



خۆت یان کەسێک دەناسی کە دەستدریژیان پیکردبێ یان لە کەوتووتە ناو مەترسی نازاری سیکسی؟

لەم جۆرە حالەتەدا کارمەندانی ناوەندی Ferns نامادە یارمەتین. Ferns ناوەندیکی وەرگرتنی نازاری سیکسی و ناگاداری پزیشکی یاسایی و پالپشتی دلسۆزانه بۆ تەواوی تاوانلیکراوانی نازاری جنسی بەدی دەهێنێ. نازاری سیکسی لەوانە بە هەرکەسێک بۆ وێنە ژنان، منالان و پیاوان بێتە پێش. ئێمە لە Ferns دەتوانین جیگمیک بۆ پالپشتی و هەروەها پالپشتی کرداریانە و دلسۆزانه بۆ یارمەتی بۆ گەراندمو و باشتربوونی ئێوه پێشکەش بکەین.

هەلبژاردن بە خۆتانه

لە Ferns ئێوه لەژێر گوشار نانرین هەتاكوو پەيوەندی بە پۆلیسمو بەگرن. ئێمە لێره پالپشتی پێوێستی ئێوه بەدی دینین و ریز لە تەواوی بریار مەکانی ئێوه دەگرن. ئەگەر پێتان خوش بوو کە پۆلیس لەم حالەتەدا بەشداری بکات، دەتوانین بۆت روونکەینووە کە ئەم کارە چۆن جێبەجێ بکری و لە کاتی پرۆسە ی کارە پالپشتی لە ئێوه بکەین.

دۆسیە ئێوه و هەر جۆرە زانیاریەکی کە ئێوه بە نێمە بەدەن، تەواو نەهێنی دەمێنێتووە و تەنیا لە حالەتی تاییبەت بە ئەو منالان و گەورەسالانە کە بۆیان هەیه توشی خەسار پێگەشتن بن وەکوو بەشێک لە ئەمرکەکانی پاراستنی ئێمە، بە شێوەی ئۆتوماتیک راپۆرت دەنێردرێتە خزمەتگوزاری پەيوەندیار.

کات بۆ بیرکردنەوە

ئێمە دەتوانین لەو بەلگەکانی کە لە تاقیکارییەکانی ئێوه بەدەست هاتووە لە شوێنیکی ئەمندا ناگاداری بکەین و ئەگەر دوایی بریار تەدا بابەتەکە راپۆرت بکە، دەتوانین لەم پرۆسەیدا یارمەتیت بەدەین.

ناسایش

ناسایشی ئێوه بۆ ئێمە زۆر گرینگە و ئەگەر دوای نازاری سیکسی نێگەرانی ناسایشی گیانی خۆتی لەم بوارەدا راپۆرتکاریت پێدەهێن. ئەگەر لە هەرکاتێکدا نێگەرانی ناسایشی خۆت بووی، تکایە بە ژمارە 101 پەيوەندی بە پۆلیسمو بەگەر.

لە حالەتی فریاکەوتن لەگەڵ ژمارە 999 پەيوەندی بەگەر

ئەگەر تووشى ئازارى سېكىسى يان دەستدرېژى بووى، دەبى چى بىكەى؟

1- ئەگەر ناتھموى پۆلىس بەشدار بېت و لە حالەتى مەترسيدا نېت، لەگەل ئېمە پەيوەندى بگرە:

ناوەندی Ferns بە ژمارەى 0300 123 5058 (9ى بەمىانى ھەتاکوو ەى ئىوارە)

ئېمەيل ؛ contact@theferns-suffolk.org.uk

2- تەواوى ئەم جلائەى كە لەكاتى ئازارى سېكىسى لەبەرتدا بوو، نەشوراو و ئەگەر لە توانات دابوو لە ناو جانتايەكى كاغەزى بەاوى.

3- ئەم كارانەى خوارەو مەكە:

• دووش مەگرە، ھەمام كەردن يان شووشتن

• شورەنى ددانەكان (سېواك لېدان)

• حالەتى شوينى توشبوونى ئازارى سېكىسى تېكەمەدە.

4- ئەگەر تووشى دەستدرېژى يان ئازارى سېكىسى بووى و پېويستېت بە يارمەتى فرىاكەوتنى پۆلىس ھەبە بە ژمارەى 999 پەيوەندى بگرە و بچۆ بۆ شوينىكى ئەمەن. ناچار نى بۆ ھاتن بۆ لای ئېمە بچیتە لای پزىشك يان كەسكى تر، بەلكوو دەتوانى راستەوخۆ لەگەل ئېمە پەيوەندى بگرى.



بۆ بەدەستەينانى زانىارى زۆرتر تەكايە سەردانى مالىپەرى

خوارەو بەكە

www.theferns-suffolk.org.uk