Pashto

انګلستان ته ښه راغلاست!

ویډیویی لاربښوونې په انګلستان کی د ژوند کولو په هکله د میشته مهاجرینو کډوالو او پناه غوښتونکو او نوروهغو لپاره چه نوي انګلستان کی میشته کیږی

کله چه نوی هیو اد ته راشی . نو د دیرو ستونزو سره به مخامخ شی نو تاسو ته ضروری ده چه د تول سیستم سره خان بلد کری لکه اجتماعی چاری ، توقعاتو ، قانون، او همدارنګه مسولیتونه

هفته خلک چه پناه غوشتنونکو او ریفوجی دی باید دا معلومات راتول کری ، تر سو ورسره مرسته وکری

ویډیو دی ویب پاڼو کی وګورئ

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

میندو او پلرونو

ستاسو د روغتیا ساتنه

په بریتانیا کې قوانین او ژوند

دا ویډیوګانې انګلستان کی د نوو مهاجروکډوالو او پناه غوښتونکو لپاره د انګلستان د شمال ختیځ د مهاجرت د اداری دپروګرام د ښه راغلاست او معرفی یوه برخه ده .چه د شمال ختیځ د سیمه ایزو کډوالو فورم په ملګرتیااو مرسته او د دی اداری د غړو ژباړونکو لخوا په بیلا بیلو ژبو ترجمه او ژباړل شوی .
د ریجینل ریفوجي فارم د غړې سارا احمدي څخه د پښتو نسخو د ژباړی لپاره مننه

RRF north east REGIONAL REFUGEE FORUM The Collective Voice Of The Region's Refugee Community

North East Migration Partnership

میندو او پلرونو

هغه میندی او پلرونه کډوال او پناه غوښتونکي چه نوی انګلستان ته راځی او میشته کیږي لار ښوونی ته اړتیا لری ، ځکه په نوي هیواد کې ژوند شروع کول په لمړی سر کی ستونزمن وی ځکه سمدلاسه دوی د نا پيژندل شوي سیستمونو. قانونونو ، ټولنیزو نورمونو ، توقعاتو ، حقونو او مسؤلیتونو سره مخ کیږی . او دوی باید ځان ورسره بلد کړی
دا ویډیو د انګلستان د ښوونی او روزنی سیستم تشریح کوي ، هغه څه چي تاسو له ښوونځیو څخه تمه کولی شئ او څه چي ښوونځي د کورنیو څخه غواړي .دا ویدو د انګلستان قوانین او د ماشومانو له فزیکي او احساساتي زیان څخه خوندي ساتلو لپاره توقعات هم تشریح کوي .دا د دې لپاره مهم دی چي تاسو څنګه دلته خپل ماشومان وځاری 'وساتی او پالنه یې وکړی
دا معلومات د هغو میندو او پلرونو لخوا غوره شوي کومو چه دا ستونزی درلودی هغوی دا هیله لری چه کله تاسو دلته انګلستان ته راشی . دوی به ستاسو د ماشومانو سره مرسته کوي او د رامینځته کیدو ستونزو مخه به نیسي.

ویډیو دی ویب پاڼو کی وګورئ
www.youtube.com/watch?v=w1Qin30kExI
www.nemp.org.uk/resources/

دغو ویب پاڼو ته لاړ شئ او د دغو معلوماتو لنډیز پاڼي ډاونلوډ او پرینت کړئ
www.nemp.org.uk/parenting-in-the-uk-leaflets/ او
www.nemp.org.uk/education-in-the-uk-leaflets/

فهرست

۱. بیلی اداری بیلا بیل وضا یف لری چه څنګه ستاسو ماشومان په امان کی وسا تی
۲. دماشوم ساتنه مخکی لدینه چه پنځه کلن شی.
۳. زدکړی دپنځه کلن نه تر یولس کلنی پوری . لومړنی زدکړی
۴. ښوونځي ته د داخلیدو قانون.
۵.د ۱۱ څخه تر ۱۶ کلونو پورې زده کړه : منځنی ښوونځی
۶. زده کړه او روزنه ۱۶ – ۱۸
۷. زده کړه د ۱۸ څخه وروسته چې د پټنځای سکالرشیپونه هم پکې شامل دی
۸- د زور زیاتی، نفرت ، سایبر او اینترنت د ناوره چلند سخه د خپلو ماشومانو ساتنه
۹. د الکولو ، نشه یی توکو ، تمباکو او په اړه د قوانینو په دننه کې د خپل ماشوم سره د پاتې کیدلو په اړه څه ډول مرسته وکړئ
۱۰. د ډیر خوب د مخنیوی قانون
۱۱. په کور او بهر کې د ماشومانو څارنه
۱۲.د ماشومانو او موټرو په اړه قانون
۱۳.ماشومانو د نظم په اړه قانون
۱۴. د نظم او دسپلین دراوستلولپاره د فزیکی زور زیاتی نه کار وانخلی
۱۵. د کورني شخړی تا ثیر په ماشومانوباندي
۱۶.د ښځینه جنیات د ختنه / ختنه قانون
۱۷.د ماشوم غبړ
۱۸.د مور او پلار حقوق

ستاسو د روغتیا ساتنه

دا ویډیو تشریح کوی چې څنګه او څه وخت د انګلستان د روغتیا ملی خدماتو (این ایچ ایس) او د ځان د پاملرنې او روغ ژوند په اړه د لاربښوونو نه ګټه واخلی او دغه سرویس ته برلاسی ولری

ویډیو دی ویب پاڼو کی وګورئ
www.youtube.com/watch?v=YWz3ka-XfGY
www.nemp.org.uk/resources/

تاسو کولی شئ د دې معلوماتو لنډیز یوه پاڼه ډاونلوډ او چاپ کړئ
www.nemp.org.uk/looking-after-your-health-leaflets/

فهرست

۱. سنګه د ډاکتر سره ځان ثبت کړی او د لیدنې او یا اپایمینت غوښتنه وکړی ، همدارنګ د ترجمان د غوښتلو او د نورو روغتیایی خدماتو لاسبری د ډاکټر له لارې.
ایمرجینسی ۲- کله او سنګه د ان، اچ،ای تلیفون لاین ۱۱۱ او ۹۹۹، د فارمسیت او ډاکټر د ضرورت , بیړنیو پښو د تصادم په وخت کی تری نه کار واخلی
۳-سنګه د اچ سی تو او اچ سی ون تصدیقونه ولری چه د مفت روغتیایی سرویس نه ګټه واخلی۳.
۴-څه ډول درملو ته لاسرسی اوپه نسخو باندی پوهیدل.
۵.د ماشومانو روغتیا
۶.د سترګو ساتنه او د غاښونو ساتنه
۷.د روغتیا د سکرین کولو پروګرامو
۸.د حمل او جنسی روغتیا
۹.روانی روغتیا (په ځانګړی توګه د هغو خلکو لپاره چې د روانی تجربو او دوامداره اندیښنو سره لاس او کار لری مهم دی
۱۰.سالم ژوند : رژیم او ورزش

په بریتانیا کې قوانین او ژوند

دا ویډیو په انګلستان کې د پولیسو رول او په ټولنه کې د ژوند په شاوخوا کې ځینې کلیدی قوانین او توقعات تشریح کوی. مونږ هیله لرو چې دا تاسو سره مرسته کوی چې په ټولنه کې میشت شئ او کله چې تاسو دې ته اړتیا لرئ مرسته او مشوره وغواړئ

ویډیو دی ویب پاڼو کی وګورئ
www.youtube.com/watch?v=q0ZYlRnxBnE
www.nemp.org.uk/resources/

سو کولی شئ د دې معلوماتو لنډیز یوه پاڼه ډاونلوډ او چاپ کړئ
www.nemp.org.uk/laws-and-life-in-the-uk-leaflets/

فهرست
١.د پولیسو د خدمت ونډه
٢.ارزښتونه ، مسؤلیتونه ، حقوق او آزادی
٣-د نورو سره متقابل اجتمايي روابط.
۴.په کور کې
۵.په کار کې
۶.موټر چلول
٧.الکول ، تمباکو او نشه یي توکی
٨.که تاو تریخوالی تجربه کړئ
٩.کله پولیس کولای شی تاسو ودروی او پلټنه وکړی
١٠-جنسی قوانین ، کورنی تاوتریخوالی ، د ښځینه ختنې ، د عزت پر بنسټ د تاوتریخوالی او جبری واده په اړه
١١.د خپلو ماشومانو ساتنه
١٢.د پولیسو په اړه شکایت کول
١٣.څنګه د پولیسو سره په انلاین ، په شخصې توګه ، د ټیلیفون له لارې او په بیړنۍ حالت کې اړیکه ونیسئ

North East Regional Refugee Forum — North East Migration Partnership