

NOTTS  
SVS  
SERVICES

LISTEN  
BELIEVE  
SUPPORT

خزمه‌تگوزاری پشتگیری  
توندوتیزی سیکسی له  
ناتینگهامشایهر

Nottinghamshire Sexual  
Violence Support Services

پینماییه‌کی کورت

KURDISH-SORANI

پشتگیری پیشکش به هر کهسینگ دهکات، که Tts SVS خزمهتگوزاری هکان  
تہمہنی 18 سال و سہرہوہ بیت، ئہوانہی کہ توشی دستدریژی سیکسی،  
توندوتیژی سیکسی یان دستدریژی سیکسی مندالی بوون چ لہم دوایانہدا چ لہ  
رابر دوودا ئہمہ روویدابیت ئہم گہلالہیہ رینیشاندہریکی کورت دابین دهکات بو  
ئہو پشتگیریہی کہ ئیمہ پیشکشہی دهکین و چونیہتی پھیوہندی کردن بہ  
راژہکہمان

ئہگہر لہماوہی 7 رۆژی رابر دوودا توشی دستدریژی سیکسی یان دستدریژی  
سیکسی بووبن، دہتوانیت یارمہتی بہدہست بہینی، لہوانہ یارمہتی پزشکی،  
لیرہ:

0800 085 9993 (گہورہکان) | ناوہندی توپاز | www.topazcentre.org

ئیمسیپساس (مندالان و گہنجانی تہمہن 0-17 سال)  
0800 183 0023 | www.emcypsas.co.uk

## Notts SVS Services

دہبارہی خزمہتگوزاریہکانی کومیانیای نہتئیس فی

نہینی

ئوفہرہکانی خزمہتگوزاریمان

- ہیلی یارمہتی
- دانان
- خزمہتگوزاری راویژکاری
- پشتگیری گروپ
- پشتگیری خیزان
- چارہسہری ی رفتاری
- دووبارہ چارہسہرکردنی گورینی جولہی  
چاو
- خزمہتگوزاری راویژکاری توندوتیژی
- سیکسی سہر بہخو
- خزمہتگوزاری راویژکاری توندوتیژی
- سیکسی سہر بہخو
- خزمہتگوزاری راویژکاری توندوتیژی
- سیکسی سہر بہخو

گہیشتن بہ خزمہتہکانمان

پھیوہندی بہسوود

# دەربارەى خزمەتگوزارىهكانى كۆمپانىيە نەتئىس

ئىمە لەو نەتئەگەين كە ژيانى كەسكى بە تەواوى بە دەستدريژيان يان دەستدريژى سىكىسى تىكەشكىت . لەوانەيە تۆ توندوتىژى سىكىسىت ھەبىت ۋەك مندال يان پىگەشتوو . لەوانەيە بىكەر ھاوكار ، ھاوبەشى پىشوو، بەروار ، ھاورى، ئەندامى خىزان، كاركەر ، كۆليا گيو يان پروفىشنال بىت لەوانەيە كەسكى بن كە تۆ دەيناسىيان كەسكى بن كە تۆ نايناسىيت ھەروەھا لەوانەيە دۇنيا بىت لە شتىك كە روويداۋە يان روودەدات بۆتۆ، يان لەوانەيە پرسىيات ھەبىت دەربارەى پەيوەندىيەك كە تۆ لە ي .

دەزانين كە بەدەستەينانى يارمەتى ھەندىك جار ھەست بە زەحمەت دەكات لەوانەيە خەلك لە كۆمەلگا جياۋازەكانەۋە رووبەرۋوى ترس و فشارى ديارىكاراۋ بن لە بەدەستەينانى پشتگىرىدا . ئىمە پشتگىرى بۆ ھەموو رزگار بووانى توندوتىژى سىكىسى (تەمەن 18 سالى و سەرۋە) دابىن دەكەين، بەبى گويدانە تەمەن، رەگەز، رەگەز/نەژاد، باۋەرى ئايىنى، كەمئەندامى، بارى ژيانى خىزانى يان ئاراستەكردنى سىكىسى يان ھەر تايبەتەندىيەكى ترى پارىزراۋ گويتان لىئەگرين و دادگايى ناكەين

ئىمە لەگەل رزگار بووان لە چەندىن باكگراۋند و ئەزمونى جياۋاز كار دەكەين ئىمە ھەمىشە ھەول دەدەين بە شىۋەيەك پشتگىرىت لى بىكەين كە ھەست بە ئاسوودەيى بىكات و پىۋىستىيەكانت پىر بىكاتەۋە . لەوانەيە يارمەتيدەر بىت بۆ ئەۋەى بزائين كە دەتوانىن پىشكەشى بىكەين

- پشتگىرى بۆ ژنان لە بۆشايىيەكى تەنيا ژاندا
- ھەلبۇزاردنى راۋىژكارى نىر يان مى يان كرىكارى پشتگىرى
- گەشتن بە ۋەرگىرىك بۆ دانىشتنەكانى رووبەرۋو
- ھارىكارى ھىلى زمان لەكاتى پەيوەندىكردن بە ھىلى يارمەتيمان
- ھەلبۇزاردنى ھەلبۇزاردنەكانى پشتگىرى كىردن لەوانە راۋىژكارى رووبەرۋو، پشتگىرى كىردن لەسەر تەلەفون يان ئونلاين
- ژورەكانى چوونە ژورەكان و پشتگىرى كىردن لە شوينى كۆمەلگا

ھەروەھا ئىمە ئەزمونمان ھەيە لە پشتگىرى كىردن لە رزگار بووانى ھاۋرەگەزباز، ھاۋرەگەزباز، ۋەرگىز حوكمت لەسەر نادا، جەخت لەسەر رەگەزو بارى (LGBT+) دوۋرەگەز و ترانس ترانسەكەت بىكە يان دەريان نەكەۋىت

---

گويتان لىئەگرين و دادگايى ناكەين

---



## هیللی یارمەتی

هیللی یارمەتی لەلایەن کارمەندانی شیاو و ڕاهینراوەوە کە دەتوانن پشتگیری و زانیاری پێشکەش بکەن. بۆ هەر کەسێک کە لە کاریگەری دەستدریژیسیکسی نیگەرەن بێت.

هیللی رینوینی بۆشاییەکی سەلامەت دابین دەکات بۆ ناوێشان کردنی هەر نیگەرانییەک، یان بۆ خۆت یان بۆ هاوڕێیەک یان ئەندامێکی خێزان. دەکریت دەرفەتێک بێت بۆ دۆزینەوەی کاریگەری دەستدریژی سیکسی بۆ سەر ژیاونت، بۆ داواکردنی زانیاری یان ئاماژەدان بە خۆت بۆ خزمەتەکانی تێمان.

هیللی یارمەتی: 0115 941 0440

هیللی رینوینی کراوەیە لەم کاتانە ی خوارەو:

دووشەممە، سێشەممە، چوارشەممە، پێنجشەممە و هەینی  
ی پێش نیوەرۆ – 1 ی پاش نیوەرۆ و دواتر 4:30 خولەکی ئیوارە – 10  
خولەکی ئیوارە 7:30

شەممە و یەکشەممە  
ی پێش نیوەرۆ بۆ 1 ی نیوەرۆ 10

لە کاتی تردا لەوانەیە نامەیک بەجێ بهێنیت و کارمەندیکی پشتگیری پەپۆندیت پێوە بکات. ژمارە ی  
هیللی یارمەتی:

0115 941 0440

لە دەروە ی ئەم کاتژمێرانە دەتوانی ت تەلەفۆن بۆ 24 کاتژمێر پەپۆندی بە هیللی یارمەتی توندوتیژی  
: سیکسی و خێزانی مە بەکەیت لە

0808 800 0340

ئەگەر دانیانەبوویت لە شتێک کە بەسەرت دا هات یان  
پروودەدات، یان پرسیارت هەیه دەربارە ی ئەو پەپۆندیە ی کە  
تۆ لە یدایت، ئیمە بۆ تۆ لێرەین.

## دانان

دهتوانیت ماوهی کاتز میریک بیهیته کتیبیک بو قسه کردن لهگهل یهکیک له راویژکاره کانمان ئەمانه دهکریت بهکار بهینری و هک یهک-یهک دانیشنن ئەگەر بهراستی تو تیبیکوشیت. لهوانهیه ههروهها بهکار بهینری بو گفتوگو کردن لهسەر ههلبژاردنهکان و نیگهرا نیهکانت به تهواوی. دهتوانین یارمهتیت پیندهی بو تهواوکردنی ئاماژه کردن بو خزمهتگوزاریهکانمان لهم کاتهدا

---

ئیمه ههمیشه کار دهکمین بو ئەوهی به شیوهیهک پشتگیریت لی بکمین که هست به ئاسودهیی بکات و پیوستیهکانت بو خوی تهواو بکات .

---

## خزمهتگوزاری راویژکاری

زمانی راویژکاری ژینگهیهکی دهروونیهسهلامهت و نادادوهی پیشکەش دهکات که تیایدا دهتوانیت بیر و ههستهکانت به جوریک دهبریت و بدوزیتهوه که لهوانهیه لهگهل خیزان یان هاوردانهبیت

خزمهتگوزاریهکه له لایهن راویژکاره راهینراوهکان دابین دهکریت که ژینگهیهکی دهروونی سهلامهت و نادادوهی دابین دهکات که تیایدا دهتوانیت کاریگهری هه جوره دهستدریژی و دهستدریژییهکی سیکسی بپشکنی.

پشتگیری پیشکەش دهکریت له ماوهی کورتخایهن، مامناوهندیان درپژخایهن. ئیمه کۆمهله جاریک پیشکەش دهکمین (به ئیواران و کوتایی ههفته) و دهتوانیت له کەس یان لهسەر هیل پشتگیری خهک بکات.

## پشتگیری گروپی

گروپی پشتگیری 'بهدهر له مانهوه' مان کۆرسیکی 8ههفتهیه کۆبوونهوهکان وهک گروپی تنهنا نیر یان تنهنا له می بهریوه دهبرین و کراوهن بو ئەوه کسانهی که پیشتر یارمهتی چارهسهریان لهگهل ئیمه ههجووه ئامانجی گروپ ئەوهیه که خوی قبول بکات، متمانه له خوی و کسانهی دیکه دروست بکات، ژیانیکی بهدیهنهتر ئەزمون بکات و هاویری رزگار بووهکان به دیدهنی بکات

## پشتگیری خیزان

ئەگەر كەسئىكى نزيكت تووشى دەستدرېژبىهكى سئىكىسى بووبئىت، ئەمە بۇ تو كاتئىكى سەخت دەبئىت. ئىمە دەتوانىن ھاوبەشى، دايك و باوك، بەخىوكەر و ئەندامانى خىزان پئىشكەش بكەين كە كۆمەلە زانىارىبەك و پشتگىرىبەك بۇ يارمەتيدانى تو له بەرئوبەردنى ھەستەكانى خوت دا، له كاتئىكدا تو پشتگىرى كەسى نزيكت دەكەيت. دەتوانىن تا شەش جار راوئز پئىشكەش بكەين بۇ ئەوہى لەم كاتەدا يارمەتيت بدات.

## چارەسەرى ى رەفتارى

دەتوانرئيت بەكاربەئيرئيت بۇ يارمەتيدانى كړيارەكان له دۆزىنەوہى رىگای نوئ بۇ خۆدانەوہ CBT لەگەل ھەستە نەرىنئىبەكان و ھەلسوكەوتەكان كە لەوانەبە كارىگەرى لەسەر ژيانى رۆژانەت دروست بكات. ئەمە دەتوانئيت يارمەتيدەر بئيت ئەگەر تو نىگەرانى يان خەمۆكى ئەم كۆبوونانە لەسەر بنەماى كورتخايەن پئىشكەش دەكرئيت كەچانىك ھەبە بۇ ئەوہى تەكنىكى جياواز تاقى بكاتەوہ و ببئيت چى كار بۇ تو دەكات.

## دووبارە چارەسەرکردنى گۆرىنى جولەى چاو

دانىشتنەكانبئىانى لەسەر بنەماى كورتخايەن دەدرئيت. بەو بىرۆكەبە كار دەكەن كە رووداوه تروماتىكەكان دەتوانن بە ھەمان شىوہ مئىشك برىندار بكەن و بە ھەمان شىوہ شكائىكى خراب بەرەو ئىسكىكى شكاو بى ببا. چارەسەر جوولەى چاو و يادەوہرى بەكار دەھئيت بۇ كەمكردەوہى ئەو تەنگانەبەى كە بەھوى رووداوى ئازارى دەروونىبەوہ دروست دەبئيت.

---

لەوانەبە يارمەتيدەر بئيت بۇ ئەوہى بزانىن كە دەتوانىن  
پئىشكەشى بكەين  
ھەلبۇزاردنى راوئزكارى نئير يان مى يان كړىكارى پشتگىرى

---

## خزمهتگوزاری راویژکاری توندوتیژی سیکسی سهر به خو

ناموژگارییتوندوتیژی سیکسی ی یوئیس ئیفا ی سهر به خو، پسیپوری مهشقیپکر اوه و کار بو دابینکردنی پشتگیری و بهرزکردنوهی سهلامهتی و باشی هر کهسیک دهکات که نازاری توندوتیژی سیکسی داوه . زانیاری و پشتگیری لهسهر بابتهتی پراکتیکی وهک:

- راپورت بو پولیس
- پرۆسهی
- خانوو و مه سه له داراییه کان
- ماف و خزمهتهکانت دهتوانیت دهستت بگات
- هاوشان کردنی تو لهسهر سهردانی بو لای پ پولیس، سینیمهت، ئولیسینتورس، سیلینیک هتد

ئای ئیس فی ئهی ئیمه له لایهن کومپانیای نورتس ئیس فی ئیس هوه بهکار هاتوه و سهر به خو له دهزگا یاساییهکان که لهوانیه پهپوهندیت لهگهله دا بنییت وهک دهزگای پولسی یان خزمهتگوزاری جیههچیکردنی تاج (سی پیئیس)

---

پیویست ناکات راپورت بو پولیس بکهیت یان له مالهوه برۆیت بو ئهوهی پشتگیری ت دهست بکهوی

---

## خزمهتگوزاری پشتگیری رزگار بوو

خزمهتگوزاری پشتگیری رزگار بووهکان پشتگیری پسیپور پیشکesh دهکات بو هر کهسیک که رزگار بووی پیگهیشتوی دهستدریژی سیکسی مندال بیت و له لایهن دهزگایهک دابهزینرا، وهک

- مالی سی هیلدرین یاندانانی بهخوکهک
- قوتابخانهیهک
- نهخوشخانه/ریکخستنی پزشکی
- ریکخراوهیهکی ئایینی
- خیرخوازییان یان ده وله ت
- یانیکی وه رزشی
- ریکخراوی لاوان

ههروهها دهتوانین پشتگیری هر کهسیک بکهین که دهستدریژی سیکسی ی بهرامهر کراوه و ئهم راپورتهی به کهسیکی دهسهلات وهک ئهفسهری پولیس یان کومه لایهتی یان ماموستا گهاندوه، که





## پهيوهندی بهسود:

بنکهی توپاز

**The Topaz Centre**

[www.topazcentre.org](http://www.topazcentre.org) | 0800 085 9993

**EMCYPSSAS - خزمهتگوزاری قوربانیاى دستدریژی سیکسی منالان و گهنجان**

له نیست میدلاندس

بنکهی رهوانهکردنی قوربانیاى دستدریژی سیکسی بو نهوانهی که تهمهنیان 0-17 سالانه

[www.emcypsas.co.uk](http://www.emcypsas.co.uk) | 0800 183 0023

**هیللی یارمهتی 24 کاترمیره بو قوربانیاى بهدکرداری سیکسی و توندوتیژی ناومال**

**24hr Domestic and Sexual Violence Helpline**

0808 800 0340

**هیللی یارمهتی رینیشاندانی خزمهتگوزارییهکانی پشتگیری بو قوربانیاى توندوتیژی سیکسی له نوتینگهامشایهر**

**Notts SVS Services Helpline**

[www.nottssvss.org.uk](http://www.nottssvss.org.uk) | 0115 941 0440

**هیللی یارمهتی هاوسهرگیری زورهملی**

**Forced Marriage Helpline**

0207 008 0151

**مهکوی پهناهرانی نوتینگهام و نوتینگهامشایهر**

**Nottingham & Nottinghamshire Refugee Forum**

[www.nottsrefugeeforum.org.uk](http://www.nottsrefugeeforum.org.uk) | 0115 960 1230

