.uk/apply-for-primary-school-place)

تاسو کولای شئ دلته د ثانوي ښوونځي د ځایګیو غوښتنې په اړه معلومات ومومئ: [www.gov.uk/apply-for-secondary-school-place](http://www.gov.uk/apply-for-secondary-school-place)

حتی که دا امکان ولري چې تاسو ښایي نوي کور ته کډه وکړئ، یا که ستاسو د استوګني وضعیت څرګند نه وي، تاسو باید ښوونځي ته د خپل ماشوم د تګ لپاره غوښتنه وکړئ. که تاسو نوي کور ته کډه وکړئ، نو ستاسو ماشوم ښایي مجبور شي چې ښوونځي تبدیل کړي.

## ایا د سفر، د ښوونځي یونیفورم، او په ښوونځي کې د خوړو لپاره مالي مرسته شته؟

که تاسو د خپلو ماشومانو له ښوونځي څخه په یو څه واټن کې اوسئ، نو د ښوونځي وړیا ترانسپورت ښایي شتون ولري او دا په هغه ساحه پورې اړه لري چې تاسو اوسئ. دا کافي نده چې د دلیل په توګه ووايست چې له ښوونځي څخه په خورا لیرې واټن کې د اوسیدو له کبله مې ماشومانو ښوونځي پرېښود. که ماشومان لري سفر کوي نو ښوونځي ښایي د مرستې وړاندیز وکړي.

که تاسو لږ عاید ولرئ یا ځینې امتیازونه ترلاسه کوئ نو ښایي اضافي مالي مرستې لکه د ښوونځي وړیا یونیفورم او د ښوونځي وړیا خوړو ته لاسرسی ومومئ. تاسو به اړتیا ولرئ چې د خپلو سیمه ایزو ادارو څخه د بسپنو او مالي ملاتړ په هکله غوښتنه وکړئ. د لاسرسي وړ مرسته د ځایي چارواکو ترمنځ توپیر لري.

## د ښوونځي پرېښودل

هغه عمر چې ماشومان کولی شي تعلیم پرېږدي پدې پورې اړه لري چې تاسو په انگلستان کې چیرته اوسئ، خو ثانوي ښوونځی د 16 کلن کیدو وروسته پای ته رسي. ماشومان کولای شي د 16-18 کلنۍ څخه په یو شکل خپلو زده کړو ته دوام ورکړي. دا کیدای شي په کومه دنده کې ښوونه، شاگردې کول، یا نور تعلیم په بل ځای کې لکه کالج یا شپږم فارم کې روزنه وي.

که تاسو د ماشوم امتیاز ترلاسه کوئ، نو تادیات به یوځل بند شي کله چې ماشومان تعلیم پرېږدي، او دوي به تر هغې پورې چې 18 کلن شوي نه وي معمولاً د دې وړتیا ونلري چې د یونیورسل کریډیټ ادعا وکړي.

د هغو ماشومانو لپاره ملاتړ شتون لري، چې ځانگړو اړتیاو یا د انگلیسي ژبې اضافي مرستې ته اړتیا لري. د ښوونځي په شرایطو کې ځانگړي اړتیاوې د زده کړې د ټولو ځانگړو اړتیاوو معنی لري ځکه چې د زده کړې ستونزې، فزیکي معلولیت او یا عاطفي او سلوکي ستونزې دي. که یو ماشوم ځانگړي اړتیاوې ولري یا د انگلیسي ژبې اړتیاوې ولري، نو والدین کولای شي د خپلو سیمه ایزو ادارو او ښوونځي سره خبرې وکړي او ډاډ ترلاسه کړي چې دوي هغه ملاتړ ترلاسه کوي چې ورته اړتیا لري.

## د ماشومانو خوندي ساتل

په انگلستان کې تاسو په قانوني ډول د خپلو ماشومانو د ساتنې، پاملرنې، پرمختګ او هوساینې لپاره مسؤل یاست. دا ستاسو دنده ده چې دوي له ضرر او خطر څخه خوندي وساتئ. د ماشومانو پخپل سر یوازې پرېښودل که هغوي په خطر کې اچوي یو جرم دی. تنګي ماشومان، نوي ګرځیدونکي او کوچني ماشومان باید هیڅکله یوازې پاتې شي. عموماً، د 16 کالو څخه کم عمره ماشومانو څخه باید د کوچنیو ماشومانو د پاملرنې غوښتنه ونه شي، او هغه ماشومان چې 16 کاله یا لږ عمر لري باید د اوږدې مودې یا شپې لپاره نورو ماشومانو ته پاملرنه ونکړي.

## ایا زه خپل ماشوم وهلاي شم؟

په انگلستان کې ماشومانو ته د بدني جزا ورکولو چلندونه په چټکۍ سره بدلیږي. په سکاټلینډ او ویلز کې د ماشومانو وهل ټکول غیر قانوني دي. د ماشوم داسې وهل یا ټکول د انگلستان په نورو برخو کې غیر قانوني دي چې تاسو هغه ټپي کړئ یا یوه نښه پرې پرېږدئ. په خپل لاس یا بل کوم شی سره د وهلو یا ټکولو له لارې خپل ماشوم ته د سزا ورکولو له کبله د قانوني ستونزې سره مخ کیدلای شي، ځکه چې دا د ناوړه ګټې اخیستنې په توګه ګڼل کیدای شي.

د ماشومانو د کړو وړو د بدلولو لپاره د بدني ډسپلین یا وهلو ټکولو پرځای د بچي پالنې (parenting) بیلابیلو لارو چارو کارولو په اړه معلومات دلته موندل کیدای شي:

[learning.nspcc.org.uk/research-resources/leaflets/positive-parenting](https://learning.nspcc.org.uk/research-resources/leaflets/positive-parenting)

## د ماشومانو ناوړه ګټه اخیستنې څه شی دی؟

د ماشومانو ناوړه ګټه اخیستنې هغه وخت رامنځته کېږي چې یو ماشوم په قصدي ډول د لوی کس یا بل ماشوم لخوا زیانمن شي – دا کیدای شي د یوې مودې لپاره وي خو یوځلي عمل هم کیدای شي. دا کیدای شي بدني، جنسي یا عاطفي وي او په حضوري یا مجازي (آنلاین) ډول پېښېدلای شي. دا د مینې، پاملرنې او توجه نشتوالی، یا د خورو، سرپناه، تودوخې، پاکوالي او داسې نورو ته د یوه ماشوم د لومړنیو اړتیاوو نه پوره کول هم کیدای شي – دې ته 'غفلت' ویل کېږي.

حکومت او ادارې یې قانوني دنده لري چې د کورني ژوند په اړه ډیرې پوښتنې وکړي او که دوي فکر کوي چې ماشوم څخه ناوړه ګټه پورته شوې یا ښایي د ناوړه ګټې اخیستنې له خطر سره مخ وي یا د یوه ماشوم په اړه پوښتنې یا انډیښنې ولري، نو چې مداخله وکړي.

ښوونځي، ډاکټران، نور مسلکيان، او سازمانونه (لکه د برتانيا سور صلیب) قانوني دنده لري چې د هوساینې په هکله د ټولو هغو انډیښنو راپور ورکړي چې دوي یې د یو کس د ماشومانو په اړه لري. دې ته محافظت (safeguarding) ویل کېږي. که چیرې یو ماشوم ټپي وي، ټوکل شوی یا سوځېدلی وي، خواره نه وي ورکړل شوي، مینځل شوی نه وي، که جامې یې شکېدلي وي، یا ښوونځي ته نه ځي، نو په محافظت کې د دا ډول پوښتنو پوښتل شامل دي. دوي پلټنه کوي چې ایا د نوموړي ماشوم څخه خو به ناوړه ګټه پورته شوې نه وي یا خو به غفلت ورسره شوی نه وي.

## ټولنيز خدمتونه څه شی دئ؟

که چيري د ماشوم د خونديتوب په اړه رينټيني موجوده وي نو د ماشوم ټولنيز خدمات (Child Social Services) کولای شي په قانوني ډول مداخله وکړي. په شديدو حالاتو کې، محکمې بنایي دوي ته اجازه ورکړي چې يو ماشوم له خپلې کورنۍ څخه ليري د پالنې کور ته بوځي ترڅو دا تر لاسه کړي چې هغه له ضرر څخه خوندي دی. د دوي پریکړې تل ماشوم ته لومړیتوب ورکوي.

که زه د خپل ماشوم یا بل ماشوم په اړه اندیښمن شم، نو کولای شم چې د NSPCC یا چاپلډ لاین (Childline) سره اړیکه ونیسم.

**0808 800 5000 NSPCC**

**0800 1111 لاین چاپلډ**

د ماشومانو ټولنيز خدمات (Child Social Services) هڅه کوي چې له کورنيو سره مرسته وکړي او هېڅکله د ماشومانو لري کول نه غواړي – دا يواځې په خورا سختو قضیو کې پېښیږي. دوي هڅه کوي چې د کورنيو د ملاتړ لپاره داسې لارې چارې ومومي چې يوځای پاتې شي ترڅو ماشومان خوندي او له ناوړه گټې اخیستنې څخه وژغوري. دوي ډیرې وختونه د عملي مشورې او ملاتړ په ورکولو کې مشغول وي ترڅو له هغو والدينو یا کورنيو سره مرسته وکړي چې بنایي مالي یا عاطفي ستونزې ولري او یا د خپلو ماشومانو د کړو وړو په اداره کولو کې له ستونزو سره مخ دي.

دې ملاتړ ته بېلابېل شيان ويل کيږي او بنایي له يو ځای څخه بل ته توپير ولري خو د دوي لومړیتوب کورنيو سره خوري او مرسته کول دي. د خپلو سیمه ایزو ادارو سره د خبرو کولو له لارې کولای شئ ومومئ چې ستاسو په سیمه ایز ځای کې کوم شيان د لاسرسي وړ دي.

## کورنۍ ناوړه گټه اخیستنې (Domestic abuse)

'کورنۍ ناوړه گټه اخیستنې' يوه اصطلاح ده چې په انگلستان کې د هر هغه تاوتریخوالي یا کورني د تشریح کولو لپاره کارول کيږي چې د ژوند د ملگري یا کورني په غړي باندې د کنټرول او واک تجربه کولو یا تر لاسه کولو لپاره ترسره کيږي. دا په انگلستان کې يو جرم دی. پدې کې بدني، جنسي، رواني، لفظي، عاطفي او مالي ناوړه گټه اخیستنې شامله ده. د بېلگې په توگه، ستاسو د ژوند د ملگري یا ماشومانو وهل د قانون خلاف کار دی، خو دا هم غیر قانوني کار دی چې تاسو د خپل ژوند د ملگري حرکتونه، له چا سره خبرې کول، پیسو ته د دوي لاسرسی یا د ملگرو د لیدلو آزادي کنټرول کړئ.

### که زه د کورني ناوړه گټې اخیستنې سره مخ اوسم نو څه؟

تاسو د خونديتوب حق لرئ او د اوسیدو لپاره خوندي ځای تر لاسه کولای شئ – دې ته پناه ځای ويل کيږي. که تاسو په خپلو اړیکو کې د کورني تاوتریخوالي یا ناوړه گټې اخیستنې سره مخ کېږئ او غواړئ خپلې اړیکې پریردئ، دلته داسې ځایونه شته چې تاسو د مرستې لپاره ورتلای شئ.

**بیرني خدماتو ته تل په 999 زنگ ووهئ** که تاسو یا بل څوک په سمدستي خطر کې اوسئ.

**د کورني ناوړه گټې اخیستنې ملي کومکي لیکه (National Domestic Abuse Helpline)**

**0808 2000 247** [www.nationaldahelpline.org.uk](http://www.nationaldahelpline.org.uk) مشوره ورکوي او هر وخت، شپه او ورځ په محرمانه ډول مرسته کوي. دوي تاسو میشتځای او تخصصي خدماتو ته لېږدولای شي.

## په انگلستان کې شخصي اړیکې

په انگلستان کې د قانون له مخې له نارینه او ښځینه سره ورته چلند کيږي. د دې معنی دا ده چې میره او میرمن دواړه په خپلو اړیکو کې پریکړې کوي. پرته لدې چې تاسو پوه شئ او هوکړه وکړئ، ستاسو ملگري اجازه نلري هغه پریکړې وکړي چې تاسو اغېزمنوي.

د انگلستان د قانون له مخې جنسي اړیکې نیول، رضایت ته اړتیا لري. رضایت دې ته وايي چې يو څوک د پرېکړې کولو آزادي او په ځان باور ولري. دا پدې معنی ده چې هر ځل چې دوه کسان جنسي اړیکه نیسي نو دواړه جنسي اړیکې ته د هو په ویلو رضایت وښايي. که تاسو خپل فکر بدل کړئ او نه ووايست نو ستاسو ملگري ورته د غوږ په نیولو باید درناوی وکړي. حتی که تاسو واده هم کړی وي، بیا هم رضایت اړین دی.

د یوې میرمنې یا سړي، حتی له خپلې میرمنې سره د دوي د اگاهانه رضایت پرته جنسي اړیکه نیول غیر قانوني دي او په انگلستان کې جنسي تیری گڼل کېږي. دا یو جرم دی، او تاسو کولای شئ چې پولیسو ته یې راپور ورکړئ.

په انگلستان کې د جنسي فعالیت لپاره د رضایت عمر 16 کلني ده. د 16 کالو څخه کم عمره کسانو لپاره په جنسي فعالیت کې برخه اخیستل غیر قانوني دي، حتی که دواړه کسان د 16 کالو څخه کم عمر ولري.

په انگلستان کې کورنۍ او اړیکې متنوع (رنګارنګ) دي. دلته داسې کورنۍ شته چې یوازې مور، یوازې پلار یا همجنسه والدین او د دوي ماشومان لري. د قانون له مخې، بنځي کولای شي له نورو بنځو سره واده وکړي، او نارینه هم کولای شي له بل نارینه سره واده کړي.

واده یو قانوني تړون دی چې قانوني عواقب لري. که څه هم خلک مذهبي ودونه کولای شي خو یواځې هغه ودونه چې په یوه مدني دفتر (یعنې د یوه مدني واده جواز درلودونکي) کې ثبت شوي وي، رسمي گڼل کېږي. دا امکان نلري چې په یو وخت کې له یوه څخه له ډیر وځلو سره واده وشي، دی ته بایګامي (bigamy) ویل کېږي او دا کار غیر قانوني دی. طلاق هم یوه قانوني پروسه ده چې نارینه او بنځینه دواړه یې پیل کولای شي. جلا کیدل تل یو غمجن وخت وي، خو په انگلستان کې طلاق یوه خوا هم بې وزله نه پریري.

## د کورنۍ جلا کیدل:

د خپلې کورنۍ سره یوځای کیدل د لویې خوښۍ وخت کیدای شي. په ورته وخت کې، ننگونې او ستونزمن عواطف رامنځته کیدای شي، چې رواني فشار یا سترس رامنځته کولای شي.

که ستاسو اړیکې خرابې شي، نو دا مهمه ده چې ژر تر ژره قانوني مشوره وغواړئ، حتی که تاسو شک لرئ چې ستاسو اړیکې ښایي پرې شي.

دا مهمه ده چې په یاد ولرئ چې ستاسو ځانګړي حقونه او استحقاقونه ستاسو د "سپانسر" د کډوالۍ له وضعیت سره تړاو لري. که ستاسو د سپانسر اجازه پای ته ورسیري، یا که د هغه سره ستاسو اړیکې خرابې شي، نو کیدای شي تاسو خپله ویزه او استحقاقونه له لاسه ورکړئ. که له خپل سپانسر سره مو اړیکې خرابې شي او تاسو ژر تر ژره د کډوالۍ قانوني مشوره ترلاسه کړئ، چې باید ترلاسه یې کړئ، نو ښایي بیا هم په انگلستان کې د پاتې کیدو ځینې اختیاراتونه ولرئ.

که ستاسو اړیکې خرابې شي، نو ستاسو سپانسر نشي کولای چې تاسو له انگلستان څخه "وشرې" یا "وباسي" خو هغه ښایي د کورنیو چارو وزارت ته خبر ورکړي چې له ستاسو سره د هغه اړیکې بدلې شوي. د کورنیو چارو وزارت به بیا ستاسو ویزه لنډه کړي یا به له تاسو وغواړي چې ووځي! پرته لدې چې تاسو د خپلې ویزې ډول بدل کړئ.

که ستاسو اړیکې خرابې شي او تاسو وغواړئ چې انگلستان پریرئ، نو دا کار کولای شئ. که تاسو خپل اصلي هیواد ته د سفر کولو لپاره پېسي یا اسناد نلرئ نو تاسو باید د قانوني مشاور یا وکیل څخه مشوره وغواړئ چې ایا تاسو کولای شئ بیرته کورته راستانه شئ یا بیرته کور ته د راستنیدو لپاره د کورنیو چارو له وزارت څخه د مرستې غوښتنه وکړئ.

ځينې ملي سازمانونه شته چې کولای شي د کډوالۍ ځينې وړيا مشورې چمتو کړي، خو د ډېرو مرستو لپاره بنایي اړ شئ چې يو وکیل سره مشوره وکړئ.

رایټس اف وومین یا **Rights of Women** (یواځې انگلینډ او ویلز)

020 7490 7689 دوشنبه او پنجشنبه 4pm – 10am [www.rightsofwomen.org.uk](http://www.rightsofwomen.org.uk) ☎

جسټ رایټ سکاتلینډ یا **Just Right Scotland** (یواځې سکاتلینډ)

0141 406 5350 [/www.justrightscotland.org.uk](http://www.justrightscotland.org.uk) ☎

د مایگرنت هیلپ یا **Migrant Help** ( د پناه غوښتنې پروسې په اړه مشوره)

0808 800 630 [www.migranthelpuk.org](http://www.migranthelpuk.org) ☎

