

هل هناك شخص ما يؤذيك أو يعاملك بسوء؟  
لا تسمح للأذية أن تحصل لك  
دع شخص ما يعرف

أوقف الأذى  
تكلم بصوت عالي!

ماذا إذا احتجت مساعدة للتكلم مع شخص ما؟  
إنه ليس من السهل لجعل الناس ليستمعوا لك.  
بعض الأحيان أفضل طريقة ليستمعوا لك هو أن تجعل شخص ما تثق به ليساعدك.

من الذي أستطيع أن أبلغ؟  
إذا كنت أنت أو شخص ما تعرفه يؤذى أو يتجاهل, إتصل بالرقم 01383 602200

إذا تجد صعوبة في القيام بكالمة هاتفية, قل لشخص تثق به واسأل منه ليساعدك.  
الأدفوكيت هو الشخص الذي يستطيع أن يساعدك للتكلم بوضوح عن نفسك, أو يتكلم بالنيابة عنك عن الأشياء التي تكون مهمة لك. إذا كنت تريد مساعدة من هذا النوع من الخدمات, إتصل بأحد الأرقام التالية:

#### Advocacy organisations for:

منظمة الدعوة للكبار الذين يعانون من الإعاقة التعليمية  
**Adults with learning disabilities**

الناس أولاً

**People First (Fife)** 01383 624885 or 07834 328821  
[kate.croft@peoplefirstscotland.org](mailto:kate.croft@peoplefirstscotland.org)

مبادرة الدعوة دونفيرم

**Dunfermline Advocacy Initiative (West Fife)** 01383 624382  
[enquiries@dunfermlineadvocacy.org](mailto:enquiries@dunfermlineadvocacy.org)

الصوت المتساوي في مركز فايف

**Equal Voice in Central Fife** 01592 653754  
[info@equal-voice.org.uk](mailto:info@equal-voice.org.uk)

صمني معك!

**includeME! (North East Fife)** 01334 656242  
[contact@includeme.org.uk](mailto:contact@includeme.org.uk)

كبار يعانون من مشاكل ذهنية صحية أو انحراف  
Adults with mental health problems or dementia

حلقات شبكية لفايف

Circles Network Fife 01592 645360  
[Info,fife@circlesnetwork.org.uk](mailto:Info,fife@circlesnetwork.org.uk)

كبار السن  
Older People

منتدى كبار السن فايف  
Fife Forum 01592 643743  
[info@fifeforum.org.uk](mailto:info@fifeforum.org.uk)

الاعتناء بالناس اليافعين  
Looked After Young People

من يهتم؟ اسكتلاندا  
Who Cares? Scotland 07712 872096  
[rdearden@whocaresscotland.org](mailto:rdearden@whocaresscotland.org)

Barnardo's Children's Rights Service 01592 651482  
[fifeservices@Barnardos.org.uk](mailto:fifeservices@Barnardos.org.uk)

ما هو الضرر؟

الضرر هو عندما يؤذيك شخص ما أو يعاملك بسوء.  
هذا قد يكون بسبب أنهم يعتقدون بأنك تختلف عنهم.  
الضرر دائما خطأ.

إذا لا تستطيع أن تحمي نفسك من الضرر فإنه من الضروري أن تبلغ شخص ما.  
كل شخص له الحق أن يكون آمناً.

لا يجب أن يضرك أحد بعمد أو يوقفك من التحرك. لا ينبغي أن تضرب, تركل, تلکم, تعض أو يخضك أحد ما.  
هذا يدعى ضرر جسدي.

لا يجب أن يسألك أحد ما أن تفعل أي شيء جنسي أنت لا تريب أن تقوم به, أو يلمسك بطريقة لا تشعرك بشيء  
صحيح. هذا يدعى ضرر جنسي.

لا يرهبك أحد, يهددك أو يشعرك بالخوف. لا يجب أن يهملك أو يقول لك ماذا تفعل في أي وقت. لا يجب أن  
يحتقرك أحد أو يعاملك كطفل. هذا يدعى ضرر عاطفي.

لا يجب لأحد أن يمنعك من استخدام أو حفظ أموالك. لا يجب لأحد أن يحاول أن يسرق أموالك أو فوائدك. لا  
يجبرك أحد أن تعطيه أموالك, أو يغير حريرتك إذا كنت لا تريد. هذا يدعى ضرر مالي.

في بعض الأحيان عندما يكون الناس غضبي جدا أو قلقى فإنهم يضررون أنفسهم لأن ذلك يجعلهم يشعرون  
أفضل. هذا يدعى ضرر شخصي. عدم الاهتمام بنفسك جيدا يكون الإهمال الشخصي.

ماذا سيحصل إذا أبلغت عن ضرر؟

عضو من الهيئة العاملة سوف:

- يستمع إليك ويأخذ أقوالك بجدية
- يتأكد من أنك تكون آمن
- يحضر لك علاج طبي إذا تحتاج إليه
- الاتصال بالشرطة إذا كان هناك اشتباه بجريمة
- مشاركة محترفين آخرين للتحقيق وحمايتك من ضرر آخر

لا تدع الضرر يحصل لك. دع شخص ما يعرف. اتصل 01383 602200

إذا تعتقد أن شخص ما يتضرر أو شخص ما يضرك.....

تكلم بصوت عالي! دع شخص ما يعرف

اتصل بهذا الرقم لتقديم بلاغ عن ضرر: 01383 602200

في حالات الطوارئ اتصل بالرقم 999

الصم ومستخدمي لغة البريلي/والناس ذو سمع سيئ: يستخدمو خدمة الرسائل النصية:

07781 480 185 (متوفرون من 8 صباحا – 8 مساء)

[www.fife.gov.uk/adultprotection](http://www.fife.gov.uk/adultprotection)

هذه المعلومات متوفرة بلغات وأشكال أخرى بالإضافة إلى مفسري البي أس أل, بالاتصال بالرقم