

سه باره ت به  
تاوان، پشتگیری  
و یارمه تیی

[www.jagvillveta.se](http://www.jagvillveta.se)

من  
دهمه ویت  
بزائم

# زۆر مندال له سوید ههن که تاوانیان به سهردیت.

زۆر مندال له سوید ههن که تاوانیان به سهردادیت. نهوه لهوانهیه له مالهویدا ، له خویندنگادا له کاتی دهستیتهالییدا یان له ئینتهرنیت پروودات. له تاوانه ناساییهکان که خهکی دژی مندال پییهلهدستن، نهوهیه که لیدان، پالیئومنان، ههر شه بهکاردههینن یان شتی بهدگوتن بیت. لهوانهشه نهوه بیت که کهسیک شتی مندالهکه دهبات یاخود ریگری له مندالهکه دهکات بو باسکردن له سهر تاوانهکه، یاخود گهورهسالییک دهست بو مندالییک به شیوهیهکی سیکسی دههینیت.

جاروبار زهممهته بزانییت که نایا تاوانیک روویداوه یان نا، نهوسا باشه لهگهل گهورهسالییکدا قسهبکرییت. ههتا نهوانهشهیه که تاوانیک نین، لهوانهیه ههست به ناخوشییه بکرییت و مروف دللی پنی تیکچیت.

ئهگهر کهسیک نازاری دایت، کهسهکه ههله دهکات، بیگویدانه  
نهوهی که نهمه تاوانه یان نا و ههمو مندالان هههمیشه مافی  
نهوهیان ههیه که یارمهتییه وهریگرن. لهه نامیلکهیهدا بوت ههیه  
بزانییت که له کوئی یارمهتییه و پشتگیرییه وهردهگرییت.

نایا دهتهوییت پتر دهبرارهیه جوهرههیه تاوان بزانییت که لهوانهیه تووشی مندال بن یان  
دهبرارهیه چوونیتی یارمهتییه وهرگرتن؟ بچو ئیره  
و پتر بخوینهروهه [www.jagvillveta.se](http://www.jagvillveta.se)

# ئەوہ ئاساییہ کہ دلت تیکچیت

## ئەوہ ئاساییہ کہ دلت تیکچیت

ئەگەر مروف تاونیکى بەسەر هات، ئاساییہ کہ مروف هەست بە دلتەنگى، ترس یان تورەیی بکات.

کہ تاونیکت بەسەر بێت، دەکریت وابکات کہ مروف بۆ نمونە:

- تووشى سەرئیشە و سکئیشە بێت.
- بەزەحمەت خەویلتیکەویت.
- خەوی ناخۆش ببینیت.
- بەلایەوہ زەحمەتە بخوات یان زور بەیەک ژەم دەخوات.
- نازاری لەشى بۆ دیت بەین ئەوہی بزائیت بۆچی.
- بەلایەوہ گرانه کہ میشکی لە خویندنگادا چربکاتەوہ.
- دەکەوینتە شەرەوہ.

# له گهډ په کيک قسه بکه نه گهر کهس گوښيست نه بو: دووباره باسی بکه ره وه.

نه گهر تو تاوانیکت بېسهر هاتښت، لهوانمیه واهست  
بکهیت که زحمته باس لهوه بکهیت که روویداوه.  
همول بده که سهریاری نهوش لهگهل په کیکدا قسه  
بکهیت. نه گهر تو باس لهوه بکهیت، ناسانتره که دیسان  
تهدروستیت باشتر بیتهوه.

جارو بار هسست بهباشی دمکرنیت که قسه لهگهل په کیک  
له خیزانه کهی خوت یان هاورنیهک بکهیت. نه گهر تو  
ناتهوئ لهگهل که سیکدا قسه بکهیت که باش نهیناسیت،  
دمتوانیت لهگهل په کیک له خویندن گاکه تدا قسه بکهیت. تو  
بو نمونه دمتوانیت لهگهل ماموستایهک قسه بکهیت که  
خوشت دهویت، لهگهل راوینژکاری کومه لایه تی خویندن گاکه  
یان لهگهل پهرستیاړیکی خویندن گاکه قسه بکه.

نه گهر کهس گوښیست نه بو: دیسان باسیبکه ره وه.

به شیک له گهره سالان لهوانمیه له گوښگرتن و له مندال  
که پیشتندا خراب بن. نه گهر تو باست کردوه بهی نهوه  
باشتر بووښت، نهوه باشه دیسان بو که سیککی تری باس  
بکهیتهوه،  
باس بکه همتا گهره سالیک گوښه گرت.

## تو ده بیت تله فون بو مافی مندان له کومه آدا BRIS (بریس) بکهیت - نهوان دهتوانن یارمه تییت بدن

تو دمتوانیت تله فون بو بریس بکهیت و لهگهل  
گهره سالیکدا قسه بکهیت که کاری نهوه به لهگهل مندان  
قسه بکات.

بریس ژماره تله فونی ۱۱ ۱۱۶ یان هیه

زور مندان تله فون بو بریس BRIS دهکن، کاتیک  
که شتیک روویدا یان که دلیان تیکده جیت.  
کاتیک تله فون دهکیت، پتویست ناکات ناوی  
خوت بلنیت یان بلنیت له کوئ ده ژیت. تله فون کردن بو  
(بریس) به خوراییه و له فاتوره ی تله فوندا نابینریت  
که تو تله فونت کردوه. نه گهر دهتهویت که ژماره  
تله فونی (بریس) له لیستی نهوه ژماره تله فونانه دا  
نه بینریت که له دواییه ادا کراون، دمتوانیت ژماره  
تله فونکه له لیسته کهدا بسریتهوه.

كامانهن يارمه تپى  
مندا لان ئه ده ن و ئه پان  
پاريزن؟



ۆر فەرمانبەریی ھەن کە یارمەتی ئەدەن و مندال ئەپاریزن. تۆ ھەمیشە بۆت ھەییە باس لەوێ بەسەرت ھاتوہ بکەیت کاتیک کە قسە لەگەڵ کەسێک لە فەرمانبەرییەکی وادا دەکەیت. ئەوان ئەبێت گۆنڭرت بن و یارمەتی بەدەن ئەگەر تۆ باسی ئەوەت کرد کە کەسێک نازاری داویت یان وای لیکردویت دلت تیکبچیت. تۆ دەتوانیت بۆ نمونە، لەگەڵ خزمەتگوزاریی کۆمەڵایەتی، دەروونپزیشکی مندال- و لاوان، خانەیی مندالان یان لای پۆلیس قسە بکەیت.

## خزمەتگوزاریی کۆمەڵایەتی لە ھەموو شارەوانییەکان ھەن

خزمەتگوزاریی کۆمەڵایەتی لە ھەموو شارەوانییەکاندا لە سوید ھەن و وادەکەن کە تۆ پشتگیری و پاراستنت ھەبیت، ئەگەر توندوتیژیت دینیت یان بیستیت. ئەگەر خزمەتگوزاریی کۆمەڵایەتی پێییزانیت کە تۆ توندوتیژیت بەسەر ھاتوہ یاخود کە تۆ تەندروستیت باش نییە، دەبیت ئەوان لێنچینەوہ لەسەر جۆری یارمەتیەکی کە تۆ پێویستە بکەن.

## دەروونپزیشکی مندالان- و لاوان BUP دەتوانن یارمەتی پێشکەش بکەن.

ھۆکاری جیاواز ھەن بۆ ئەوێ مندال لەگەڵ دەروونپزیشکی مندال- و لاوان پەيوەندی ھەبیت. ئەوہ لەوانیە ھی ئەوہ بێت کە مرۆف تەندروستی باش نییە یاخود تاوانیکی بەسەر ھاتوہ. ئەو کەسانە کە لە BUP ن لایان باوہ لەگەڵ مندالدا قسەبکەن کە تەندروستیان باش نییە.

## لە خانەیی مندالان بۆت ھەییە باس لەوێ کە روویداوہ بکەیت

لە زۆر شارە گەورەترەکان خانەیی مندالان ھەییە. مرۆف بۆی ھەییە بۆ ئەوێ بێت بۆ باس لە تاوانەکی بۆ پۆلیس و خزمەتگوزاریی کۆمەڵایەتی بکات، ئەگەر کەسێک خراب مامەلەیی لەگەڵ کردین. مرۆف دەتوانیت لە خانەیی مندالان چاوی بە دوکتور بکەیت ئەگەر پێویستی کرد.

## پۆلیس لێکۆڵینەوہ لەسەر تاوانەکی دەکات

ئەگەر تۆ تاوانیکت بەسەر ھاتوہ (تێبداژیاویت) ئەوا چاکە پۆلیسی لێرا بگەییەیت. ئەوسا پۆلیس لێکۆڵینەوہ ئەکەن لەسەر ئەوێ چی روویداوہ. ئەگەر کەسێک لە خیزانەکی نازاری داویت، پۆلیس ئەمە بۆ خزمەتگوزاریی کۆمەڵایەتی باس دەکات بۆ ئەوێ ئەوانیش بتوانن یارمەتی بەدەن.

**WWW.JAG VILL VETA.SE**

پتر دەربارەیی تاوانە جۆراوجۆرەکان، دەربارەیی پشتگیری [www.jagvillveta.se](http://www.jagvillveta.se) لە و یارمەتی و دەربارەیی ئەوێ کە ھەستکردن بە بەسەر ھاتنی تاوانیک چۆنە بخوینەوہ. لەویدا باسکردن و وردەنامۆژگاریی لەلایەن مندالانی ترموہ ھەن کە بەسەر ھاتیان لە تاوان ھەییە.

## فهرماتبهرییهکان و دهستهآلاته بهرزهکانی تر

نۆینهری مندال – و لاوان له  
پشکنینی خویندنگا، **BEO**  
تەلەفۆن: 08-586 080 00  
beo@skolinspektionen.se  
www.skolinspektionen.se

پۆلیس  
تەلەفۆن: 114 14  
له دۆخی تەنگانەدا تەلەفۆن بکە بۆ: 112  
www.polisen.se

سەردانگەکانی لاوان  
زانباریی پەيوەندیی بۆ ھەمو سەردانگە ناوچەییەکان لێرە  
ھەن [www.umo.se](http://www.umo.se)

خزمەتگوزاریی کۆمەلایەتی  
[www.skl.se](http://www.skl.se)

کلیک لەسەر خانەیی شارەوانیەکان و ئەنجوومەنی  
پاریزگاگان بکە، لەوێدا زانیاریی پەيوەندیی بۆ  
خزمەتگوزاریی کۆمەلایەتی له شارەوانیەکاندا ھەیە.

## رێکخراوه نائابوورییەکان

بریس **BRIS** مافی مندالان له کۆمەلدا  
BRIS تەلەفۆنی 116 111  
www.barnperspektivet.se , www.bris.se

فیدراسیۆنی نیشکگریی لێقەوماوانی تاوان، **BOJ**  
تەلەفۆنی نیشکگر: 0200-21 20 19  
www.ungaboj.se , unga@boj.se

مندالەکان رزگارکەن  
تەلەفۆن: 08-698 90 00  
info@rb.se  
www.rb.se

[Tjejjouren.se](http://Tjejjouren.se)

تۆدەتوانیت  
بۆئێرە  
تەلەفۆن  
بکەیت یان  
مایل بنێرە:

© فەرمانبەری لێقەوماوانی تاوان، ۲۰۱۴  
بەرھەسپێنان دروشم  
چاپەسەنی ئۆستریۆم نا بی، ئۆمیۆ ۲۰۱۴

فەرمانبەری لێقەوماوانی تاوان،  
فەرمانبەریبەھکە کە کار دەکات بۆ  
باشترکردن بۆ منداڵان و گەورەسאלان  
کە بەسەرھاتی تاوانیان ھەبۆھ.

دەتوانیت [www.jagvillveta.se](http://www.jagvillveta.se) تۆ  
کە لەژێر ۱۸ سألەومیت لێرە خوێندنەوھ  
لەسەر مافەکانت، لەسەر پشتگیری و  
چۆنیتی بەرتۆھچوونی دادیبینی بەکەیت.



فەرمانبەری لێقەوماوانی تاوان

Box 470, 901 09 Umeå

تەلەفۆن: 090-70 82 00

[registrator@brottsoffermyndigheten.se](mailto:registrator@brottsoffermyndigheten.se)

[www.brottsoffermyndigheten.se](http://www.brottsoffermyndigheten.se)