

پاراستی پښتوان چاوه‌ری چی بکین





**A guide for
adults aged 18
or over who
have care and
support needs
and their carers**

خالی سهرمکی په پوهندیت بو پر و سهی پاراستن بریتیه له

دهتوانریت په پوهندیان پیوه بکریت له ریگهی هم ناو نیشانه

تلهفون:

پوستی تلیکترونی

تلهفونی فریاگوزاری

تلهفونی دهرهوی کاتر میز مکان

1. بۆچی ئهم ناميلکهيټ پيډراوه

ههنديک نيگه راني سه بارهت به سه لامهتي و
تهندروستي ئيوه هه بوون، و ده مانه ويټ
پشتگيريتان بکھين بو ئه وهى به سه لامهتي
بمېنه وه. ئهم پالېشتييه پيى دهوتريت پاراستن
ئه گهر تو به خيوکهر بيت ئهم ناميلکهيټ
پيډراوه، چونکه نيگه راني ههيه سه بارهت به سه لامهتي و تهندروستي ئه و
که سهى که چاوديري ده کهيت.

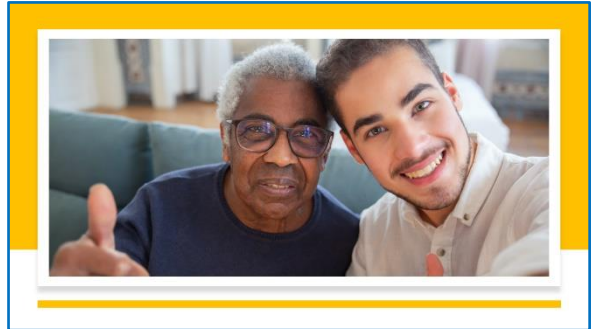


هه موو که سيک مافي ئه وهى ههيه به دوورى له نازار و فهراموشکردن بژيت
له وان هيه پيمان بلين که که سيک نازار ده دريت يان نازارى ده دريت. کاتيک
نيگه راني دروست ده بيت، ههول ده دهين بز انين چي پروویداوه

لہ نیستادا نیمہ نیگہرانین لہ

2. چاوه‌ړی چی بکهن: پاراستنی پیگه‌یشتوان

- نیمه قسمت له‌گډل ده‌کهن یان داوا له دز‌گاکانی تر ده‌کهن که قسمت له‌گډل بکهن سهارمت به‌وی که چون ده‌تانه‌ویت سه‌لامتی بمیننه‌وه.
- له‌گډل تو و/یان نوینهر مکت پلاننیک دده‌نین بو پاراستنی سه‌لامتی تو.
- له‌وانیه ری‌کخراوه‌کانی جیاواز به‌شدری نیمه پلانه بکهن، و نمرکه‌کانیان ده‌بیت که پیویسته له‌گډل تو یان بو تو تمواو بکهن.
- له‌وانیه بانگه‌یشت بکریت بو کوبوونه‌ویه‌کی پاراستن که له‌وی خوت و هممو نمره‌زایانه‌ی که ده‌توانن پشتگیریت بکهن ده‌توانن یارمه‌نیت بدن.
- نمره‌زایانه‌ی که ده‌توانن یان تیگه‌یشتن له‌زانیاری سهارمت به‌پروسیه‌ی پاراستن، نیمه له‌گډل تو کار ده‌کهن بو به‌رژ موندی تو له شویننیک که پیویست بیت.
- له‌کوتایی پروسیه‌ی پاراستنه‌که‌دا، ده‌مانویت بزاین هسستان چون بوو.
- به‌دریژی پروسیه‌ی پاراستن، تهن‌روستی، سه‌لامتی و مافه‌کانت نوله‌ویته‌ی نیمه‌ن.



نمره‌زایانه‌ی که ده‌توانن یان تیگه‌یشتن له‌زانیاری سهارمت به‌پروسیه‌ی پاراستن، نیمه له‌گډل تو کار ده‌کهن بو به‌رژ موندی تو له شویننیک که پیویست بیت.

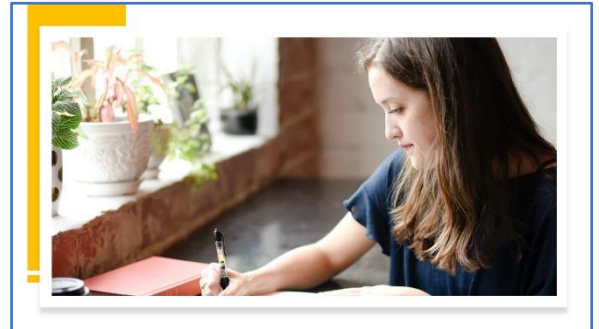
3. بۆچوونهكانت/بۆچوونی بهخپوکرهکټ

تکایه بیروبوچوونهكانت لیره تومار بکهن. نهگهر تو چاودیري دهکټ، تکایه یارمټي نهو کهسه بده که چاودیري دهکټ بو پرکردنهو هی نهو بهشهی فورمهکه، یان نهگهر نهوانیت پری بکاتهوه دهوانیت له جیاتی نهو پری بکټهوه.

نهگهر حمز دهکټ، دهوانیت نهو لهگهل بهر دهنکه سهر مکیهکټ هاوبهش بکټ.

دهوانیت توماری بکټ:

- بۆچوونهكانت لهسهر نهو مهترسیانهی دهستنیشانکراون
- حمز دهکټ له داهاتودا چی پروودات بو نهو هی یارمهتیت بدات بو پاراستنی سهلامټی
- پیتوایه دهرگا ناوخبیهكان دهوانن یارمهتیت بدن
- ههر شتیکی تر که پیتوایه دهرگاكان دهیت بیزانن



بیروبوچوونهكانی خوت لیره بنوسه (نهگهر تو چاودیریت تکایه نهو له خوارهوه باس بکه)

4. زانيارپهكانت

به شپږمهيك زانياريت پندمدرنيت كه هيوادارين لني تتيگميت

تو دزمانيت چي پروودهدات و بيروبوچوونهكانت لهبهرچاو دهگيريت



دهتوانيت كهسيك به ئارهزووي خوت
ههبيت كه پشتگيريت بكات. پاريزمريك

دهتوانيت يارمهتيت بدات ئوهي دهتهوي بيليت. ئهوان دهتوانن يارمهتيدهر بن
لهوهي كه خهلكاني تر بيروبوچوونهكانت لهبهرچاو دهگرن

- [Cloverleaf](#) له ديربشايير پشتگيري داکوکیکاری سهربهخو له لايهن
[Advocacy](#) 454875 01924 تهلهفون بو دابين دهکړيت،
- له شاري ديري پشتگيري داکوکیکاری سهربهخو دابين دهکړيت [راستهوخو](#) له
رنگه 299449 01332 تهلهفوني

رهنگه پيوست بکات زانيارپهكانت لهگهل كهساني تر هاوبهش بکړيت، لهوانه
کارمهنداني ئين ئيچ ئيس يان پوليس. ئيمه تهنها کاتيک زانيار ي هاوبهش دهکمين
كه پيوست بيت و بهپي [ناگاداري تايهتيتي نهجومهني پاريزگاي ديربشايير](#) و
[ناگاداري تايهتيتي نهجومهني شاري ديري بيت](#).

5. بېر دهنګه کانی تر



- [پولیس](#) – له فریاکوونکي تېلېفوني 999؛ تېلېفوني نافر یا کمون 101
- [په یوه نډی بکه به دیر بېشایر](#) – 533190 01629
- [ماليېری](#) بوردی پاراستنی پېنګه یشتووانی دیربی سیتی [ماليېری](#)
[چاودنری پېنګه یشتووان بان تله فون بؤ ژماره 640777 01332](#)
- [\(MASH\) ناوه نډی پاراستنی فره ئازانسې نه نجومه نې شاری دیربی](#) –
تله فون 642855 01332، فاکس 643299 01332
- [تېمېری بېر پتانیای دیربی و دیر بېشایر](#) – تله فون 766922 01773
- [کوملګه ی چالاکي دیربی](#) – تله فون 346266 01332
- [\(پالېستی خوبه خشی کوملګه\) – نامېر قالی](#) – تله فون CVS 512076 01773
- [Bolsover-Bassetlaw](#) – 605075 01246 (پالېستی خوبه خشی کوملګه) CVS
256 973 (Bassetlaw)
- CVS (Community Volunteer Support) – Chesterfield and North Derbyshire LINKS – 274844 01246 تله فون،
linksevs@btconnect.com ایمیل
- [CVS \(پالېستی خوبه خشی کوملګه\) – Derbyshire Dales](#) – 812154 01629 تله فون
- [CVS \(پالېستی خوبه خشی کوملګه\) – Erewash](#) – 466740 01159 تله فون
- [CVS \(پالېستی خوبه خشی کوملګه\) – High Peak](#) – 735350 01663 تله فون
- [CVS \(پالېستی خوبه خشی کوملګه\) – باشووری دیر بېشایر](#) – تله فون CVS 219761 01283
- [خزمهتګوزاری چاکوونموی ماده هوشبېر مکان و ئلکھول له دیربی](#) – تله فون 0265 790 0300
- [کوملګه ی چاودنری دیر بېشایر](#) – تله فون 833 833 01773
- [هیلکی یارمې تایه ته بؤ هممو قوربانیا نې توندوتیژی خیزانی](#) – تله فون Derbyshire 019 0800 هیلکی یارمې توندوتیژی خیزانی
8668 ، 07534 617 252 بنیره
- [پالېستی پسروری بؤ هاور مګم بازان له دیر بېشایر دابین دمکات](#) – تله فون Derbyshire LGBT+ 207704 01332
- [Derbyshire Recovery Partnership](#) (دېرمان و/یان کحول)
- [خزمهتګوزاری قوربانیا نې دیر بېشایر](#) – تله فون 6505 612 0808
- [هیلکی یارمې کویلاپه تی مودیرن](#) – تله فون 700 0121 0800
- [هیلکی یارمې نېشتمانی بؤ بېر منګار بونموی توندوتیژی خیزانی \(پېنابېران و یارمې ژنان\)](#) – تله فون 247 2000 0808
- [قهیرانی دهسندرېژی سیکسی](#) – تله فون 9999 802 0808
- [\(هیلکی دهسندرېژی سیکسی و سیکسی سیکسی\)](#) – تله فون SAIL 561397 07522، نامه 2678 028 0800
- [Samaritans](#) – 123 116 تله فون
- [رق له بېر پتانیای بومستینه](#) – تله فون 1625 138 0800
- [پشنگیری قوربانیا نې توندوتیژی سیکسی دمکات](#) – تله فون SV2 746115 01773
- [Victim Support UK](#) – 111 89 16 08 08 تله فون





QR بۆ به کار هیڼانی کۆده کانی

1. کار بهرنامه ی کامیرا بکوه .
2. دیاریکردنی کامیرای پروو له دواوه له دۆخی فوتو .
3. کۆده له ناوهر است دابنې که دهتهوئیت سکان بکهیت لهسهر شاشهکه و تلهفونهکهت بۆ چهند چرکهیهک جیگیر QR نهو . بوهستینه
4. نهرم لنبده لهو ناگانامهیهی که دهردهکهوئیت بۆ کردنهوهی لینکهکه (بۆ نهجامدانی نهمه پتویسته به نینتهرنننهوه گری بدهیت) .

www.derbysab.org.uk

www.derbyshiresab.org.uk

نهگهر حمز دهکهیت نه نامیلکه به زمان یان شیوازیکی جیاواز وهر بگریته، تکایه نیمهیلی

بۆ DSAB@derby.gov.uk بۆ دانیشتهوانی دیربی شایر و DerbyshireSAB@derbyshire.gov.uk دانیشتهوانی دیربی سیتی بنیره

