

ھەرۋەھا جۆرەكانى تىرى مۆلەتى نىشتەجىببونىش ھەن

- ئەگەر مندالت لە نەروىژدا ھەين كە
لەگەلئاندا بژىت يا مافى دىتنى ئەوانت
ھەبىت، ئەتوانى بەمەبەستى
تىكەلاوبوونەھى خىزانى داواى مانەھە
بكەيت.
- ئەگەر بىتوو ھاوسەرگىر بەكەت بەھۆى
گوشار يا بەھۆى ئەھى كە بە زۆرى
ھاوسەرگىريان بىكر دىت (ھاوسەرگىرى
زۆرەملى) پوچەل بكرىتە، ئەمە ئەتوانى
مافى ئەھت پىدات كە بە شىو مەكى
سەر بەخۆ مۆلەتى نىشتەجىببونت پىدريت.
- ئەگەر تۆ بە مەبەستى تىكەلاوبوونەھى
خىزانى بۆ لای كەسنىك ھاتىت كە مافى
پەنابەرى پىدراىت، لەوانەبە توش مۆلەتى
نىشتەجىببونى سەر بەخۆت ھەبىت.
- ئەگەر كارتى نىشتەجىببونى ئەندامانى
خىزانىك ھەبىت كە رەگەزنامەى وولاتانى
يەكەتى ئەورپا يا وولاتانى ھاوكارى
ئابوورى ئەورپاىان ھەبىت، ئەتوانى مافى
مانەھەت لە نەروىژدا ھەبىت.
- ئەگەر بىتوو بۆ وىنە بە ھۆى تەلاق
ومەرگرتنت ژيان لە وولاتى خۆت زەمەت
بىت و بەم ھۆكارە شىاو نەبىت كە داوات
لىبكرىت بۆ وولاتى خۆت بگەر بىتەھە، ئەمە
ئەتوانى مافى مۆلەتى نىشتەجىببونت پىدات.
- لەھەندىك ھالەتى زۆر تايبەتدا ئەتوانى بە
لەبەر چاوكرتنى باروودۆخى مروقىيانە مۆلەتى
نىشتەجىببونت پىدريت.
- ئەگەر ترسى ئەھت ھەبىت كە لە وولاتى
خۆت توشى توندووتىزى و نازاردان ئەبىت،
ئەتوانى داواى پاراستن (پەنابەرى) بكەيت.
- بۆ ھەندىك لەم مۆلەتى نىشتەجىببونانە ھەرۋەھا
مەرجى تىرىش دىارى كراون.
- بۆ زانىارى زىادتر سەردانى مالىپەرى
بەكە udi.no/vold

مانای نازاردان چیه؟

نازاردان واته کەلک وەرگرتن لە ھەر ھشە، زۆری لیکردن، توندووتیژی یا بەر بەست کردنی نازادی کەسیکە.

نازاردان ئەتوانی جەستەیی، دەروونی یا جنسی بێت. کاتیەک کە ئێمە ھەلسەنگاندن بۆ چۆنیەتی نازاردانی تۆ ئەکەیین، پێویستە بزائین کە بە دژی تۆ ئەمانەیی ژێرەو ئەنجام دراو:

بە شێوەیەکی گشتی بۆ ئەوەی مۆلەتی نیشتەجیبوون بە کەسیک بەریت، ئەبێ رووداوەکان ترسناک بن یا زۆرجار رووبیان دا بێت. ئەگەر توندووتیژیەکان ھێندە مەترسیدار نەبن، ئەبێ ئەمانە چەندین جار رووبیان دا بێت و بەشێک لە شێوەی رەفتاری کەسی نازاردەر بن.

ئەگەر تۆ بەلگەت ھەبن یا نامەبەکت لە خەلکانی ترمووە لەبەردەستدا ھەبیت کە باس لە چۆنیەتی نازاردانەکە ئەکەن، ئەتوانی ئەمانە ھاو پێچی داواکاریەکت بەکەیت. بەلام ئەگەر تۆ ھیچ بەلگەبەکت نەبیت، ئەو بەسە کە تۆ لە کاتی چاوپێکەوتنی داواکاری مۆلەتی نیشتەجیبووندا باس لەو رووداوانە بەکەیت کە بەسەرت ھاتوون. گرینگە کە تۆ باس لە گشت شتێک بەکەیت کە بەسەرت ھاتوون، باس بەکەیت کە کەمی و چۆن ئەمانەت بەسەر ھاتوون و بە چی شێوەیەکی کار یگەریان لەسەر دانابوو. ئەمە مەرج نییە کە تۆ لەسەر ئەم نازاردانە سکالات لە لای پۆلیس تۆمار کرد بێت.

- پالنت پێوەر ابییت
- قزرت راکتێر ابییت
- لێتدر ابییت
- شەفت لێدر ابییت
- ھەر ھەست لیکر ابییت (راستەوخۆ یا ناراستەوخۆ)
- بەمەبەستی کردووی جنسی گوشارت لیکر ابییت
- دەستدریژی جنسیت کر ابییتە سەر
- دەستدریژی جنسی ترت کر ابییتە سەر
- کۆنترۆل یا چاودیری کر ابییت
- ریگەیی چوونە دەرمووە یا ھاتنە ژوورموت لەسەر داخرا بییت
- ریگەیی پێوەندی کردن بە بنەمألەو ھاواریکانت پێنەدر ابییت
- ریگەیی جوولانەووی نازادت لە کۆمەلگادا لیکر ابییت، بۆ وێنە ریگەیی بەشداریکردن لە فیربوونی زمانی نەرویزت لیکر ابییت
- قسەیی ناشیرنت پێوتر ابییت
- پشتگوئ خرابییت
- لە خەلک داخرا بییت
- خوار دنت پێنەدر ابییت
- ریگەیی دەربیرینی بیروبووچوونی خۆتت پێنەدر ابییت

تۆ دەر فەتى تەرت ھەيە

گەشت كەسەك مافی ژيانەكەي دور لە توندووتیژی و
ھەر شەھە ھەيە. ئەگەر تۆ یا مندالەكانت نازار بدەین،
ئەتوانی مۆلەتی نیشتەجیبوونی سەر بەخۆ وەر بەگەریت.
تۆ پێویست ناكات لە ترسی لەدەستدانی مۆلەتی
نیشتەجیبوون لە نەرویز درێژە بە ژيانە ھاوسەریت
بدەیت.

كی ئەتوانی مۆلەتی نیشتەجیبوون وەر بەگەریت؟

- تۆ ئەبێ بە ھۆی تەكە لاو بوونەھەي خیزانی
لەگەڵ ھاوسەرەكەت یا ھاوژینەكەت مۆلەتی
نیشتەجیبوونت لە نەرویز ھەبیت یا
ھەتبووبیت.
- تۆ ئەبێ بە ھاوژینەكەت ئەبێ
رەگەز نامەي نەرویز ی رەگەز نامەي
یەكەك لە وولاتانی باكوری ئەوروپای
ھەبیت، مۆلەتی نیشتەجیبوونی دانیمی
ھەبیت یا مۆلەتی نیشتەجیبوونەكەي
ھەبیت كە بتوانیت ببیتە دانیمی.
- تۆ یا مۆلەكەت ئەبێ لە لایەن ھاوسەرەكەت
یا ھاوژینەكەت كاتەك كە بەیەكەھە لە
نەرویزدا ژیاون نازار درابن.
- تۆ ئەبێ لە لای ھاوسەرەكەت یا ھاوژینەكەت
نەمابیت و مالت گواستنیئەھە.
- درێژەي ماوەي ژيانتان لە نەرویز مەرجەك
بۆ وەرگەرتنی مۆلەتی نیشتەجیبوون نییە.

تۆ دەر فەتی تەرت ھەیه

