

# Tenants Handbook

If English is not your first language and you do not have someone who can translate this document, we can arrange to send you a translation.

Please tick the language that you need and write your name and address in the space provided.

Then cut out this page and send to the address on the following page.

Si el inglés no es su primera lengua y no tiene a nadie que le pueda traducir este documento, podemos enviarle una traducción.

Por favor marque la casilla del idioma en que lo necesita y escriba su nombre y dirección en el espacio de abajo. Recortela y mándela a la dirección que aparece al final de la página.

Spanish

Si l'anglais n'est pas votre langue maternelle et que personne ne peut vous aider à traduire ceci, nous pouvons vous en faire parvenir une traduction.

Veillez cocher la langue dont vous avez besoin et écrivez votre nom et votre adresse dans l'espace ci-dessous. Découpez ensuite cette page et envoyez-la à l'adresse indiquée au bas de la page.

French

Se o inglês não for o seu idioma principal e não tiver ninguém que possa traduzir este documento, nós podemos enviar-lhe uma tradução.

Assinale o idioma que precisa e escreva o seu nome e morada no espaço seguinte. Depois separe está página e envie para a morada ao fim desta página.

Portuguese

Ako engleski nije vaš prvi jezik i nemate nekoga ko ce vam prevesti ovaj dokumenat, mi možemo urediti da vam se pošalje prevodilac.

Molimo vas štiklirajte koji vam je jezik potreban i napišite svoje ime i adresu u dolje obezbedeni prostor. Zatim odrežite ovu stranicu i pošaljite je na adresu navedena na kraj ove stranice.

Serbo Croat

如果英文不是你的母語，並且你也沒有人能夠為你翻譯此份文件，我們可以安排寄給你一份翻譯文本。

請在下面的空白處劃出你所需要的語言，並寫上你的姓名、住址，然後剪下此頁，寄回在本頁最後列出的地址。

Chinese

যদি ইংরেজী আপনার প্রথম ভাষা না হয় এবং এই ডকুমেন্ট অনুবাদ করে দেয়ার মতো আপনার কেউ না থাকে, তাহলে আমরা আপনাকে এর অনুবাদ পাঠিয়ে দিতে পারি।  
যে ভাষায় আপনার অনুবাদের প্রয়োজন অনুগ্রহ করে তাতে টিক চিহ্ন দিন এবং নীচের খালি জায়গায় আপনার নাম ও ঠিকানা লিখুন।  
এর পর তা আলাদা করে পৃষ্ঠার শেষ দিকে উল্লেখিত ঠিকানায় এটি পাঠিয়ে দিন।

Bengali

إذا لم تكن الإنجليزية لغتك الأولى وليس لديك من يترجم لك هذه الوثيقة، فإنه بإمكاننا أن نتدبر إرسال نسخة مترجمة اليك.  
الرجاء أن تضع علامة على اللغة التي تلمزمك واكتب اسمك وعنوانك في الصفحة أدناه.  
ثم قص هذه الصفحة وارسلها الى العنوان المدرج في نهاية الصفحة.

Arabic

اگر انگلیسی زبان اصلی شما نیست و فرد دیگری را نیز ندارید که این سند را برایتان ترجمه کند، میتوانیم ترجمه آنرا برایتان ارسال کنیم.  
خود در فضای تعبیه شده زیر درج کنید لطفاً نام زبانی را که بدان احتیاج دارید علامت زده و نام و نشانی  
بسپس این صفحه را بریده و به نشانی مندرج در انتهای صفحه ارسال دارید

Farsi

اگر انگریزی آپ کی پہلی زبان نہیں ہے اور ایسا کوئی دوست ارشتہ دار نہیں ہے جو کہ آپ کے لئے اس دستاویز کا ترجمہ کر سکے، ہم اس کا ترجمہ آپ کو بھیجنے کا انتظام کر سکتے ہیں۔  
برائے مہربانی جو زبان آپ کو درکار ہے اُس کے سامنے ٹک (صحیح) کا نشان لگائیں اور نیچے دی گئی جگہ میں اپنا نام اور پتہ لکھیں۔ اس کے بعد اس صفحہ کو الٹ کریں اور اس صفحہ کے آخر میں دیئے ہوئے پتہ پر اسے واپس بھیج دیں۔

Urdu

Name	<input type="text"/>
Address	<input type="text"/>
Telephone	<input type="text"/>
CityWest Homes, Service Development, 5th floor, Westminster City Hall, 64 Victoria Street, London SW1E 6QP	

## تسرهف

6		مدمقم
7	امش هراجا داداراق	1
7	كرتشم هراجا داداراق	1 - 1
7	دينك هيلخت و كرت ار هراجا دروم نكسم ديه اوخب رگا	1 - 2
8	ميه دن اياپ امش داداراق هب ميه اوخب رگا	1 - 3
8	1 - 3 - 1 یريگ سپ زاب دصق هيراطخا	
8	2 - 3 - 1 یريگ سپ زاب لئالد	
9	3 - 3 - 1 دتفايم يقافتا هچ هاگداد رد	
9	1 - 4 دوشيم هراجا دروم كلم ثراو يسك هچ امش تشنگرد اب	
10	1 - 5 ؟دينك رانگاو یرگيد درف هب ار همان هراجا دين اوتيم ايا	
10	1 - 6 یر عرف هراجا و امرنويسناپ	
11	1 - 7 لزنم زاندرک راک	
12	امش هراجا	2
12	2 - 1 هراجا تخادرپ	
12	2 - 1 - 2 هراجا تخادرپ موحن	
12	2 - 2 هداتفا بقع ياه هراجا	
13	2 - 3 امش نكسم ياه من يزه هب كمك	
13	2 - 3 - 1 نكسم يلام ياي ازم	
13	2 - 3 - 2 یرادرش ضر اوع ياي ازم	
13	2 - 3 - 3 یرايتخا نكسم من يزه كمك	
14	2 - 4 نكسم نك مرگ با و امرگ ياه من يزه تخادرپ	
14	2 - 5 یرابنا و گن يکراپ، ژاراگ هراجا تخادرپ	
14	2 - 6 با ضر اوع	
15	امش نكسم يفيك دوبهب و تاريخمعت	3
15	3 - 1 ؟تسيك هدهع رب تاريخمعت تيلوئسم	
15	3 - 1 - 1 ام ياه تيلوئسم	
15	3 - 1 - 2 امش ياه تيلوئسم	
17	3 - 2 ؟در يذپ يم ماجنا يعقوم هچ نم لزنم تاريخمعت	
18	3 - 3 یرارطضا تاريخمعت	
18	3 - 4 ريمعت قح	
19	3 - 5 ینوکسم نکام یفیک دوبهب و تاريخمعت	
19	3 - 5 - 1 یرادرش طسوت ینوکسم نکام یفیک دوبهب	
19	3 - 5 - 2 امش دوخ طسوت یفیک دوبهب	
20	3 - 5 - 3 یخيرات هينبا	
20	3 - 5 - 4 مژيو مزاول هيبعت	
20	3 - 6 نويزيولت نتنأ و مراوهام شيد	
21	3 - 7 مرگ با و يترارح كرتشم متسيس	
21	3 - 8 یرنارد یئوج هفرص	
22	3 - 9 بولطم نكسم درادناتسا	

<b>23</b>	<b>ن اگي اسم ه اب يتسي زمه</b>	<b>4</b>
23	؟مدين كيم طباقم منو كچ تم حازم اب	4 - 1
24	داد رارق بجومب ام ياه تيلويئسم	4 - 2
24	داد رارق بجومب امش ياه تيلويئسم	4 - 3
24	1 - 3 - 4 ن اتر اوخ اضعا و امش	
27	دينك راکچ محازم يادص و رس ملجمن ، ن اگي اسم ه اب يلکشتم زورب تروص رد	4 - 4
<b>28</b>	<b>امش لزنم تينما و ينميا ، تمالس</b>	<b>5</b>
28	؟دينك راکچ دمد يور ناتلزنم رد يقيدح رگا	5 - 1
29	دود يامريژا	5 - 2
29	تفنن و عيام زاگ	5 - 3
30	زاگ تشن	5 - 4
30	زوس زاگ ياه هاگتسد سيورس	5 - 5
31	بأ راخب مكارت	5 - 6
31	باليس و بأ ملول نديكرت	5 - 7
31	يذوم ناروناج لرتنك	5 - 8
32	تينما	5 - 9
32	سوتسبسا	5 - 10
<b>34</b>	<b>كالم تامدخ</b>	<b>6</b>
34	ناتخرد يرادمگن و ظفح و اه شيش ندرک كاپ ، مطوحم يرادمگن ، تفاظن	6 - 1
35	؟دينك راکچ يگن اخ ياه ملابزا اب	6 - 2
36	مدافتسا نودب ناملبم و يگن اخ لئاسو	6 - 3
36	گن يکراپ	6 - 4
<b>37</b>	<b>دينك يرادي رخ ار نات ه ناخ اي و ناکم و لقن ديهاوخب رگا</b>	<b>7</b>
37	ناکم و لقن ياه حرط	7 - 1
38	ندنل زا نوريب هب لاقتنا	7 - 2
38	مضواعم	7 - 3
39	نادنملاس ناکسا	7 - 4
39	1 - 4 - 7 يصخش باختنا هب ندرک مراجا	
40	يراجيتسا لزانم ديخ	7 - 5
<b>41</b>	<b>نيرجاتسم تامدخ</b>	<b>8</b>
41	تاي اکش و تاداهنش يپ	8 - 1
41	تاي اکش ممقا موحث	8 - 2
42	تاي اکش هب يگديسر يارب يزكرم تلود رومام	8 - 3
42	دارفا يصخش ياه مدنورپ هب يسرتسد	8 - 4

<b>44</b>	<b>نيرجاتسم باختنا</b>	<b>9</b>
44	هچ ینعی نیرجاتسم باختنا	9 - 1
44	نیرجاتسم یانم چنا	9 - 1 - 1
44	یراوجمه دامن	9 - 1 - 2
44	تیریدم یلحم یاه ممانتقف اوم	9 - 1 - 3
44	تیریدم رد امش قح	9 - 1 - 4
45	شزومأ	9 - 1 - 5
45	دیریگ رارق تروشم فرط مک امش قح	9 - 2
45	یلحم و یرمش حطس رد - نیرجاتسم کیرتشم دامن	9 - 3
<b>46</b>	<b>مم یب</b>	<b>10</b>
46	نامتخاس مم یب	10 - 1
46	یمومع تراسخ مم یب	10 - 2
46	مناخلئاسو مم یب	10 - 3
46	ناراکنام یب مم یب	10 - 4

## همدقم

و ی عافتنا ریغ یتکورش یوزاب مک (CityWest Homes) هدهع رب امش نکسم تامدخ تییریدم هدیدرگ اپرب کالم مرادا تهج رتسن نیمتسو و مقطنم یرادرش یاروش تیکلام تحت و طسوت نانچمه رتسن نیمتسو یرادرش یاروش .دیدرگ سیسات 2002 لیروآ رد تکورش نیا .دراد رارق هدهع رب ام فرطزا یراک نامیپ ار امش نکسم هرمزور تامدخ تییریدم .دوریمرامش ب امش لزنم کلام هب هتسب .دراد مان نکسم تامدخ مدنک نیمات ای Housing Service Provider عجرم نیا .دراد تاسسوم نیازا یکی دنوت یم نکسم تامدخ مدنک نیمات ،دینک یم یگدنز اچک رد مکنیا حرش ب ریز

ای و (Westminster City Homes (WCH) ، (PCHA) ، (Parkman) ، (JSS Pinnacle) ، (WMS Haywards) دشاب (Threshold Housing and Support)

مراشا دیشاب هاگآ نآزا یرادرش رجاتسم ناونعب دیاب مک یدراوم مه هب شیب و مک موزج نیا رد یاه یه هاگآ هب زاین تروص رد و دینک هدفستسا امنهار ناونعب دیاب تاعالطانیازا بتسا هتفر (Co-op) ای (TMO) طسوت امش نکسم رگا .دینک هعجارم دوخ نکسم ریدم هب دیاب رتشیب موزج نیا رد هدهع هئارا تاعالطانیازا یه هاگآ ورنیازا و دنک یم یقرف تاررقم و طیارش دوش یم مرادا بتسا مه و یدروص زین امش یارب

دشاب مزال مک یتروص رد ورنیازا و دنک ریغ دنوت یم نامز تشذگ اب نکسم نیناوق میه اوخ غلطم یتاریغ نینچزا ار امش میروآ دوجوب نکسم تامدخ هئارا موحن رد یتاریغ برک

هب نآ یامرات نیدیاب دیناوت یم ار رتسن نیمتسو یرادرش یاروش هرابرد رتشیب تاعالطانیازا [www.westminster.gov.uk](http://www.westminster.gov.uk) دینک بسک ریز یناشن

### ام نکسم تامدخ زا هدفستسا

رگا .دننک هدفستسا ام تامدخ زا دنناوتب ام نیرجاتسم کی کی مک میوش نئمطم میه اوخ یم ام ،دنک یم یصاخ شور هب یکتم ام تامدخ هب ار امش یبایتسد مک دیتسه یناوتان هب یلتبم دیرانگ نایم رد دوخ نکسم ریدم اب ار بلطم افطل

زا دیدزاب ماگن هب رت هب ییاونش تهج یک عمس لئاسو یراد ام ینوکسم کالم تارادا بلغاموک ینییم هاگتسد هب زهجم تارادا زا یضعب .دنا ییاونش فعض هب التبم نیرجاتسم کلات پیات هاگتسد هب زهجم تارادا مامت و (minicom) دنشاب یم (typetalk)

هئارا یتوص راون تروصب ای و یپاچ تشرد فورج اب ار دانسا میناوت یم ،دیهاوخب ام زارگا تقو نیعت اب ،کالم مرادا هب نتفر هب امش ییاونوت مدع تروص رد میناوت یم نینچمه .مینک دیریگب سامت دوخ نکسم ریدم اب افطل دروم نیا رد .مینک ندید ناتلزنم رد امش زا یلبق

ریدم اب ارنا افطل تسا دیفم ام تامدخ تیغییک دوهب یارب ناترظن ب مک دیراد یدامنش یپ رگا دیریگ سامت ریز عجارم اب ای و دیرانگ نایمرد کالم

Customer Services

CityWest Homes

020 7641 2889 نفلت

020 7641 2217 سكا ف

020 7641 3207 عنيم

موك

[housingcustomerservices@westminster.gov.uk](mailto:housingcustomerservices@westminster.gov.uk)

يئ

لي:

# امش هراجا دادرارق

1

"نام رد" حال طصا ب ینیرج اتسم ، یرادرش نییرج اتسم بل غا 1985 بو صم نکسم نوناق بجومب نآ رد مکین امز ات دیراد هراجا رد مک ار ینکسم اتسا ینعم نادب نی . دنوریم رامش ب (Secure) امنه نوناق هراجا دروم نکسم زا مکن آ هب طورشم ، دین امان ظفح دین اوتیم دینک یم یگدنز دینک تیاعر زین ار همان هراجا تاررقم و مدرک مدافتسا دوخ یلصا نکسم

نآ رد مک دوریم رامش ب یرادرش یاروش و امش نیب مدق عزم و ینوناق یا همان تقف اوام هراجا دادرارق زا یا هخسن ، هراجا دادرارق یاضما مگنه . اتسا هدیدرگ صخشتم فرط ود ره یاهتیلوئسم و قوقح دینک ظفح ینما یاج رد ار نآ دیاب و میا مدرک امش میلست ار نآ

رد . دیوشیم بوسحم (Introductory) یتامدقم یرج اتسم نوناق هیلوا هام 12 یارب ، دراوم بل غا رد هیلع یلئال دب مکن یا رگم ، دینوپی یم "نام رد" نارج اتسم مگرچ هب دوخ دوخ هام 12 نایاپ هتخادرپن ار دوخ هراجا لام مکن یا یارب لائتم روطب . میشاب مدز تسد ینوناق تامادقا هب امش رد دین اوت یم ار تحبم نی نیا رد رتشیب تاعالطا . دیشاب مدش دوخ ناگی اسمم حازم ای و دیشاب مک (یتامدقم دادرارق یامنهار) (A Guide to your Introductory Tenancy) لصفرس تحت یا موزج دینک هعلاطم میا مدرک لاسرا نایارب نکسم هیارا دامنشیپ یواح همان تسویپ

## کرتشم هراجا دادرارق 1 - 1

مدرک اضما ار دادرارق مک اتسا یدرف ود زا کی ره یارب یواسم قوقح نمضتم کرتشم دادرارق ار دادرارق زایشان یاهتیلوئسم تبسن کی هب ، دنا مدرک اضما ار دادرارق مک یدرفود ره . دن رگا اتسا ینعم نادب نی . دننک تیاعر ار همان هراجا تاررقم مک دنلوئسم ود ره . دنوشیم لبقتم نانچمه دیاب هنام یقاب رج اتسم ، دینک کرت هشیپمه یارب ار هراجا دروم نکسم امش زا مادک ره و دیراد کرتشم هراجا دادرارق رگا . دنک تیاعر ار امب هراجا تخادرپ لمجنم ، همان هراجا تاررقم دوخ نکسم ریدم هب ار بتارم دیاب ، اتسا مدرک کرت ار هراجا دروم نکسم هشیپمه یارب امش کیرش دید عالاطا

نیبیت یارب ، دیتسه ناتییگدنز کیرش زا یئادج هب مضم و کرتشم هراجا دادرارق یاراد رگا عجارم هب دیاب ، دیتسه قحیذ هراجا دروم نکسم رد ندنام یقاب یارب کیمدک مک فیلیکت نی . دینک هعجارم ینوناق

## دینک هیلخت و کرت ار هراجا دروم نکسم دیهاوخب رگا 1 - 2

لبق هتفه راهچ لقادح ار بتارم دیاب ، دینک هیلخت و کرت ار هراجا دروم نکسم دیهاوخب رگا رگا . دیشاب هبنشود زور مراومه دیاب هیلخت و دادرارق نایاپ زور . دید عالاطا امب یبتک تروصب ار هتفه راهچ هراجا ، دینکن لاسرا ام یارب یتسرد هیراطخا هراجا دروم نکسم هیلخت و کرت تهج مک یا هبنشود زور رمظ 12 تعاس ات دیاب ار ادیلک . مینک یم روظنم ناتراکهدب باسح هب لبق ادیلک لیوحت رد ریخات تروص رد . دید لیوحت کالم مرادا هب دباییم نایاپ هراجا دادرارق هبنشود رگا . دوشیم روظنم ناتراکهدب باسح هب رگی هتفه کی هراجا ، دوعوم هبنشود رمظ زا تالیطعت اب دوعوم لیوحت هبنش هس ینعی ، لیطعت زورنآ یدرف دین اوتیم ار ادیلک ، دوش فداسم (Bank Holiday) زا ار قرب تکرش لثم ، عجارم ریاس و دید عالاطا کالم ریدم هب ار دوخ دیدج یناشن افطل . دید دینک علاطم نکسم هیلخت هب دوخ میمصت

رگا دوش یم روظنم ناتراکهدب باسح هب جراخم نی

- ان آهیلخت هب روبجم ام و دیراذنگ یقاب نامتراپآرد ار دوخ هیثاذا زا یشخب  
میوش.
- ای و دیشاب هدادن ماجنا هتشد رارق امش تیلویسم رد هک ار یتاریمعت  
دیشاب هدرک دراو کلم هب ار یتاراسخ.

- دروم کلم هکن ي ا زا دعب ديش اب هداد مزاجا ار ی صخش  
هب و ا جارخا ی ارب ميوش روبچم ام و دنک ی گدنز ن آرد دينک کرت ار مزاج  
ميوش لسوتم هاگداد زا هيلحت مکح تفايبرد و ی نوناق تامادقا

## ميهد نايپ امش دادرارق هب ميهاوخب رگا 1-3

رد ميهد نايپ امش همان مزاجا هب دشا ب لوقعم ام هديقعب مک دنک باجيا ی طئارش تسانکمم  
و ميهدرک ذاتا ار میمصت نينچ تلعل هچ هب ميهديم حيصوت نات يارب هراومه ، ي دراوم نينچ  
داد ميهاوخوارف شوگ امش ياهفرح و شنکاو هب

تسا توافتم مينک تياعر "یتامدقم" و "نامرد" نيرجاتسم لابق رد دياب ام هک ار ی تاررقم  
(A Guide to your Introductory Tenancy) هوزج رد "یتامدقم" نيرجاتسم دروم رد رتشيبتايئزج  
تسا جردنم

اهنت هاگداد ميهد نايپ ميهاوتيم هاگداد مکح و مزاجا اب طقف (نامرد نيرجاتسم يهاددادرارق) هب  
(grounds for possession) "کلم يريگ سپ زاب لئالد" ناونع اب ن آزا ی قوقح حالطصا رد هک ينيعم طئارش رد  
تروص دياب هک ی مادقا نيستسختن . دزروي متردابم ی مکح نينچ رودص هب دوشيم داي (Notice of Seeking  
Possession) "یريگ سپ زاب دصق هيراطخا" ناونع تحت ی ا هيراطحا غلبا و رودص ميهد  
امش همان مزاجا هب نداد نايپ تهج ار ی نوناق تامادقا هيقب مي زاجم مادقا نياب .تسا (Possession)  
هاگداد هب مي زاجم ی خيرات هچ رد زين و ام ميمصت لئالد هب هيراطخا رد . مينک لابند و عورش  
دوش ی مراشا مينک هعجارم

(دينک هعلاطم ار 3-3-1 لصفرس تاجردنم ، دتفا ی م قافتا هاگداد رد هچن آزا يهاگآ يارب)

یريگ سپ زاب دصق هيراطخا 1-3-1

نکسم ريديم اب تاقالم تهج زين ار ی ا همان ن آتسو يپ ، دينک تفايبرد ار ی ا هيراطخا نينچ رگا  
اسب هچ ، ديهد مزاجا ار تاقالم نياب هک تسا يوررض . دينک ی م تفايبرد هتش نيغت تقو رد دوخ  
دوش ادیپ هاگداد هب عوجر هب زاین نودب لکشتم ل ح يارب يراکهار

کلم يريگ سپ زاب لئالد 1-3-2

ميروآلمعب یوعد هماقا کلم يريگ سپ زاب تهج ريئللد زا کي رهب ميهاوت ی م

- تاررقم و طئارش زا رگيد يکي اي و ديش اب هدرک يراددوخ مزاجا تخادرپ زا رگا  
ديش اب هدرکن تياعر ار همان مزاجا
- ، امش نامهيم اي و دنکيم ی گدنز امش اب هک يريگيد درف اي و ، امش صخش  
کلم زا هدفستسا هب نداد مزاجا اي و هدفستسا ليلدب ، هتش ملحم رد يرازآ و تيذا ببسم  
هب باکترا ليلدب اي و دي هتش موکحم ی قالخر يغ اي و ی نوناق ريغ دصاقم يارب  
ديشاب هتش موکحم و تشادزاب کلم شوح و لوح و رد يمرج
- هب راداو ار ناتا ی گدنز کيرش ، امش هيجان زا تنوشخ هب ديدهت اي و تنوشخ  
دشاب هدرک مزاجا دروم نکسم کرت
- دراو تراسخ اه ناکلپ اي هيدرو لثم ، کيرتشم ی اه دودحم اي و مزاجا دروم کلم هب  
ديشاب هدرک

- ديشاب مدرک بسک ار مراج دروم نکسم بڈک تااعالطا هئارا اب
- ولقن زا ، یلبق نکسم تاریمعت زا سپ و تقوم نکسم هب ناکم ولقن زا دعب  
دیشاب مدرک یراددوخ یلبق لزنم هب ددجم ناکم

دراوم رد هاگداد، دشاب هتشاد دوجو رجاتسم ناکسا یارب یرگیډ بسانم نکسم مکن آ هب طورشم دزرو تردابم هیلخت مکح رودص هب تبسن تسانکم زین ریز.

- تردابم آن فارطانیمز و کلم یزاس مرابود و بیړخت هب میشاب هتشاد میمصت امرگا میږو.
- دشاب ناتزاین زارتگرزب مراج تحت کلم و (چودزم کیرش من) دیشاب یا ممان مراج ثراو.

### د تفایم یقافتا هچ هاگداد رد 3 - 3 - 1

زا مک دیرگیډ یلیکو ای و دینک ادیپ روضح هاگداد رد اصخش دیناوتیم دوخ زا عافد یارب دینک عافد و مادقا امش فرط.

یضاق عامتساب ار امش هیلع هنورپ تاییژچ نکسم ناریدم زا یکی هاگداد رد یسرداد نایرچ رد تامادقا زاکي ره و مراج تحت کلم یرگیډ سپ زاب تهج هدش ماقالئالد زاکي ره رگا. دناسریم هاگداد یار. دینک تردابم هیلخت مکح رودص هب تسانکم یضاق، دوش تبات نادب طوبرم قوع مراج تخادرپ و مراج تخادرپ لبقوت هب طورشم ای و دتفا رثوم ملصافالب دیناوتیم. دینارد قیلعت تلاحب امش یوس زا یگتفه طاسقا تروصب.

روصق مکح طورش یارجا رد رگا، دنکیم تردابم قلعم ماکح رودص هب هاگداد مک یدراوم رد جارخا و هیلخت مکح رودص هب تبسن میناوتیم و یقلت هتفای نایاپ امش مراج دادرارق، دینک میږو تردابم مراج دروم نکسم زا امش.

و ایجا دینک تخادرپ ار قوع یاه مراج، مراج دادرارق ندش وغل زا دعب مک یطئارش رد یتح میشاب هزک تقفاوم امرک یطئارش رد یتح نینچمه. بسین ریډنپ ناکسا ممان مراج یبایزاب ناونعب مراج دروم کلم رد امش تنوکس ماما، مینکن یماقا امش جارخا مکح بسک هب تبسن دروم کلم دیرخ قح لمج زا، ش یوخ نوزفا قوقح مامت و دوشیم یقلت "ریډنپ لمحت یفلختم" دیندیم تسد زا دنرادروخرب نأ زا "نامرد" نیرجاتسم بلغا مک ار مراج.

### دوشیم مراج دروم کلم ثراو یسک هچ امش تشنگرد اب 4 - 1

ای و چودزم کیرش هب و مراج دروم کلم، دینک توف "نامرد" رجاتسم رگا، دراوم زا یخرب رد یقلت هداوناخ اضعا ناونعب چودزم ریغ یگدنز (اکرش) یفوتم هداوناخ زا یرگیډ وضع رابکی یارب امنت مراج دادرارق ره رد تثارو رم. دراد مان تثارو رم نیا. دوشیم لقتنم (دنوشیم) بسا هدوب رادروخرب یفوتم صخش مک تسا رادروخرب یقوقح نامه زا ممان مراج ثراو. بسا زاجم.

نیا. میدنب راکب و تیاعر دیناب امرک دراد دوجو یثاررقم ممان مراج هب تبسن تثارو دراوم رد زا یخرب ریز دراوم. دنامب یقاب مراج دروم کلم رد تسا زاجم ثراو مک دنکیم مکح تاررقم: دوریم رامش ب یثاررقم نینچ نیرتمم.

- امش تشنگرد زا دعب یگدنز کیرش، دیندیم رامش ب یکرتم رجاتسم رگا. دنامب یقاب مراج دروم کلم نامه رد تسا زاجم و دوب دهوخ ممان مراج ثراو.
- درنگرد دادرارق دقاع و دشاب هدشن دقعم یکرتم تروصب ممان مراج رگا، یقاب مراج دروم کلم نامه رد و هدش ممان مراج ثراو دیناوتیم و چودزم یگدنز کیرش هب زاجم (و هداوناخ دارفا زاکي ره ای) یفوتم صخش چودزم ریغ یگدنز کیرش. دنامب لقادح مراج دروم کلم رد مک دنک تبات دنناوتب مکن آ هب طورشم، دنام ممان مراج تثارو.

مراجا دروم كلم مكن يارگيڤد و مدرک يگدنز يفتوتمراجا تسم تشذگرد زالبق هام 12  
لوقعم روطب مراجا دروم كلم مک يدر اوم رد متبلاتسا هذوب نانأ ي لصا هاگتmaq  
دنک هيلخت ارنا دياب ، دشاب ثراو زايين زارتگرزب

- نين چ . دنوش ممان مراحا ثراو دنناوتيم زين يفوتيم رجاتسم هداوناخ دارفا زالبق هام 12 لقادح مراحا دروم كلم رد مك دننك تباث دنناوتب دياب هتبل ا يدارفا هام 12 تدم نأ رد مراحا دروم كلم مكن يارگيد و مدرک يگدنز يفوتيم رجاتسم تشذگرد لوق عم روطب مراحا دروم كلم مك يدراوم رد هتبل ا . بتسا هدوب نانا يلصا هاگتmaq رجاتسم ثارو مك يدراوم رد . دنك هيلخت ارنا دياب ثراو ، دشاب زاي ن زا رتگرزب مك دوش لصاص قفاوت نانا نيبتسا يرورض ، دنشاب رتشيپ اي نت ود زا يفوتيم ، دنباي تسد يقفاوت هب دنناوتن نانا رگا . دنوش ممان مراحا ثراو دنهوخيم كيم ادك . دوشيم رانگا او ام مده عرب ميمصت ذاخا
- هيلخت يارب ، دننك يرادوخ رتکچوک يلزنم هب ناکم و لقن زا ثارو رگا لسوتيم ينوناق تامادقا هب يرگيد كلم هب لاقتنا هب ثارو نتخاس راداو و كلم ميوشيم .
- ار يئامتصرف نامه هباشم تيسنج زا ياه جوز يارب ترارقم نيا يارچا رد . ميتسه لئاق چودزم ريغ ياه جوز يارب مك ميوشيم لئاق

## ؟دينك رانگا او يرگيد درف هب ار ممان مراحا دينناوتيم اي آ 5 – 1 .

درف هب ار دوخ "نام رد" همان هراجا هک دنکيم نانتزاجم همان هراجا طئارش  
تحت اهنت هتبل ا. دراد مان "یرانگا او" راک نيا. دينک لقتنم یرگيد  
ديتسه یراک نين چ هراجا هب رداق ريز حرشب یطئارش

- یم یرجاتسم ،ام یبتک قفاوت اب و هلدابم قح بجومب  
ار یرگيد رجاتسم و دنک ناکم و لقن یرگيد کلم هب ده اوخ  
هلزنم هب راک نيا. تسایلدب و ضوع نين چ هب ليام هک هتفای  
هب هتبلایلاقتنای و لقن نين چ. دوشيم یقلت هبناجود هلدابم  
دراد زاین ام یلبق و یبتک هراجا بسک
- و یگدنز کيرش ود ناي م فالتخا دراوم رد هاگداد مکح هب  
ل. افطا هب طوبرم ینوناق ماکح
- ديرنگرد لاقتنای زالبق هلصافالبرگا ام یبتک هراجا اب  
ثراو دن اوتب هک دينک لقتنم یدرف هب ار همان هراجا دين اوتيم  
کلم هک دوش نآ هب جتنم یرانگا او هک یدراوم رد. دوش امش  
تقفاوم یرمانين چ اب ،دشاب ثراو لوقعم زاین زارتگرزب  
درک ميه اوخن

و مدرک هیلخت ار هراجا دروم کلم دياب دينک رانگا او ار دوخ همان هراجا رگا  
ديوشيم ن یقلت رجاتسم رگيد

## ی عرف هراجا و اهنوي سن اپ 6 – 1

تحت کلم زایشخب دي ه اوخ ب رگا. ديشاب هتساد رنوي سن اپ هک دي زاجم  
ار ام یبتک هراجا و علطم ار ام دياب دي ه هراجا ی عرف تروصب ار دوخ هراجا  
هداد هراجا ار دوخ هراجا تحت کلم لک هک ديرادن هراجا هتبل ا. دينک بسک  
هرمز رد رگيد ديزرو تردابم یم اداق نين چ هب رگا. ديوش جراخ نآ زا و  
هاگداد هب هعجارم اب مین اوتيم ام و ديرگ یم ن رارق "نام ارد" رجاتسم  
م. دينک بسک ار کلم یريگ سپ زاب مکح

ني مات ار وا یاذغ و یگدنز امش اب هک تسایدرف الومعم رنوي سن اپ  
اصخش و دوشيم کيرش نانتا مناخ رد امش اب هک یدرف هنرگو. دينکيم  
رگا. دوشيم یقلت "ی عرف رجاتسم"، دزرويم تردابم دوخ یاذغ هيهت هب  
ناونعب ار یئاه تیلوئسم ،دي ه هراجا دوخ هراجا تحت کلم رد ار یق اطا  
ديوشيم لبقتم کلام

تام اقم دياب، دينك يم تفاي رد (Housing Benefit) نكسم يل ام ياي ازم رگا  
ديزاس علطم دينك يم تفاي رد هراج تباب هك يلوپ زا ار هطوبرم

هده رب دنك يم يگدنز امش اب هك يدرف ره راتفرو و رادرک تي لويئسم  
رد، ديراد هراج دروم كلم هيلخت هب ميمصت رگا. دراد رارق امش  
ار كلم زين يعرف رجاتسم اي و رنويسن اپ هك دراد رارق امش تي لويئسم  
دنك هيلخت

## لزنم زا ندرک راک 1 – 7

لزنم زا ده اوخپ دنك يم يگدنز امش لزنم رد هك يدرف اي و اصخش رگا  
بسک ار ام يبتک هراج البق دياب، دزادنا هارب يبسک اي و دنک راک  
هوحن و يگنوگچ، راک عون هب طونم يا هراج نينچ اب تقفاوم. دينک  
دوش يم مهارف ناگي اسمه يارب هك تساي لامتحا ياهتم حازم و ادص و رس  
يقال خا ريغ و ينوناق ريغ يامراک يارب دين اوت يمن ناتلزنم زا  
دينک هدفتسا

## امش هراجا - 2

### مراجا تخادرپ 1 - 2

تسا هبنشود نيمود رد و رابکي هتفه وده اهه هراجا تخادرپ دعوم  
يا هتفه و هراجا هتفه تباب دينکيم تخادرپ هبنشود زور رد هک يلوپ  
هبنش راهچ زور زا دعب ار هراجا رگا. ديا هتشانگ رس تشپ هک تسا  
ناتباسح تروص رد دعب هتفه ات يتخادرپ غلبم، دينک تخادرپ  
دوب ده اوخ تخادرپ مدع زا يکاح نانچمه باسحتروص و دوش يمن سک عنم  
هراجا تخادرپ دعوم نآ رد هک ديشاب هدرک تفاي رد يم يوقت دياب اتدعاق  
يعق اوم هچ رد ديتسين نيمطم اي و هدرکن تفاي رد ار نآ رگا. تساجردنم  
ديرانگ ناي مرد نکسم ري دم اب ار بلطم، دينک تخادرپ ار هراجا دياب

دروم لاس ره لئواو رد الومعم دينک يم تخادرپ هک ياهه هراجا نازيم  
ليروا هام لوازا اهه هراجا رد يري يغت ره و دريگيم رارق رظن دي دجت  
نازيم ناي رج زا ار امش لبق هتفه راهچ لقا دح. دوش يم هتشانگ ارجا درومب  
م. دينکيم عملطم اهه هراجا رد يري يغت

### مراجا تخادرپ موحن 1 - 2 - 2

دينک تخادرپ ريز قرطب دين اوتيم ار اهه هراجا

- پوتسا ناو، تسپ مرادا ره رد - Swipe card هل يسوب  
نوز يپ و تن يوپ يپ زکارم، زس يورس
- کناب هبعش ره اي و ناتدوخ کناب رد - کووب وري اج  
زديول
- تشادرب اي و (standing order) رابکي هتفه راهچ ياهه تخادرپ  
نايم رد نکسم ري دم اب ار بلطم - (direct debit) يکناب باسح زا  
ديرانگ

### هداتفا بقق ياه هراجا 2 - 2

دينکن تخادرپ ار دوخ هراجا رگا. دوش تخادرپ عقومب هراجا هک تسامهم  
تسد زا ار دوخ نکسم تسامکم (داتفا قيوعت هه هراجا تخادرپ و)

ار بلطم دي اب ،ديوش وربور يتالكشم اب مراج تخادرپ رد رگا .ديهدب  
يبيترت نكسم ري دم .ديرانگ ناي م رد دوخ نكسم ري دم اب گنردي ب  
رگا .دينك تخادرپ طاسقا تروصب ار هقوعم يهدب هك دروايم مهارف  
رودقم نات يارب هتفه كي يارب يتح يداهنش يپوحن هب مراج تخادرپ  
.دينك تبحص دوخ نكسم ري دم اب ،تسين

مراج طاسقا تخادرپ زا اي و ديرادن رب مراج تخادرپ تهج رد يم اگ رگا  
هيراطخا ،ديش اب "ن اما رد" رجاتسم هكي تروصرد و ،ديزرو روصق هقوعم  
رجاتسم رگا و مراج دروم كلم يريگ سپزاب رب ام مي مصت رب رئا ي  
سپ زاب تهج ينوناق مادقا رب رئا ي ا هيراطخا ،ديش اب "يتامدم"  
يئاه هيراطخا نين چ اب ماوت .دينكي م تفاي رد مراج دروم كلم يريگ  
و تاقالم نكسم ري دم اب هدش ني عت تقو رد هك دينكي م تفاي رد ا همان  
دياب تسين ناتل اح بس انم هدش ني عت تقو رگا .دينك وگتفگ  
زا دين ماوت يم زاي ن تروص رد .دينك مادقا يريگ يد تقو ني عت هب تبسن  
(Citizens' Advice Bureau) نادن ورهش تروشم رتافد زا اي و يقوقح ليكو كي  
.دينك تفاي رد يقوقح ياه يئامن هار

هاگداد زات دزاس يم زاجم ار ام يئاه هيراطخا نين چ غالب و رودص  
و ام لئالد هب هاگداد دنك رداص ار مراج دروم كلم هيلخت مكح مي هاوخب  
مكح و تقفاوم ام ياضاقت اب هاگداد رگا .دهدي م شوگ امش تاي عافد زين  
زا ار امش مي هاوخب (bailiffs) طباض نارومام زا مين ماوت يم ،دنك رداص هيلخت  
اما ،مي تسين تامادقا نيا ماچنا هب دنمقالع ام .دنك جارخا مراج دروم كلم  
وگتفگ ام اب مراج تخادرپ مدع للع هراب رد دي هاوخي من هك يطي ارش رد  
.ميرادن ينوناق تامادقا هب لسوت زج يريگ يد مراج ،دينك

## امش نکسم یاه هن یزه هب کمک 2 - 3

### نکسم یلام یایازم 2 - 3 - 1

و اهب مراجه تخادرپ رد دمآرد مک دارفا هب کمک، نکسم یایازم زا روظنم نکسم ریدم. دراد نایض اقامت یلام هینب هب یگتسب و طورشم نایاطع کمک امشب نکسم یایازم تفایرد همان اقامت مرف ندرک رپ رد دن اوتیم. دنک

یلام هینب هب طورشم نکسم یلام یایازم تفایرد هکی ئاجن آزا و زادن اسپ، دمآرد نازیم همان اقامت یسررب ماگنه، تسایض اقامت امش قاقحتسا رادقم نیعت رد نایگدنز کیرش و امش یرازگ هیامرس کلم رد یرگی دغلاب درف رگا. دوشیم هب ساحم نکسم یایازم تفایرد دن اوتیم. تفایرد نکسم یایازم رادقم، دنک یگدنز امش مراجه تحت دبای لیلقه.

امش تیعضو رد یاری یغت و دینکیم تفایرد نکسم یلام یایازم رگا (Benefits) هطوبرم تامقم هب ار بلطم دیاب دریگ تروص یلام رظن زا یایازم نازیم رد دن اوتیم یری یغت هنوگره هچ، دیهد عالتا (Service) دیشابن نکسم یایازم تفایرد قححتسم زورما رگا. درانگ رثا ی تفایرد هداوناخ رد ی دازون دلوت ای دمآرد تیعضو رد ری یغت تروص رد و هدی آررد. دوب دیهاوخ یایازم نیای تفایرد رداق نایات

یمن نکسم یایازم هندنک تخادرپ تامقم هک دیشاب هتساد هجوت افطل و رابنا، ژاراگ ضراوع ای و مرگ بآ و تخوس، بآ ضراوع تباب دن اوت یلوپ دوش بوسحم امش مراجه الام زا ی شخب تسایکم هک گنی کراپ. دننک تخادرپ

### یرادرهش ضراوع یایازم 2 - 3 - 2 (Council Tax Benefit)

تفاظن لثم یومع تامدخ تباب مدرم هک تسایلوپ یرادرهش ضراوع هب یلام هرادا. دننکیم تخادرپ اه یرادرهش هب هلابز یروا عمج و انابایخ. دی زادرپب یرادرهش ضراوع تباب دیاب یغلبم هج دهیم عالتا امش یگتسب نایض اقامت یلام هینب هب یرادرهش ضراوع تخادرپ زای فاعم زا یرادروخرب یارب. دریگیم قلعت دمآرد مک دارفا هب انت و دراد ار نادب طوبرم یاضاقت (CTB) یرادرهش ضراوع تخادرپ تی فاعم حرطم نکسم یایازم تفایرد همان اقامت ندرک رپ اب هارمه دین اوتیم

لثم آمومع یرادرهش ضراوع زا تیفاعم زا یرادروخرب تاررقم .دینک فرص .تسا مهم دروم کی ینثتساب نکسم هن یزه کمک زا یرادروخرب یفقس تیفاعم نینچ زا تیفاعم یارب ،دارفا دمآرد نازیم زا رظن و تسا هدرک نیعت ار یدودح تیفاعم نیا یارب یزکرم تلود .دراد دوجو (Band E) دنب حطس ات هک یکالم دروم رد اهنت تیفاعم نیا رگی د ترابعب یالاب دنب رد یکلم رد رگا تسا ینعم نادب نیا .دوش یم لامعا دنراد رارق حطس ات طقف ،مک دمآرد لیلدب یرادرهش ضراوع زا تیفاعم نازیم ،دینکیم یگدنز (Band E) .دوش یم اطعا (Band E) دنب ریز

### 3 - 3 - 2 یرایتخا نکسم هن یزه کمک

"یرایتخا هن یزه کمک" تخادرب تهج زین یدودح هجدوب زا رتسن یمتسو یرادرهش یاروش یایازم دنچره هک دوش یم تخادرب یدارفا هب یرایتخا هن یزه کمک نیا .تسا رادروخرب (DHPs) رد یرتشیب یاهکمک هب دوجو نیا اب ،دنرادیم تفایرد یرادرهش ضراوع زا تیفاعم ای و نکسم هن یزه کمک" هجدوب ،رتسن یمتسو یرادرهش یاروش رد .دنراد زاین نکسم یاه هن یزه اب طاب ترا هب هک تسا مرادا نیا و دراد رارق (Benefits Service) "ایازم تامدخ" مرادا تسد رد "یرایتخا نکسم قوف مرادا را دین اوتیم ار (DHPs) هم اناضاقت مرف .دینکیم یگدیسر یدارفا ن تروصب اهاضاقت .دینک تفایرد (پوتسا ناو) تارادا ای و رکذلا

## نکسم مرگ بآ و امرگ یاه من یزه تخادرپ 4 - 2

رد مطوبرم یاه من یزه و تسایدارفنا و لقتسم مرگ بآ و امرگ یاه متس یس م زه جم ام کالم بل غا م زه جم مک دراد دوجو زین یکالم متبلا . دوشیم تخادرپ زاگ و قرب یاه باس حتروص بل اف نینچ مرز رد امش نکسم رگا . تساکرتشم و یرسارس تروصب امرگ و مرگ بآ متس یس نتخاس غلطم رد . میهدیم عالطا امش م مراج رم اادتبا رد ار عوضوم ، دشاب متشاد رارق یکالم و تخادرپ دیاب یغل بم هچ مرگ بآ و امرگ مالقا تباب میهدیم حیضوت نانچمه رم نی زا امش . دینک تخادرپ مراج اب ماوت دیاب ار اه من یزه نی یا مکن ی رگی

ناربع ناو نعب یغل بم ، دتفایب راک زاتعاس 24 زاشیب مرگ بآ و امرگ نیمات متس یس رگا روظنم ناتراکن اتسب باس حب دینامب یقاب مرگ بآ و امرگ نودب مک زور ره تباب تراسخ مدشن لح لکشم مکن امز ات و دوشیم سکعزم امش باس حتروص رد ی تخادرپ غلابم . دوشیم دباییم همادا غلابم منوگن ی تخادرپ ، دشاب

یریغ ت نوگ ره و دریگیم تروص رابکی لاس ره مرگ بآ و امرگ یاه من یزه م طوبرم دروآرب رادقم رد یریغ ت ره یارجا زالبق متفه کی لقادح . دیوشیم متشاذگ ارجا درومب ربتکا هام زا . مینکیم ربخاب ار امش ، اه من یزه نی یا

## یرابنا و گن یکرپ ، ژاراگ مراج تخادرپ 5 - 2

لمعب یرابنا و گن یکرپ ، ژاراگ یراذگاو یاضاقت دیناوتیم رتسنیم تسو یرادرش یاروش زا دیشاب متشاد مقوم یهدب رگا . دشاب متشاد دوجو یراظتنای تسیل دراد ناکم انیا یارب . دیروآ نکسم مراج هارمه یرابنا و گن یکرپ ، ژاراگ مراج . دریگ یمن رارق ناتراپتخا رد قوف تاناکم ار امش اه من یزه نی یا رادقم رد یریغ ت ره یارجا زالبق متفه کی لقادح . تسایرینپ تخادرپ مراج تخادرپ مدع لیلدب ار یرابنا و گن یکرپ ، ژاراگ تاناکم میه اوغب رگا . مینکیم ربخاب . مینکیم ربخاب دوخ میمصت زا ار امش میریگ سپ زاب انآ

## بآ ضراوع 6 - 2

بآ ضراوع نازیم نایرج رد ار امش نکسم ریدم . دینک تخادرپ دیاب مراج اب ماوت ار بآ ضراوع . دهیم رارق

## امش نكسم ي فيك دوبهب و تاريخي م عت - 3

### تس يک هدهع رب تاريخي م عت تي لويئسم 3 - 1

#### ام ي اهت ي لويئسم 3 - 1 - 1

درد رارق ام هدهع رب ريز م الق ا يرادمگن و ظفح تي لويئسم

- بالاضاف يراجم طلمج زا، نامتخاس ينوريب ياضف و ينامتخاس بوچراهچ ينوريب يشك ملول و نادوان
- قرب و زاگ، بآ ناييرج هندنك ني مامت تازي هجت و تاعطق و اه ملول ي مامت
- تل اوت و ناو، يئوش فرظ، يئوش تسد طلمج زا، يتش ادب تازي هجت ي مامت
  - مرگ بآ و امرگ هندنك ني مامت تازي هجت مامت

درد رارق ام هدهع رب ينوكسم نكاما كرتشم ياه هودحم و جراخ ياضف نوي ساروكد تي لويئسم رد يئامراك هچ مكن ي ا هب درد يگتسب، مي زرويم مادقا امراك ني ا م انا هب هاگدن چ ره مكن ي ا رد ار امش ينوي ساروكد و يتاريخي م عت تا ي ل م ع منوگره عورش زال بق. درد رارق تي يول ا و تس ي ل م ي هديم رارق رما ناييرج

#### زاي ن دروم تاريخي م عت شرازگ

تاريخي م عت هب طوبرم ياه اض ا قت. دي د ع ل ط ا دي اب دش اب ام تي لويئسم رد م ك ار ي م زال تاريخي م عت ره اب ينفلت سامت اب اي و كالم ا مرادا هب ي صخش ه ع ج ارم اب اي و دي راد ل اس را ابتك دي ن اوت ي م ار دي نك اض ا قت تاريخي م عت م ي ت و مرادا ني ا

#### امش ي تاريخي م عت ي اهت ي لويئسم 3 - 1 - 2

دن م ل اس رگا هتبل ا. درد رارق امش تي لويئسم و هدهع رب م الق ا زا ي خرب ري م عت و يرادمگن و ظفح ري دم اب افطل ي تروص ني ن چ رد. م ي ه د ن ا تي ي راي م ي ن اوت ي م دي ش اب ين اوتان هب ال تبم اي و ،تسا ي صاخ دروم ري م عت لويئسم ي س ك هچ دي تس ي ن ني م طم رگا. دي ري گب سامت دوخ ينوكسم تي لويئسم رد ريز م الق ا ري م عت، نومن ناون ع ب. دي راذگ ناي م رد دوخ ينوكسم ري دم اب ار عوضوم: درد رارق امش

#### مرگ بآ و امرگ

- يدارفنا ي اهتس ي س رد مرگ بآ مزاول ي اه پاپوس
- يراخ ب ن درك نشور ياه تن ي ل ف و اه ي رطاب
  - يقرب يراخ ب ي اهت ن م ل ا
  - يزاگ ي اه ي راخ ب ي امن كفا و تيرپ

يش ا قن و نوي ساروكد

## • یلخاد یشاقن

5 - 10 شخب رد ار (asbestos) سوتسپسآ هب طوبرم تااعالطا یلخاد یشاقن عورش زاشیپ - مهم  
دینک هغل اطم

ناتیرای میناوتب تسا نکمم ریژ دراوم رد ، تسامش مدهع رب یلخاد یشاقن تیلویئسم دنچ ره  
میهد

#### □ دمآرد هنیزه کمک بدنک تفایرد و دیدج نیرجاتسم

تییعضو رد یلخاد یشاقن رظن زانانا مناخ مک مینک مدهاشم امش نکسم زا رادی مگنه رگا  
روظنم ناتیراکب لطل باسحب و تخادرب امشب یلخاد یشاقن تهج یغلبم دراد رارق یبولطم ان  
مینکیم غلطم کمک نیا موحن زا ار امش لحم زا دیدزاب مگنه میرادیم

#### □ یلعف نیرجاتسم

رد یلخاد یشاقن مک یطیئارش رد ای و یراکچگ دیدجت لثم تاریمعت زا یخرب ماجنا زا دعب  
و دنیبب تراسخ نامتخاس زا یشخب هب یجیردت یگدوسرف زانان بآ ذوفن هجیتن  
تخادرب امشب یلخاد یشاقن تباب یغلبم ، دشاب متشاد رارق ام مدهع رب ریمعت تیلویئسم  
مینکیم رسک ارنا اعبط ، دیشاب متشاد یهدب امبرگا . میرادیم

#### □ دقن لوپ یقیوشت حرط

رم ، دینک ناکم و لقن - دینیبب ار 7 - 1 شخب - دقن لوپ یقیوشت حرط بجومب رگا  
روظنم ناتیراکب لطل باسحب ار یغلبم ای و مینکیم لبقق ار امش دیدج لزنم یلخاد یشاقن  
نادب مکن از لبق دیدج نکسم یلخاد نویسارو کد مک تسایتروص رد نیا متبلا . میرادیم  
دشاب مدشن دیدجت دیبای لاقتنا

#### □ ناوتان و دنملاس نیرجاتسم

ملاس مه حرط نیا تاررقم . میرانگیم ارجا درومب یصاخ حرط ناوتان و دنملاس نیرجاتسم یارب  
یارب حرط تاییژج یواح یا مماناضاقت اب ماوت یا ممان لاس ره . دیریگیم رارق رظن دیدجت دروم  
رادروخرب حرط نیا زا دنناوتیم یدارفا هچ هدش مداد حیضوت نآ رد مک مینکیم لاسرا نیرجاتسم  
دننک لاسرا ار مطوبرم مماناضاقت و

#### اه مرجنپ و امرد ، راجن روم

- رد ننتسکش هب ندش روبجم هجیتن رد و ندنام رد تشپ
- یا مشیش یامرد و اه مرجنپ مشیش لثم ، امش نکسم یلخاد یاه مشیش
  - رد گنز
  - یلخاد یامرد

و تفچ یظافح درادناتسا دیاب دینکیم ضوع ار ناتلزنم یلخاد یاهتسب و تفچ رگا  
زا زیرگ ملیسو ناوئعب یصاخ لفق تسا نکمم ، لاثم روطب . دینک تیاعر ار یلصا یاهتسب  
بسک یارب ، دینک ضوع ار لفق نیا دیهاوخب رگا . دور راکب یرارطضا طیئارش رد نامتخاس  
یامرد هب مک ار زیرگ میال ع و لئاسو . دیریگب سامت ینامتخاس ریدم اب دیاب ادتبا یئامنهار  
نادب یلفق و تفچ ای و دیرادرب دیابن زگره هدش بصن نامتراپا رد قیرح ربارب رد مواقم  
دینک کورت ار نامتخاس تعرسب دیاب مک یرارطضا طیئارش رد مادقا نیا اریژ ، دینک هفاضا  
دوشیم دارفا ریاس و امش زیرگ عنام

امنآ رد یراک و یریغیغت ره ماجنا و هدش تبث یخیرات هینب تسیل رد ام یاهنامتخاس زا یخرب  
دیهد ماجنا دیناوتیم مک یئامراک زا یهاگآ یارب ار ریژ تاجردنم . تسایصاخ تاررقم عبات

مىنوكسىم ريدم اب ىراك ره ماچنا زالبق ديراد زايىن ىرتشيب ياه ىئامنهار هب رگا .دين ييب  
هدرك بصرن دوخ هراجا تحت كلم رد اصخش هك ار ىلئاسو ىرادمگن و تاريىمعت .دينك تروشم  
دراد رارق امش هده رب ،ديا

## تاریخچه ریاس

- ادمک الی اول و تفج
- رتشیب الی ادیلک هیئت
- یراخب اج و اه مرچنپ هبل، امر اویدیشاک
- افزویف
- تازی هجت و لئاسو زا طلغ هدفستسا زایشان رییمعت ره

### دریذپ یم ماجنا ی عقوم هچ نم لزنم تاریخچه 2 - 3

(دینیبب رییمعت قح اب مطبار رد ار 3 - 4 شخب)

هچ اب یرقت رییمعت یارب تفگ میه اوخ امشب دینکیم هاگآ یریمعت ماجنا موزل زا ار ام یتقو رامشب ینوناق یتبقت راطنتان نامز. بتسا "راظنتان نامز" نی. دیشک راطنتان دیاب ینامز تدم ام تسد رد لرتنک مکنآ لیلدب عقاوم زا یضعب. مینک تیاعر ارنا مینکیم ی عس یلو دوریمن وربور یلکشیم اب امش یتاریخچه رم الیمکت رد رگا. بردان ناکما راطنتان نامز تیاعر، تسین یارب راطنتان نامز و یتاریخچه روم زا یئاه منومن ریژ لودج. مینکیم ربخ اب ار امش، میوش بتسا امنآ ماجنا

تاریخچه نومن	راظنتان نامز	تاریخچه فیدر
مبتس یس نداتفا راک زا بآ و امرگ نیمات کرتشم عطق، قرب عطق، مرگ یاه ناکلپ یئانشور ینوریب	ت عاس 24 فرظ خس اپ	یرارطضا - 1 فیدر
مبتس یس نداتفا راک زا مرگ بآ ای امرگ نیمات ، ینوکسم دحاو ره لقتسم نتفرگ، یرسارس بآ عطق بالضاف یاه لول	زور 3 فرظ رییمعت مامتا	یروف - 2 فیدر
یامپمال زا یکی نتخوس ردتالکشیم، کرتشم مطوحم مرچنپ و فک اب طابترا کرتشم یاه مطوحم یاه	زور 28 فرظ رییمعت مامتا	تیولا - 3 فیدر
و امرجآ یزیم آگنر دیدجت مطوحم نویساروکد یزاسون کرتشم یاه	هام 3 فرظ رییمعت مامتا	ریغ تاریخچه - 4 فیدر یروف

### 3 - 3 یرارطضا تاریمعت

020 مرامش یرارطضا ینفلت طخ اب دیاب دشاب لیطعت کالم ارتفد و یرارطضاریمعت رگا ی عس یلو درادن دوجو لماک تاریمعت سیورس، یراک ریغ تاغاس رد. دیریگب سامت 7286 7412 میده ماجنا دیارب نامتسد زامچنا، ینمیای ایح اردوب دهاوخ نارب

اب دیاب یراک ریغ تاغاس رد. دیریگب سامت کالم مرادا اب دوش سبج روسناس آرد یدرف رگا سامت 999 مرامش اب یناشن شتاس سیورس ای و 020 7286 7412 مرامش یرارطضا ینفلت طخ دیریگب

سامت 0800 111999 نفلت مرامش و وکسنارت مرادا اب دیاب، دسریم ناماشم ب زاگ یوب رگا دیریگب

### 3 - 4 ریمعت قح

منیزه ام و دیمه ماجنا دراد رارق ام تیلویسم رد مک ار ینیم تاریمعت دیرادرخرب قح نیازا ریدم اب افطل تاریمعت ماجنا زالبق. مینکیم تخادرپ زاب و لبقق تاریمعت نینچ دیریگب سامت ینوکسم

شرازگ دراد رارق "ریمعت قح" بوچ راهچ رد ناعفر مک ار یصقن زورب رگا، ممانرب بجومب میزرو تردابم یصخشتم تدم فرظ مزال تاریمعت ماجنا ب مک میتسه مزلم ام، دیمه

هدم آدسرب ماجنا اب دیاب تاریمعت راک مک ینامز اب ماوت ریز لودج رد یتاریمعت نینچ تسرف زورکی ریزیاه تلمم ب، دشاب هتشد زاین ام یلبق دیزاب ب تاریمعت ماجنا رگا). بسا (دوشیم مفاض)

صقن	راک یافزور دادعت
قرب لماک عطق	1
قرب لماک ممین عطق	3
قرب و غارچ نما ان زیپر	1
بآ لماک عطق	1
بآ زایشخب عطق	3
زاگ لماک ممین و لماک عطق	1
نک مرگ بآ و یراخب یاهشکاوهدش هتسب	1
رد مرگ بآ و امرگ دیلوت متسیس لماک ممین ای لماک عطق مهم لو 1 و ربتکا 31 ل صاوف	1
رد مرگ بآ و امرگ دیلوت متسیس لماک ممین ای لماک عطق رمداون هم لو ات ل پروا 30 ل صاوف	3
مک یطئارش رد) تل اوت و بالضاف یاه لول تشن ای یگتفرگ (تسین دوجوم نامتخاس رد یرگید تل اوت	1
مک یطئارش رد) تل اوت بآ هیلخت متسیس نداتفا راک ز (تسین دوجوم نامتخاس رد یرگید تل اوت	1
یوش فرظ و ناو، یوش تسد یراجم یگتفرگ	3

3	دوش يېمن زاب و هتسب مک یريش
1	هیلخت متسيس اي و بآ کنات ، ژافوش یاه لولول زا بآ ندرک مکچ بآ
7	فقس ندرک مکچ
1	نم ان لفق و رد و مرجنپ
3	ناکلپ هار هدش ادج مدرن و هتسد
3	هدش خن اي هديسوپ یبوچ فک
7	فا فا نداتفاراک زا
7	مامح اي من اخزپشآ یکیپن اکم ن زداب نداتفا راک زا

یرگید راکریمعت زا دیناوتیم ،میمن ماچنا صخشتم نامز تدم فرظ ار رظن دروم تاریمعت رگا ،درک روصق زاجم تللم فرظ ریمعت راک رد زین یمود راک ریمعت رگا .دینک اضاقا ارنا ماچنا یتعیبط رما طئارش مکنیا هب طورشم ،دیروا لمعب تراسخ ناربع یاضاقت دیناوتیم هاگتسد صقن عفر الثم .دشاب هتشدن رارق راک ریمعت اي و ام لرتنک یارو رد و یئانثتسا .دشاب هتساد زاین لمک ضیوعت هب ،ریمعت ضوعب ،مداتفا راک زا

## 3 – 5 ینوکسم نکامای فیک دوهب و تارییغت

### 3 – 5 – 1 یرادرهش یاروش طسوت ینوکسم نکامای فیک دوهب

شخب) .مینک ظفح یبولطم و تسرد تیعضو رد ار دوخ یاه مناخ و انامتراپآ دیاب مک مینادییم ام ،فده نی هب یبایتسد رد .(دینیبب ار ینوکسم کالم بولطم درادناتسا لصفرس تحت 9 – 3 همانرب .مینکیم ارجا دوخ ینوکسم نکام تاریمعت و نتخاس مزینردم رد یئاد یا همانرب ام رارق ثحب دروم و حرطم ینامتخاس تامدخ ناگندنک نیما ت ل ناپ تاسلج رد یلک تاریمعت دریگیم .

ینامتخاس هعومجم رد ینامتخاس تاریمعت و فیک دوهب رب ینبم یا ژورپ دشاب رارق رگا نمچنا قیرط زا امش اب میراد مک یتروشم یشم طح اب قبطنم ،مینک ارجا امش تنوکسم دروم .مینکیم تروشم شپپاشیپ کالم نیرجاتسم

،دیوش ناکم و لقن هب روبجم فیک دوهب و تاریمعت یاه ژورپ ماچنا هجیتن رد رگا عقومب .دوب دیهوخ ناکم و لقن و یشک بابسا هب طوبرم یاه منیزه ناربع و تفایرد قحتسم .میهدیم رارق ناترایتخا رد منیمز نیارد یرتشیب تاعالطا

### 3 – 5 – 2 امش دوخ طسوت فیک دوهب

هتبل .دیهد فیک دوهب دوخ یمازین اب قبطنم ار دوخ نکسم میزاس ناتزاجم مک میقاتشم .دینک تیاعر دیاب مک دراد دوجو یترارقم ،ینمی ظفح یارب

- ار بلطم دیاب دیهد تروص فیک تاریمعت اي و تارییغت دیهوخ رگا هئارا دیاب زین ار امراک لمک تاییژج و شقن .دیهد عالطا دوخ کالم ریدم هب اب تک ار راک ماچنا مزاجا آل متحم دشاب نمیا و لوق عم دیراد شپپ رد مک یا همانرب رگا .دینک هب طورشم و راک عورش زا لبق و یبتک دیاب یا مزاجا نینچ ام ،دینکیم تفایرد .دشاب یرادرهش زا ینامتخاس مناورپ لثم ،اموچم ریاس بسک

- یارب ار ام یببتک مزاج دياب، ديدیتاري یغت دوخ هیلوا حرط رد رگا امراک ماچنا نمض دشاب مزال رگا تفگ ميه اوخ امشب. دینک بسک ديدج تاري یغت ام دياب ینامتخاس یامراک نایاپ رد لاجرب. مینک ديدزاب امراک تفرش یپ زا ميه اوخیم دینک غلطم امراک موحن زا یسرزاب تهج ار

و ديشاب مداد ماچنا دوخ مزاج تحت نکسم رد ینامتخاس یفیک دوبهب یامراک زا یا مژورپ رگا. تفرگ ده اوخن تروص کلم دیرخ یاه رد یش یازفا، دینک یرادیخ ار کلم نأ ديه اوخب امدعب.

و ديشاب مداد ماچنا دوخ مزاج تحت نکسم رد ینامتخاس یفیک دوبهب یامراک زا یا مژورپ رگا ناربع قحتسم تلود حرط بجومب تسا نکمم، دینک ناکم و لقن کلم نأ زا ديه اوخب امدعب دیناوتیم ار نیمز نیا رد رتشیب تاعالطا. دیا مدرک فرصم یکلم نینچ رد مک دیوش یجراخیم. دینک بسک کالم ریدم زا ناکم و لقن زالبق

### یخیرات هیئبا 3 - 5 - 3

داجیا و ینامتخاس راک ره ماچنا زالبق، دشاب عقاو یخیرات ینامتخاس رد ناتا مناخ رگا ار امش دن اوتیم ینامتخاس ریدم نیمز نیا رد. دیراد زاین یصاخ زوجم بسک هب یتاری یغت و تفچ نتشادرب، کالم ریدم زا زوجم بسک زالبق یخیرات یاه هیئبا رد. دنک یئانهار. تسین زاجم ادمک ای و رد، باق، فک، فسقس یاه سینرق، اه مریگتسد

### مژو مزاول هیبعت 3 - 5 - 4

زاین لزنم رد یصاخ تازی هجت هب و دنملاس ای و ناوتان ناتا داوناخ زا یوضع ای و امش رگا. دنکیم دروآرب ار افزاین یتس یپارت نیمز نیا رد. مینک ناتا کمک میناوتیم ديشاب متشاد تاعالطا مک دیریگب سامت تبقارم ریدم ای و کالم مرادا اب افطل رتشیب تاعالطا یارب. دنهد رارق ناترایتخا رد یرتشیب

## نویز یولت نتنآ و مرواهام شید 3 - 6

### • مرواهام شید

مرواهام شید بصن هب دیناوتیم نکسم ریدم زا یلبق زوجم بسک زین و ام تاررقم تیاعر اب. دینک مادقا یدارفا

تسا ریز طئارش هب طونم مزاج رودص

- دینک بسک ار یرادرش مزاج لاثم روطب، مزال زوجم ره بسک

- تسا طب اوخ زا یتس رف تیاعر نمضتم مک یا مماناضاقت مرف اضما و ندرک رب

بسک تهج دوخ نکسم ریدم اب دياب، دیتسه یدیدج باقش ب بصن تهج زوجک یضاقتم رگا. دیریگب سامت نادب طوبرم یانهار و مماناضاقت مرف زا یا هخسن

ارنأ ديه اوخب مکیتروص رد، دیا مدرک مادقا یلبق مزاج بسک نودب یباقش ب بصن هب رگا ار مزال مادقا ام، دینک روصق راکنیا رد رگا. دینک مادقا مزاج بسک یارب دياب دینک ظفح. میدهیم ماچنا نأ دروآ نیئاپ یارب

## نويزيولت ننتن آ

يا هوعومجم رد رگا. ميژرويم مادقا نويزيولت كرتشم ننتن آ بصن هب ام كالما زا يرضعب رد ديناك هدفستسا يورد ننتن آ زا دياب، ستسا كرتشم ننتن آ دقاف مك دينكيم يگدنز

ديهاوخب دوخ ينوكمسم ريديم زا دياب، ديژرو تردابم ينوويب ننتن آ بصن هب ديهاوخب رگا. دينك تخادرب البق و اصخش دياب ار ننتن آ بصن منيزه. دنك مهارف ار راكنيابيترت

دينك تردابم ينوويب ننتن آ بصن هب اصخش ديابن يطيئارش چيه تحت

## مرگ با و يترارح كرتشم متسيس 3 - 7

منيزه. دن ازهجم مرگ با و امرگ نيمات كرتشم متسيس هب ام ينامتخاس ياه هوعومجم زا يرضعب مامت رد مرگ با ميژر نيا تحت. دوشيم روطنم امش راکهدب باسح هب هراجا اب مامت تامدخ نيا زاشيب اوه رگا متبلا. دوشيم نيمات لپروا و ربتكا ياهام نيبي الومعم امرگ و لاس لوصف. ستسا ريذپ فاطعنا ترارح نيمات متسيس ندرک نشور خيرات، دوش درس مزادنا

ستسا ريذپ ريغيغت هوعومجم نانكاس ليامت هب انب و نشور تعاس 16 دودح امرگ ديولوت متسيس امن آ يارجا اريز، دوشيم هتشانگ ناييم رد نانكاس رياس اب مهم ريغيغت ره هب طوبرم دامنشيپ. دراڭك رثا يتا لاس ياه منيزه نازيم رد دن اوتيم

## يژرنا رد يئوج هفرص 3 - 8

رد يئوج هفرص هب تبسن ار دوخ يامتسايس تسيز طيحم تييريديم مامرب كي قيروط زا ام هب مك مرگ يهانپرس يايازم زا ام كالما نانكاس مامت مك ستسا نيا ام فده. مينكيم لابند يژرنا لاس ات يچيردت يئوج هفرص اب مييراد رظن رد. دنشاب دنم هرب دشاب ندرک مرگ لباقياسا فرصم 1996 لاس رد هتش فرصم تخوس اب هسياقم رد يرتمك تخوس دصرد 30 لداعم 2006 مينك

زا يريگولج يامتسايس يئاراك نوچ يدرام يژرنا رد يئوج هفرص رد ام عماج و يلك مامرب و رد و فك، امرويد، فسقس يامفنم ششوپ قيروط زا ار امنامتخاس هب امربس ذوفن و امرگ رارف ژافوش متسيس بصن هب 2006 لاس ات مييراد رظن رد نينچمه ام. دريگيمرب رد اه مرجنپ ار اهيراخب اج و مينچرب ار يزاگ ياهيراخب نامز مه و مينك تردابم دوخ كالما مامت رد يزكرم. ميهد رارق هدفستسا دروم اوه هيوهت روطنم هب طقف

- ؟دوشيم مرگ يفاك مزادنا نانا مناخ اي آ
- ؟ديديم رده ار ديولوت يامرگ تسردان هدفستسا اب اي آ
- ؟ستسا نيگنس دح زاشيب امش تخوس باسح تروص اي آ

دوخ تايرظن افطل. ميشخب دوهب ار تخوس زا هدفستسا تيفيك مييراد رظن رد امش يراكمه اب. ديبراڭك ناييمرد ام اب منيمز نيا رد ار

دروالمرعب نادب يباي تسد موحن و امش يمازين زا يدروارب دن اوتيم زكرم نيا. ستسا (Energy Advice Centre) يژرنا زا يحيحص هدفستسا يئامنه ار زكرم هب قل عتم 0800512012 مرامش نفلت

ديريگب سامت دوخ كالما رتفد اب افطل، دييراد زايين يرتشيپ يئامنه ار هب رگا

## 3 - 9 بولطم نکسم درادن اتسا

هیلک یا مراج و ینوکسم کالم مکنیا مبانیمطا لوصح رد 2001 لاس رد یزکرم تلود . درک مالع ار یفاده، دنشاب رادروخرب یبولطم نکسم درادن اتسا زا اهیرادرش

مک تساقبطنم هتسایش و بولطم نکسم رادن اتسا طب اووض اب یتروص رد امش لزوم:

- دشاب قبطنم نکسم ینوناق لوقادح درادن اتسا اب
- دشاب هتساد رارق یتاریمعت لوقعم تیعضو رد
- رادروخرب زهجم و نردم مامح و مناخزپشآ لثم، نردم و لوقعم تالیست و امسیورس زا دشاب
- و امرس ذوفن لباقم رد نآ بوچراهچ لاثم روطب و دشاب هتساد دیاب و دیاش ترارح ناونعب . دشابن لوقعم دح زاشیب نآ ندرک مرگ منیژه و هتس طوزیا یتسردب امرگ رارف . دوش ناتا مناخ ندرک مرگ فرص امش دمآرد زا دصرد 10 زاشیب دیابن، لاثم

نآ فده مک تسایعیسو همانرب ندرک مدایپ راک ردنا تسد رضاح لاحرد "زموه تسو یتیس" یرادرش یاروش ینوکسم نکامام مه 2006 لاس ات مکتسا رم نیا مبانیمطا لوصح زا ار امش دوب ده اوخ رداق امش کالم ریدم . دنوش قبطنم رظن دروم درادن اتسا اب رتسنیمتسو . دنک ربخ اب ناتلزنم رد یلامتحا یتاریمعت یامراک ماجنا ناکم

## ن اگي اسم ه اب يتسي زمه - 4

دش اب هتشد ايش خب تذل يگدنز و هوس آدنن کيم يگدنز ام کالم رد مک يدارفا مه مي دن مقالع رادرو خرب تيولا زام يارب يعامتج ريغ رادرک و راتفر و اهتحم حازم هب يگديسر ني يارب انب زام ينو کسم کالم ان کاس اب هني مزن يار رد تامدخ دوهب ياشور باختنا و ني عت رد بتسا مدرک ذاختا رازا و تيذا و تم حازم عون ره اب لمباقم رد ار يعماج يشم يطخ و هتشد ايراکمه کي دزن ميا.

نآ رد مک ميراد (Problems with your neighbours) "ن اگي اسم ه اب تال کشم" لصفرس تحت يا موزج رد مک يرگيد درف ره اب اي و ن اگي اسم ه اب تال کشم زورب اب لمباقم رد کالم مرادا تان اکم بتسا هتفر هراشا ، دن کيم ديذاب نآ زاي و يگدنز امش ينو کسم ه عوم جم

### م ي ن کيم لمباقم ه نوگچ تم حازم اب 4 - 1

رگيد و درادن دوجو يناس آ ياشور تم حازم زام يشان تال کشم اب لمباقم رد مک بتسا هتخوم آ هبرجت زام يفيط کالم ان کراک ني يارب انب بتسين رشوم هراومه يلى اسم نين چ يارب يدح او راکهار مکن آ دن ربيم راکب تم حازم زام يشان تال کشم و لئ اسم کي کي اب لمباقم رد تامدقا

ريغ يام رادرک و راتفر و تم حازم نام کالم رد ام مک دن کيم حيرصت هراج دادرارق طئ ارش رارق ني زام يئ اهتي عضو نين چ ني تحت امش و ام ياه تي لويئسم . م ي ن کيم ن لمحت ار يعامتج بتسا:

رياس و ن اگي اسم ه لاح تياعر نودب دارفا مک دن کيم زورب ين امز بلغا تم حازم زام يشان تال کشم تياعر رب هوالع ، ني يارب انب . دنن زيم تسد يلامع هب دننک يم يگدنز کالم ه عوم جم رد مک ي مدرم تياعر ار ريز دراوم و ديش اب يبوخ "هياسمه" م ي ن کيم توعد امش زام مان هراج رد چردن تاررقم دينک

- دايب و دينک غلطم ار دوخ ن اگي اسم ه شيپ اش يپ ، ديهد ين امه يم ديه اوخ يم رگا . دين اس رب لقادح هب بش 11 تعاس زام دعب صوصخب ار ادص ورس ديش اب هتشد
- ديوشن ن اگي اسم ه محازم بش 12 تعاس زام دعب ديش اب بظاوم
- رد ناويح دي راذگن و ديش اب بظاوم ، دي راد ار يله تان اويح ي رادمگن مزاج رگا . دوش نارگيد محازم يوحن ره اب اي و دنک راردا يمومع ياه مطوحم
- ي راددوخ حبص هيلوا تعاس و بش مياي رد راد ادص و رس يتسد يامراک ماچنا زام هب نش کي يامزور رد راد ادص و رس يتسد يامراک ماچن اب ديه اوخ يم رگا . دينک لقادح هب ار ادص ورس و دينک غلطم ار دوخ ن اگي اسم ه شيپ اش يپ ، دي رادربب دين اس رب
- يادص و ديبوکن مکحم ار امرد ، دي درگي مزاب مناخ هب تقوريده بش رگا . دينکن دنلب ار نويذ يولت
- ديش اب هتشد هجوت . دنوشن نارگيد محازم ناتن دن زرف دينک لصاح نان يمطا هچ و مناخ يراويد راهچ رد امش نان امه يم زين و هداون اخ اضعا مه رادرک و راتفر تي لويئسم بتسا امش هدهع رب نآ زام جراخ رد

- دیزادن ایب رود یتسرد و حنب ار یگنخ ملابز

## مراجا دادراق بجومب ام یاه تیلوئسم 2 - 4

هک دراد رارق ام مدهع رب

- ار مراجا دادراق طبواض مکئی حاج ات ناتا مناخ زا مدافتسا موحن دروم رد یتل اخ مینکن دینک تیاعر
- یگدیسر و هجوت دروم مراومه ار رازآ و تیذا و تمحازم دراوم رد ملصاو تایاکش میدروآ لمعب لئسم اب دروخر ب رد ار مزال تامادقا و میهد رارق

## مراجا دادراق بجومب امش یاه تیلوئسم 3 - 4

### ناتراوناخ اضعا و امش 1 - 3 - 4

و نادنزرف لمچنم، ناتاروناخ دارفا کئی کئی راتفر و رادرک تیلوئسم یلصا رجاتسم ماقم رد امش مناخ یراویدراهچ رد مکینامز ات، یعرف نیرجاتسم و امرنویسناب و، ناتنانامهیم زین مدربمان دارفا زا کئی ره و امش رگا تساینعم نادب نیا. دراد رارق امش مدهع رب دنکیم یگدنز دریگیم تروص امش هیلع ام مادقا، دیوش یئارجام ببسم

صخش ینعم هب "امش". تساینعم رارق بلق رد امش یامتیلوئسم زا یدراوم دوشیم رکذال یذ هچنآ تساینعم و راوناخ دارفا کئی کئی و امش

#### تمحازم □

رهب ای و تیسنج، یناوتان، یناور یرامیب، نس، بمزم، تیلیم، تسوپ گنر، داژن و رابت لیلدب لمج زا رادرک و راتفر نینچ نیا. دینک دیدت ار وا و دیوش یدرف محازم دیابن یرگید لیلد لابند و یراکبارخ و یرگیشحو، راعش، مانشد و شحف، تنوشخ هب دیدت، تنوشخ داری لماش تساینعم رادرک

#### یداژن تمحازم □

اضعا زا کئی ره ای امش رگا. تساینعم رایسب یداژن تمحازم ام هاگدی زا و تیذا بابسا و دیوش یدرف محازم یداژن لیلدب ناتنانامهیم و راوناخ تامادقا نیا و میروآیم لمعب ینوناق تامادقا دینک مهارف ار وا رازآ. بدرگ رجمن ناتلزنم زا امش جارخا هب دنوتیم

نکسم ریدم و سیلپ اب گنردیب دیاب دیوش یداژن تمحازم ینابرق رگا هئارا امب هک ار یتاعالطا مامت دیشاب هتساد لیم رگا. دیریگب سامت دروم و کمک هلئسم بیقعت رد ار امش و میرادیم هگن منامرحم دینکیم زاتعاس 24 فرظ مینکیم یعس دراوم مامت رد. میهدیم رارق ینابتشپ تلوهس یارب یمجرتم میهدیم بیترت زاین تروص رد و مینک ندید امش عوقو لاح رد نآشرازگ ماگن هب دادیور رگا. دیشاب هتساد روضح وگتفگ

## 20 فرظ مین کیم ی عس، تسایس یون راعش مرگرس یسک ال شم، تسایس مین اسرب لحم هب ار دوخ هق یق د

هت شاد راضتن ا تامدخ زا یلق ادح دین اوت یم کالم میت نان کراک زا  
زای نابتش پ هوزج" لصفرس تحت ی ا هوزج رد بل اطم نی ا. دیشاب  
زادین اوت یم ارن آزا ی ا هخسن و تسایس جردنم (Victim Support Pack) "ین ابرق  
ی اهتم حازم شرازگ تهج زین ینفلت طخ کی. دینک تفایرد کالم هرادا  
لناپ رد ی ا هدیامن ی اراد نکسم تامدخ هرادا. دراد دوجو 20 7286 7412 هرامش هب یدارن  
تسایس رتسن یمتسو یرادرهش یدارن ی اهدادیور



دراوم زا یخرب .مینک یمن لمحت ار یگنخ تنوشخ دوخ کالم رد ام  
یگنخ یاهتنوشخ .دوشیم بوسحم یئانج میارج عزج یگنخ تنوشخ  
:دوش عق او ریز حشرب یلکش ار دن اوتیم

- یکیزیف
- یسنج
- یحور
- یناور
- یلام
- انآ همه ای دراوم نی ازا یبیکرت

و ینابرق یور یتمد زارد تارثا نامز لوط رد و رارکت آلوم عم لامعانی  
درانگیم یقاب لفکت تحت نادن زرف

دیاب" امش هداونخ دارفا زا و امش مک هدش حیرصت امش هراجا دادرارق رد  
روصب عوس راتفر و رادرک اب نادب دیدهت ای و تنوشخ هب لسوت زا  
تم اقا قح انوناق مک یسک ره هیلع یسنج ای یناور ،یحور ،یکیزیف  
"دینک یراددوخ ،دراد ار ام کالم زاکه ای و امش هناخ رد

تنوشخ ناینابرق زا ینابت شپ رد میتهسه دهعتم ام هنیمز نیارد  
رسیم مک یئاج رد و مینک یراکمه طبریذت اسسوم ریاس اب یگنخ  
اه هنیمز نیارد .میهد ماجنا ینوناق تامدقا نیرصقم هیلع تسا  
یئامنهار و یبایزرا" زکرم ای و کالم هرادا اب دیناوتیم  
(Assessment & Advice Centre) 261 Harrow Road) یناشن هب  
یئامنهار و تروشم رتافد ،یقوقح زکارم ،یقوقح یالکو زا مینکیم  
دیروم ادقا هنالقتسم تروشم و یئامنهار بسک هب (Citizens' Advice Bureau) نادنور هس  
هب دیناوتیم مک تسایتاسسوم تاییئزج یواح و دوجوم کالم هرادا رد اه موزج زا یفیظ  
یرازآ و جنر لمحتم یگنخ تنوشخ هجیتن رد رگا .دینک کمک یگنخ تنوشخ ناینابرق  
سامت 999 نفلت اب تسایروف و ینارطخ رگا .دیریگب سامت سیلپ اب گنردیب ،دیتسه  
دیریگب



و لوح و ام کالم رد مک ار یسک ره ای و دینکیم راک ام اب مک ار یدارفا ای و نادنمراک دیابن  
دیهد رارق دیدهت ای و هلمح دروم دنراد ددرت نآشوخ



ام کالم هرچه نتخاس هیرک و تراسخ داریا

تروصنېا ريغ رد .دینک هیړک و تشز ار اهن آره چ اي و ديروآ دراو تراسخ ام کالم هب ديابن  
دینک ناربع ار هديد تراسخ مالقا ضيوعت اي و تاريخت هن يزه ديوشيم راداو

□

یتینما تازی هجت

هلمچ زا تازی هجت نيا .دینزب تسد ام کالم رد یتینما و ینميا تازی هجت زا کي چي ه هب ديابن  
نيا .اه نامتخاس هي دورو (فا فا) کي تاموتاه اهتمتسيس و هتسب رادم ياه نويزيولت زا دن ترابع  
زاب و هي دورو ي اهرد ندرادگ زاب و تساي نوکسم کالم ان کاس تینما تي وقت يارب تازی هجت  
دزادن ايم رطخب ان ان کاس و کالم تینما ه ناگيب و هتخان شان دارفا يور هب اهرد ندرک

## کرتشم یاه دودحم

□

هب زاجم لاشم روطب . دینک ربعم دس داجیا دوح ینامتخاس کولب رد کرتشم یاهدودحم رد دیا بن رس درد بابسا یراک نینچ نیا. دیتسین کرتشم رباعم رد میجح مالقا و هخرچود نادرارق . دشاب هتشااد رب رد یزوس شتآ داجیا رطخ دنوتیم و تساکانرطخ ، دوشیم نارگید

## کالم نیناوق

□

، نکسم ریدم . دینک تیاعر دیا اب ار دوح ینامتخاس هعومجم اب طابترا رد یلحم تاررقم و نوناق ره . دنکیم عظم ینوکسم هعومجم اب طابترا رد تاررقم دوجو زا ار امش

## لیبموتا زاجم ریغ کراپ

□

ندرک لفق حرط ام کالم بلغا رد . دیتسین ام کالم رد لیبموتا ندرک کراپ هب زاجم مزاجا نودب زاجم ریغ روطب مک یلیبموتا یئاهر یارب . دوشیم ارجا زاجم ریغ هدش کراپ یاهلیبموتا خرچ ندرک کراپ زوجم یاراد رگا . دوش هتخادرپ دیا ب همیرج ناونعب یغلیم ، دشاب هدش لفق و کراپ . دینک بصلن لیبموتا مشیش تشپ تاقوا مامت رد دیا اب ار زوجم ، دیتسه

□

یلها تانوايح یرادهگن هب زاجم نکسم ریدم زا یلبق زوجم بسک نودب یراک نینچ بسانم ناتلزنم مک دوشیم هداد یدراوم رد زوجم . دیتسین ام کالم رد هچغاب ، دینک یگدنز فک مه قبط رد هک تسا زاجم ینامز اهنت گس یرادهگن . دشاب : دیتسین تیاعر ار ریز طبواض و دیشاب هتشااد یصاصتخا

## امش گس

- دوش دنکیم یگدنز امش راوج رد هک یرگید درف ره و ناگیاسمه محازم دیا بن . دروا مهارف ار انآ تشحو و سرت بابسا
- دنک دراو یتراسخ کرتشم یاه مطوحم و کلم هب دیا بن

## دیا فظوم

- دولآ یاهلحم نتخاس هزیکاپ هب دنک راردا کرتشم یاه دودحم رد امش گس رگا . دینک تخرپ و لبقیت ار یراک نینچ هنیزه ای و دینک تردابم
- و غلاب درف هراومه و دروا نوریب تیوه بسچرب و هذلق اب ار دوح گس . دشاب نآ هارمه یلویسم
- دینک تیاعر گس یرادهگن اب مطبار رد ار یرادرش یعرف نیناوق

دوشیم وغل هرداص زوجم ، دینکن تیاعر ار قوف بتارم رگا

ناش یارب امنهار گس یرادهگن و دنکیم یگدنز نامتخاس یالاب تاقبط رد هک ینالندنشور یارب . مینکیم رداص صوصخم زوجم تسا یوررض

## رادرب هل عش و از شت آ داوم

□

هدودحم و لزنم رد ار از هل عش و از شت آ داوم ري اس و يزاک و يتفنن تاع ي ام و داوم دي تسين زاجم دي راذگ يقاب و يرادهگن کرتشم ي اه

## نکلاب و وي ساپ ، هچ غاب

□

ن ي ارگا دي رادهگن بترم و زيمت ار ان آ دي اب دي تسه نکلاب و وي ساپ ، طايح و هچ غاب يراد رگا دي نک يراددوخ ان آ رد رب عم دس داج ي ا زان دن ي آ رامش ب يرارطضا رباعم اه مطوحم

## 4 - 4 هلمچنم ناگي اسمه اب يلکشتم زورب تروص رد دي نک راکچ محازم ي ادص ورس

دوخ فارطا و نارگي د ش ي اس آل خم هکي ئاج ات و دن لي ام هک ي وحن ب دن رادروخرب قح ني ا زان انگمه ي گدنز موحن دي اب ي اهتس ي اش ه ي اسمه ره . دنوش دنم مرهب دوخ ه ناخ رد يت حار ي گدنز زان دنوشن دنک لمحت ار نارگي د

هچن ان چ ، دي راد يلکشتم ي اه اسمه اب رگا . دنکيم زورب تالکشتم عقاوم زان خرب ، دوجو ني اب هتساد موادت هلئسم رگا . دي راذگ نايمرد و اب ار بلطم لکشتم عفر ي ارب تسا رسيم و رودقم هچن ان چ و هلص او تاي اکش مامت هب تاع اس 24 فرظ ام . دي ري گ سامت نکسم ري دم اب دي اب دش اب . مي هديم خساپ و ي گدي سر هقي ق د 20 فرظ ، دش اب عوق و لاح رد تمحازم

دش ده اوخ هچ هج ي تن

نشور ات دوشيم لاوئس امش زان دنکيم ي گدي سر لماک روطب ار هلص او تاي اکش نکسم ري دم داج ي ا ي وحن هچ هب تمحازم و هدوب هچ نا تاعفد و تدم ، هدا تفاقا ي قافتا هچ ، تس ي ک ببسم دوش نکم . دوشيم تروشم هلئسم اب هل باقم شور ني رت هب درومرد امش اب رظن لدابت اب . تس ا ه دش ددرگ ني عم ي صخش و دوش وگت فگ و رادي د هلئسم ببسم اب هک دوش هتفرگ مي مصت تس ا لسوتم ي نوناق م ادقا هب قي فوت مدع تروص رد و دنک لاح ار هلئسم و ي رگي چن ايم امش ني ب دوش

نکسم . مي راد زان امش ده اوخ و ي نابت شپ هب ، مي ري گب مي مصت ي نوناق بي قعت هب تبسن رگا - دوشيم داي شد اوخ مي وقت ناونع اب نا زان هک - ار تمحازم تاي ئزج و حرش دوش توعد امش زان تس ا دي هت تدامش و دين اسرم هب روض ه ي ضق ده اش ناونع ب هاگداد رد و دي نک تاش ادداي

دريک دي اب هچ هت فاقا ي قافتا يراد ا ري غ تاع اس رد هعق او رگا

سامت 020 7286 7412 درامش و (Emergency Link Office) سن اژروا مرادا نفلت طخ اب دي اب . دوب ده اوخ يداع تاقوا دن نامه تاي اکش هب خساپ نامز . دي ري گب

محازم ي ادص ورس

ي ادص ورس اب هزرا ب مي ت ي هاگآ هب ار هلئسم ، تس ا محازم ي ادص ورس هب طوبرم هلئسم رگا کي فرظ دراد ي عس مي ت ني ا . مي ن اسريم تس ا ه عم اج تظافح نامت راپد زان شخب هک يرادرش و غالب ي ا ي نوناق ه ي راطخا دن ناوتيم ادص ورس اب هزرا ب مي ت . دنک ي گدي سر تاي اکش هب تاع اس دح زان ش ي ب ادص ورس رگا . دنک في قوت ار اوگدن لب نوچ يت ازي هجت ي نوناق زوجم بسک اب . دي ري گب سامت 020 7641 2000 درامش نفلت و دراشا دروم مي ت مي ق تسم طخ اب ، تس امش محازم

## امش لزنم تينما و ينميا ،تمالس - 5

م.پروآرد یرت نما یلجم هب ار امش لزنم ميه اوخيم ام .دتفايم قافتا لزنم رد حناوس رتشيپ کانرطخ موقلاب یاه تي عضو زورب زا و دنک کمک رم نيا هب دن اوتيم مداس یاه طاي تحا .ديامن یريگولج

### ؟دينک راکچ دهد یور ناتلزنم رد یقيرح رگا 1 - 5

- تسا نآ رد مک یرگي درف ره هارم هب هداد یور قيرح نآ رد مک ار یقاطا .ديدن ببب ار نآ رد و دينک کورت گنرديب
- شتآ عوقو زا دنراد روضح مناخ رد مک یدارفا همه دينک لصاح نانيمطا .دن هاگآ یزوس
- اروف ار قيرح دين اوتب مکنيا رگم ،دينک شوماخ ار شتآ دينکن ی عس .دينک شوماخ دوخ ب تبسن یرطخ منوگره نودب و
- دوخ تشپ ار رد و دننک کورت ار مناخ نانکاس همه دينک لصاح نانيمطا .ديدن ببب
- و لماک تا صخشم و هتفرگ سامت قيرح افطا زکرم و 999 هرامش اب .دينک هئارا نارومام هب ار کلم یناشن

### دشاب هداد خر یرگي د یاج رد قيرح رگا

- افطا زکرم و 999 هرامش اب دينيپ یم قيرح زورب زا یا مناشن رگا .دينک هئارا نارومام هب ار کلم یناشن و لماک تا صخشم و هتفرگ سامت قيرح
- کورت ار نآ دين اوت یمن ینما تروصب و ديتسه دوخ نامتراپآ رد رگا .ديباي تاجن ینما و حنب قيرح افطا نارومام طسوت ات دينامب دوخ یاجرس ،دينک .(دين ييبب ار زيړگ یوناث هار لصفرس ريز رد)
- .دين ببب ار اه مرجنپ و امرد مامت
- ار دوخ نامتراپآ ،تسا امش نامتراپآ هب نوفن لاح رد راخب و دود رگا .ديدن ببب ار رد و مدرک کورت گنرديب

### ديشاب هتساد دايب عقاوم مامت رد

- هتسب رگا امرد منوگن يا - دراد تيمها قيرح ربارب رد مواقم ی امرد .دنوشيم عنام ار قيرح شرتسگ ،دشاب
- ار امنآ - دن نامب یقاب هتسب دياب ،دنوشيم هتسب دوخ مک یئ امرد .ديرانگن زاب عن اوم زا مدافتسا اب
- نايړج ،داتس يا زاب تسرد کرحت زا هچنانچ شتآ مواقم ی امرد زا کي ره .دين اسرب ینوکسم ريډم عالطا هب ار

- عقاب عنان نودب ار کورتشم یاه مطوحم و لزنم رد زیږگ رباعم مامت  
دیرانگ
- لمج زا رباعم نیا. دینک یراددوخ زیږگ رباعم هار رس لفق بصن زا  
دوشیم زین امنکلاب و اهلأه، امرودیږک لماش
- دینک مدافتسا مدش متخاس مک یروظنم یارب ناتلزنم یاهق اطا زا

- صوصخم بآ ی امریش ام ینامتخاس ی امکولب زا ی خرب رد - بآ ی امریش  
امریش نیا دوجو قییرح زورب تروص رد. تساهدش بصن قییرح افطأ (Dry risers)  
یسرتسد رظن دروم مقببط رد یراج بآ زا یعبنم مبددیم مزاج قییرح افطأ نارومام م  
و یراکتسد امریش نیا رد مک تسا کانرطخ رایسب نیاربانب. دنشاب هتساد  
امریش نیا یی آراک آبترم ینامتخاس تامدخ مدنک نیامت نانکراک. دوش یراکبارخ  
تروص یراکبارخ امریش نیا زا کی ره رد دینک دهاشم رگا اما. دنکیم شیامزآ ار  
نیا راک رد یسک میبایرد رگا. دینک شرازگ کالم ریدم م باربتارم، متفرگ  
میهدیم رارق ینوناق بیقعت دروم ار وا، تساهدرک یراکبارخ امریش
- یم مرگ داب مک تسا یراخب زا یعون نیا - یداب یاهیراخب زا هدفاسا  
ونما دوش هدفاسا امنآ زا یسرتسد مک یی اجات اهیراخب عون نیا زا هدفاسا. دم  
رد ای و دیناشوپ ار اهیراخب نیا دیابن یطیارش چیه تحت. تسانانیمطالباق  
ذفانم ندش هتسب بجوم رم نیا. دتفایب نآ یور آفداصت یییش مک داد رارق یی اجات  
قییرح زورب هجیتن رد و یراخب مدنک مرگ یاناملاندش غاد و مرگ داب روبع  
دوشیم
- رد و یدورو رد یور یی نیا یاه مدرن دیستسین زاجم - یی نیا یاه مدرن  
یم ادقا نینچ دنا مدرک هیصوت قییرح افطأ نارومام. دینک بصن دوخ نامترابآ یبقع  
ار نارومام یسرتسد امرن نیا ندوب دودسم اریز دزاندایم رطخ بار نارگید و امش ناج  
یریگولج رومام، دیستسه دوخ یی نیا نارگن رگا. دنکیم لکشتم رطخ زورب تروص رد  
دنک نای یی نیا دنوار دناوت یم میارج زا

#### نامترابآ زا زیرگ یونان یاه هار

یاه مدودحم زا اهار نیا و تسا یرارطضا عوقوم رد زیرگ یونان یاه هار مبهجم ام کالم زا یضعب  
شبتأ مواقم رد مبهجم نکلاب لانتم روطب. دروایمردس رواجم یانامتخاس ای و نامتخاس کسرتشم  
یقوت "رارف و زیرگ یونان یاهار" ناونعب مک رباعم نیا. دراد هار رواجم نامترابآ نکلاب مبهجم  
یاهرد زا یرارطضا طیارش رد رارف هار مک تسا یطیارش رد کالم نانکاس زیرگ تهج دنوشیم  
دیاب رباعم نیا، زیرگ یونان یاهار زا هدفاسا انکما یارب. تسین رسیم امنآ دوخ یانامتربآ  
یاهار زا هدفاسا موحن و نامز دروم رد رگا. دنناب یقاب روبع دس نودب و دازآ تاوقوامت رد  
دییریگب سامت دوخ نکسم ریدم اب آفطل، دیراد یشسرپ ای و ددرم رارف یونان

## دود یامریژآ 2 - 5

نیا. دننک بصن (smoke alarm) دود یامریژآ لزانم ممه مک دنکیم هیصوت قییرح افطأ نارومام  
هاگآ ار لزانم نانکاس یدنلب ریژآ ندروارب اب و فشک هیلوا قییرح زورب اهاگتسد  
دننک رارف قییرح عوقو لحم زاتمالسب مک دنکیم

رد دود یامریژآ رگا. میستسه دوخ یانامتربآ رد دود یامریژآ بصن راک ردنا تسد نونکا مه ام  
دود یامریژآ بصن زا دعب. دییریگب سامت دوخ نکسم ریدم اب آفطل هدشن بصن امش لزنم  
دهدیم حیضوت ناتیارب ارنازا یرادمگن موحن و هدفاسا لمخلاروتسد مدنک بصن راکنامیپ

## تفنن و عیام زاگ 3 - 5

ناتلزنم رد ار یریگید ازشتأ و کانرطخ یی ایمیش هدام ره ای و تفنن و عیام زاگ دیستسین زاجم  
دییرادمگن

## زاگ تشن 4 - 5

رارق زاگ روتنک رانک رد مک ار زاگ ريش ،دسریم ناتماشم هب نأ تشن زا يشان زاگ یوب رگا ار بلطم و ديريگب سامت 0800 111 999 نفلت اب (Transco) وکسنارت تاماقم اب و ديدن ب ب دراد دینک شرازگ

**دینک یراددوخ ریز تامادقا زا زاگ تشن طئارش رد**

دینک یراددوخ یا طلعش ملیسو ره ندرک نشور ای و ندرق مقررچ ،نذر تیربک زا دینک یراددوخ رد گنز و اهخارچ لثم یکیرتکلایاهچیوس هب نذر تسد زا

**دیریوآ لمعب ار ریز تامادقا زاگ تشن ماگنه**

دینک شوماخ اروف ار نأ تسا ناتتسد راگیس رگا

دیرادمگن زاب نانچمه ار اهنأ دشن فرطرب رطخ مک ینامز ات و دینک زاب ار اه مرجنپ و اهرد مامت دشن شوماخ هاگتسد تتولپپ ای و دشاب مدنمان یقاب زاب یفداصت زاگ قاجا ریش مک دینیبب دشاب

## زوس زاگ یاهه اگتسد س یورس 5 - 5

تییعضو رد رگا زوس زاگ یاهه اگتسد .درک سیورس ابترم دیاب ار زوس زاگ یاهه اگتسد و تیور لباق من زاگ نیای .دننک یم دیلوت دیاس کونوم زاگ ،مدافتسا ماگنه دنشاب یتسردان تساکلم یلو ،رادوب من

اوه هیومت یاهجرخم مک دینک لصاح نانیمطا دیاب دینک یم مدافتسا زوس زاگ یاهه اگتسد زا رگا مدیب اوخ دارفا مک یئاقاطا رد ار زوس زاگ یاهه اگتسد تسالصح نانیمطا .تسین هتسب براد دوجو کلم یمازاگ یجیردت ندرق عمج رطخ هنرگو ،دینک شوماخ دنا

تامدخ مدننک نیما ،تسا بصن زوس زاگ نک مرگ بآ متسیس و یزاگ یاهه اگتسد زا رگا ره نایاپ رد و ددییم رابکی لاس ره ار زوس زاگ یاهه اگتسد سیورس و دیدزاب بیترت نکسم رایسب .دوشیم مادقا نأ میلست و یزاگ یاهه اگتسد تسالصح رودص هب سیورس و دیدزاب یسرزاب نامز ددعوم نکسم تامدخ مدننک نیما .دریگ تروص لاس ممه یسرزاب نیای مک تسامم رگا .دنکیم نیعت یدعب یسرزاب تهج ناتلح بسانم یتقو و ددییم عالطال بق ار نایلاس واهیلع راک ماجنا تهج میناوتیم ،دوش عنام ار زوس زاگ یاهه اگتسد زا یسرزاب ماجنا یرجاتسم .میوش لسوتم ینوناق تامادقا هب

ار بتارم ،تسین یملاس تیعضو رد ناتلزنم رد یزوس زاگ هاگتسد دینکیم ساسح رگا 020 مرامش یرارطضا نفلت اب یرادا ریغ مایا رد و دیناسرب نکسم ریدم عالطال هب گنردیب .دیریگب سامت 7641 7412

**دینک یراددوخ ریز تامادقا زا افطل**

- ریدم یبتک مزاج نودب ناتلزنم رد زوس زاگ یاهه اگتسد رد یراکتسد زا همان یه اوگ یراد و برجم ناراکس یورس تامدخ زا مراومه و دینک یراددوخ نکسم .دیئامن مدافتسا (CORGI) "یکروگ"
- دینک یراددوخ یزاگ قاجا ینثتساب زوس زاگ یاهه اگتسد بصن زا

## دینک هجوت افطل:

- یاراد و برجم ناراکس یورس تامدخ زا امتح زوس زاگ قاجا بصن یارب ری دم هب ار دی دج هاگتسد بصن و دی ئامن هدفاسا (CORGI) "ی کروگ" هم ان یه اوگ دوش هدی ناجنگ هن ایلاس یاه یسرزاب هم ان رب رد ات دی هد عالطا ینوکسم

## ب آ راخب مڪارت 5 – 6

راويد، مرجنپ لثم درس حوطس اب راخب و دعاصتم، بو طرم اوه طالتخا هجيتن ب آ راخب مڪارت ندوب هتسب طئارش رد و ندرک مامح ماگنه دين اوتيم ار راخب مڪارت هجيتن. تس انيمز فک و و امر اويد يور کچک ندش رهاظ هب راخب مڪارت همادا. دينک هدهاشم شکاوه ندوب شوماخ و مرجنپ بدرگيم رجنم اه فقس.

دينز تسد هتسب تامادقا ملسل س کي هب دين اوتيم راخب مڪارت شهاک يارب:

- ديدرمگن ببولطم و بس انم هيوت اب ماوت و مرگ ار اوقاطا
- دينک زاب ارنا مرجنپ و هتسب ار من اخزپش آ رد يزپش آ ماگنه
- و هتسب ار مامح رد، امنآ ندرک کشخ و سابل نتسش اي و ندرک مامح ماگنه دينک زاب ارنا مرجنپ
- يراددوخ هيوت ياهن زب داب ندرک فقوتم اي و هيوت ير اجم ندرک دودسم زا دينک
- شهاک ار راخب مڪارت نازيم ني ئاپ ترارح رد زور لوط رد من اخ نتش اد مگن مرگ دهيم

## باليس و ب آ هلول نديکرت 5 – 7

رد ات دراد رارق اچک رد ناتلزنم رد ب آ يلصا مکلف ريش دين ادب مک دينک لصاح نانيمطا ارنا، ديناد يمن ار يلصا ب آ مکلف ريش لحم رگا. ديدن ب ب ار ب آ نايرج دين اوتب موزل تروص، دش عطق يللد رهب ناتلزنم ب آ نايرج رگا. دينک راکچ يوررض عقاوم رد دين ادب ات ديبايب و يئوش فرط، يئوش تسد يامگالپ مکني رگيد و تس هتسب امر ريش ممه دينک لصاح نانيمطا، ب آ زيرگ ير اجم ندوب هتسب و ب آ ريش ن دن ام زاب تروص رد تامادقا ني اب. تسين بصن ناو دوشيم يراددوخ باليس زورب زا

دينک راکچ ب آ نديکرت تروص رد:

- ديدن ب ب ار ب آ يلصا مکلف ريش
- دوش يلخ اه هلول رد هدام يقاب ب آ ات دينک زاب ار ي ب آ ريش
- دينزب ار تل اوت نوفيس
- دينک شوماخ ار قرب روتنک ديلک
- مرامش نفلت اب يرادا ريغ تا عاس رد و ديده عا لطا کالما رتفد هب ار نايرج ديريگب سامت 020 7286 7412

## يذوم ناروناج لرتنک 5 – 8

مرادا 020 7641 1522 ميقتسم نفلت اب ديراد هنيمز ني ار رد يلکشم رگا عفتد تباب. ديريگب سامت تقو ني عت تهج يذوم ناروناج اب هزاربم

س يورس اما ،دش دي هاوخ لم حتم ار ي ا هن يزه ش پش اي و باوخت خر تارش ح  
تسا ناگي ار ي ذوم نارون اج ري اس عفد

روظنم نی دب و دینک ینمای اساس حاکم رد تم اقا رد هک میدن مقالع ام  
 یم دوبهب و هعسوت ار دوخ کالما یتینما ینفیک تاناکما ابترم  
 یاه همدوحم رد پمال نتخوس و یبارخ هنوگره زورب افطل یمیشخب  
 دیهد عالطام هب دیراد هک یداهنش یپ ره اب ماوت ار دوخ کولب کرتشم

### یبالق ناعجارم

دننک تابثا ار دوخ تیوه دنناوتب هکنآ رگم هب یرغ صاخشا نداد هارزا  
 چیه زایبالق ناعجارم. دینک یراددوخ دوخ لزنم و نامتخاس نورب  
 دنیوگب تسانکم. دننک یمن رانگورف لزانم هب دورو تهج یششوک  
 و نادنم راک مامت. دنیایم یرگید تاسسوم زای و دنراکری ماعت نارگراک  
 تیوه هب تبسن رگان یاربانب، دنا تیوه یماتراک یرادام ناراکن ام یپ  
 هار دوخ لزنم ای و نامتخاس نورب ار هکنآ زالبق، دیتسه ددرم نانآ  
 ای و دنا هدمآ اجنآ زادوش یم اعدا هک یمسوم ای و کالما مرادا اب، دیهد  
 دیریگب سامت سیلپ اب رما تیاهن رد

### امش لزنم تینما دوبهب تهج یلام کامک

لاس فرظ ای و دیروجنر و ناوتان ای دیراد نس رتشیب ای لاس 60 رگا  
 (سیلپ مرج هرامش هئارا اب) تقرس ینابرق رابکی زایشیب هتشدگ  
 رتشیب یتینما مزاول بصلن هنیمز رد میناوتب تسانکم دیشاب هدش  
 ار دوخ یاه مرجنپ و رد دیدن مقالع رگا. مینک یلام کامک امشب لزنم رد  
 یلو، دینک زهجم هاگمشچ هب ار دوخ یدورو رد ای و نانیمطا یاه لفق هب  
 نفلت و (Grant Team) کامک میت اب افطل دیرادن ار امراکن یایلام یئانوت  
 دیریگب سامت رتشیب تاعالطاسک تهج 020 7641 6161 هرامش

### اه رادیارس

رد رادیارس. تسایرادیارس تامدخ و نابرد و رادیارس هب زهجم ام ینامتخاس یمکولب زایضعب  
 و دنکیم هفیظو ماجنا نامتخاس هیدورو و لخدم رد ههگراقرق رد ای هک تسایتینما دراگ تقیقح  
 و لوح رد تشگ تروصب ار دوخ فئیظو ای و دنک لرتنک ار نامتخاس هب دارفا دورو دنناوتیم  
 هک دنوشیم مدرامگ یئامکولب رد طقف امرادیارس. دهیم ماجنا ینامتخاس یمکولب لخد و شوح  
 دنشاب چراچ سیورس بلق رد یرادیازس تامدخ تباب یرتشیب غلبم تخادرپ هدامآ نانانکاس  
 نیعم امکولب نانکاس دوخ ار تامدخ حطس و دوشیم یریگ یار امکولب نانکاس زارمانیا یارب  
 دننکیم

نیال فیالی یتیس رابخا گنز سیورس

عقاوم رد دنتسه نيا نارگن لاح ني ع رد اما دن نامب يقاب لقتسم دنه اوخ يم دارفا زا یرايسب یراب خا گنز (Emergency Link Service) یناسر کمک سيورس .دنريگب کمک منوگچ سن اژروا هاگتسد نيا خن نديشک اب .تسب تسد چم هب اي و تخيوآن دب هب ار نآ ناوتيم مک دنکيم هئارا لانثم روطب ،امش یراين دن اوتيم سپس زكرم نيا و ديوشيم لصو یناسر کمک زكرم هب نيا تامدخ تباب .تسا زاب متعاس 24 لاس لوط رد تامدخ زكرم نيا .دنک هروآرب ار رتکدراضحا ،ديشاب تشادن يفاک یرام هينب رگا اما ،دينک تخادرپ یرصتخم یگتفه نامنوبآ دياب زكرم اب رتشيپب تعالطا یرب .تسا دوجوم زكرم نيا نامنوبآ تخادرپ یرب کمک تفایرد ناکم .ديريگب سامت 7641 4528 هرامش نفلت

## سوتسبس آ 10 – 5

تفایرد ناتا هناخ رد سوتسبس آ یواح ینامتخاس حل اصم دوجو رب رئاد یتاعالطا تسان کمم .ديريگب سامت دوخ کالم هرادا اب افطل ،ديا هدرکن تفایرد ار مهم تعالطا نيا رگا .ديشاب هدرک یراکتسد هئارد اي و دن يب بي سا هک تساکانرطخ ینامز سوتسبس آ یواح ینامتخاس حل اصم .دوش

اه نادب ندز تسد زا افطل دي راد سوتس بس آ يواح ين امتخاس حل اصم ناتا هناخ رد رگا ني اربان ب  
دي نك يرادوخ اعنازا يوحن رهب

ديزي هرپب ريز تام ادقا زا دروم ني ارد

- مرادا اب يل بق عالطا نودب اهلن اپ ندرک گنر اي و ين امتخاس ي امراک ماجنازا  
کالم
- ندز خيم ال شم نادب يراکتسد
- ي قرب مزاول اي هتم اب نا ندرک خاروس
- ني شام اب اي و يتسد روطب نا ندرک هدابنس
- يراخب ياهن ي شام اب اي يتسد روطب نا ندرک
- نا ن ت ش ادرب و ندرک

اي و دوش دراو ي بي سا تساسوتس بس آ يواح هک ناتلزنم ي اهلن اپ زا کي ره هب هک ي تروص رد  
عالطا هب گنرديپ دي اب ار بتارم ، دن ي بب بي سا دي ا هداد ماجنا هک ين امتخاس ي امراک هج ي تن رد  
دي ن اسرب کالم مرادا

ي امراک ماجنا موحن دروم رد ار امش و ترم ار دراو ي اهب ي سا دوب دنه اوخ رداق کالم مرادا نادن مراک  
دننک ي ئاهنهار ناتلزنم يلخاد نويساروکد اي و ين امتخاس

دوخ کالم مرادا اب دي ن ک بسک ي رتشيپ تا عالطا سوتس بس آ يواح حل اصم دروم رد دي لي ام رگا  
ديزي گب سامت

## 6 کالما تادخ

### 1-6 اه هشیش ندرک کاپ، مطوحم یرادهگن، تفاظن ناتخرد یرادهگن و ظفح و

#### تفاظن

مک تسانی فده دراد مدع رب ارنا ظفح و نامتخاس تفاظن تیلویسم یلحم تادخ مدنک نیمات نامتخاس زانوریب کرتشم یاه مطوحم زین و نامتخاس کرتشم یاه مطوحم دوش لصاح نانیمطا هجونیرت مهب و نامتروصب تفاظن راک زین و دوش ظفح مزیکاپ یشخب تیاضر و حنب: دوشیم لماش ار دراوم نی تادخ. دوش ماجنا

- نامتخاس نورد کرتشم یاه مطوحم یگتفه و مرمزور تفاظن
- زاتادیاز نتشادرب لمج زانامتخاس چراخ یاه مطوحم یگتفه و مرمزور تفاظن امن با و امنچ یور
- زیمت و اه فک نداد لقیص، اهارسرس تاریمعت لثم رگید فلتمخ یامراک. ملابز یاهتوش ندرک

#### یراکلگ و زبس یاه مطوحم زانیرادهگن

یرادمگن یتسردب زبس یاه مطوحم زانامتخاس نانیمطا دیاب نکسم تادخ مدنک نیمات و ابیز هتش یراکلگ مرظن مک یوحنب دریگ تروص یا هدیندنسپ مویشب یراکلگ رم و دوش دشاب شخب تذلل

تسارارق نیازافئاطو ورملق

- امنیچرپ و هتش یراکتخرد یاه هودحم، امنچ زانامتخاس یرادمگن
- ناهایگ ینییچ هخاش و نازخ یاهگرب نتشادرب لثم بترم و یراج یامراک
  - ااهچغاب یرادمگن و یئیپرب، یحارط
  - اهامن با یرادمگن و یحارط
  - هچتخرد و نبلگ، متوب ضیوعت و نتشاک و هیمت

دننک مادقا اصخش اننا ظفح و شیارآ رد دیاب دنسته یصوصخ یاه هچغاب یراد هک ینیرجاتسم دنکن داجیا ناگیاسمه یارب یتمحازم مک یوحنب

#### اه هشیش ندرک زیمت

نیامیراد دوخ کالما کرتشم یاه مطوحم یاه هشیش ندرک زیمت تهج یدادرارق یراکنایپ اب یاه هشیش زین و کرتشم یاه مطوحم یاه هشیش مامت ندرک زیمت رم کالما بلغا رد اهدارارق ینوریب یاه هشیش تفاظن. دریگیم رب رد انامتخاس لوا هقبط ات ار انامتراپآ ینوریب دشاب ریذپ ناکما انادب لخد زانسیرتسد هکنیا تروص رد الاب هب لوا تاقبط زانامتراپآ زیمت همانرب دنوتیم نکسم ریدم. مینکیم زیمت رابود یلاس لقادح ار اه هشیش. دوشیم ماجنا نانکاس. دهد رارق ناترایتخا رد دینکیم یگدنز نآ رد هک ار ینامتخاس کولب یاه هشیش ندرک

sheltered) یرتلش کولب رد رگا اما دن تسه دوخ یاه هشی ش ندرک زیمت لویئسم امن تراپ آ  
دوشیم ماچنا نات یارب راکن ی، دیراد تم اقا (block)

## ناتخرد یرادهگن و ظفح

نانیمطا مکتسنآ یارب نی ا دراد ناتخرد ظفح و یرادهگن یارب یا همانرب آسار "زموه یتیس" ظفح باذج و نم یا مویشب امنادب متسب او رباعم و ینوکسم کالم رد دوجوم ناتخرد دوش لصاح دید محازم ای و دننک یمن دراو رواجیم ای امنامتخاس هب یتراسخ لاح نیع رد و دنوشیم یرادهگن و رد لاح نیع رد و مظنم یا همانرب لوصا رب ناتخرد ین چی هخاش رم. دنوشیمن امنامتخاس نانکاس. دوشیم ماجنا دنک باجیا ترورض مک یدراوم

یلحم تیریدم یا همانتقفواوم

ای کی نی مات رد ار امدارارق کراتت تی لوئسم ینوکسم نکام انکاس، قطانم زا یضعب رد رگا. دراد مان "یلحم تیریدم یا همانتقفواوم" میژرن یا. دن متفرگ مدهع رب ار یرتشیب تامدخ لصفرس تحت ار موزج نی 9 شخب، دیتسه اه همانتقفواوم نی ا هرابرد یرتشیب تاعالطا بلط دینیبب "نیرجاتسم نیرزگ"

## دینک راکچ یگنخ یا هلابز اب 2 - 6

رود یتسرد مویشب ار یگنخ یا هلابز مک تسا یرورض، تشادب و تمالس ظفح یارب نی دلاپ یناد هلابز گرزب یاملطس هب مک دن ا هلابز یاهتوش یراد امنامتخاس بلغا. دیزیرب دنزیریم

اهتوش زا هدافتسا ماگنه

دینک تیاعر ار تاکن نی افطل

- دینک یدنب متسب مکحم نتخاندن رود زا لبق ار ینتخیر رود یئاذغ داوم دوشیم داجیا تنوفع یوب و دنبسچ یم اهتوش هراویدب نتخاندن رود ماگنه، نرگو
- توش شوپرد هراومه توش زا هدافتسا زا سپ مک دینک لصاح نانیمطا افطل ناس نی دب و، تسا یرورض قیرح یلامتحا زورب تروص رد رم نی ا. دینبب ار (رپوه) دوشیم یریکولج دود و شتأ شرتسگ و ذوفن زا

دینک یراددوخ ریز تامادقا زا

- توش لخدب نشور راگیس نتخاندن زا
- ار توش یارجم راک نی ا هچ، میجج یا هلابز هس یک و مالقا روزب نتخاندن ورف دنکیم رس درد داجیا ناگمه یارب و دودسم
- کرتشم یا همدوحم ریاس و اه ملپ رس ای و اهتوش رانک رد هلابز ندادراق زا رد یزوس شتأ رطخ، یتشادب یا هررض داجیا رب هوالع یراک نیچ نی ا. دینک یراددوخ تسا یگیاسمه مناتسود نیزاوم فالخ تیامن رد و دراد رب
  - دینک یراددوخ بش تقو رید تاعاس رد اهتوش زا
  - دینکن هدافتسا ینامتخاس حلصم نتخیر رود یارب اهتوش زا

## میچج ملابز مالقا ن تخیر رود موحن

سامت کالم مرادا اب، تسین ریذپ ناکم توش قیطرظا نآ ن تخادن رود و دیراد میچج ملابز رگا سیورس نینچ یاراد کالم مرادا رگا. دننک کمک دنن او تیم تاردا نیازا یخرن نوچ دیریگب. دیریگب سامت 7641 2000 نفلت مرامش اب تسین

### هدفتسا نودب ناملبم و یگنخ لئاسو 3 - 6

و یگنخ لئاسو لمح و ندرت تهج یا همان تقفاوم "تسارت گنیس وواه لیه گنیتان" هسوم اب یقاب هدفتسا لب و دنراد رارق ینم و هدفتسا لباق و تسردت یعضو رد مک میراد یناملبم دریگیم رارق یدارفا ای و جاتحم یامراونخ راییتخا رد لئاسو نی. دیرادن امنادب یزاین و مدنم امنادب یزاین و دیتسه یمالقا نینچ یاراد رگا. دنوشیم مناخ بحاص راب نیتسرخن یارب مک. دیریگب سامت امنان ندرت تهج 020 8960 3005 مرامش نفلت اب افطل، دیرادن

### گنی کرپ 4 - 6

سامت دوخ مقطنم رد لیبموتا کرپ موحن م طوبرم تابیترت تهج ینوکسم ریدم اب افطل مک لمتحم رایسب زاب و تشاد دیه اوخ زاین لیبموتا کرپ تهج یزواج هب المتحم. دیریگب مک تسایرورض. دراد دوجو یراظتنا تسیل یصاصتخا ژاراگ ای و کرپ یاج تفایرد یارب تروص رد دراد نآ ناکم منرگو، دینک تیاعر ار لیبموتا ندرک کرپ مراب رد کالم تاررقم. دوش لفق امش لیبموتا زاجم ریغ کرپ

#### هدش تبث ناوتان دارفا

،هدش تبث رتسنیمتسو یدادرمش دزن امش یناوتان و دیراد رارق ناوتان دارفا مرز رد رگا، دراوم نیار. میوش لئاق تیولامش هب یصاصتخا ژاراگ ای و کرپ یاج هیارا رد دراد ناکم. دیرادنگ نایم رد نکسم ریدم اب گنی کرپ زوجم یاضاقت ماگنهار بلطم

،دیدرک تبث ارنآ و دیدش یناوتان راچد یصاصتخا ژاراگ ای و کرپ یاج هراجا زا دعب رگا. دیناسرب دوخ ینوکسم ریدم عالطا هب گنردیب ار بلطم افطل

## یرادی رخ ار نات ه ناخ ای و ناکم و لقن دیه اوخ ب رگا - 7 دینک

مه دوصقم نیا یراچا رد .میهد یرای دننک ناکم و لقن دنه اوخ ب مک ار ینیرجاتسم میدنمقالع ام نیا .مییراد تکرانم ریژ حرشب یئاه ممانرب یراچا رد مه و مینکیم ارجا ار یئاه ممانرب ام دوخ ای و هودحم نیا زا چراخب لاقتنا ای و رتسنیمتسو یرادرش هودحم رد ناکم و لقن ای اه ممانرب .دوشیم لماش ار نکسم تیکلام ای و ضیوعت

### ن اکم و لقن ی اه حرط 1 - 7

تفایرد یدارفا زا مماناضاقت یرامش یب دادعت لاس ره یرادرش هودحم رد ناکم و لقن هب دنمقالع مک مینکیم رودقم مک یئاجنات مییراد ی عس .دنتسه رتسنیمتسو اما مینک کمک نایضاقتم دادعت نیرتشیب هب تسا دادعت زا رتشیب ناکم و لقن نایضاقتم دادعت مراومه ذاختا ی بیترت ،ورنیا زا .تسا دوجوم ینوکسم نکام ای تسیل رد ار ناکم و لقن نایضاقتم یماسا مک میا مدرک .مینک تبث ناکم و لقن رد کی ره تیول هب اکتا اب

ی اه حرط اب طابترار رد ناکم و لقن مماناضاقت مرف ره زا ای و دوخ نکسم ریدم زا دیناوتیم ار ریژ توافقتم .دینک تفایرد "پوتسا ناو" تامدخ مرادا

تیول" مک ار یه اوگ امش یکشزپ رواشم - یکشزپ دراوم دوشیم بوسحم (Category A medical priority) "یکشزپ لوا هجرد دیاب مک تسای دراوم رد نیا .دنکیم رداص نات یارب نکسم اریژ ،دینک ناکم و لقن اروف یکشزپ لئالدب رگا .دنکیم یمش یتمالس عضو هب یلعف ریدم ،دینک ناکم و لقن یکشزپ لئالدب دیه اوخ ب ار یصخش یبایزرا مرف دناوتیم لوا ملهو رد ینامتخاس موزل تروص رد یکشزپ رواشم .دهد رارق ناترایتخا رد اب امش یتمالس عضو مرابردت اعالط بسک تهج اصخش

زا مک درادن یموزل نیاربان ب. دریگیم سامت نات بیبیط  
امش تمالس عضو حیرشت رد یا ممان دیه اوخب دوخ بیبیط  
دسیونب

ماجنا تهج تاقوا یضعب رد - یساسا تاریمعت دراوم  
لزانم ندوب یلاخ موزل و ینامتخاس یساسا تاریمعت  
مبار نیرجاتسم مک تسایرورض، تاریمعت ماجنا ماگنه  
دیاق حیذی دراوم نیینچ رد. میهد لاقتنا یرگی دنکام  
تفایرد ناکم و لقن یاه من یزه ناربج تباب یغل بم  
دینک

یم مک ار یدارفا دادعت نکسم نوناق - نوناق ری اغم ماحدزا  
مدرک صخشم دننک یگدنز یرادرش مناخ ره رد دننوت  
یگدنز امش مناخ رد دننوتیم مک یدارفا دادعت. تسای  
دادعت رگا. تسای مدش رکذ مارجا مبوبرم ممان رد دننک  
نیا، دننک یگدنز یلزنم رد تسای زاجم هچن آزا یرتشیب  
نیینچ و متفر رامش ب نوناق ری اغم ماحدزا ینعم مبرم  
مبار ناکم و لقن تهج یرتشیب تازایتم زئاح یراوناخ  
دوشیم رتگرزب یا مناخ

یروف و یدج لکش ماب رگا - یتیری دم ناکم و لقن  
ینونک لزنم رد ار نات تماقا ممان ناکم مک دیتسه وربور  
لمعب ناکم و لقن یاضاقت دینوتیم، دنک یمن مهارف  
مناخ دیبای ناکم و لقن یلیلد نیینچ مبر رگا. دیروا  
مزان و مباحش دریگیم رارق ناترایتخا رد مک یدیج  
دوب ده اوخ نات یلعف مناخ

یعامتجا تامدخ نامزاس تبقارم ری دم ره - یعامتجا تبقارم  
، دارفا زا تبقارم رتبسانم و رت مبه هیارا یارب دننوتیم

تبقارم تحت دارفا و نيرجاتسم ناکم و لقن یاضاقت  
دروآلمعب ار دوخ

### یلام قیوشت حرط

یرگید مناخ هب ناکم و لقن تهج تسانکم یدراوم رد  
حرط طب اوض تحت م ادقانی. مینک تخادرپ یغلبم  
دریگیم تروص ریز لئالدب و یلام قیوشت

- دینکیم یگدنز یا مناخ رد رگا - یراوناخ مناخ  
تروص رد و تسایرت گرزب راوناخ بسانم مک  
رابکی یارب یغلبم ناکم و لقن هب تقفاوم  
دیرادیم تفایرد

- یگدنز تسا منکس زا یلخ مک یرگید مناخ رواج یا مناخ رد رگا - لی دبت یگرزب راوناخ تهج یرتگرزب نکسم ،رواج مناخ و امش مناخ ماغدا اب میه اوخ و ،دینک تخادرپ امشب یغلبم رابکی یارب ناکم و لقن هب امش قیوشت رد ،مینک مهارف تهج دننکیم یگدنز مه رواج مک یرجاتسم ود دروم رد یخ ار حرط نی یا .مینکیم مینکیم ارج ناکم و لقن هب قیوشت
- بسانم مک دینکیم یگدنز یا مناخ رد رگا - نواتان دارفا زاین دروم نکسم مناخ هب یغلبم تفایرد اب مینک توعده امش زا تسانکم ،تسا نواتان یدرف یگدنز .دینک ناکم و لقن یرگید
- و ددجم ناکسا لیلدب رگا - تعسو رظن زا مباحشم یا مناخ هب ناکم و لقن یغلبم تفایرد اب مینک یم توعده امش زا ،دشاب بسانم ناتلزنم یرگید یدرف یروف .دینک ناکم و لقن تعسو رظن زا یرگید مباحشم مناخ هب
- رضاح مک تسایر یذپ ناکما ینامز یلام قیوشت - ندنل زا جراح هب ناکم و لقن ندش جراح دراوم زا یه آگآ تهج ار ریز شخب) .دینک ناکم و لقن ندنل زا جراح هب دیشاب (دینیبب رتسنیمتسو یرادرش هودحم زا

دهد رارق ناترایتخا رد یرتشیب تااعالطا دنوتیم نکسم ریدم

## 7 - 2 ندنل زا نوریب هب لاقتنا

- ریاس هب ناکم و لقن یارب دارفا هب کمک یارب حرط نی یا - نکسم کسحت حرط ار نان آمیه اوخ هب مینک کمک یارب دارفا هب اهنت میناوتیم ام آلوم عم .تسا روشک طاقن رد یم ئاد یلغش نتفای لئالدب ار دارفا میناوتب تسانکم نینچمه .میهد ددجم ناکسا ای و هئارا تهج کیدرن موقا رواج رد تنوکس هب یدنمقالع لئالدب ای و رگید قطانم .درادن دوجو مادقانی یارب ینیمضت هتبلال .میهد یرای کمک تفایرد
- 60 یالاب دارفا یارب حرط نی یا - امرش نوریب و ایرد رانک ینوکسم نکام ایرد رانک یقالیی یاه مناخ و انامتراپآ .تسا (HOMES) "زموه" هسسوم نآ یرجم و لاس لقن هدام رگا .دنراد رارق "لاو نروک" و "کلوفرون" نایم یا هقطنم رد نآ رهش نوریب و .دینکیم تفایرد رابکی یارب یغلبم ،دیشاب زین یرتکچوک نکسم هب ناکم و راضتنا زا یئالاب دنلب تسیل ینعم هب رمانی و دراد دایز نارادفرط قطانم زا یضعب .تسا
- قطانم هب ناکم و لقن هب دنمقالع هک یارب دارفا هب حرط نی یا ساسارب - "نول" تعرسب میناوتیم دراوم نی یا رد .دوشیم یلام کمک دنشاب ناتسلگن ل امش و "ندنل دیم" و بسک تسایلخ نکام ایراد هک یقطانم رد تیفیک اب یا مناخ رد ناکسا داهنش یپ لقا دح دنشاب حرط نی یا بجومب ناکم و لقن هدام هک یرادرش نی رجاتسم .مینک هئارا 1000 7641 020 نفلت اب رتشیب تااعالطا یارب .دننکیم تفایرد دنوپ 2500 غلبم .دیریگب سامت

## 7 - 3 هضواعم

ندنوتیم نارجاتسم حرط نی یا ساسارب .دینک ناکم و لقن "هضواعم" حرط اب قبطنم دیناوتیم هک ینامتراپآ تسین یرورض .دننک ضیوعت ار دوخ یانامتراپآ نیبامیف یلبق قفاوت اب دیاب راکنی یارب ام ،دشاب رتسنیمتسو یرادرش هودحم رد دینک ناکم و لقن نادب دیه اوخیم .دینک تفایرد ار ام یلبق مزاج

دین اوتیم ریزه احنابه دشاب یا موضوعه نینچه هب دنمفال عهک یرگی درجاتسم نتفای یارب  
دینک مابقا

- دینک رورم ارتانال عا یولبات یور هدهش بصن تانال عا

- **قطانم ري اس هب لاقبتنا هک (Homeswap) "زپ آوس موه" یم رتفد رد دين اوتيم**  
دينگ تبث ار دوخ مان دن اشوپ یم زين ار
- **رد ار هطوبرم همان اضاقت ی اهمرف زين و رتشي تبث اعلاطا دن اوتيم نکسم ري دم**  
دهد رارق ناترايت خا

ديشاب مدرکن تياعر ار مراج دادراق دافسم زا کي ره اي و ديشاب هتساد يهدب مراج تاباب رگا و "يتامدم" رجاسم رگا. ديهد ملصيف ار هدشن لحي لئاسم یناکم و لقن منوگره زا لبق دياب نکسم ري دم هک یصاخ طئارش تحت امن ت ديشاب مضواعم حرط تحت ناکم و لقن هب دنمقالع ديزرو تردابم راک ني ا هب دين اوتيم ،دهديم حيضوت ناتيارب

## 7 - 4 نادنملاس ناکسا

زا يفيط ميروا مهارف نادنملاس یارب يتي نما اب و نم ا یگدنز طيحم ميهاوخي و دنمقالع ام دنشاب دنمقالع هک مييسه نادنملاس هب کمک یارب تامدخ

- دننابم یقاب دوخ لزانم رد

اي

- **ینکام الوم عم نکام ني ا**. دنباي لاقبتنا تبقرام اب م اوت ینوکسم نکام هب  
تسا يتامدخ یاه مناخ اي و تظافح تحت

هچنآ اي (What you need to know about sheltered and supported living) ناونع اب مييراد یا موزج مينکيم هئارا هک ار يتامدخ مامت ليصفت . "دين ادب يتامدخ و يتظافح یاه مناخ مرابرد دياب (Housing Options for Older People) "نادنملاس یارب نکسم یاه منيزگ" ناونع اب یئامنهار رد زين ني ا - 5 شخب .دهد رارق ناترايت خا رد دن اوتيم ار مراشا دروم موزج ود ره نکسم ري دم .تسا چردنم لاح ني ع رد ار قوف تااعلاطا .دين ييبب یصخش رابخا گنز مرابرد تااعلاطا تهج ار موزج دينک هداشم ري ز یناشنب رتسن يمتسو و یرادرش یامرات رد دين اوتيم

[www.westminster.gov.uk/housing/shelteredhousing](http://www.westminster.gov.uk/housing/shelteredhousing)

## 7 - 4 - 1 یصخش باختنا هب ندرک مراج

یارجا رد .ميروا مهارف نکسم نايضاقتم یارب باختنا قح زين و رتشي تبث تااعلاطا ميدنمقالع یشي امزآ یحرط یارجا راکردن ا تسد ،یصخش باختنا هب نکسم مراج رد یزکرم تلود یشم یطخ ني ا یارجا و مييسه دوخ يتامدخ و يتظافح ینوکسم نکام مراج تهج "نکسم طابتر" ناونع اب دراد همادا 2003 لاس سرام هام نايپ ات یشي امزآ حرط

مان هک یضاقتم هب ارنا ،دوشيم مهارف نکسم نمچنا اي یرادرش لزانم زا یکی مکيم اگنه الوم عم یراددوخ نآ لوبق زا یضاقتم رگا .مينکيم دامنشيپ و هئاراد رارق راظتنا تسيل رقص رد وا رقص رد یدعب رفن هب ار هدش مهارف لزنم و مينک یم دامنشيپ وا هب یرگيد لزنم ،دنک "نکسم طابتر" حرط بجومب .دشاب هتسه ا یدنور دن اوتيم ني ا مينکيم دامنشيپ تسيل يتظافح ینوکسم نکام نايضاقتم مه هب ار ان ا دنوشيم مهارف تنوکس تهج یلزانم مکيم اگنه بيترت ني دب .مينکيم دامنشيپ هتفرگ رارق بيوصت دروم نانا یاه همان اضاقت هک يتامدخ و نايضاقتم .دننک مراج دننسه دنمقالع ار یلزنم مادک دنريگب ميمصت دن اوت یم نايضاقتم نآ هب هدام نکسم امرادي ني ا زا دعب .دنکيم نديد تنوکس هدام کالما زا سپس دنمقالع

رد یرتشیب تاعالطا رگا .دوشیم دامنشیپ تسا رادروخرب تیولا نیرتشیب زا مک یضاقتم  
دیږیگب سامت نکسم ریډم اب ،دیهاوخیم هنیمز نیا

## 7 - 5 یراجیتسا لزانم دیرخ

دندنک یرادیرخ ار دوخ یراجیتسا لزانم نیرجاتسم مک دراد دوجو امتصرف زا یفیظ

- رارق "نامارد نارجاتسم" مگرچ رد لاس ود تدمب لقاوح مکئی اجنآ ات - دیرخ قح راوناخ اضع. دیوشیم رادروخرب یرادرش زا دوخ یراجیتسا لزانم دیرخ قح زا، دیریگ یتدم هچ مکنیا هب متسب. دنوش میس کلم دیرخ رد دنناوتب تسا نکمم زین امش لئاق ناتیرب شورف یامب رد دنوپ 38000 رثکاوح ات یفیخت، دیا دوب رجاتسم دنکیم نیعت یزکرم تلود ار فیخت کالم. میوشیم
- یراجیتسا لزانم مک دیشاب متشادن تعاطتسا و یلام هینب رگا - نهر و مارجا هیامرس. دینک یرادیرخ ار کلم زا میس دیناوتیم، دینک یرادیرخ هبترمکی ار دوخ هجوت). دینک مهارف ینهر یامکناب ای و امکناب قیرط زا دیاب ار کلم رد مس دیرخ ای و دیا مدرک مدافستسا متشذگ هام 12 فرظ نکسم یلام یامکمک زا رگا دیشاب متشاد دیرخ ناکما، دیتسه خساپ راضتنا رد و مدرک نکسم یلام یایزم تفایرد یاضاقت دیرادن "نهر و مارجا" دمام تحت ار دوخ یراجیتسا لزانم
- مک دیشاب متشادن تعاطتسا و یلام هینب رگا - یجیردت و یفاطعنا تیکلام یراجیتسا لزانم دیرخ ناکما زین و دینک یرادیرخ هبترمکی ار دوخ یراجیتسا لزانم دوخ یراجیتسا کلم رد ار میس دیناوتیم، دیرادن "نهر و مارجا" دمام تحت ار دوخ ناتیرب تعاطتسا هاگره. دینک تخادرپ مارجا ماس دینامیقاب تباب و یرادیرخ دینک یرادیرخ ار کلم زا یرتشیب ماس دیناوتیم دش مهارف
- دیشاب متشاد یلوپ دازا رازاب رد مناخ دیرخ تهج رگا - ام یلام کمک اب دیرخ یارب. مینک تخادرپ امشب کمک رد ضوعالب دنوپ 30400 غلبم ات میناوتیم یارب لاس 5). دیشاب رجاتسم لاس ود لقاوح دیاب کمک نیا زا یرادروخرب (مباوخ قاطا کی نامتراپ ای ویدوتسا نیرجاتسم
- قل عتم یرگید کلم دیه اوخ رگا - رگید قطنم رد دیرخ یارب فیخت حرط منوگنیا. دینک مادقا حرط نیا ساسا رب دیناوتیم دینک یرادیرخ ار یرادرش هب دش رادروخرب دوشیم ناشلاح لماش مک یلامک و مامت فیخت زا یضاقت نیرجاتسم زا رتکچوک ای و لداعم تعسو رظن زا مک دوب دنه اوخ ینامتراپ دیرخ هب رداق طقف اما تیکلام ساسا رب دنناوتیم دیرخ نیا. دننکیم یگدنز نآ رد آل عفف مک تسای نامتراپ آ دشا ب کرتشم

دیریگب سامت ریژیناشن ب (سیورس پیشرنوا موه) مرادا ب رتشیب تعالطا تفایرد یارب

Home Ownership Service  
Westminster City Hall  
64 Victoria Street  
London SW1E 6QP

قیرط زا ای و (020 7641 8476) مرامش سکاف ای و (0800 454 136) ناگیار نفلت اب ای و دیریگب سامت [homeownership@westminster.gov.uk](mailto:homeownership@westminster.gov.uk) یناشن ب یکی نورتکلا تسپ

## 8

## نيرجاتسم تامدخ

### تاي اڪش و تاداهن شيپ 8 – 1

امش تاي اڪش و افقي پوشت ، تاي رظن زا يه اگا . مينك هئارا امشب يتيفيك اب تامدخ مين مقالع ديراد يرظن ام تامدخ مرابرد رگا . دديم ير اي ار ام تامدخ دوب هب ان آ زا يه اگا هچ ، تسامم ام يارب ، دينك غالب ام هب يراك ماجنا زا ار دوخ يدونشخ دي ه اوخيم اي و ميوش غلطم ن آ زا دي ه اوخيم هك . دير يگب سامت كالم مرادا اب افطل

### تاي اڪش هم اقا هوجن 8 – 2

تيفيك ديهد رظن دي ه اوخيم اي و ديتسين يضا ار ام تامدخ زا هك دراد دوجو يدراوم مين اديم ام . ميشخب دوب هب هنوگچ ار تامدخ هئارا

دراد دوجو ريز حرشب تاي اڪش هب يگديسر يارب مل حرم هس

#### لوا مل حرم

مهارف ار امش تاي اضربابسا و يگديسر تاي اڪش هب دن ناوتيم هجو نيرت هب هك ين اسك ن آ زا هك يتامدخ ري دم اب ماگ ني تسخن رد ني يارب انب . دن تسه تامدخ ناگدن هئارا انامه ، دننك ار تامدافت عوس و ناربج ار كچوك تاهابتشا ناوت يم الوم عم . دير يگب سامت ديراد تاي اڪش . درك فرطرب مل حرم ني ا رد يم سر ريغ روطب و تعرسب

#### مود مل حرم

نيرجاتسم تامدخ مرادا دزن ار دوخ تاي اڪش دين ناوتيم ، ديتسين يضا ار لوا مل حرم جياتن زا رگا مل حرم ني ا رد . دنك يم يگديسر امش تاي اڪش عوضوم هب من القتسم مرادا ني ا و دينك هم اقا نادب يراك زور 10 فرظ و دريگيم رارق يگديسر دروم الماك دي مدرك ناو نع هك يتاي اڪش يرتشيب نامز هب تسامك ، دشاب هديچيپ راي سب تاي اڪش عوضوم رگا . دوشيم هداد خساپ خيرات زا و مينك يم هئارا خساپ رد ريخات دروم رد ار دوخ لئال د هتبل . ميشاب هتساد زايين . مينك يم ناته اگا يئامن خساپ يعطق

نكسم ري دم ، دنك يگديسر نات تاي اڪش هب نيرجاتسم تامدخ مرادا نادن مراك دي ه اوخب رگا تامدخ مرادا اب اميقتسم دن ناوتيم هنرگو . دهد رارق نا ترايتخا رد ار مطوبرم مرف دن ناوتيم ني ا . دير يگب سامت ريز حرشب لي يم يئ اي و ممان لاسرا ، س كاف ، نفلت قي رظن نيرجاتسم . تساموك ين يم " نفلت هب زهجم لاح ني ع رد مرادا

Customer Services  
CityWest Homes  
5<sup>th</sup> Floor, City Hall  
64 Victoria Street  
London SW1E 6QP

نفلت: 020 7641 2889

سكاف: 020 7641 2217

موك ين يم : 020 7641 3207

لي يم يئ:

[housingcustomerservices@westminster.gov.uk](mailto:housingcustomerservices@westminster.gov.uk)

تياكش دين اوتيم ،ديا هدشن يضا ر دوخ تياكش هب يگديسر مود هل حرم زا روبع زا سپ رگا رارق يگديسر دروم زور 15 فرظ امش تياكش .دينك هم اقا يرادرش ياروش لك ري دم دزن ار دوخ هب يگديسر يارب يرت ي نالوط نامز هب هك مين اسريم عالطا هب دش اب مزال رگا هتبالا .دريگيم ميراد زاي ن امش تياكش

همان لاسرا اب و هبتاكم قيرط زا دوخ ي اراي لوسنك زا يكي اب دين اوت يم ،قوف ل حارم رب هوالع اي و "زس يورس پوتسا ناو" زكارم زا ار اراي لوسنك ني ا تي وه .ديريگب سامت (لاه ي تي س) هب ني ا .ديريگب (020 7641 5912) موک ي ني م نفلت اب اي و (020 7641 2322) نفلت اب سامت اب ي ناشن ني ا هب دين اوتيم زين رتسن يمتسو يرادرش ي امن رات زا ار تاعالطا :دينك تفاي رد [www.westminster.gov.uk](http://www.westminster.gov.uk)

### تياكش هب يگديسر يارب يزكرم تلود رومام 3 - 8

يرادرش تام اقم ،دننك يم ركف مك تسا ي دارفا تياكش هب يگديسر تهج ي لفتسم عجرم ني ا دنك يم يگديسر ي تياكش هب طقف يزكرم تلود رومام .دنا هتشادن من افضنم يراتفرا امن ا اب مك تسا اعدا ني ا يواح بلطم و دشاب هتشاذگ رس تشپ ار ركدلا قوف من اگ مس ل حارم مك :ن ا ن اگدن ي امن اي يرادرش

- دنا هدش زيم ا هب تشا يلمع بکترم
- دن هد ماجنا ي تسي اب يمن مک دنا هدش يلمع بکترم
- و دنا هديزرو روصق دن هد ماجنا تسي اب ييم مک يراک ماجنا زا
- تسا هدش ي تل ادعيب لم حتم يکاش ،هچ يتن رد

درب ل اوئس ريز ار يرادرش مذختم ي اهتسايس دن اوت يمن يزكرم تلود رومام

ني ا صوصخم مرف يور ناکم تروص رد و يبتک دي اب يزكرم تلود رومام هب باطخ تياكش "زس يورس پوتسا ناو" زكارم زا دين اوتيم ار عجرم ني ا تياكش دي فس ي اهمرف .دوش هم اقا عجرم :دينك تفاي رد ريز نفلت و ي ناشن اب سامت اب اي و نادنورش ي تروشم رتافد

The Local Government Ombudsman  
21 Queen Anne's Gate  
London SW1 9BU  
020 7222 5622

### دارفا ي صخش ي اه دنورپ هب يس رتسد 4 - 8

اي و امش مراب رد دارفا ي صخش ي اه دنورپ رد ام مک ار ي تاعالطا مک دي رادرخرب قح ني ا زا مقر و دروم رد يرتشيب ي امنهار دن اوتيم ي نامتخاس ري دم .دين ييب ميراد امش راوناخ زا يوضع تفاي رد ي ا من يزه راکن ي ا يارب دراوم بل غا رد .دهد هئارا دراد دوچو من يمز ني ا رد مک ي تاعالطا .مينك يم

دوشيم ظفح ام یرتويپم اک متسيس رد مک ار دوخ هب طوبرم یصخش تاعالطا دي دنمقال ع رگا  
:ديتسرفب ريز یناشن هب ار دوخ یاضاقت ،ديراد تفایرد

Data Protection Officer  
One Stop Services  
Westminster City Hall  
64 Victoria Street  
London SW1E 6QP

### 9 - 1 ؟هچ ینعی نیرجاتسم باختنا

باختنا مورگ. دیراد زاربا نانتلزانم مرادا رد ار دوختایرظن شپپ زاشیب امش ات میدنمقالع ام قرط و اشور. دنکیم هیئارا کمک و شزومآ، هیئامنهار، امش لزانم تیریدم اب طابترا رد نیرجاتسم زادنترابع مک دراد دوجو نانتلزانم تیریدم هب طوبرم روم رد تلخا روطنم هب یتوافتم

- تروص رد ینمچنا نینچ نختاس اپرب ای و نیرجاتسم نمچنا هب ننتسویپ نآ دوجو مدع
- کرتشم یاه دودحم رد ینابغاب ای و تفاظن روم مرادا رد ناگیاسمه اب یراکمه دوخ
- کولب ای و مناخ یفیک دوب هب ای تاریمعت روم زا یضعب تیلویسم لوبق دوخ ینامتخاس
- کولب تیریدم تیلویسم مک دینک اپرب ار ینامزاس دیناوتیم یتح دریک هدهع رب ار امش کالم ای و ینامتخاس

#### نیرجاتسم یانمچنا 9 - 1 - 1

یرتشیب دارفا میراد مقالع یلو دنراد تیوضع انمچنا رد نونکامه ام نیرجاتسم زا یرایسب یامکولب تالکشم لح یارب هیئامراکه ار دنناوتیم انمچنا. دننک تلخا روم منوگن یارد دننک لصاح نانیمطا و هیئارا روم یفیک دوب هب تهج یتادامن شپپ و دنبایب کالم و ینامتخاس دوشیم هجوت نیرجاتسم تایرظن هب مک

#### 9 - 1 - 2 (Neighbourhood Compacts) یراوجه دان

ام اب رتکیدزن دنناوتیم نیرجاتسم یانمچنا مک تسایدعب ماگ "رتکپموک دوومروب ین" هب و میشخب دوب هب ار امش دودحم رد تامدخ هوجن مک دزاسیم دهعتم ار ام داننیا. دننک راک هجوت دنا مداد رارق دیکات دروم دنیلاس یط ار انآ عفتد تیولا نیرجاتسم مک صخش تالکشم نوچ یلئاسم مرابرد وگتفگ تهج کالم نادنمراک اب راب راهچ یلاس لقادح نیرجاتسم. مینک میت. دننک یم تافالم، مداتفا بقع یاه مراج و یلاخ یانامتراپآ مراج، تفاظن، تاریمعت. دمد رارق ناتراپیتخا رد منیمز نیار رد یرتشیب تاعالطا دنناوتیم نیرجاتسم باختنا

#### تیریدم یلحم یاه ممانتقفاوم 9 - 1 - 3

نیرجاتسم هب ار ینابغاب و اه مشیش ندرک زیمت نوچ یتامدخ تیلویسم اه ممانتقفاوم نیامیمصت دوخ زاین دروم تامدخ هب تبسن مک دوب دهاوخ امش میمصت هب. دنکیم لقتنم و رانگاوهب دینکیم تخادرپ تامدخ تباب مک یلوپ دینکیم لصاح نانیمطا قیرط نیازا و دیرگیب مک یوجنب دور رتارف زین نیازا دنناوتیم نینچمه حرط نیازا. دوشیم فرصم یهجو نیرتهب ینامتخاس کولب و لزانم رد یصخش تاریمعت یتسرپرس و تیلویسم دنناوتیم نیرجاتسم. دنریگ هدهع رب ار دوخ

#### تیریدم رد امش قح 9 - 1 - 4

لماش مک) نیرجاتسم تیریدم یامن امزاس مک دندش رادرو خرب قح نیازا نیرجاتسم 1994 لاسزا  
تامدخ هیئارا و تیریدم یاهتیلویئسم زا یخرب و دننک اپرب (دوشیم ناکلام و یلوم عم نیرجاتسم  
دنریگ مدهع رب ار یرادرش کالم و ینامتخاس یاه هعوم جم

## شزوم آ 9 - 1 - 5

ار ین یرج اتسم مژ یوب ن یرج اتسم ته ج شزوم آ یاه مرود ی ئاپرب ناکم ن یرج اتسم بختنم م ییت زا ی فیط اه مرود ن یی . دن کییم مهارف دن کییم لبقیت ن یرج اتسم ی امن چن ا رد ی دیلک یاه شقن مک مدمع یاه مژورپ یارجا و تاسلج مرادا و ی ئاپرب موحن ، یرتویپم اک ی اهترام م لمج زا ، اهترام دریگییم ربرد ار ی تاریم عت

## دیریگ رارق تروشم فرط مک امش قح 9 - 2

نکام تیرییم هب طوبرم لئاسم زا ی فیط مرابرد "ن ام ارد" ن یرج اتسم مامت اب م ی دن مقال ع داختا ی میمصت مکن یی ا زالبق میروا مهارف ار ناکم ن یی ا ناتیارب و مینک تروشم ینوکسم دوخ ی تیرییم یشم یطخ مکن ا زالبق مک تسا ینعم نادب ن یی . میوش هاگآ امش ت ایرظن زا مینک دیدج ی تادمخ میه اوخب ای و میهد ری یغت ینوکسم نکام ی فیکی دوبهب و یرادمگن و ظفح رد ار تهج یزیر ممانرب راک ردنا تسد مک یدروم رد . میوش ایوج ار امش ت ایرظن ، مینک هی ارا ن یرج اتسم تاریم عت ماجنا ن یی ح و لبق دیاب انوناق ، میتسه کالم و امن امتخاس ی ساسا تاریم عت ی امنهار " موزج تاجردنم افطل منیمز ن یی ا رد رتشیب تاعالطا یارب . میهد رارق تروشم فرط ار مرادا زا دیناوتیم مک ار " ی تاریم عت مدمع یاه مژورپ هب طوبرم ی اهتروشم مرابرد ن یرج اتسم دینک هعلاطم دینک تفایرد کالم

## یلحم و یرهش حوطس رد - ن یرج اتسم تکر اشم داهن 9 - 3

یبا ییتسد و ده عت مینکییم هی ارا مک ی تادمخ دوبهب رد ن یرج اتسم اب یراکمه هب ار ام داهن ن یی ن یرج اتسم یارب داهن ن یی . دزاسیم نکمم دوخب طوبرم روم رد ار ن یرج اتسم نداد لیخ فاده هب ار اهت یول و یراکمه ن یرج اتسم باختن ا میت و امرای لوسنک اب مک دن کییم مهارف ار تصرف ن یی دنک صخشیم یلحم و یرهش حوطس رد

رشتنم ی ئاه موزج ، اه ممانرب رد ن یرج اتسم تکر اشم موحن منیمز رد ن یرج اتسم باختن ا داهن دیدر ا تفایرد دوخ کالم رتفد زا ناوتیم ار موزج ن یی . دن کییم

ریز یناشن اب دیناوتیم ، کالم مرادا رب موالع لئاسم ن یی ا دروم رد رتشیب تاعالطا بسک یارب : دیریگب سامت ینفلت ای و اب تک

The Residents' Choice Team CityWest Homes  
5<sup>th</sup> Floor  
City Hall  
64 Victoria Street  
London  
SW1V 6QP

Freephone 0800 731 3246.

## 10 هم يېب

نډرک هم يېب لویوئسم و دینکیم یگدنز نآ رد مک تسای ئامن امتخاس یلصا کلام یرادرش یاروش  
ی مومع تاراسخ هم يېب یراد نینچمه یرادرش یاروش. یراد مان نامتخاس هم يېب، هم يېب نی یا. تسای ان آ  
لئاسو و هیثا انا هم يېب یارب. دوش یمن امش یصخش لئاسو و مدن ریگرب رد هم يېب عون نی یا. تسای  
دینک م ادقا اصخش دیاب ناتلزنم یصخش

### 10 - 1 نامتخاس هم يېب

مینک ناربج ار نافو ط ای یزوس شتآ زا یشان تاراسخ میناوتیم هم يېب نی انتشاد اب

### 10 - 2 ی مومع تاراسخ هم يېب

نوناق بجومب، دوش تارج ای تاراسخ، نایز و تافلت لم حتم یسک، یه اب تشا هجیتن رد رگا  
تسای امان هم يېب نینچ یراد لیلد نی یا. هب یرادرش یاروش. مینک تاراسخ ناربج دیاب

مک دشاب تاکن نی دپوم دیاب ممان هم يېب نی اب طاب ترا رد یو ادع:

- دوب یرادرش مدهع رب تیلویئسم
- تسای مدرک روصق تیلویئسم لوبق رد یرادرش
- تسای دوب قوف دراوم هجیتن رد تاراسخ و تافلت

س اسح و دتفایب یقافتا رگا - ی مومع تاراسخ هم يېب و نامتخاس هم يېب بجومب یو عد ماقا  
دی رانگ نایمرد نکسم ریدم اب ار بلطم دیاب، دیروا لمعب تاراسخ ناربج یاعدا دیناوتیم دینک  
زین یصخش لئاسو لم اش امش یو عد هچنانچ و دینک هی ارا ار رما تاییژج دیناوتیم ات دیاب  
دینک ظفح یسرزاب تهج ار هدی تاراسخ سانچا، دوشیم

### 10 - 3 هناخ لئاسو هم يېب

یزوس شتآ نوچ یقافتا ربارب رد ار ناتلزنم یصخش هیثا انا و بابسا مینکیم هیصوت  
، دناوح ماگن هب و دنرادن ار ای هم يېب نینچ امر او ناخ زا یرایسب. دینک هم يېب تقرس و بالیس  
هم يېب تکرش اب. تسای لکشتم ناش یارب لئاسو نینچ ندش فلت تروص رد تاراسخ ناربج  
هدیناسر مهب نی رجاتسم یصخش لئاسو هم يېب تهج یرادم و رارق (Royal and Sun Alliance)  
هیصوت هتبالا. دینک تفایرد نکسم ریدم زا دیناوتیم ار نینمز نی ا رد رتشیب تاعالطا. میا  
وگتفگ زین هم يېب رگید یامتکرش اب مراشا دروم هم يېب تکرش اب قفاوت زا لبق مینکیم  
دی ریگب تمیق و دینک

### 10 - 4 ناراکن امیپ هم يېب

دیاب اه یچتفاظن و اهانب لثم، دننکیم راک تامدخ ناگدننک نی مات یارب مک یناراکن امیپ مامت  
یلامتخا یراک لامه زا یشان تاراسخ ناربج یارب هم يېب نی یا. دنشاب هتشاد لامک هم يېب  
مراو تاراسخ ممان هم يېب نی بجومب. تسای ام کالما و امنامتخاس رد فئاظو ماجنا ماگنه ناراکن امیپ

مادقا ناراکن امیپ هیلع یوعد هماقا هب دشاب مزال رگا. دوشیم ناربع زین امش یصخش لئسو رب  
ریدم اب اًفطل، دیتفرگن دوخ مادقا زا یا هجیتن رگا اما. دیا فرط راکن امیپ دوخ اب، دیزرو  
دیوانگ نایم رد یو اب ار لکشتم و دیریگب سامت نکسم