

# وه گێران بۆ سه‌ر زمانى كوردى سۆرانى

به‌خېرىبىت بۆ به‌رىتانيا، فيديويه كى رينماي سهارهت به ژيان له به‌رىتانيا بۆ په‌نابه‌ران و په‌ناخوازان و ئه‌وانه‌ى تر كه تازه هاتوون بۆ به‌رىتانيا.

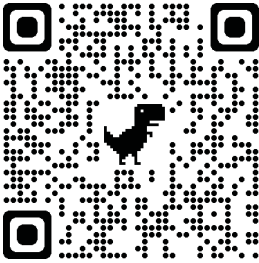
گه‌شتن به ولايتى نوى باوان به‌ره‌نگارى زۇريان دپته پيش. پيوسته ده‌سته‌جى خۆت له گه‌ل سيسته‌مى نااشنا و ياسا و ريسا كۆمه‌لايه‌تپيه‌كان و پيشه‌هاته‌كان و ماف و به‌رپرسياره‌تپيه‌كان ريك بخه‌يت.

په‌نابه‌ر و په‌ناخوازنه‌كان ده‌توانن ئه‌م زانيارپانه به‌ده‌ست بپن بۆ يارمه‌تيداننان.

سه‌يرى فيديوكان بکه له:

[Regional Refugee Forum North East YouTube Channel](https://www.nemp.org.uk/resources/)

[www.nemp.org.uk/resources/](https://www.nemp.org.uk/resources/)



ئهركى باوان له به‌رىتانيا  
چاوديرى ته‌ندروسيت بکه  
ياساکان و ژيان له به‌رىتانيا

ئهم فيديوپانه به‌شپڭن له به‌رنامه‌ى پيشوازي و پيشه‌كى هاووپه‌شى كۆچبه‌رانى باكوورى رۆژه‌لات بۆ په‌نابه‌ره‌كان و په‌ناخوازانى تازه گه‌يشتوو وه ئه‌مانه پيکه‌پنراون به هاووپه‌شى كۆريه‌ندى په‌نابه‌رانى هه‌رىمى باكوورى رۆژه‌لات وه فيديوكان له لايه‌ن ئه‌ندامه‌كانيان وه‌رگيرداون بۆ سه‌ر زمانه‌كانيان.  
سوپاسى ئه‌ندامى كۆريه‌ندى په‌نابه‌رانى هه‌رىمى هيووا برايم حمد له ريكخراوه په‌ناره‌ريه‌كان ده‌نگى ئيمه بۆ مافه‌كانمان ده‌كه‌ين بۆ خسته‌سه‌ر زمانى كوردى سۆرانى

# ئەركى باوان لە بەریتانیا

گەشتن بە ولاتیکی نوێ باوان بەرەنگاری زۆریان دێتە پێش. پێویستە دەستبەجێ خۆت لە گەل سیستەمی نااشنا و یاسا و رێسا کۆمەلایەتیەکان و پێشھاتەکان و ماف و بەرپرسیاریەتیەکان رێک بخەیت. ئەم فیدیویە سیستەمی بەرورەدی شانیشینی بە گگرتووی بەریتانیا روون دەکاتەو، کە تۆ چاوەرێتی چی دەکەیت لە قوتابخانەکان و قوتابخانەکان داوا چی لە باوان بکەن ئەنجامی بدن. ھەرھەوا یاساکی بەریتانیا و پێشھاتەکان روون دەکاتەو بۆ پاراستنی منداڵان لە زیانی جەستەیی و دەروونی. ئەمە بەراستی گرنگە بۆ چۆنەتی سەرپەرشتی کردن و سەرزنەشت کردنی منداڵە کانت لێرە. زانیاریەکان لە لایەن ئەو باوانانەو دەستپیشان کراون کە ژانیان بەرپەرستەو لە گەل ئەو بەرەنگاریانە. لە سەر ئەم بھەمیانە دارژراوە کە ئەوان چ خواستیکیان ھەبە بیانزانیبا لە یە کەم گەشتنیان بۆ بەریتانیا. ئەوان ھیوادارن کە یارمەتیت بدات لە ھاوکاری منداڵە کانت و ھەرھەندانی کێشەکان

سەیری فیدیۆکان بکە لە:

[www.youtube.com/watch?v=yugmcG7YeKw](http://www.youtube.com/watch?v=yugmcG7YeKw)

[www.nemp.org.uk/resources/](http://www.nemp.org.uk/resources/)

دەتوانی ئەم زانیاریانە لە نامیلکەکاندا پوختکراوە دایانبەزینی و چاپیان بکە لە

و [www.nemp.org.uk/parenting-in-the-uk-leaflets/](http://www.nemp.org.uk/parenting-in-the-uk-leaflets/)

[www.nemp.org.uk/education-in-the-uk-leaflets/](http://www.nemp.org.uk/education-in-the-uk-leaflets/)

## ناوھەرۆکەکان:

۱. رۆلی دەزگا جیاوازهکان لە پاراستنی منداڵان لە زیان و ھێزیان بۆ بەشداریکردن
۲. ھاووکاری پێش ئەوھە منداڵە کەت بېتت بە پینچ
۳. بەرورەدی بۆ تەمەنەکانی ۵ بۆ ۱۱: قوتابخانە سیسەرەتایی
۴. یاسای ئامادەبوون لە قوتابخانە
۵. بەرورەدی بۆ تەمەنەکانی ۱۱ بۆ ۱۶ سالی: قوتابخانە سیسەرەندی
۶. بەرورەدی و رابھێنان ۱۶-۱۸
۷. بەرورەدی و رابھێنان دوا ۱۸ سالی و بەخشینی یارمەتی دارایی پەناگەیش دەگرتەوھ
۸. پاراستنی منداڵە کەت لە ھێرش بەدکاری و رق و کینە و خراب بەکارھێنانی ئەنئەرنیت
۹. چۆن یارمەتی منداڵە کەت بەدیت لە چوارچێوەی یاساکاندا بمیلتتەوھ سەبارەت بە کحول، دەمان، توتن و سیکس
۱۰. چۆن پێشھاتەکان بەرۆھ بەبیت لە سەر شەوئیک لەوئ بمیلتتەوھ و دەبیت ھەبیت
۱۱. سەرپەرشتی کردنی منداڵان لە مأل و دەرەو
۱۲. یاسا دەرپارە منداڵان و ئۆتۆمبیلەکان
۱۳. یاسا دەرپارە ئەوھە چۆن منداڵان سەرزنەشت (تەمب) دەکەیت
۱۴. شیوھەکانی جیگەرەوھە سەرزنەشت کردنی منداڵان کە سزای جەستەیی بە کارناھێن
۱۵. چۆن توندوتیژی یان دەستدریژی لە ئیوان باوان کاریگەری دەبیت لە سەر منداڵ
۱۶. یاسای خەتەنە کردنی مینە/خەتەنە کردن
۱۷. دەنگی مندا لە کە
۱۸. مافی باوان

# چاودپیری تهندروستیت بکه

ئەم فیدیویە چۆنیەتی و کەهی چاودپیری تهندروستی لە خزمەتگوزاری تهندروستی نەتەوہی بەریتانیایا بەدەست دینیت و رینمایا چاودپیری کردنی خۆت و ژیانیکی تهندروست روون دەکاتەوہ.

سەیری فیدیۆکان بکه لە:

<https://youtu.be/8J3BEYwcuRc>  
[www.nemp.org.uk/resources/](http://www.nemp.org.uk/resources/)

دەتوانی ئەم زانیاریانە لە نامیلکەکاندا پوختکراوہ دایانەزینی و چاپیان بکهی لە  
[www.nemp.org.uk/looking-after-your-health-leaflets/](http://www.nemp.org.uk/looking-after-your-health-leaflets/)

ناوہرۆکەکان:

۱. چۆنیەتی خۆتۆمارکردن لە لای پزیشک وە بەئینی دیدەنی (مەوعید) دانان، داوای کردنی وەرگێڕ، وە بەدەستھێنانی خزمەتگوزاریە تاییبەتمەندبە تهندروستیەکانی تر لە رێگای پزیشک
۲. چۆنیەتی بەکارھێنانی چاودپیری خۆی، خزمەتگوزاریەکانی تهندروستی نیشتمانی ھێلی تەلەفۆن ۱۱۱، دەرمانسازەکان، پزیشک، وە رووداو فریاکەوتن، وە خزمەتگوزاریەکانی فریاکەوتن ھێلی تەلەفۆن ۹۹۹
۳. چۆن بروانامەکانی HC1 و HC2 نیشانیان دەدات کە تۆ مافی چاودپیری تهندروستیت بە خۆراپی ھەبە
۴. چۆن دەرمان وەرەگریت وە لە رەجەتەش تێدەگەیت
۵. تهندروستی مندالان
۶. چاودپیری چاو و چاودپیری ددان
۷. بەرنامەکانی پشکنینی تهندروستی
۸. رێگریکردن لە سک پری و تهندروستی چووت بوون (سپکس)
۹. بەردەوام سەرئیکی سووک و دلخۆش (بەتاییبەتی گرینگە بۆ ئەو کەسانە لە زۆرناخۆش و دلەراوکی بەردەوامیان ھەبە
۱۰. ژیانی تهندروست: پارێزیکردن لە خۆراک (رێجیم) و وەرزشکردن

# ياساكان و ژيان له بهریتانیا

ئهم فیدویوه رۆئی پۆلیس له بهریتانیا وه هندیك یاسای سهره کی و پشهاهه کان سه بارهت به ژيان له نیو کومه لگه دا روون ده کاته وه. هیوادارین یارمهتیت بدات له سه قامگیربوونت له نیو کومه لگه دا وه گهران بۆ یارمهتی و ئاموزگاری کاتی پنیوستت پیی ده بئیت.

سهیری فیدویوکان بکه له:

[https://youtu.be/9k-l6Sh0H\\_g](https://youtu.be/9k-l6Sh0H_g)

[www.nemp.org.uk/resources/](http://www.nemp.org.uk/resources/)

دهتوانی ئهم زانباریانهی له نامیلکه کاندای بوختراوه دایانه زینی و چاپیان بکهی له

[www.nemp.org.uk/laws-and-life-in-the-uk-leaflets/](http://www.nemp.org.uk/laws-and-life-in-the-uk-leaflets/)

ناوه رۆکه کان:

۱. رۆئی خزمه تگوزاری پۆلیس
۲. بهها (بایهخ)، بهرپرسیاریه کان، ماف و ئازادییه کان
۳. گفتووگو و کاردانه وهت له گهل کهسانی تر
۴. له مائه وه
۵. له کاتی کارکردندا
۶. شوپیری ( لئخورین )
۷. ته لکحول، تووتن (جگه ره) و ماده بئهو شهبه ره کان
۸. ته گهر ته زموونی ده ستریزیت هه بئیت
۹. کهی پۆلیس ده توانیت رانگرت و بت پشکئی
۱۰. یاساکانی چووت بوون ( سیکس )، توندوتیزی خیزانی، خه ته نه کردنی مئینه، توندوتیزی له سه ر بنه مای شه ره ف و به زۆر به شوودان
۱۱. پاراستن و بایه خدان به منداله کانت
۱۲. چۆن سکالیه ک بکرت سهارهت به پۆلیس
۱۳. چۆن په یوه ندی سه ره ئیل (ئۆنلاين) به پۆلیسه وه بکرت، به که سی (چاوپیکه وتن)، له رینگه ی ته له فون و له حاله تی فریاکه وه تندا.