

یہ سب آپ کے بارے میں ہے۔  
کے لیے آپ کا گائیڈ  
لوگوں کو فروغ دینا



**fosteringpeople**  
let's change lives together

مسلسل  
شاندار  
2013 سے



# تم



میرا نام

میرے رضاعی والدین

میرا پتہ

ٹیلی فون نمبر

میرا موبائل نمبر

میرا ای میل ایڈریس

میرا مقامی اتھارٹی سماجی کارکن

ان کا فون نمبر ہے۔

آزاد جائزہ لینے والے افسر کا نام

ان کے رابطے کی تفصیلات یہ ہیں۔

fosteringpeople  
let's change lives together

تم

صفحہ 3

کڈز زون

صفحہ 4

ہمارے بارے میں سب

صفحہ 5

سوشل ورکرز

صفحہ 6

آپ کی زندگی

صفحہ 8

صحت مند رہیں

صفحہ 8

محفوظ رہیں

صفحہ 13

آپ کی جگہ کا تعین

صفحہ 20

اپنے مستقبل کے لیے تیار رہیں

صفحہ 30

آپ کی آواز

صفحہ 34

ٹیلی فون نمبرز کا پتہ

صفحہ 34

شکایات کا طریقہ کار

صفحہ 38

بیلو، ہم لوگوں کو فروغ دے رہے ہیں۔

تو... ہو سکتا ہے آپ گھبراہٹ محسوس کر رہے ہوں، اور ابھی زیادہ نہیں جانتے لیکن یہ ٹھیک ہے، ہم نے آپ کو کور کر لیا ہے۔ اس گائیڈ کو پڑھیں، ہم جانتے ہیں کہ یہ تھوڑا طویل ہے، لیکن اس سے چیزوں کو سمجھنا بہت آسان ہو جائے گا اور آپ کو ہمارے بارے میں اور اس کے اختتام تک ہم کیا کرتے ہیں سب جان جائیں گے۔ اگر کوئی ایسی چیز ہے جو آپ کو سمجھ نہیں آتی ہے، تو اپنے رضاعی والدین یا ہم سے پوچھیں اور ہم ہر ممکن مدد کریں گے۔

آپ کی گائیڈ میں، آپ ان کے بارے میں پڑھیں گے:

• ہم کون ہیں اور ہم بچوں اور نوجوانوں کی کس طرح مدد کرتے ہیں۔

• لوگوں کو فروغ دینے میں آپ کی ٹیم کون ہے اور وہ آپ کو کس طرح سپورٹ کریں گے۔

• آپ کی رضاعی تقرری میں کیا امید رکھی جائے۔

• آپ جو کہتے ہیں اہمیت رکھتا ہے۔

اہم فون نمبر اور پتے

لوگوں کو فروغ دینے میں، ہم ایک دوستانہ ٹیم ہیں اور ہم صرف وہی چاہتے ہیں جو آپ کے لیے بہترین ہو۔ ہر کوئی مختلف ہے اور ہم جن نوجوانوں کو رکھتے ہیں وہ مختلف ہیں اور جن نوجوانوں کو ہم رضاعی نگہداشت میں رکھتے ہیں وہ مختلف پس منظر سے آتے ہیں، اور سب کی کہانی مختلف ہے، بالکل آپ کی طرح۔

ہمارا مقصد یہ ہے کہ آپ خوش رہیں اور اپنے رضاعی والدین کے ساتھ اپنے وقت کا لطف اٹھائیں، لیکن گھر کی کمی محسوس کرنا یا شروع میں پریشان ہونا، یا یہاں تک کہ اگر آپ کچھ عرصہ وہاں رہے ہوں تو یہ معمول ہے۔ اگر آپ کو کبھی کسی سے بات کرنے کی ضرورت ہو تو جب بھی آپ کو ضرورت ہو ہم میں سے کسی سے بات کر سکتے ہیں۔

ہم بچوں کی خدمات سے الگ ہیں اور کبھی بھی آپ کا فیصلہ نہیں کریں گے اور نہ ہی آپ کی زندگی کو مشکل بنائیں گے، ہم اسے بہتر بنانا چاہتے ہیں، اس لیے ہمارے بارے میں کچھ یہ ہے:

• ہم اپنے رضاعی والدین کو تلاش کرتے ہیں۔

• ہمارے اپنے سماجی کارکن ہیں جو آپ اور آپ کے رضاعی والدین کی مدد کریں گے۔

• ہمارے اپنے گروپس ہیں، اجتماعات اور میٹنگز ہیں تاکہ آپ اپنی بات کہہ سکیں



# گذر زون

## ہمارے بارے میں سب

### مقصد کا بیان

مقصد کا بیان ایک کتابچہ ہے جو ہم نے ایک ساتھ رکھا ہے جو دنیا کو ہمارے بارے میں سب کچھ بتاتا ہے۔  
یہ آپ کو، آپ کے رضاعی والدین اور بچوں کی خدمات کو سمجھنے میں مدد کرے گا کہ ہم کیا کرتے ہیں۔

مقصد کا بیان آپ کو بتاتا ہے:

• ہم کون ہیں اور کہاں سے آئے ہیں۔

• ہم آپ کے لئے کیا کرتے ہیں

• ہمارا عملہ کون ہے۔

• ہم آپ کے لیے صحیح رضاعی والدین کو کیسے تلاش کرتے ہیں۔

• ہم اپنے رضاعی والدین کی تربیت اور مدد کیسے کرتے ہیں۔

• ہم کیسے یقینی بناتے ہیں کہ ہمارے رضاعی والدین اچھا کام کر رہے ہیں۔

• ہمارے پاس فروغ دینے والی جگہوں کی مختلف اقسام ہیں۔

رضاعی بچوں اور رضاعی والدین کی تعداد  
ہمارے پاس ہے

اگر آپ کو ضرورت ہو تو آپ شکایت کیسے کر سکتے ہیں۔

ہم نے اس گائیڈ میں سٹیٹمنٹ آف پریز سے بہت سی معلومات شامل کی ہیں۔ ہم نے آپ پر احسان کیا اور زیادہ تر بورنگ ہٹس نکال لیے، لیکن اگر آپ اپنی کاپی چاہتے ہیں تو ہم سے پوچھیں اور ہم آپ کو ایک دیں گے یا آپ ہماری ویب سائٹ سے ایک کاپی ڈاؤن لوڈ کر سکتے ہیں:

[www.fosteringpeople.co.uk](http://www.fosteringpeople.co.uk)

### آپ کی ٹیم

آپ کی ٹیم وہ لوگ ہیں جو اس بات کو یقینی بناتے ہیں کہ آپ ہمارے ساتھ اپنے قیام سے لطف اندوز ہوں۔ آپ کی ٹیم ہے:

• تم

• آپ کے رضاعی والدین

• لوکل اتھارٹی سوشل ورکر

• سماجی کارکن کی نگرانی کرنے والے لوگوں کو فروغ دینا (کے لیے  
آپ اور آپ کا رضاعی خاندان)

• رضاعی والدین کو مہلت دیں (کہیں آپ وقفے کے لیے ٹھہر سکتے ہیں)

Kidszone ایک ویب سائٹ ہے جو صرف نوجوانوں کے لیے Fostering People میں ہے۔ آپ کسی بھی وقت اس کا اندازہ لگا سکتے ہیں:  
[www.fosteringpeople.co.uk/kidszone](http://www.fosteringpeople.co.uk/kidszone)

اس سائٹ میں اس بات کو یقینی بنانے کے لیے بہت ساری معلومات موجود ہیں کہ آپ کا قیام فوسٹرنگ پیپل اور آپ کے رضاعی والدین کے ساتھ اتنا ہی اچھا ہو جتنا ہو سکتا ہے۔ ایسی بہت سی معلومات ہیں جو آپ کی دلچسپی کی سرگرمیاں تلاش کرنے میں آپ کی مدد کرتی ہیں۔

فوسٹرنگ پیپل کے ذریعے صرف آپ کے لیے منعقد کی جانے والی سرگرمیوں کے بارے میں بھی معلومات موجود ہیں۔

اس سائٹ کے پاس بہت سارے طریقے بھی ہیں جن سے آپ ہمارے کام میں شامل ہو سکتے ہیں، لہذا آپ فوسٹرنگ پیپل کے اندر فوسٹر کیئر میں نوجوانوں کی زندگی کو بہتر بنانے کے لیے کسی بھی تبدیلی کو ممکن بنانے میں ہماری مدد کر سکتے ہیں۔

اس ویب سائٹ کے ذریعے، آپ کسی بھی وقت ہم سے رابطہ کر سکتے ہیں، اگر آپ کو کوئی پریشانی ہے، یا ہمیں یہ بتانا چاہتے ہیں کہ کچھ بہت اچھا ہوا ہے، ہمیں آپ کی طرف سے سن کر خوشی ہوگی۔

آپ کی حفاظت، صحت اور خوشی ہمارے لیے انتہائی اہم ہے اور آپ کو محفوظ رہنے میں مدد کے لیے ویب سائٹ پر دستیاب معلومات ملیں گی، خاص طور پر آن لائن، بشمول کچھ واقعی مفید فلمیں، لہذا یہ سب پڑھنا نہیں ہے!



fosteringpeople  
let's change lives together

کا بیان  
مقصد

اسکاٹ لینڈ

شمارہ 12

جنوری 2021





## سپروائزنگ سوشل ورکر (SSW)

Fostering People میں، ہم آپ کے لیے صحیح مماثلت تلاش کرنے کی کوشش کریں گے، لیکن آپ کے رضاعی والدین Supernanny کی طرح نہیں ہوں گے اور ان کے پاس تمام جوابات نہیں ہوں گے، اس لیے انہیں بھی مدد کی ضرورت ہے۔ ایک سپروائزنگ سوشل ورکر وہ شخص ہوتا ہے جو ان کی مدد کرتا ہے، اور اس بات کو یقینی بناتا ہے کہ وہ آپ کی دیکھ بھال میں اچھا کام کر رہے ہیں۔

فروع دینے والے لوگ SSW کرے گا:

• اپنے رضاعی والدین سے بچوں اور نوجوانوں کے بارے میں بات کریں جنہیں ان کے ساتھ رہنے کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔

• ضرورت پڑنے پر وہاں موجود ہوں، جب آپ پہلی بار اپنے رضاعی والدین سے ملیں۔

• اپنے رضاعی گھر میں منتقل ہونے میں آپ کی مدد کریں۔

اپنے رضاعی والدین سے باقاعدگی سے ملیں تاکہ یہ یقینی بنایا جا سکے کہ وہ ٹھیک کر رہے ہیں۔ اگر آپ کے رضاعی والدین کو مدد کی ضرورت ہو تو وہ ان کی مدد کریں گے۔

• اپنے مقامی اتھارٹی کے سماجی کارکن کی طرف سے مقرر کردہ میٹنگز میں شرکت کریں۔

ہمارے نگران سماجی کارکن کبھی کبھی آپ سے خود ہی بات کریں گے، لیکن اس سے محتاط رہنے کی کوئی بات نہیں، وہ جاننا چاہتے ہیں کہ کیا آپ خوش ہیں۔ اگر آپ خوش نہیں ہیں یا آپ کے کوئی سوال ہیں، تو براہ کرم ایماندار بنیں اور کچھ بتائیں، وہ آپ کے لیے اسے حل کرنے میں مدد کریں گے۔

# سماجی کارکنان

## مقامی اتھارٹی سوشل ورکرز

مقامی اتھارٹی کے سماجی کارکن وہ لوگ ہیں جو آپ کی حمایت کرتے ہیں۔

بر بچہ یا نوجوان جو رضاعی دیکھ بھال میں جاتا ہے اس کا ایک سماجی کارکن ہوتا ہے (یہ قانون ہے)۔

اپنے سماجی کارکن کو اپنے دوست کے طور پر تصور کریں، آپ ان سے کسی بھی چیز کے بارے میں بات کر سکتے ہیں۔ وہ آپ کے کسی بھی سوال کا جواب دیں گے اور جو کچھ ہو رہا ہے اس کے بارے میں وہ آپ کو اپ ٹو ڈیٹ رکھیں گے۔

یہ قانون ہے کہ آپ کے رضاعی والدین کے ساتھ رہنے کے بعد آپ کا سماجی کارکن 1 ہفتے کے اندر آپ سے ملاقات کرتا ہے۔

پھر انہیں پہلے سال کے لیے کم از کم ہر 6 ہفتوں میں آپ سے دوبارہ ملنا چاہیے۔ اس کے بعد یہ کم کثرت سے ہو سکتا ہے۔ وہ اس وقت آپ سے اس بارے میں بات کریں گے۔

ان کے پاس کچھ اور ملازمتیں ہیں:

• اپنے لیے صحیح گھر تلاش کریں اور اس کے بارے میں آپ سے بات کریں۔

• اندر جانے سے پہلے آپ کو اپنے رضاعی گھر پر لے جائیں۔

• جب آپ اپنے نئے فوسٹر ہوم میں لے جائیں۔  
آگے چلو

• اپنی طرف سے ایک رسمی معاہدہ کریں، جسے 'فوسٹر پلیسمنٹ ایگریمنٹ' کہا جاتا ہے۔

• اپنے رضاعی والدین کے ساتھ رہنے ہوئے اپنے لیے ایک منصوبہ بنائیں

• اگر آپ کو ضرورت ہو تو شکایت کرنے کا طریقہ بتائیں۔

• باقاعدگی سے آپ سے ملیں اور آپ کو ان کا نمبر دیں۔  
ای میل اڈریس۔

جب بھی آپ کو ضرورت ہو آپ اپنے سوشل ورکر کو کال یا ای میل کر سکتے ہیں۔  
• اس بارے میں بات کرنے کے لیے ملاقاتیں کریں کہ آپ اپنی تعیناتی میں کیسے کام کر رہے ہیں۔

آپ کا سماجی کارکن اس بات کو یقینی بنائے گا کہ آپ ٹھیک ہیں اور اچھی طرح سے دیکھ بھال کر رہے ہیں۔  
اگر آپ خوش نہیں ہیں، تو آپ کا سوشل ورکر آپ کے لیے ہم سے بات کرتے گا اور ہم آپ کی مدد کریں گے۔

آپ کا سماجی کارکن آپ کے رضاعی گھر چھوڑنے کے لیے آپ کے ساتھ منصوبہ بنائے گا،  
چاہے آپ گھر واپس جا رہے ہوں، کہیں اور جا رہے ہوں یا جب آپ کافی بوڑھے ہو جائیں تو  
دیکھ بھال چھوڑ رہے ہوں۔



وہ ملاقاتوں میں آپ کے لیے بات کریں گے۔

# صحت مند ہونا



صحت مند رہنا واقعی ضروری ہے اور ہم چاہتے ہیں کہ آپ اپنی صحت کی حفاظت کریں۔ جب بھی آپ کو ضرورت ہو آپ ڈاکٹر، دانتوں کے ڈاکٹر یا ماہر امراض چشم سے بات کر سکتے ہیں۔ ہر سال ہم اس بات کو یقینی بنائیں گے کہ آپ کا میڈیکل ٹیسٹ ہے، یہ اس بات کو یقینی بنائے گا کہ آپ فٹ اور تندرست ہیں۔ اگر آپ کی عمر 16 سال سے کم ہے، تو آپ کے والدین یا مقامی اتھارٹی کو ایسا کرنے کے لیے ہمیں اجازت دینی ہوگی۔ جب آپ کی عمر 16 سال یا اس سے زیادہ ہو، تو آپ انتخاب کر سکتے ہیں کہ آپ کو کوئی طبی علاج چاہیے یا نہیں۔ اگر آپ کو اس بارے میں کوئی پریشانی ہے، تو بس اپنے رضاعی والدین یا سماجی کارکن سے بات کریں، وہ آپ کی مدد کریں گے۔ ہم نہیں چاہتے کہ آپ کے ساتھ کچھ برا ہو، اسی لیے ہم چاہتے ہیں کہ آپ اپنے لیے مثبت انتخاب کریں۔

نو:  
ہم آپ کو اپنی جنسی زندگی میں ذمہ دار بننے اور مناسب انتخاب کرنے کی ترغیب دیں گے۔ ہم آپ کو جذباتی اور جسمانی طور پر اپنی اور دوسروں کی حفاظت کرنے کی ترغیب دیں گے۔ اگر آپ کو ضرورت ہو تو ہم آپ کو منشیات، الکحل اور سالوینٹ کے استعمال کے بارے میں معلومات اور مشورہ حاصل کرنے کا موقع فراہم کریں گے۔ بس ہمیں بتائیں، ہم ہمیشہ مدد کے لیے موجود ہیں۔

حفظان صحت اور ذاتی نگہداشت  
ذاتی صفائی زندگی کا ایک اہم حصہ ہے اور آپ کے رضاعی والدین چاہیں گے کہ آپ اپنی ذاتی صفائی کا خیال رکھیں۔ وہ اس بات کو یقینی بنائیں گے کہ آپ کے پاس ہر وہ چیز موجود ہے جس کی آپ کو ضرورت ہے (ٹوتھ برش، ٹوتھ پیسٹ، شیمپو، ڈیوڈورنٹ)۔ ہوسکتا ہے کہ وہ آپ کو ان کو چننے دیں، جب آپ کو مزید ضرورت ہو تو انہیں بتائیں۔ ہو سکتا ہے کہ آپ کو کچھ کھانے پسند نہ ہوں، یا آپ کو کوئی خاص غذا نہ ہو۔ اگر آپ اپنے رضاعی والدین کے ساتھ خریداری کرنے جاتے ہیں، تو وہ جان لیں گے کہ آپ کو کیا حاصل کرنا ہے۔ ہوسکتا ہے کہ وہ آپ کو ان کو چننے دیں، جب آپ کو مزید ضرورت ہو تو انہیں بتائیں۔ ہو سکتا ہے کہ آپ کو کچھ کھانے پسند نہ ہوں، یا آپ کو کوئی خاص غذا نہ ہو۔ اگر آپ اپنے رضاعی والدین کے ساتھ خریداری کرنے جاتے ہیں، تو وہ جان لیں گے کہ آپ کو کیا حاصل کرنا ہے۔



## منشیات

آپ شاید پہلے ہی جان چکے ہوں گے کہ منشیات بہت طاقتور ہیں۔ بہت سی مختلف قسمیں ہیں، کچھ غیر قانونی ہیں اور کچھ نہیں ہیں۔ آپ کی مدد کے لیے قانونی دوائیں یا نسخے موجود ہیں۔ بس محتاط رہیں کہ آپ طبی مشورے پر عمل کریں اور یقینی بنائیں کہ آپ کے رضاعی والدین یہ آپ کے لیے رکھیں۔ غیر قانونی ادویات آپ کے سوچنے، محسوس کرنے اور عمل کرنے کے انداز کو بدل دیتی ہیں اور اس بات کی کوئی گارنٹی نہیں ہے کہ یہ آپ کے جسم کو کیسے متاثر کرے گی، یہ سب اس بات پر منحصر ہو سکتا ہے کہ جب آپ انہیں لیتے ہیں تو آپ کیسا محسوس کر رہے ہیں۔

لوگ منشیات پر 'اعلیٰ' ہونے کی بات کرتے ہیں، لیکن اس کا مطلب یہ نہیں ہے کہ یہ مزہ ہے۔ 'اونچا' ہونا اور 'نیچے' کا سامنا کرنا خوفناک ہو سکتا ہے، اور یہ آپ کو بعد میں متاثر کر سکتے ہیں، آپ کے دماغ کو نقصان پہنچا سکتے ہیں اور آپ کے اعضاء کو نقصان پہنچا سکتے ہیں۔

اگر آپ منشیات کے اثرات کے بارے میں مزید جاننا چاہتے ہیں، تو ہم پوری طرح سمجھ گئے ہیں کہ شاید آپ ہم سے یا اپنے رضاعی والدین سے اس بارے میں بات نہیں کرنا چاہیں گے، اس لیے یہاں ایک ویب سائٹ ہے جسے آپ دیکھ سکتے ہیں:

## فرانک

FRANK نوجوانوں کے لیے حکومت کی منشیات کی قومی ایجنسی ہے۔ اس میں نوجوانوں کے لیے 24 گھنٹے مشورے کی لائن ہے اور ویب سائٹ ہر قسم کی منشیات کے بارے میں بہت سے حقائق سے بھری ہوئی ہے۔ آپ ان کے ساتھ آن لائن لائیو چیٹ کر سکتے ہیں، انہیں کال کر سکتے ہیں یا انہیں ای میل کر سکتے ہیں اور وہ آپ کی مدد کے لیے حاضر ہوں گے۔

ویب سائٹ: <http://www.talktofrank.com/> ای میل: [contact@talktofrank.com](mailto:contact@talktofrank.com)

<http://www.talktofrank.com/>

فون نمبر: 0300 123 6600



## محفوظ جنسی اور HIV/AIDS

سیکس زندگی کا ایک صحت مند اور نارمل حصہ ہے۔ لوگ اکثر سیکس کو اپنے جذبات بانٹنے اور ایک دوسرے کے لیے گرمجوشی اور نرمی ظاہر کرنے کے لیے استعمال کرتے ہیں۔

جنس بھی طاقتور جذباتی اور جسمانی احساسات پیدا کر سکتی ہے۔ آپ نے بہت ساری کہانیاں سنی ہوں گی لیکن اس ملک میں زیادہ تر لوگ جنسی تعلقات شروع کرنے سے پہلے ان احساسات کو سنبھالنے کے لیے آرام دہ اور بالغ ہونے تک انتظار کرتے ہیں۔

بہت سے مختلف طریقے ہیں جن سے لوگ اپنی زندگی میں جنسی تعلق کا انتخاب کرتے ہیں:

• کچھ لوگ مستقل رشتے میں رہے بغیر جنسی تعلق کا انتخاب کرتے ہیں۔

• کچھ جنسی تعلقات کو طویل مدتی تعلقات کا حصہ بنانے کا انتخاب کرتے ہیں۔

• کچھ لوگ ایک ہی جنس کے ارکان کی طرف راغب ہوتے ہیں اور ان کے ساتھ جنسی تعلقات قائم کرتے ہیں۔

• کچھ لوگ جنسی تعلقات نہ رکھنے کا انتخاب کرتے ہیں۔

• کچھ لوگوں کو لگتا ہے کہ ان کے پہلے تجربات ایسے نہیں ہیں جیسا کہ انہوں نے سوچا تھا کہ وہ ہوں گے۔

آپ کی ذاتی صورتحال کچھ بھی ہو، یقینی بنائیں کہ آپ صحیح اور مثبت انتخاب کرتے ہیں جو آپ کے لیے بہترین ہیں۔

# محفوظ رہنا

## غندہ گردی

تو آپ شاید سوچ رہے ہوں گے، اگر مجھے غندہ گردی کی جا رہی ہے تو میں کسی کو کیوں بتاؤں، کیونکہ اس سے چیزیں مزید خراب ہو سکتی ہیں، یہ مجھے کمزور اور زیادہ بدف بنا دے گا، پھر وہ مجھے مزید تنگ کریں گے۔

غندہ گردی ہر جگہ ہوتی ہے، نہ صرف اسکول میں، اس لیے دنیا میں بہت سارے لوگ ہیں جو سمجھتے ہیں کہ غندہ گردی کیسا محسوس ہوتا ہے، اور فوسٹرننگ پیپل میں ہم آپ کی مدد کریں گے اگر آپ کو کبھی غندہ گردی کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔

اگر آپ کے رضاعی والدین یا آپ کی دیکھ بھال کرنے والا کوئی فرد آپ کو غندہ گردی کا نشانہ بنا رہا ہے تو یہ ضروری ہے کہ آپ اپنے سوشل ورکر یا اپنے فوسٹرننگ پیپل کی نگرانی کرنے والے سماجی کارکن کو بتائیں کہ وہ مدد حاصل کریں اور اس بات کو یقینی بنائیں کہ غندہ گردی رک جائے۔



## قانون جنسی تعلق کے لیے عمر کی حد متعین کرتا ہے:

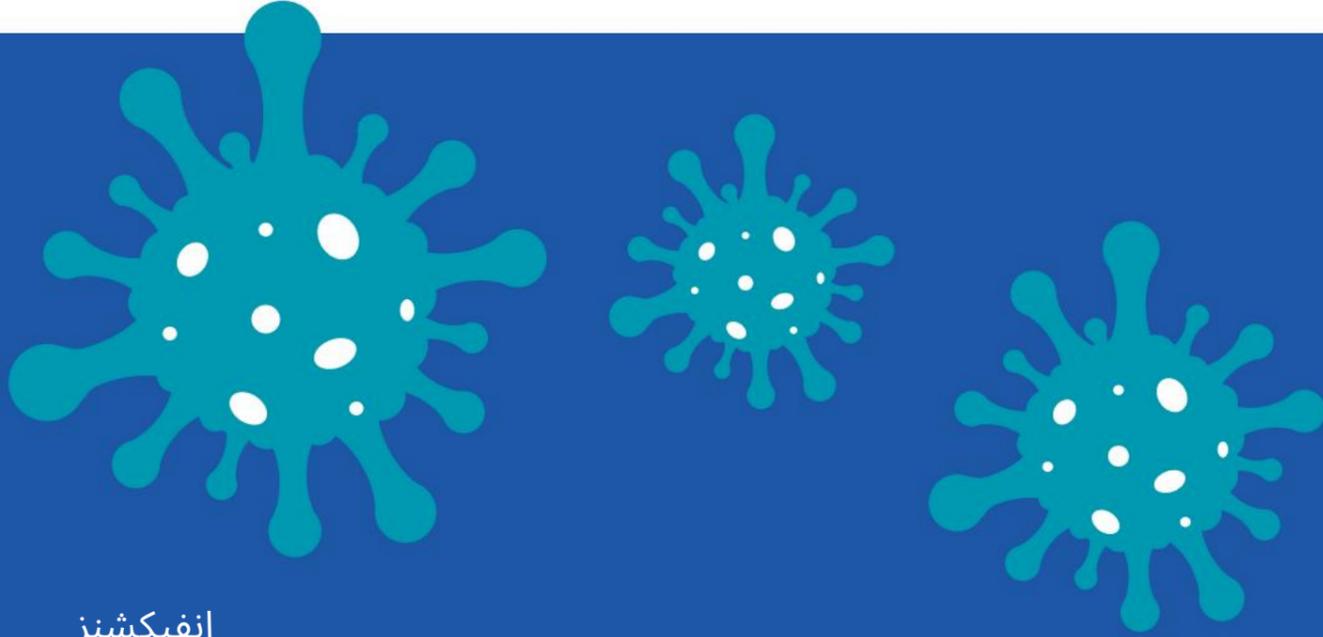
\*مرد اور عورت دونوں کے لیے جنسی تعلقات کے لیے رضامندی کی عمر 16 سال ہے۔ یہ وہ جگہ ہے قطع نظر اس کے کہ یہ مرد یا عورت کے ساتھ ہے۔ اس لیے ہم آپ کو مشورہ دیں گے کہ آپ کم از کم 16 سال کے ہونے تک انتظار کریں۔

اگر آپ کی عمر 16 سال یا اس سے زیادہ ہے تو آپ کو اس کے ساتھ جنسی تعلق نہیں کرنا چاہیے۔

کوئی 16 سال سے کم عمر کیونکہ یہ قانون کے خلاف ہے۔

\*کوئی بھی جو 'اعتماد کی پوزیشن' میں ہے جس کی عمر 18 سال سے زیادہ ہے۔

جرم کا ارتکاب اگر وہ اپنی نگہداشت میں 16 یا 17 سال کی عمر کے کسی نوجوان کے ساتھ جنسی عمل کرتے ہیں یا جنسی سرگرمی میں ملوث ہوتے ہیں۔



## انفیکشنز

بہت سے مختلف انفیکشنز ہیں جو آپ جنسی تعلقات کے ذریعے حاصل کر سکتے ہیں یا منتقل کر سکتے ہیں۔ اسے ہونے سے روکنے کے کچھ بہت آسان طریقے ہیں۔ بہت ساری جگہیں ہیں جو آپ اپنے آپ کو بچانے کے بارے میں مشورہ حاصل کر سکتے ہیں، اپنے مقامی کیمسٹ، ڈاکٹر کی سرجری، اسکول یا کالج کی کوشش کریں، اور یقیناً، آپ ہمیشہ اپنی فوسٹرننگ پیپل ٹیم سے پوچھ سکتے ہیں۔

## کیا آپ کسی جنسی منتقلی انفیکشن کے بارے میں جانتے ہیں؟

آپ نے ایچ آئی وی کے بارے میں سنا ہوگا۔ ایک بار جب یہ آپ کے جسم میں آجائے تو، انفیکشن وقت کے ساتھ ترقی کر سکتا ہے اور آپ کے مدافعتی نظام کو نقصان پہنچا سکتا ہے، جو ایڈز کی طرف جاتا ہے۔

اگر آپ کنڈوم استعمال نہیں کرتے ہیں تو جنسی تعلقات کے ذریعے ایچ آئی وی ایک شخص سے دوسرے میں منتقل ہو سکتا ہے۔

HIV دوسرے لوگوں کے خون سے سوئیوں، سرنجوں یا انجیکشن لگانے والے دیگر آلات کو بانٹ کر بھی منتقل کیا جا سکتا ہے۔

ایچ آئی وی روزمرہ کے رابطے سے نہیں گزرتا، جیسے ہاتھ ملانا یا گلے لگانا۔

ایسے طریقے ہیں جن سے آپ اپنی حفاظت کر سکتے ہیں۔ اگر آپ کبھی بھی کسی سے جنسی طور پر منتقل ہونے والے انفیکشن، یا بیماریوں کے بارے میں بات کرنا چاہتے ہیں یا مانع حمل اور محفوظ جنسی تعلقات کے بارے میں معلومات چاہتے ہیں، تو آپ اپنے خاندان، رضاعی والدین، سماجی کارکنوں، اپنے اسکول/کالج کی نرس، استاد یا خاندانی منصوبہ بندی کی خدمت سے بات کر سکتے ہیں۔



لگوئیل کوئی آج کے ماسٹر ہے۔ یہ تو ایک سمجھنے والا ہے۔ وہ ان کا نام لے کر کہتا ہے۔ بوجھ تو ہے۔ وہ صبح اٹھتے ہیں اور اسکول یا کالج نہیں جانا چاہتے ہیں، آپ کو ایسا لگتا ہے کہ آپ سے بات کرنے کو تو نہیں چاہتے۔ یہ تو وہ ہے جو کہ WhatsApp پر بہت سے دوسرے پر ہوتی ہے۔ اگر آپ کو دھونس دیا جا رہا ہے تو آپ اپنے استاد، رضاعی والدین، سماجی کارکن یا دوست کو بتا سکتے ہیں۔

کلاس روم میں کسی کی طرف سے خوفناک باتیں کہنا، آپ کو نام پکارنا یا آپ کو الگ تھلگ ہونے کا احساس دلانا غنڈہ گردی کچھ بھی ہو سکتی ہے۔ یہ آپ کے دوست بھی آپ کے خلاف لڑنے لگتے ہیں۔ اگر وہ کسی دوسرے کو بتا رہے ہیں تو چائلڈ لائن نوجوانوں کے لیے ایک بہترین ویب سائٹ ہے، آپ انہیں کسی بھی وقت، کہیں بھی کال اور میسج کر سکتے ہیں۔

<https://www.childline.org.uk/searchpage/?query=bullying>

جو لوگ دوسروں کو دھمکتے ہیں وہ اپنے طریقے سے تکلیف اٹھاتے ہیں، اور وہ دوسروں کو برا محسوس کر کے اس سے نمٹتے ہیں، اس لیے وہ نہیں جانتے کہ انہیں کس چیز کے بارے میں پریشان کر رہا ہے۔

# انٹرنیٹ اور موبائل فون کی حفاظت

سب کچھ آن لائن دستیاب ہے اور زیادہ تر آبادی اپنے دوستوں، خاندان اور دنیا بھر کے لوگوں سے رابطے میں رہنے کے لیے اپنے موبائل فون یا انٹرنیٹ کا استعمال کرتی ہے۔



آپ یوٹیوب پر جا کر ویڈیو دیکھ سکتے ہیں، یا انسٹاگرام پر جا کر دیکھ سکتے ہیں کہ دنیا کے دوسری طرف مشہور شخصیات کیا کہہ رہی ہیں۔

وہ ان چیزوں کے لیے بہت اچھے ہیں، لیکن کچھ لوگ جرائم کے ارتکاب کے لیے اپنے فون اور انٹرنیٹ کا استعمال کرتے ہیں۔ آپ کو ان لوگوں سے محتاط رہنا چاہیے۔

اجنبی آپ کی ذاتی معلومات حاصل کرنے کے لیے انٹرنیٹ اور فون کا استعمال کر سکتے ہیں۔ اگر غلط لوگوں کو یہ معلومات معلوم ہوتی ہیں تو وہ اس کے ساتھ ہر طرح کا کام کر سکتے ہیں۔

انٹرنیٹ آپ کے دوستوں کے ساتھ تصاویر اور کہانیوں کا اشتراک کرنے کے لیے بہترین ہے، لیکن یقینی بنائیں کہ آپ جانتے ہیں کہ انہیں کون دیکھتا ہے۔

اجنبیوں کے ساتھ مباشرت کی تصاویر یا متن کا اشتراک کرنا ہراساں کرنے جیسی چیزوں کا باعث بن سکتا ہے۔

انٹرنیٹ ایک بہترین ٹول ہے، لیکن اسے صحیح وجوہات کے لیے استعمال کریں۔

انٹرنیٹ استعمال کرتے وقت آپ کو محفوظ رہنے میں مدد کے لیے ویڈیوز دیکھنے کے لیے Kidszone کی ویب سائٹ ملاحظہ کریں۔

[www.fosteringpeople.co.uk/kidszone](http://www.fosteringpeople.co.uk/kidszone)



## حفاظت/بچوں کا تحفظ

ہمیں یہ جاننا ہوگا کہ آپ محفوظ ہیں، یہ ہمارے لیے واقعی اہم ہے کہ ہم آپ کو گھر پر ایک محفوظ زندگی دینے کے لیے ہر ممکن کوشش کریں۔

فوسٹرنگ پیپل میں ہر ایک کی ذمہ داری ہے کہ وہ اس بات کو یقینی بنائے کہ آپ محفوظ ہیں اور آپ کسی قسم کی زیادتی کا شکار نہیں ہیں۔ اگر بدسلوکی کا کوئی الزام لگایا جاتا ہے، تو چلڈرن سروسز کو اسے سنجیدگی سے لینا پڑتا ہے اور کبھی کبھی پولیس کے ساتھ مل کر تفتیش کرنی پڑتی ہے۔

اگر آپ کے ساتھ کسی کے ساتھ زیادتی ہو رہی ہے، تو آپ کو کسی ایسے بالغ سے بات کرنی چاہیے جس پر آپ بھروسہ کرتے ہیں (آپ کے رضاعی والدین، سماجی کارکن یا آپ کے استاد)۔

وہ ہمیشہ آپ کو سنجیدگی سے لیں گے اور آپ کی بات سنیں گے۔ ایک گہرا سانس لیں اور اس کے بارے میں بات کرنے کے لیے اپنا وقت نکالیں کہ آپ کیا گزر رہے ہیں۔

جس بالغ پر آپ کو بھروسہ ہے جس کے بارے میں آپ نے بتایا ہے وہ اس کے بارے میں کچھ کر سکے گا۔ آپ دونوں کو اس بات پر متفق ہونا پڑے گا کہ آپ آگے کیا کریں گے، لیکن آپ کو یہ جاننا ہوگا کہ بدسلوکی کو روکنے کے لیے، انہیں شاید کسی اور کو بدسلوکی کے بارے میں بتانا پڑے گا، تاکہ یہ یقینی بنایا جا سکے کہ آپ محفوظ اور محفوظ ہیں۔

## نوجوان اور قانون

اگر آپ جرم کا شکار ہیں تو خاموش نہ رہیں یا چھپ جائیں۔

• آپ اپنے رضاعی والدین سے بات کر سکتے ہیں، بعض اوقات اس سے مدد ملتی ہے جب آپ کسی سے تعلق نہیں ہوتا ہے۔  
جب آپ اپنے مسائل کے بارے میں بات کرتے ہیں۔

پولیس کو بتائیں

اگر آپ کو مزید مدد کی ضرورت ہے، تو ایسے سپورٹ گروپس ہیں جن پر آپ غور کر سکتے ہیں۔

یہاں ایک ویب سائٹ ہے جسے آپ کسی کو کال کرنے اور مشورہ لینے کے لیے استعمال کر سکتے ہیں۔

<https://www.victimsupport.org.uk/>

اگر آپ کو کسی جرم کے نتیجے میں چوٹ یا چوٹ لگی ہے (کسی بھی طرح سے -جسمانی، جذباتی طور پر، جنسی طور پر) آپ کریمینل انجری کمپنیشن بورڈ سے معاوضے کے حقدار ہو سکتے ہیں۔

آپ اس بارے میں مزید معلومات پولیس اور بچوں کی خدمات سے حاصل کر سکتے ہیں۔ اگر آپ درخواست دینے کا فیصلہ کرتے ہیں تو آپ کو قانونی مدد اور مشورے کی ضرورت ہو سکتی ہے۔



## تعلیم

اور اگر آپ کو کوئی پریشانی ہے تو ہم سے بات کریں، ہمیشہ کوئی نہ کوئی سنے گا۔  
4 سے 18 سال کے تمام بچوں کو تعلیم حاصل کرنا ضروری ہے۔

زیادہ تر نوجوان پورے وقت اسکول جاتے ہیں، اس کا مطلب ہے پیر - جمعہ۔  
رضاعی بچوں کے لیے بھی یہی ہے۔ یہ ضروری ہے کہ آپ ایسے اسکول جائیں جو آپ کے لیے صحیح ہو، اور یہ کہ آپ کے ساتھ مناسب سلوک کیا جائے۔

بعض اوقات اگرچہ، رضاعی بچے بعض وجوہات کی بنا پر اسکول نہیں جا سکتے۔

جب آپ اپنے رضاعی خاندان کے ساتھ داخل ہوتے ہیں تو ہم آپ کو اس اسکول میں رکھنے کی کوشش کریں گے جس میں آپ پہلے ہی سے ہیں۔ تاہم، بعض اوقات ایسا لگتا ہے کہ آپ کو کبھی کبھار اسکول جانا پڑے گا، یا آپ کے رضاعی والدین کو بتانا پڑے گا کہ آپ کو اسکول شروع کرنا اور نئے دوست بنانا کتنا مشکل ہے، اس لیے ہم ایک ایسا اسکول تلاش کرنے کی کوشش کریں گے جو آپ کے لیے صحیح ہو۔ ہم کبھی کبھار چاہتے ہیں کہ آپ اپنے اسکول کے بارے میں کیسا محسوس کر رہے ہیں، دوسرے اسکول میں منتقل کر سکتے ہیں۔ ہم آپ کے لیے یہ انتخاب نہیں کرتے ہیں، آپ اور آپ کی ٹیم اس کے بارے میں بات کریں گے اور آپ کے لیے بہترین انتخاب کریں گے۔



## مذہب، نسل اور ثقافت

آپ کے رضاعی والدین آپ کے مذہبی یا روحانی عقائد کا احترام کریں گے۔ وہ اس بات کو یقینی بنائیں گے کہ آپ کے پاس کوئی بھی مذہبی یا ثقافتی کام جاری رکھنے کا موقع ہے جو آپ کرتے ہیں جب وہ آپ کی دیکھ بھال کر رہے ہوں۔

آپ کی نسل، مذہب یا ثقافت کچھ بھی ہو، آپ کے رضاعی والدین اس بات کو یقینی بنائیں گے کہ آپ کی ضروریات پوری ہوں۔ یہ ضروری ہے کہ آپ کسی بھی روایات یا رسومات کو برقرار رکھنے کے قابل ہوں۔ ہمارے تمام رضاعی والدین کو مذاہب اور ثقافتوں کے بارے میں تربیت دی جاتی ہے تاکہ آپ ان سے اپنی ضروریات اور آپ کو کیا کرنا ہے کے بارے میں بات کرنے میں آسانی محسوس کر سکیں۔

ہم رضاعی والدین کو نسل پرستی اور تعصب کے بارے میں بچوں اور نوجوانوں کو اپنی زندگیوں میں سامنا کرنے کے بارے میں سکھاتے ہیں، اور وہ پیش آنے والے کسی بھی مسائل سے نمٹنے میں آپ کی مدد کر سکتے ہیں۔ اگر آپ پالنے والے والدین کے آپ جیسے عقائد نہیں ہیں، تو وہ آپ کو کسی بھی چیز میں حصہ لینے پر مجبور نہیں کریں گے اگر آپ نہیں چاہتے ہیں۔

وہ آپ کے ساتھ کبھی امتیازی سلوک نہیں کریں گے۔

## معذور بچے اور

## نوجوان لوگ



معذور ہونا آپ کو زندگی سے لطف اندوز ہونے سے نہیں روک سکتا۔ آپ کو وہی مواقع ملنے چاہئیں، جیسے کھیلوں میں حصہ لینا، مختلف جگہوں کا سفر کرنا اور بغیر کسی پریشانی کے عمارتوں میں جانا۔

مدد، بہت سارے سپورٹ گروپس ہیں جن سے آپ بات کر سکتے ہیں۔

بمیشہ یاد رکھیں، یہ آپ کی پسند ہے کہ آپ چیزوں سے کیسے نمٹنا چاہتے ہیں، اس لیے ہمیشہ لوگوں کو بتائیں کہ آپ کیا کرنا چاہتے ہیں۔

اگر آپ خود معذور نہیں ہیں، تو ہمیشہ یاد رکھیں کہ معذور افراد کے ساتھ غیر منصفانہ سلوک کرنے سے تکلیف پہنچ سکتی ہے۔ اس بات کو یقینی بنائیں کہ آپ معذور لوگوں کے ساتھ احترام اور مہربانی کے ساتھ پیش آتے ہیں، بالکل اسی طرح جیسے ہر کسی کے ساتھ۔

اگر آپ کو غنڈہ گردی کا نشانہ بنایا جا رہا ہے، تو خاموش نہ رہیں، آپ کو اپنے رضاعی والدین یا سماجی کارکن کو بتانا چاہیے۔

# آپ کی جگہ کا تعین



## جب آپ اندر جائیں گے۔

اگر آپ کے رضاعی گھر میں منتقل ہونے کا وقت آگیا ہے تو گھبراہٹ، فکر مند یا خوفزدہ ہونا بہت عام بات ہے۔ لوگوں کو جاننے میں وقت لگتا ہے، اس لیے ہم جانتے ہیں کہ آپ اجنبیوں کے ساتھ جا رہے ہیں۔ ہم سمجھتے ہیں کہ اگر آپ کو اپنے خاندان، یا سابقہ رضاعی خاندان سے الگ ہونے پر دکھ ہو رہا ہے۔

آپ کے نئے رضاعی والدین کو یہ معلوم ہے، اور وہ آپ کو آباد ہونے میں مدد کریں گے۔

آپ کے رضاعی والدین آپ سے فوری طور پر آباد ہونے کی توقع نہیں کریں گے، یہ کسی کے لیے بھی مناسب نہیں ہے۔ اگر آپ کسی ایسے طریقے کے بارے میں سوچتے ہیں جس سے آپ کو اندر جانے کے بارے میں بہتر محسوس کرنے میں مدد ملے گی، تو آپ اپنے سماجی کارکن یا اپنے رضاعی خاندان کو بتا سکتے ہیں، اور اگر وہ کر سکتے ہیں تو وہ مدد کریں گے۔

آپ کے رضاعی والدین آپ کو اپنے بارے میں بتائیں گے، اور ہو سکتا ہے کہ آپ کی ان کے ساتھ چیزیں مشترک ہوں۔ اگر آپ چاہیں تو آپ انہیں اپنے بارے میں بھی کچھ بتا سکتے ہیں۔

## آپ کو کیا دیا جائے گا:

• اس بارے میں معلومات کہ آپ کو کیوں دیکھا جا رہا ہے۔

رضاعی والدین کے بعد

• آپ کے سماجی کارکن کا نام

• آپ کے پہلے فوسٹر پلیسمنٹ کے جائزے کی تاریخ

(یہ 28 دنوں کے اندر ہو جائے گا جب سے آپ

سب سے پہلے اندر جانا)

## آپ کا مقامی اتھارٹی سوشل ورکر آپ کو کیا دے گا:

ان کا نام، پتہ اور فون نمبر۔ وہ کریں گے۔

آپ کو بتائیں کہ ان کا مینیجر کون ہے تاکہ آپ کر سکیں

اپنے سے رابطہ کریں۔

آپ کا فوسٹر پلیسمنٹ کا معاہدہ (فوسٹر بوم

قواعد) آپ کو کتنے بہتر ملے گی۔ کسی اور کسی کی ضرورت ہے۔

اس سے بات کرنے کے لیے جو آپ کے رضاعی خاندان کا حصہ نہیں ہے، بس

بات چیت کے لیے یا کسی ذاتی چیز کے بارے میں بات کرنے کے لیے،

آپ اپنے مقامی اتھارٹی کے سماجی کارکن سے بات کر سکتے ہیں۔

• مشورے کی بہرمار

اس لیے، ہو سکتا ہے کہ آپ کی دیکھ بھال پہلے ہو، یا یہ آپ کی پہلی بار ہو لیکن ہم چاہتے ہیں کہ آپ ہر چیز سے آگاہ رہیں۔

## پرورش کیا ہے؟

پرورش اس وقت ہوتی ہے جب ایک خاندان کسی بچے یا نوجوان کی دیکھ بھال کرتا ہے جب وہ اپنے پیدائشی خاندان کے ساتھ نہیں رہ سکتا۔

آپ اپنے رضاعی والدین کے گھر میں رہیں گے اور وہ آپ کو وہ سب کچھ دیں گے جس کی آپ کو ضرورت ہے۔ یہ کافی پریشان کن تجربہ ہے کیونکہ آپ انہیں ابھی تک نہیں جانتے، لیکن ہم جانتے ہیں کہ آپ ان کی دیکھ بھال میں محفوظ رہیں گے۔  
(ہم نے بہت سارے چیک کیے ہیں)

پوری دنیا میں رضاعی والدین موجود ہیں۔

ان سب کے گھر اور طرز زندگی مختلف ہے۔ کبھی کبھی ان کے پہلے سے بچے یا نوجوان ہوتے ہیں جو ان کے ساتھ رہتے ہیں، کبھی یہ ان کے اپنے بچے ہوتے ہیں، کبھی دوسرے رضاعی بچے ہوتے ہیں۔



آپ کے سماجی کارکن کو یہ سب کچھ کرنا چاہیے۔ اگر وہ نہیں ہیں، تو انہیں بتائیں یا اپنے رضاعی والدین سے اس کے بارے میں بات کریں۔



ہم مقامی اتھارٹی اور آپ کی دیکھ بھال میں شامل کسی بھی دوسری ایجنسی کے ساتھ کام کریں گے تاکہ یہ یقینی بنایا جا سکے کہ آپ خود کو چھوڑا ہوا محسوس نہیں کریں گے، یا یہ کہ ہم آپ کے بغیر فیصلے کر رہے ہیں۔

آپ کو آپ کے بارے میں ہمارے پاس موجود زیادہ تر معلومات کو دیکھنے کا حق ہے اور مقامی اتھارٹی کو اس بات کو یقینی بنانا ہوگا کہ وہ آپ کو آپ کی صورتحال کے بارے میں ایسی معلومات دیں جو آپ کے لیے سمجھنا آسان ہو۔

جب آپ کو رضاعی خاندان کے ساتھ رکھا جاتا ہے، تو آپ اپنے رضاعی والدین اور بچوں کی خدمات کے ساتھ باقاعدگی سے ملاقاتیں کریں گے تاکہ یہ یقینی بنایا جا سکے کہ سب کچھ ٹھیک ہو رہا ہے، اور یہ دیکھنے کے لیے کہ کیا کوئی ایسی چیز ہے جسے بہتر بنانے کے لیے تبدیل کرنے کی ضرورت ہے۔

آپ کے رضاعی والدین کے ساتھ منتقل ہونے کے 20 دنوں کے اندر آپ کا پہلا جائزہ لیا جاتا ہے۔ اگلے 3 ماہ بعد۔

تیسرا جائزہ 6 ماہ بعد منعقد کیا جائے گا اور اس کے بعد کا کوئی بھی جائزہ ہر 6 ماہ بعد منعقد کیا جائے گا۔

یہ واقعی اہم ہے کہ آپ کو ان جائزہ میٹنگوں میں شرکت کا موقع ملے۔

اگر آپ میٹنگ میں شرکت کرنا چاہتے ہیں تو آپ کا سماجی کارکن اور فوسٹرنگ پیپل کا نگران سماجی کارکن میٹنگ کے دوران آپ کی مدد کرے گا۔

اگر آپ لوگوں کے سامنے بولنے سے گھبراتے ہیں تو آپ کسی کو مدد کے لیے اپنے ساتھ لا سکتے ہیں۔ اگر آپ اپنے سماجی کارکن میں شرکت نہیں کرنا چاہتے ہیں اور SSE بارے میں بات کرے گا کہ آپ اس بات کو کیسے یقینی بنا سکتے ہیں کہ میٹنگ میں آپ کے خیالات سے آگاہ کیا جائے۔

آپ اسے لکھنا چاہتے ہیں یا ہمارے لیے اس کا ویڈیو بنانا چاہتے ہیں۔

ہم چاہتے ہیں کہ آپ ان میٹنگز کا حصہ بنیں، تاکہ ہمیں معلوم ہو کہ آپ کیسا محسوس کر رہے ہیں۔

## جب آپ اندر جائیں گے۔

چونکہ آپ دیکھ بھال کا تجربہ کر رہے ہیں، ایسی میٹنگیں ہوں گی جو ہوں گی تاکہ ہم آپ کی دیکھ بھال، آپ کیسی ہیں اور آپ کے پیدائشی خاندان کے بارے میں فیصلہ کر سکیں۔ بہت ساری ملاقاتیں ہیں جن میں شامل ہیں:

• تمام تفصیلات کو ترتیب دینا

• منصوبے بنانے ہیں

• جانچنا کہ چیزیں کیسے چل رہی ہیں۔

ہم پسند کریں گے کہ آپ ہماری ملاقاتوں میں شرکت کریں جو آپ کے بارے میں ہیں، تاکہ آپ ہمیں بتا سکیں کہ آپ کیسا محسوس کرتے ہیں، آپ کو کیا ضرورت ہے اور آپ کیا چاہتے ہیں۔ یہ اس بات پر منحصر ہے کہ یہ کس قسم کی میٹنگ ہے، اس بات پر کہ آپ کتنی شرکت کریں گے، لیکن ہم آپ کے ساتھ آنے سے پہلے ہمیشہ آپ کو بتائیں گے۔ یہاں تک کہ اگر آپ میٹنگ میں نہیں آتے ہیں، آپ ہمیشہ لکھ سکتے ہیں یا کسی کو بتا سکتے ہیں کہ آپ میٹنگ میں موجود لوگوں کو کیا جاننا چاہتے ہیں۔





ایک بار جب آپ کسی کے ساتھ رابطے میں رہ سکتے ہیں ایک معاہدہ ہو جاتا ہے، تو آپ کے لیے اپنے خاندان اور دوستوں سے بہت سے مختلف طریقوں سے رابطہ کرنا ممکن ہو جائے گا۔

یہ ان سے ملنا، ٹیکسٹنگ، کال کرنا یا ای میل کرنا ہو سکتا ہے۔

آپ کا سماجی کارکن اس بارے میں بات کرے گا کہ جب آپ رضاعی نگہداشت میں ہوں گے تو آپ کسی سے رابطہ کر سکتے ہیں۔ اگر آپ نہیں چاہتے ہیں تو آپ کو کسی سے رابطہ کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ اگر آپ کسی کے ساتھ رابطے میں ہیں، اور رکنا چاہتے ہیں، تو اپنے سماجی کارکن کو بتائیں اور وہ مدد کریں گے۔

ایسے اوقات ہوسکتے ہیں جب آپ کے سماجی کارکن یا رضاعی والدین یہ فیصلہ کریں کہ آپ کی زندگی میں کوئی ایسا شخص ہے جس سے آپ کو بات نہیں کرنی چاہیے، کیونکہ وہ آپ کو نقصان پہنچا سکتا ہے۔ آپ کا سماجی کارکن اس کی وجوہات کی وضاحت کرے گا اور آپ اور آپ کے رضاعی والدین سے اس بارے میں بات کرے گا کہ کیسے محفوظ رہنا ہے۔

بعض اوقات آپ کی حفاظت کے لیے ایک اچھا آپشن یہ ہوتا ہے کہ اگر آپ کے پاس رابطے کے بارے میں اصول ہیں، جیسے کہ جب آپ کسی سے ملتے ہیں تو آپ کے ساتھ کوئی موجود ہونا، یا سوشل میڈیا پر آپ کی فون کالز اور سرگرمی کی نگرانی کرنا۔ اس کی وجہ یہ نہیں ہے کہ وہ آپ پر بھروسہ نہیں کرتے، ان کی صرف یہ ذمہ داری ہے کہ آپ یہ یقینی بنائیں کہ آپ ٹھیک اور محفوظ ہیں۔

آپ کے سماجی کارکنوں اور رضاعی والدین کو آپ کے خاندان اور آپ کے دوستوں کے ساتھ ہر وقت حسن سلوک اور احترام کے ساتھ پیش آنا چاہیے۔ اگر آپ کے اہل خانہ یا دوست آپ سے ملنے جا رہے ہیں تو ان کے لیے ان پر عمل کرنے کے اصول ہوں گے، کیونکہ وہ آپ کے رضاعی والدین کے گھر میں ہیں۔

آپ کے رضاعی والدین ان کے ساتھ منصفانہ سلوک کریں گے، لیکن وہ چاہتے ہیں کہ ان کے ساتھ بھی انصاف کیا جائے۔

اپنے خاندان اور دوستوں کو دیکھنا یادیں اور پرانے احساسات کو جنم دے سکتا ہے، جس سے آپ غمگین یا ناراض بھی ہو سکتے ہیں۔ اگر آپ کو مدد کی ضرورت ہے، اپنے لیے وقت یا کسی سے بات کرنے کے لیے، کسی کو بتائیں، ہم سمجھتے ہیں۔

ہوسکتا ہے کہ آپ کسی دوست کے گھر رہنا چاہیں، لیکن آپ کو اپنے سماجی کارکن یا اپنے رضاعی والدین کو بتانا ہوگا اور وہ اس بات سے اتفاق کرسکتے ہیں کہ یہ کیسے ہوسکتا ہے۔

وہ شاید آپ کے دوست کے اہل خانہ کو فوری کال کرنا چاہیں گے تاکہ یہ یقینی بنایا جا سکے کہ یہ ان کے ساتھ ٹھیک ہے، اور یہ کہ آپ محفوظ ہیں۔ یہ معاہدہ آپ کے فوسٹر پلیسمنٹ شروع ہوتے ہی ہو جائے گا، اور آپ اسے اپنے 'فوسٹر پلیسمنٹ ایگریمنٹ' میں لکھا ہوا پا سکتے ہیں۔

## خاندان اور دوستوں سے رابطہ کریں۔

چلڈرن سروسز ڈیپارٹمنٹ یا ٹرسٹ کو آپ کو اپنے خاندان اور دوستوں سے رابطہ کرنے کی ترغیب دینی چاہیے جب تک کہ ایسا نہ کرنے کی کوئی اچھی وجوہات نہ ہوں، لہذا براہ کرم یہ نہ سوچیں کہ جیسے ہی آپ فوسٹر کیئر میں جائیں، آپ کسی سے رابطہ نہیں کر سکتے۔ ، کیونکہ آپ کر سکتے ہیں۔ جگہ جگہ ایک قانون موجود ہے جو اس سب کی وضاحت کرتا ہے جسے چلڈرن ایکٹ 1989 کہا جاتا ہے اور یا تو آپ کا اپنا سماجی کارکن یا ہمارا فوسٹرنگ پیپل سوشل ورکر آپ کو اس کی وضاحت کرسکتا ہے۔



# آپ کی رازداری

جب آپ رضاعی نگہداشت میں جاتے ہیں اور نجی چیزیں رکھنے کی اجازت دیتے ہیں تو آپ کو اب بھی اپنی رازداری کی اجازت ہے۔

## جب آپ اندر جائیں گے، آپ کے پاس یہ ہوگا:

• اپنی ذاتی چیزوں کو بچانے کے لیے آپ کے لیے ایک محفوظ جگہ

• اپنے سماجی کارکن اور رضاعی والدین سے بات کریں۔ وہ بتائیں گے۔  
آپ کہ آپ کی محفوظ جگہ کی تلاش نہیں لی جائے گی جب تک کہ وہاں ایک نہ ہو۔  
بہت سنگین وجہ، آپ کو بتایا جائے گا کہ اگر ایسا ہونا ضروری ہے۔

• آپ کی ذاتی معلومات کو نجی رکھنے کا حق

• پرائیویٹ فون کالز کرنے کی صلاحیت (یہ  
پیسہ خرچ ہو سکتا ہے، اس لیے آپ کو اسے ایک مخصوص تک محدود کرنا پڑ سکتا ہے۔  
وقت کا تعین)۔



## اسٹار فش وعدہ

ہمارے تمام رضاعی والدین ہر اس بچے کے لیے ستارہ مچھلی کا وعدہ کرتے ہیں جن کی وہ دیکھ بھال کرتے ہیں۔ وہ آپ کے ساتھ فرق کرنے اور رضاعی نگہداشت میں رہنے کے آپ کے تجربے کو اتنا ہی مثبت بنانے کا وعدہ کرتے ہیں جتنا یہ ہو سکتا ہے۔

## آپ کے رضاعی والدین وعدہ کرتے ہیں:

• آپ کو سنیں۔

• آپ کی دیکھ بھال، حفاظت، پرورش اور باختیار بنانے کا عہد کریں۔

• ہماری دیکھ بھال میں رہنے کے اپنے تجربے اور نتائج کو بہتر بنانے کے لیے عمل کریں۔

• آپ کو ایوارڈ اسکیموں اور مقابلوں کے لیے نامزد کر کے لوگوں کو فروغ دینے کے ساتھ اپنی شمولیت کو فروغ دیں۔  
ایجنسی کی تقریبات میں شرکت کے ساتھ ساتھ

• آپ کی حوصلہ افزائی، حمایت اور آپ کو اس قابل بنانے کے لیے ہر ممکن کوشش کریں:

• اپنے 'اپنا کہنا' اور 'بی سنے' فارم مکمل کریں اور آپ کو کڈز زون پر دستیاب تمام وسائل دکھائیں۔

• حصہ لیں اور اپنے نگہداشت کے منصوبوں اور دیکھ بھال کے جائزوں میں حصہ ڈالیں۔

• لوگوں کو فروغ دینے کے اندر شرکت کی سرگرمیوں اور تقریبات میں حصہ لیں۔



## آزاد زائرین

اگر آپ رضاعی نگہداشت میں رہتے ہوئے اپنے خاندان کے زیادہ تر افراد کو نہیں دیکھ پاتے ہیں، تو یہ ضروری ہے کہ آپ کو رضاعی خاندان اور بچوں کی خدمات سے باہر کے کسی فرد تک رسائی حاصل ہو۔ یہ وہ جگہ ہے جہاں آپ کا آزاد مہمان آتا ہے، جس کا ان لوگوں سے کوئی تعلق نہیں ہے جو آپ کی دیکھ بھال کر رہے ہیں۔ آپ ان سے کسی بھی چیز کے بارے میں بات کر سکتے ہیں جس کی آپ کو ضرورت ہے، اور اگر آپ کو کسی مدد کی ضرورت ہو تو وہ آپ کی مدد کر سکتے ہیں۔ اگر آپ ایک آزاد ملاقاتی چاہتے ہیں، تو بس اپنے سماجی کارکن سے پوچھیں۔

## پاکٹ منی اور کپڑے کے الاؤنسز

آپ کو جیب خرچ ملے گا اور آپ کے رضاعی والدین کو آپ کی دیکھ بھال میں مدد کے لیے ادائیگی کی جائے گی۔ آپ اپنا پیسہ کپڑے اور جوتے خریدنے کے لیے استعمال کر سکتے ہیں۔ آپ کے رضاعی والدین کو یہ یقینی بنانا چاہیے کہ آپ کے پاس کافی جوتے اور کپڑے ہیں (آپ کے اسکول کا یونیفارم بھی)۔

آپ کے رضاعی والدین کو اس بات کو یقینی بنانا چاہیے کہ وہ کسی بھی ایسی چیز کو تبدیل کریں جس سے آپ نے پروان چڑھایا ہو، یا کسی ایسی چیز کو جو نقصان پہنچا ہو۔ وہ اسے اس رقم سے خریدیں گے جو ہم انہیں دیتے ہیں۔

جب آپ اپنے رضاعی والدین اور بچوں کی خدمات سے اپنی پاکٹ منی کے بارے میں بات کرتے ہیں، تو انہیں آپ کو واضح طور پر بتانا ہوتا ہے کہ آپ اپنی جیب خرچ سے کیا خرید سکتے ہیں۔ اس کو واضح کرنے سے آپ کے لیے بعد میں اپنے قیام میں سمجھنا بہت آسان ہو جائے گا۔

جب آپ اپنے خاندانی والدین کے ساتھ جاتے ہیں، تو ہو سکتا ہے آپ کے پاس مناسب کپڑے اور جوتے نہ ہوں۔ آپ کے رضاعی والدین اس پر اپنا پیسہ خرچ کرنے کے بجائے بچوں کی خدمات آپ کو درکار کپڑے خریدنے کے لیے کچھ رقم حاصل کر سکتی ہیں۔ اگر آپ کو اسکول بدلنا ہے یا بالکل نیا یونیفارم لینا ہے تو آپ یہ رقم حاصل کر سکتے ہیں۔



# اصول اور توقعات

ہر ایک کے گھر کے اصول الگ الگ ہوتے ہیں۔ آپ کے رضاعی خاندان کے اصول ہو سکتے ہیں جو وہ آپ کو بتائیں گے جب آپ ان کے ساتھ جائیں گے۔

اگر وہاں دوسرے بچے یا نوجوان رہتے ہیں، تو وہ اسی طرح کے قوانین پر عمل کریں گے۔ اگر آپ محسوس کرتے ہیں کہ قواعد مناسب نہیں ہیں، تو آپ کو اس کے بارے میں بات کرنے اور اپنے رضاعی والدین کو چیلنج کرنے کے قابل ہونا چاہیے، لیکن معقول طریقے سے۔

اگر آپ کو لگتا ہے کہ قواعد غلط ہیں اور آپ بہت ناخوش ہیں، تو آپ اپنے سماجی کارکن سے بات کر سکتے ہیں، یا شکایت کر سکتے ہیں۔

رضاعی گھروں میں نظم و ضبط پر قابو پایا جاتا ہے۔ آپ کے رضاعی والدین کو ان طریقوں سے آپ کو سزا دینے کی اجازت نہیں ہے:

آپ کو مارنا یا مارنا

• وہ آپ کو آپ کے خاندان سے ملنے سے نہیں روک سکتے کیونکہ آپ نے کچھ کیا ہے۔

• وہ آپ کے خاندان کو آپ سے ملنے سے نہیں روک سکتے، جب تک کہ اس کی کوئی اچھی وجہ نہ ہو۔

• وہ آپ کو کم جیب خرچ نہیں روک سکتے اور نہ ہی دے سکتے ہیں۔

• وہ صرف آپ کو دوسرے بچوں سے دور رکھ سکتے ہیں۔

تھوڑی دیر کے لیے، آپ کو پرسکون ہونے کی اجازت دینے کے لیے، لیکن وہ آپ کو مکمل طور پر دیکھنے سے نہیں روک سکتے

• وہ آپ کو منشیات دے کر آپ کو کنٹرول نہیں کر سکتے، جب تک کہ آپ کو طبی وجوہات کی بنا پر ان کی ضرورت نہ ہو۔

• وہ آپ کے مذہب کی بے عزتی نہ کریں، نسل، ثقافت، جنسیت، معذوری یا جنس

آپ کو اپنے رضاعی خاندان کی طرف سے ان میں سے کسی بھی سزا کو برداشت کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ اگر آپ اس بات سے ناخوش ہیں کہ آپ کے ساتھ کیا سلوک کیا جا رہا ہے، تو آپ کو اپنے سماجی کارکن کو بتانا چاہیے۔

یہ جاننا ضروری ہے کہ ہر ایک کو ایک دوسرے کے ساتھ زندگی کو منصفانہ اور آرام دہ بنانے کے لیے اصولوں پر عمل کرنا ہوگا۔

اگر آپ ان اصولوں کو توڑتے ہیں جن سے آپ متفق ہیں، تو آپ کو اپنے کیے کے نتیجے کی توقع کرنی چاہیے۔ ایک مثال یہ ہے کہ دیر سے آنے پر روکا جانا۔

اپنے رضاعی والدین کے ساتھ رہتے ہوئے قواعد کے بارے میں بات کرتے رہیں۔



# کی تیاری کر رہا ہے۔ آپ کا مستقبل



اس لیے، جب دیکھ بھال چھوڑنے کا وقت ہو، ہو سکتا ہے کہ آپ اپنی آزادی اور آزادی حاصل کرنے کی خوشی میں کود رہے ہوں، یا ہو سکتا ہے کہ آپ اپنے رضاعی والدین کو چھوڑنے پر پریشان ہوں، یا اس بات سے بھی پریشان ہوں کہ آگے کیا ہوگا۔

## رہنا

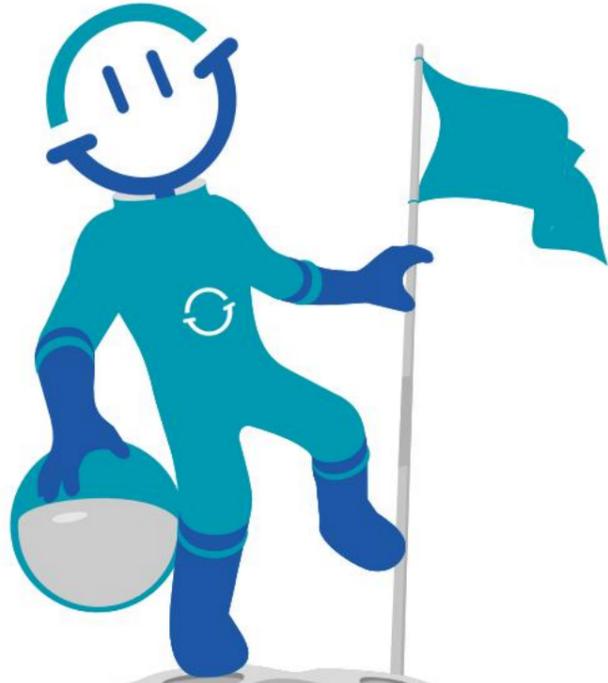
اسٹینڈنگ پوٹ وہ جگہ ہے جہاں نگہداشت چھوڑنے والا اپنی 81 ویں سالگرہ کے بعد اپنے رضاعی والدین کے ساتھ رہتا ہے۔

برسوں کے دوران نوجوان اکثر اپنے رضاعی والدین کے ساتھ رہتے ہیں جب وہ 18 سال کے ہو جاتے ہیں لیکن مئی 2014 میں قانون تبدیل ہو گیا تاکہ اگر آپ اور آپ کے والدین چاہتے ہیں کہ ایسا ہو اور یہ آپ کے مفاد میں ہو تو آپ کی مقامی اتھارٹی کو اس انتظام کی حمایت کرنی ہوگی۔

یہ بہت اچھی خبر ہے، کیونکہ آپ ان لوگوں کے ساتھ رہنا جاری رکھ سکتے ہیں جنہیں آپ جانتے ہیں اور جنہوں نے آپ کے بڑے ہونے کے بعد آپ کی مدد کی ہے۔

اس کا مطلب ہے کہ بہت سے نوجوان 21 سال یا اس سے زیادہ کی عمر تک اپنا رضاعی گھر نہیں چھوڑتے!

اس سے آپ کو تعلیم اور تربیت میں داخل ہونے یا جاری رکھنے میں مدد مل سکتی ہے یا جوانی میں داخل ہونے پر آپ کو درپیش مسائل کو حل کرنے کے لیے وقت مل سکتا ہے۔



## اسٹینڈنگ پوٹ کی قانونی تعریف:

اسٹینڈنگ پوٹ ایک ایسے نوجوان کے لیے دستیاب ہے جو 'اہل' ہے - یعنی وہ شخص جس نے 14 سال کی عمر سے 13 ہفتے یا اس سے زیادہ کی دیکھ بھال میں گزارے ہوں اور جب وہ 18 سال کے ہو جائیں تب بھی ان کی دیکھ بھال کی جاتی ہے۔ ایک رضاعی والدین جس کی منظوری مقامی اتھارٹی یا پرورش کرنے والی ایجنسی نے دی ہو۔

### کیا قیام کرنا آپ اور آپ کے رضاعی والدین کے لیے صحیح ہے؟

قیام کے انتظامات کے لیے رضاعی والدین اور نوجوان کے معاہدے کی ضرورت ہے اگر وہ کام پر جا رہے ہیں۔

آپ کو، آپ کے رضاعی والدین اور کارکن کو Staying Put سے اتفاق کرنا ہوگا اور اس کے کام کرنے کے طریقہ کار کی تفصیلات پر کام کرنا ہوگا۔

جب آپ 16 سال کو پہنچ جائیں گے تو آپ کا سماجی کارکن ضروریات کا جائزہ لے گا۔

بعض اوقات رکنا ممکن نہیں ہوتا۔ یہ آپ کے رضاعی والدین کے حالات پر بھی منحصر ہے۔

یہ آپ کی تمام ضروریات پر غور کرے گا جب آپ نگہداشت چھوڑنے کا منصوبہ شروع کریں گے۔ ضروریات کا جائزہ آپ کے کارکن کی مدد کرے گا اور آپ کو سمجھ آئے گا کہ آپ کے راستے کے منصوبے میں کن چیزوں کو شامل کرنے کی ضرورت ہے۔

آپ 18 سال کے بعد اپنے رضاعی والدین کے ساتھ نہیں رہنا چاہیں گے۔ آپ اپنے پیدائشی خاندان کے ساتھ، معاون رہائش گاہ میں یا اپنی رہائش میں رہنا چاہتے ہیں۔

اپنے جائزے کے حصے کے طور پر انہیں اس بات پر غور کرنا چاہیے کہ آیا اسٹینڈنگ پوٹ ایک امکان ہے اور اس پر آپ اور آپ کے رضاعی والدین سے بات چیت کرنی چاہیے۔

یہ بہت اہم ہے کہ آپ کا ورکر Staying Put کے فوائد کے ساتھ ساتھ ان تبدیلیوں پر بھی بات کرے جو یہ آپ اور آپ کے رضاعی والدین کے درمیان لائے گی۔

آپ کی 16 ویں سالگرہ کے بعد پہلے جائزے میں Staying Put پر بات کی جانی چاہیے اور جو فیصلہ کیا گیا ہے اسے آپ کے ہاتھ وے پلان میں درج کیا جانا چاہیے۔

آپ کے کارکن کو یہ بھی بتانا چاہیے کہ متبادل کیا ہیں۔

ایسے حالات میں عملی مدد اور مالی انتظامات بھی شامل ہیں۔

آپ کے 18 سال کے ہونے سے پہلے دیگر تمام جائزوں پر بھی اس پر غور کیا جانا چاہیے، اگر آپ کی صورت حال بدل جاتی ہے۔





# آپ کی آواز

ہر کوئی مختلف ہے اور ہم سب کو مختلف چیزیں پسند ہیں اور دوسرے لوگوں کے ساتھ ملنا ہمیشہ آسان نہیں ہوتا ہے۔  
جب آپ دوسرے لوگوں کے ساتھ رہ رہے ہوئے ہیں، تو آپ کو یہ قبول کرنا پڑتا ہے کہ سب کچھ ویسا نہیں ہوگا جیسا آپ چاہتے ہیں، اور بعض اوقات آپ کو دوسروں کے ساتھ فٹ ہونا پڑتا ہے۔ ایسے وقت ہوں گے جب انہیں بھی آپ کے ساتھ فٹ ہونا پڑے گا۔  
یہ کبھی کبھی مشکل ہو سکتا ہے، آپ کو اختلاف اور غلط فہمیاں ہو سکتی ہیں لیکن کچھ بھی ہو یہ ضروری ہے کہ آپ ہمیشہ ان لوگوں کا احترام کریں جن کے ساتھ آپ رہتے ہیں، اور جان لیں کہ کچھ رویے قابل قبول نہیں ہو سکتے۔  
آپ کی آواز ہی ہمارے لیے اہمیت رکھتی ہے، ہم صرف یہ جانتے ہیں کہ ہم اچھا کام کر رہے ہیں اگر آپ خوش ہیں، تو ہم

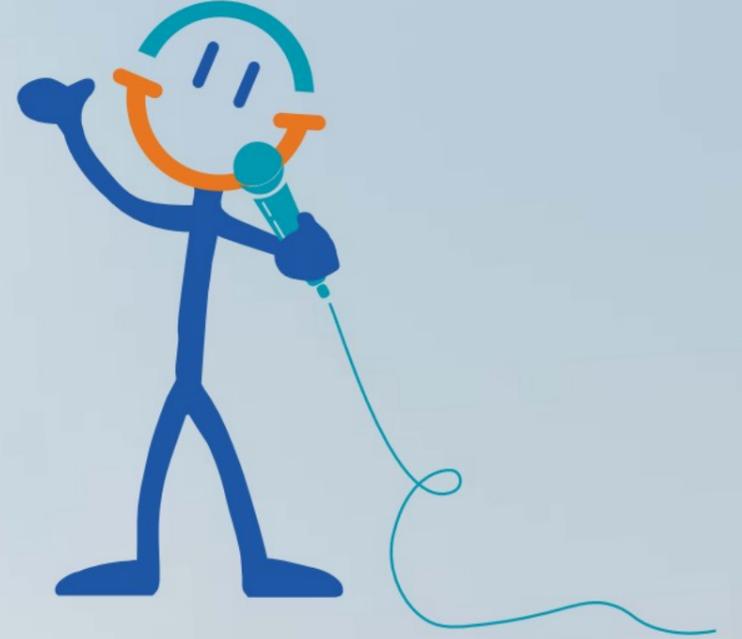
ہمیشہ یہ سننا چاہتے ہیں کہ آپ کیسا محسوس کر رہے ہیں اور مختلف طریقے سے کیا کیا جا سکتا ہے۔  
ہم ہر سال رضاعی والدین کے کام کو دیکھتے ہیں اور ہم ان بچوں اور نوجوانوں سے پوچھتے ہیں جو ان کے ساتھ رہے ہیں، انہوں نے اپنا قیام کیسے پایا، کیا اچھا تھا، کیا برا تھا، کیا بہتر یا مختلف ہو سکتا تھا۔  
اگر آپ کو اپنے فوسٹر پلیسمنٹ میں کبھی کسی چیز کے بارے میں شکایت کرنی پڑتی ہے، تو فوسٹرنگ پیپل کی کوالٹی ایشورنس ٹیم کو براہ راست خط بھیجیں۔  
(شکایات کا طریقہ کار اس گائیڈ کے پیچھے ہے)۔  
سوشل ورکر کی نگرانی کرنے والے آپ کے فوسٹرنگ لوگ آپ کو سننے اور آپ سے اس بارے میں بات کرنے کے لیے ہمیشہ موجود ہوتے ہیں کہ آپ اپنے رضاعی گھر کو کیسے گزار رہے ہیں۔

## معلومات کا حق

ڈیٹا پروٹیکشن ایکٹ (1989) کہتا ہے کہ ہر کوئی اپنے بارے میں رکھی ہوئی کچھ معلومات دیکھنے کا حقدار ہے۔  
اس ایکٹ کو مئی 2018 میں جنرل ڈیٹا پروٹیکشن ریگولیشنز سے بدل دیا جائے گا۔

فوسٹرنگ پیپل آپ کے بارے میں معلومات رکھتے ہیں جو ہم آپ کے ساتھ آپ کے قیام کے دوران تیار کرتے ہیں، تاکہ آپ کی جگہ کا انتظام کرنے اور صحیح مدد فراہم کرنے میں ہماری مدد کی جا سکے۔ آپ کو یہ معلومات دیکھنے کا حق حاصل ہے، بس اپنے رضاعی والدین یا اپنے نگران سماجی کارکن سے پوچھیں۔

صرف وہ معلومات جو آپ کو دیکھنے کی اجازت نہیں ہے وہ کسی اور کے بارے میں خفیہ معلومات ہو سکتی ہے یا بعض اوقات کسی اور کی طرف سے دی گئی معلومات جیسے پولیس یا ڈاکٹر۔ اگر آپ کو کبھی بتایا جاتا ہے کہ آپ اپنی فائل اور معلومات تک رسائی حاصل نہیں کر سکتے تو آپ کو شکایت کرنی چاہیے۔



## چلڈرن ایکٹ 1989/2004

جب بھی ممکن ہو، نوجوانوں کی پرورش ان کے اپنے خاندان میں ہونی چاہیے۔ عدالت کو کسی نوجوان کے بارے میں فیصلے کرتے وقت ان کے مفادات کو پہلے رکھنا چاہیے اور بچوں کی خدمات کو بچوں/نوجوانوں اور ان کے خاندانوں کے ساتھ مل کر کام کرنا چاہیے۔

چلڈرن ایکٹ اہم ہے کیونکہ یہ آپ کی حفاظت کرتا ہے۔

یہ یقینی بناتا ہے کہ آپ اپنے حقوق جانتے ہیں۔

یہ کہتا ہے کہ آپ کے خیالات اہم ہیں۔

یہ آپ کو یہ جاننے کا حق دیتا ہے کہ کیا ہو رہا ہے اور کیوں

اگر آپ کو ضرورت ہو تو یہ آپ کو شکایت کرنے کی اجازت دیتا ہے۔



# پتے اور فون نمبر

## سامری

مفت کال کریں: 116 123

ویب سائٹ: [www.samaritans.org/](http://www.samaritans.org/)

سامری ان لوگوں کی مدد کے لیے موجود ہیں جو خودکشی کر رہے ہیں، پریشان ہیں یا پریشانی کے احساسات کا سامنا کر رہے ہیں۔ وہ 24 گھنٹے کھلے رہتے ہیں۔

## نوجوانوں تک رسائی

فون: 020 8772 9900

ویب سائٹ: [www.youthaccess.org.uk/](http://www.youthaccess.org.uk/)

Youth Access نوجوانوں کی معلومات، مشاورت اور معاون خدمات کے لیے ایک قومی تنظیم ہے۔

## بھگوڑی ہیلپ لائن

مفت ہیلپ لائن: 116 000 (کال یا ٹیکسٹ)

ویب سائٹ: [www.runawayhelpline.org.uk/](http://www.runawayhelpline.org.uk/)

رن وے ہیلپ لائن ایک مفت فون ہیلپ لائن ہے۔ ان نوجوانوں کے لیے جو بھاگ گئے ہیں یا گھر چھوڑنے یا دیکھ بھال کرنے پر مجبور ہیں۔

## فوسٹرنگ پیپل لمیٹڈ

سویٹ ڈی

نقطہ

ویلپیک روڈ

ویسٹ برج فورڈ

نائنگھم

WQ7NG2

0800 077 8159

یا ہماری ویب سائٹ [www.fosteringpeople.co.uk/kidszone](http://www.fosteringpeople.co.uk/kidszone) ملاحظہ کریں۔

## فرینک - نیشنل ڈرگ ہیلپ لائن

مفت کال کریں: 0300 123 6600

میں: <http://www.talktofrank.com/>

اگر آپ کے کوئی سوالات ہیں یا منشیات کے متعلق کسی بھی چیز کے بارے میں مشورے کی ضرورت ہے، تو وہ آپ کو بتائیں گے۔ وہ آپ کو یہ مشورہ بھی دے سکتے ہیں کہ آپ کے مقامی علاقے میں منشیات سے متعلق کسی بھی پریشانی کے لیے مدد کے لیے کہاں جانا ہے۔

پرنٹ کے وقت تمام نمبر درست تھے لیکن ہو سکتا ہے کہ اس کے بعد تبدیل ہو گئے ہوں۔

## لوگوں کی کوالٹی اشورینس کو فروغ دینا

فون: 0115 945 5445

پیر-جمعہ صبح 9.00 بجے سے شام 5.00 بجے تک

## چائلڈ لائن:

مفت کال: 0800 1111

ویب سائٹ: <https://www.childline.org.uk/>

چائلڈ لائن برطانیہ میں بچوں اور نوجوانوں کے لیے مفت ہیلپ لائن ہے۔ آپ کسی بھی چیز کے بارے میں بات کرنے کے لیے مفت نمبر پر کال کر سکتے ہیں، کوئی بھی چیز بہت بڑی یا بہت چھوٹی نہیں ہے۔

مشیر ہمیشہ اس کو حل کرنے میں مدد کرتے ہیں۔

## کیئر ایڈوائس لائن بنیں۔

فون: 0800 023 2033

پیر تا جمعہ صبح 10.30 بجے تا سہ پہر 3 بجے

## NSPCC چائلڈ پروٹیکشن لائن مفت

18 اور اس سے کم عمر کے لیے کال کریں: 0800 1111

بالغوں کے لیے مفت کال: 0808 800 5000

ویب سائٹ: <https://www.nspcc.org.uk/>

آپ انہیں اپنی زندگی میں ان پریشانیوں کے بارے میں بتا سکتے ہیں جو آپ کو خوفزدہ اور خطرے میں محسوس کر رہی ہیں۔

## آفسنڈ

فون: 0300 123 1231

بچوں کے کمشنر برائے انگلینڈ

فون: 020 7783 8330



# شکایات کا طریقہ کار

لوگوں کے معیار کو فروغ دینا  
ایشورنس ٹیم 0115 9455 445

## شکایت کرنے کی ضرورت ہے؟

• ہم جاننا چاہتے ہیں۔

• ہم آپ کی بات سنیں گے۔

• ہم چیزوں کو بہتر بنانے کی پوری کوشش کریں گے۔

## لوگوں کی شکایات کو فروغ دینا بچوں اور نوجوانوں کے لیے طریقہ کار

جب آپ رضاعی خاندان کے ساتھ رہ رہے ہیں، تو کچھ مسائل پیش آ سکتے ہیں۔ جب ایسا ہوتا ہے تو سب کے لیے سب سے بہتر یہ ہے کہ وہ اس بارے میں بات کرے کہ کیا غلط ہوا ہے، لوگ کس چیز سے پریشان ہیں اور پھر فیصلہ کریں کہ اسے ٹھیک کرنے کا بہترین طریقہ کیا ہے۔ زیادہ تر مسائل کو اس طرح حل کیا جا سکتا ہے۔

## کیا ایسی چیزیں ہیں جن کے بارے میں آپ پریشان یا فکر مند ہیں؟

جس طرح سے آپ کے ساتھ سلوک کیا جا رہا ہے اس سے آپ ناخوش محسوس کر سکتے ہیں، خاص طور پر اگر ایسا محسوس ہو کہ آپ کے ساتھ جو سلوک کیا جا رہا ہے وہ غیر منصفانہ ہے۔

آپ جہاں رہ رہے ہیں اس سے آپ ناخوش محسوس کر سکتے ہیں۔

• نہیں سنا جا رہا ہے۔

• فیصلوں میں شامل نہ ہونا

• آپ کے ساتھ رابطہ یا کافی رابطہ نہ ہونا  
خاندان یا دوست

• تنگ کیا جا رہا

• چوٹ لگنا یا برا سلوک کیا جا رہا ہے۔

• وہ چیزیں جو آپ یا کسی اور کے ساتھ ہو رہی ہیں۔

کہ آپ کو غلط لگتا ہے۔

## تمہیں کیا کرنا چاہئے؟ بولو!

سب سے اہم بات یہ ہے کہ آپ کسی سے بات کریں، یا اسے لکھیں تاکہ یہ ہوتا نہ رہے۔

ہم جانتے ہیں کہ ہم آپ کی گائیڈ کے دوران یہ کہتے رہتے ہیں، لیکن اگر آپ خوش نہیں ہیں تو آپ کو ضرور بولنا چاہیے، ہم صورتحال کو ٹھیک کرنے میں مدد کرنے کی پوری کوشش کریں گے، ہم اسے مزید خراب نہیں کریں گے۔

میں کس کو بتاؤں؟

• خاندان

• رضاعی والدین

• آپ کا مقامی اتھارٹی سوشل ورکر، یا ان کا باس

میں کس کو بتاؤں؟

• لوگوں کو فروغ دینے والے عملے کا رکن جس میں رجسٹرڈ مینیجر بھی شامل ہے۔

• ایک استاد

• ایک دوست

• جس پر آپ بھروسہ کرتے ہیں۔

• فوسٹرنگ پیپل کوالٹی ایشورنس ٹیم سے کوئی: 0115 9455 445

• ایک وکیل - اگر آپ کو مدد کی ضرورت ہو تو یہ وہ شخص ہے جو آپ کے لیے بات کرے گا۔ وہ آپ کے خیالات کو یقینی بنائیں گے اور خواہشات سنی جاتی ہیں اور ان پر عمل کیا جاتا ہے۔

آپ کو وکیل کیسے ملتا ہے؟

آپ کے بچوں کی خدمات کے شکایات افسر یا بچوں کے حقوق کے افسر کو وکالت کی خدمات تلاش کرنے میں آپ کی مدد کرنی چاہیے جو آپ کے خیال میں آپ کے لیے بہترین ہوں گی۔ وہ آپ کو وکیل سے رابطہ کرنے میں مدد کریں گے اور آپ ان سے مل سکیں گے اور دیکھ سکیں گے کہ آپ ان کے ساتھ کیسے چلتے ہیں۔

یہاں تک کہ اگر آپ اپنے خاندان کے ساتھ جہاں آپ رہتے تھے وہاں سے بہت دور رہ رہے ہیں، تب بھی آپ کے بچوں کی خدمات کو آپ کو وکیل تلاش کرنے میں مدد کرنی چاہیے جہاں آپ اس وقت رہ رہے ہیں۔ جب آپ ہمارے ساتھ رہنے آئیں گے تو آپ کا سماجی کارکن آپ کو یہ تفصیلات فراہم کرے گا۔

نیشنل یوتھ ایڈوکیسی

سروس (NYAS)

بچوں اور نوجوانوں کو معلومات، مشورہ، وکالت اور قانونی نمائندگی پیش کریں۔

T: 0808 808 1001

www.nyas.net

آواز کے سامنے

ان نوجوانوں کو مفت قانونی مشورہ اور مدد (جسے وکالت کہتے ہیں) فراہم کریں جو دیکھ بھال میں رہ رہے ہیں یا حال ہی میں دیکھ بھال چھوڑ چکے ہیں۔

T: 0808 800 5792

www.coramvoice.org.uk

## لوگوں کی شکایات کو فروغ دینے کے عمل کے بارے میں کچھ مزید معلومات یہ ہیں:

### درجہ 1:

مرحلہ 1 وہ ہے جہاں ہم آپ، آپ کے سماجی کارکن اور رضاعی والدین سے بات کرکے آپ کی شکایت کو حل کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ ہم آپ کو بتائیں گے کہ آپ کے لیے اس کو حل کرنے کی کوشش کرنے کا ذمہ دار کون ہوگا اور اس میں کتنا وقت لگے گا۔ آپ کو ہمیشہ نتائج کے بارے میں بتایا جائے گا۔

اگر آپ کسی اور سے بات کرنا چاہتے ہیں تو ہماری کوالٹی ایشورنس ٹیم (0115 9455 445) پر کال کریں۔ اگر کوئی نہیں اٹھاتا ہے تو ایک پیغام چھوڑیں (یقینی بنائیں کہ آپ اپنا نام چھوڑ دیتے ہیں) اور ہم آپ سے جلد از جلد رابطہ کریں گے۔

### کیا کوئی میری شکایت میں میری مدد کر سکتا ہے؟ کیا کوئی میرے لیے کر سکتا ہے؟

ہاں، آپ کو کسی ایسے شخص سے مدد مل سکتی ہے جسے آپ منتخب کرتے ہیں جو مدد کرنے کے لیے تیار ہے، جیسے خاندان کا کوئی فرد، سماجی کارکن، رضاعی والدین یا استاد۔

لوگوں کو فروغ دینے والی کوالٹی ایشورنس ٹیم آپ کی شکایت کرنے میں مدد کرنے کے لیے کسی کو تلاش کرنے میں مدد کر سکتی ہے۔ جس شخص کو وہ ملیں گے وہ آپ سے اس وقت تک رابطے میں رہے گا جب تک آپ کی شکایت پر کارروائی کی جا رہی ہے۔

میں نے کسی کو اس کے بارے میں بتایا ہے جو مجھے ناخوش کر رہی ہے، اور مسئلہ حل نہیں ہوا ہے!

آپ اپنا وکیل منتخب کر سکتے ہیں اگر آپ کسی ایسے شخص کو جانتے ہیں جس پر آپ بھروسہ کرتے ہیں جو مدد کرنے کے لیے تیار ہے جیسے کہ رشتہ دار، استاد، دیکھ بھال کرنے والا، دوست یا خاندان کا رکن۔ اگر آپ کو ناخوش کرنے والی چیزوں کے لیے لوگوں کو فروغ دینا براہ راست ذمہ دار ہے (جیسے آپ کا فوسٹر ہوم، عملے کا کوئی رکن یا کوئی خدمت جو ہم فراہم کرتے ہیں) تو ہم آپ کو مدد کرنے میں مددگار بننے والی کالونائسز جیسا کہ لوگوں کو فروغ دینے کا معائنہ اور رجسٹر کرتا ہے، ان کا ٹیلیفون نمبر اس گائیڈ کے آخر میں ہے۔

بچوں کی خدمات کا محکمہ جو آپ کے لیے ذمہ دار ہے، بچوں اور نوجوانوں کے لیے شکایت کا اپنا طریقہ کار ہے۔

اگر آپ فوسٹرنگ پیپل کی کوالٹی ایشورنس ٹیم کے کسی رکن سے رابطہ کرتے ہیں تو وہ آپ کی معلومات کے بغیر کسی بھی معلومات کو منتقل نہیں کریں گے اور نہ ہی اس پر عمل کریں گے۔

ان کے پاس شکایات کا آفسر یا بچوں کے حقوق کا آفسر ہوگا جو آپ کو ایسے وکیلوں کے بارے میں بتائے گا جو شکایات یا مسائل کو حل کرنے میں آپ کی مدد کر سکتے ہیں۔

ایک شکایات آفسر آپ کو ان لوگوں کے نام اور نمبر دے گا جو وکالت کرتے ہیں پھر آپ انہیں کال کر سکتے ہیں یا وہ آپ کو کال کریں گے۔

اگر آپ کو یقین نہیں ہے کہ کس راستے سے نیچے جانا ہے تو، کسی ایسے بالغ سے بات کریں جس پر آپ بھروسہ کرتے ہیں اور آپ کو راحت محسوس ہوتی ہے اور ان سے مشورہ طلب کریں۔

فوسٹرنگ پیپل کوالٹی ایشورنس ٹیم (0115 9455 445) آپ کو مشورہ دینے میں خوش ہوگی۔

فروغ دینے والے لوگوں سے شکایت کرنے کے بارے میں فکر مند نہ ہوں، یہ آپ کو کبھی پریشانی میں نہیں ڈالے گا۔ آپ کو اس کی اجازت ہے، یہ آپ کا حق ہے!

ہتے میں مزید ٹیلی فون نمبرز ہیں / اس گائیڈ کا ٹیلی فون سیکشن۔

دوسری تنظیمیں بھی شاید ایسا ہی کریں گی، لیکن اگر ایسا لگتا ہے کہ آپ یا کسی دوسرے بچے یا نوجوان کو نقصان پہنچا یا جا رہا ہے یا کوئی خطرہ ہے، تو لوگوں کو فروغ دینے اور دیگر تنظیموں کو اس بات کو یقینی بنانے کے لیے کچھ کرنا ہوگا کہ یہ رک جائے۔ .



## مرحلہ 2:

اگر میں اب بھی خوش نہیں ہوں تو کیا ہوگا؟

کوالٹی ایشورنس ٹیم سے رابطہ کریں اور وہ کسی ایسے شخص کے لیے منصوبہ بندی کریں گے جسے ایک آزاد تفتیش کار کہا جاتا ہے تاکہ آپ سے یہ معلوم کیا جا سکے کہ آپ ابھی تک خوش کیوں نہیں ہیں۔

وہ آپ کی شکایت کی مکمل چھان بین کریں گے۔ وہ شاید فائل ریکارڈز پڑھنا اور ان لوگوں کا انٹرویو کرنا چاہیں گے جو آپ کی شکایت سے جڑے ہوئے ہیں۔ ان سے 4 ہفتوں کے اندر تفتیش مکمل کرنے کو کہا جائے گا، لیکن بعض اوقات اس میں تھوڑا زیادہ وقت لگ سکتا ہے۔

تفتیش مکمل ہونے پر، کوالٹی ایشورنس کا سربراہ یا کوئی اور سینئر مینیجر آپ کو یہ بتانے کے لیے لکھیں گے کہ کیا فیصلہ کیا گیا ہے اور چیزوں کو درست کرنے کے لیے کیا ہوگا۔ ہمیں یہ بتانا پڑ سکتا ہے کہ کچھ کیوں ہوا، اگر ہم سے کوئی غلطی ہوئی یا کچھ غلط ہوا تو معافی مانگیں۔ ہم آپ کو بتا سکتے ہیں کہ ہم نے کسی غلطی سے کیسے سیکھا ہے اور مستقبل میں ایسی غلطی کیسے نہیں کریں گے۔

## مرحلہ 3(آخری مرحلہ):

کیا ہوگا اگر مسئلہ واقعی حل نہیں ہوا ہے، یا اگر میں آزاد تحقیقات سے خوش نہیں ہوں تو کیا ہوگا؟

آپ کو کوالٹی ایشورنس ٹیم کو بتانا چاہیے، اور وہ آپ کی شکایت کو 3 لوگوں کے پینل کے ذریعے سننے کا بندوبست کریں گے۔

یہ Fostering People رجسٹرڈ مینیجر اور 2 دیگر ہوں گے۔

آپ کو میٹنگ میں آنے کے لیے مدعو کیا جائے گا تاکہ ہمیں بتائیں کہ آپ کیسا محسوس کر رہے ہیں۔

آپ مدد کے لیے کسی کو اپنے ساتھ لے سکتے ہیں (خاندان کا فرد، رضاعی والدین، کوئی دوست، کسی تنظیم کا کوئی فرد جو بچوں اور نوجوانوں کو مشورہ اور مدد دیتا ہے)۔

چونکہ یہ آخری مرحلہ ہے، آپ کو چند دنوں میں نتیجہ بتا دیا جائے گا۔

## اگر میں اب بھی خوش نہیں ہوں تو کیا ہوگا؟

آپ کو OFSTED(انگلینڈ کے لیے) سے رابطہ کرنا چاہیے۔ وہ پرورش کرنے والی ایجنسیوں کے معائنہ اور رجسٹریشن کے ذمہ دار ہیں۔

آفسٹڈ کا اپنا شکایات کا طریقہ کار ہے جس کے بارے میں آپ کو بتایا جائے گا جب آپ ان کے دفتر سے رابطہ کرتے ہیں۔ آپ کسی بھی وقت ان سے رابطہ کر سکتے ہیں جب کہ فوسٹرنگ پیپل آپ کی شکایت سے نمٹ رہا ہو۔



## OFSTED(انگلینڈ) سے رابطہ کرنے کے لیے

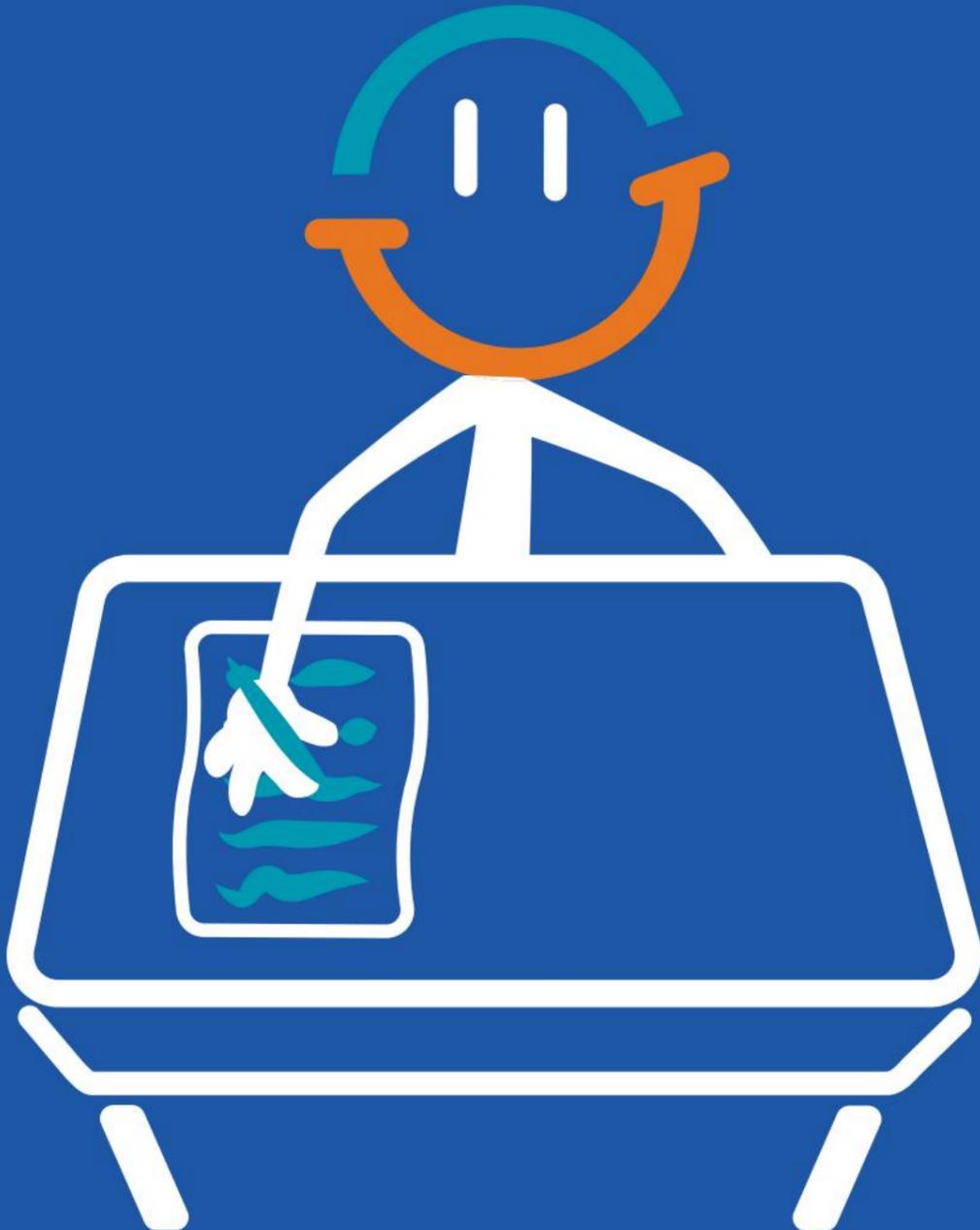
Piccadilly Gate  
Store Street  
Manchester  
M1 2WD

ٹیلی فون: 0300 123 1231(عام پوچھ گچھ)

ٹیلی فون: 0300 123 4666(تشویش نمبر)

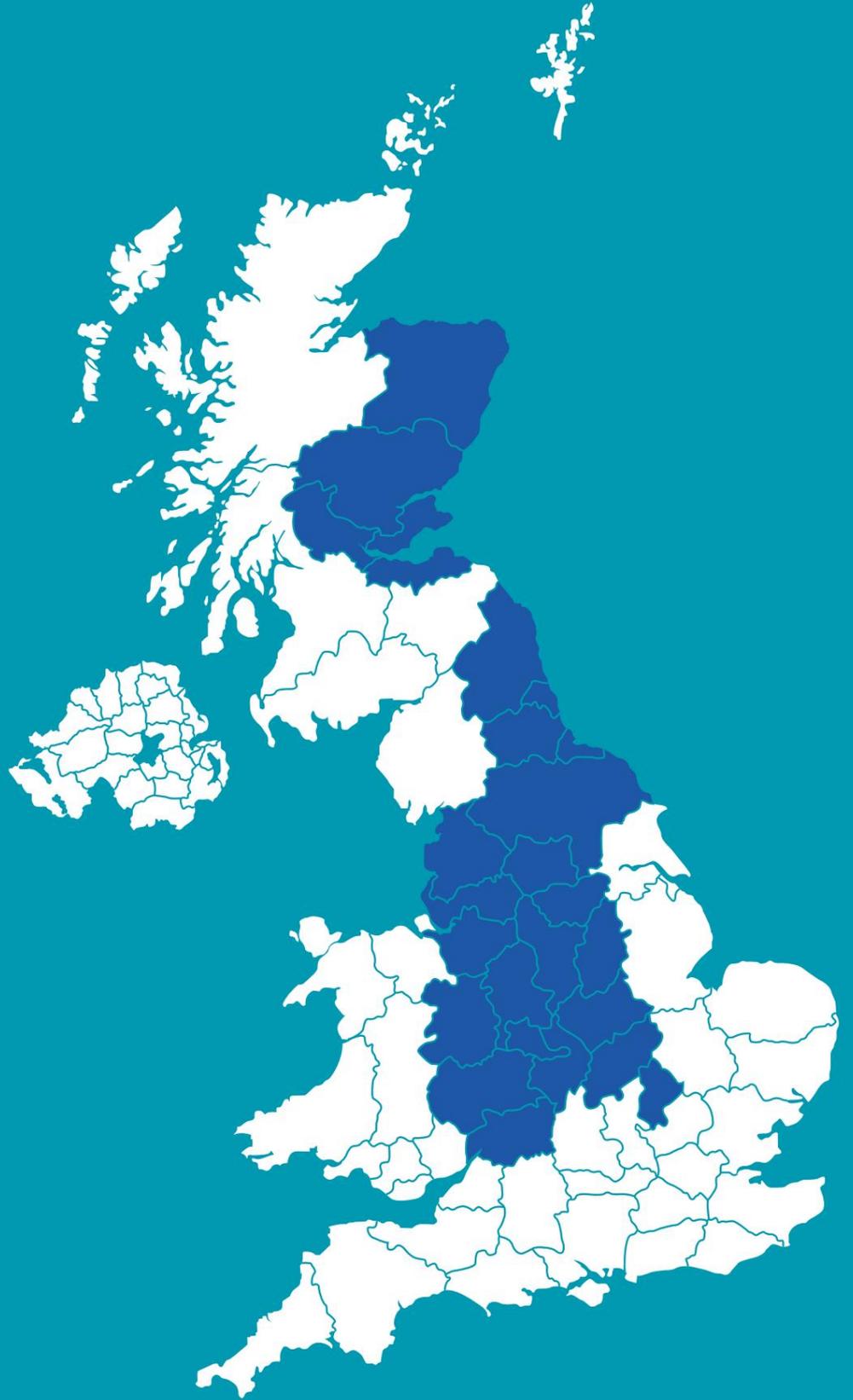
اس گائیڈ کو پڑھنے کے لیے وقت نکالنے کے لیے آپ کا شکریہ۔ مجھے امید ہے کہ آپ نے یہ مفید پایا۔ اگر آپ کے پاس اس کے بارے میں کوئی تبصرہ یا خیالات ہیں تو، صرف مجھ سے رابطہ کریں، اولیور کرکلینڈ، رجسٹرڈ مینیجر -میں واقعی آپ کے تاثرات کا خیرمقدم کروں گا۔

آپ مجھ سے 0800 077 8159 پر رابطہ کر سکتے ہیں۔



# fosteringpeople

let's change lives together



ہمیں 0800 077 8159

پر کال کریں۔

ہم سے رابطہ کریں:

Suite D, The Point  
Welbeck Road  
West Bridgeford  
Nottingham  
NG2 7QW

[www.fosteringpeople.co.uk](http://www.fosteringpeople.co.uk)