

Tetum

Lia nakloke

Tama lai ba Matadalan Seguru ba Aman-Inan iha Irlanda Norte.

Ita-nia serbisu hanesan aman-inan knaar ne'ebé bele toos liu hotu – nia bele fó rekompensa maibé nia bele dezafia dala balu. Ida ne'e serbisu iha ne'ebé aman-inan sira hetan formasaun uitoan tebetebes atu prepara sira ba buat ne'ebé sei mai. Ami hein matadalan ne'e sei haboot Ita-nia knaar no matenek.

“Troubles” (violéncia polítika) iha impaktu boot tebetebes iha moris ba labarik sira no ema klosan sé moris iha Irlanda Norte. Aman-inan sira sé terus trauma ka lutu hanesan rezultadu “Troubles” nian hanoin nafatin karik toos liu atu enfrenta.

Familia ida-ida enfrenta bá-mai difikuldade no ne'e bele prova aman-inan di'ak liu hotu. Kuandu presau seluk to'o, sira ne'e bele halo knaar toos kuaze imposivel. Iha oras sira ne'e nia bele sai toos ba hanoin kona-ba saida tulun ka informasaun Ita presiza karik.

Dalan ne'ebé Ita enfrenta difikuldade sira maka halo diferença ba oin Ita-nia labarik sira reaje, oras ne'e no iha futuru. Iha dalan ruma ne'ebé bele ajuda ba halo knaar aman-inan nian esperiéncia ida ne'ebé fó ba Ita estrese menus **no** rekompensa liu.

Matadalan kona-ba saida?

Matadalan ne'e fó ideia no informasaun ruma ba ajuda Ita atu hetan Ita-nia dalan liuhosi buat ida ne'ebé iha lia no konsellu resikliu dala balu. Ita sei haree ami tau referéncia iha seksaun ruma atubele ajuda Ita. Iha mós kontaktu no informasaun seluk Ita bele hala'o bainhira Ita decide dalan atu trata ho Ita-nia susar no difikuldade. Matadalan ne'e mós iha lista ruma sinál avizu partikulár difikuldade no fó konsellu no tulun.

Sé maka hakerek matadalan ne'e?

Matadalan ne'e hakerek tiha hosi Departamentu Saúde, Servisu Sosiál no Seguransa Públika nian, hamutuk ho Komite Protesaun Labarik Área nian hosi Konsellu Saúde no Servisu Sosiál 4.

Konteúdu	Pájina
‘Babysitter’ – ema sé haree labarik ha’u bele husik ha’u-nia labarik ho sé?	4
Mii iha kama no difikuldade toba Ha’u ajuda ha’u-nia labarik oinsá?	6
Hakdedar istória loos	8
Protesaun labarik nian realidade no mitu sira	10
Labarik & kuidadu loron nian Ha’u hakotu oinsá?	12
Husik labarik sira matenek no lei	14
Labarik sira ho kburun Ita la mesak de’it	16
Hili atividade ba labarik sira diverte an no hela seguru	18
Abuzu doméstiku afeita labarik sira oinsá?	20
Labele doko bebé dalan oioin ba trata	22
Uzu aat droga no alkool nian Ha’u bele hatene oinsá?	24
Saúde & seguransa hela ho Ita-nia labarik seguru	26
Hahán ba isin-di’ak halo fundasaun di’ak ida ba isin-di’ak	28
Seguransa Internet teknolojia foun, problema tuan	30
Sira iha ne’ebé? se sira la iha uma ka eskola	32

Aman-inan pozitivu & laran-kmanek halo sira sente kapás!	34
Eksplotasaun Seksuál abuzu liuhosi prostituisaun	36
Isin-rua foin-sa'e & atividade seksuál ko'alia ba ema klosan	38
Hakilar tun-sa'e kuandu loron ida-ida loron toos	40
Ita susar kona-ba labarik seluk? Ita tenke tama klaran ka lae?	42
Organizasaun sira ne'ebé bele ajuda	44
Publikasaun util sira	46

‘Babysitter’ – ema sé haree labarik

“Husik Natalia ho ema ruma toos, maibé ha’u presiza tebetebes iha tempu-leet ida dala balu. Ha’u sei preokupa sempre se ha’u bele karik la depende hosi no konfia [ema](#) haree ha’u-nia labarik. Ha’u ksolok duni ha’u pasa tempu tiha ona atu hetan ‘babysitter’ loos duni.”

Sinál avizu

Labarik sira sei la bele nafatin dehan ba Ita se buat ruma sala, entaun note mudansa sira iha sira-nia mood, hahalok no oin fíziku. Halo lia-kotu ho ‘babysitter’ ba ko’alia kona-ba, hosi komesu, asidente no insidente hotu.

Asaun

Uza ema Ita konfia ba kuidadu ba Ita-nia labarik ka husu ba sira ba rekomende ema ruma. Ko’alia ba seluk família sira sé iha uza ‘babysitter’ Ita konsidera.

Dehan saida?

Hateten ba ‘babysitter’ **buat hotu** kona-ba rotina labarik Ita-nian no buat ne’ebé nia gusta ka la gusta. Hateten ba ‘babysitter’ kona-ba Ita-nia regra, hanesan la iha basan. Sempre hafó númeru kontaktu iha emerjénsia ruma.

Prevensaun

Asegura Ita sente ksolok duni kona-ba Ita-nia ‘babysitter’ antes Ita husik Ita-nia labarik iha ninia [kuidadu](#).

Kontaktus

- Royal Society for the Prevention of Accidents (RoSPA)
028 9050 1160
- NSPCC
0808 800 5000 ba matadalan

- Labarik sira depende hosi sira-nia aman-inan ba sira-nia seguransa
- Ita-nia labarik iha direitu ba kuidadu ne’ebé livre hosi halo aat
- Asegura Ita-nia labarik hetan di’ak liu hotu kualidade kuidadu
- Hili Ita-nia ‘babysitter’ ho kuidadu
- Sees hosi husik Ita-nia labarik **ho** ema ruma idade menus duké tinan 16
- Asegura Ita-nia ‘babysitter’ bele kontaktu Ita iha emerjénsia ruma

ha'u bele husik ha'u-nia labarik ho sé?

As aman-inan Ita iha responsabilidade ba seguransa no rahun-di'ak Ita-nia labarik. Hanesan rezultadu ida, nia importante Ita hanoin liu ho kuidadu kona-ba suitability [ema](#) ruma Ita bá husik sira ba, kala ne'e ema-li'ur ida, parente besik ka belun ida.

Kuandu Ita husik Ita-nia labarik iha kuidadu ema seluk, Ita depende hosi ema ba asegura Ita-nia labarik seguransa no rahun-di'ak. Kuandu konsidera ema seluk ida sé haree ba Ita-nia labarik, nia importante Ita hili ema ruma sé iha kompeténsia no nivel aas ne'ebé Ita hein hosi Ita rasik karik. Ne'e hatama ema ruma sé sei asegura Ita-nia labarik sira hetan han, seguru, iha kuartu ba halimar no sente seguru no ema ruma sé sei bele trata ho difikuldade ne'ebé karik mosu.

'Babysitter' ida sei mai baibain ba Ita-nia uma ba haree Ita-nia labarik. Asegura Ita ko'alia ba Ita-nia 'babysitter' antes Ita sai. Husik sira hatene bainhira ba hein Ita fila mai no tenke tebes sira iha detalle kontaktu se iha emerjénsia karik.

'Babysitter' la presiza kualifikasaun ka sertifikadu ida ba haree labarik. Nu'udar rezultadu ida, ema ruma bele hateten ninia servisu hanesan 'babysitter' ida. NSPCC rekomenda ne'ebé 'babysitter' ida **tenke** iha [tinan](#) 16 pelumenus, tanba ema ho tinan 16 no tuan liu, sei hatene barak liu kona-ba perigu no **risku** potenciál no bele karik buka tulun lailais se nia presiza.

Rekomendasaun idade ne'e mós kona-ba asaun posivel ne'ebé polisia bele halo se buat ruma sala mosu karik no se ema kanek todan karik. Ita, hanesan aman-inan ida, bele responsível dala ruma se buat ruma ba sala se Ita-nia 'babysitter' iha menus duké [tinan](#) 16.

'Babysitter' ida ne'ebé bele konfia sei iha reputasaun lokál **di'ak** beibeik ne'ebé belun ka viziñu bele hameno. Maibé nia importante tebes Ita hasoru ho 'babysitter' antes Ita hakotu ba husik Ita-nia labarik iha ninia kuidadu.

Mii iha kama & difikuldade dukur

“Ha’u sai laran-lametin tempu ida-ida ha’u tau nia ba kama. Ha’u falta kala rutina duni, maibé dala ruma ha’u kole liu no ha pasiénsia uitoan liu. ha’u nunka hahi’i nia ba bá hotu kalan lahó mii ninia kama. Ha’u hirus de’it bainhira ha’u tenke troka lensol (hena-taka) fali, ne’ebé la’ós tulun duni ida.”

Sinál avizu

Iha ne’ebá karik fíziku razaun ida ba Ita-nia labarik ba mii iha kama maibé Ita **tenke** mós hein ba haree iha ne’ebá mudansa foun kualkér iha nia. Ita-nia labarik parese ba la kontente? **Buat ruma** mosu ona iha família ka iha moris labarik Ita-nian hanesan mamosuk traumátika ida ne’ebé halo nia preokupa?

Asaun

Hela hakmatek se Ita-nia labarik mii iha kama.

Buka atu haree kala iha tempu partikular ida bainhira Ita-nia labarik mii. Asegura Ita-nia labarik bá sentina kedas antes bá kama.

Se Ita laran-susar, ko’alia kona-ba Ita-nia susar ho Ita-nia vizita saúde ka doutór.

Buka apoiu ba Ita rasik.

Ha’u tenke dehan saida?

Hahi’i Ita-nia labarik kuandu sira dukur kalan hotu. Labele kastigu Ita-nia labarik se sira la dukur durante kalan, ka se sira mii iha kama. Fó ba Ita-nia labarik oportuniaun ba ko’alia kona-ba sira-nia laran ho Ita, buka atu tahan hakmatek no deskansa lahó hatudu sinál sira laran-lametin ka tensaun. Buka atu dezenvolve an komprende ba oinsá sira sente no kala sira laran-susar kona-ba mii no buat seluk.

Prevensaun

Asegura Ita-nia labarik hatene sira bele fahe susar kualkér ho Ita. Se Ita hakarak konsellu kona-ba buat sira Ita bele halo ba buka atu prevene mii, ko’alia kona-ba Ita-nia susar ho Ita-nia vizita saúde ka doutór.

Kontaktus

- Ita-nia vizita saúde
- Ita-nia doutór
- Kontaktu ERIC - Enuresis Resource & Information Centre iha Bristol ba detalle klínika Ita-nian besik liu hotu, ka ba informasaun liu - 0117 960 3060 ka vizita sira-nia web site www.eric.org.uk
- Labarik sira mii ho neon dala ladún barak
- ema hafolin labarik 1 hosi 4 sé ho tinan tolu no labarik 1 hosi 6 ho tinan lima mii iha kama fila-fila
- mii iha kama karik sinál problema fíziku ida, maibé beibeik liu Ita-nia labarik sei aprende mamiik kontrolu iha hakat sira-nian rasik
- Labarik ida-ida banati lahanesan ba dukur

- Take tempu ba halo rutina tempu kama ida, ne'ebé hatama ida tempu ba Ita-nia labarik ba haksolok no hakmatek antes bá kama
- Se Ita-nia labarik beibeik hadeer iha kalan buka atu sai tanbasá nia hadeer ona, porezemplu, ida ba mehi ka laha

ha'u bele ajuda ha'u-nia labarik oinsá?

Mii iha kama

Ita-nia labarik provavel liu aprende ba kontrolu sira-nia mamiik se Ita deskansa no hakmatek kona-ba nia. Hano-in-hetan Ita-nia labarik sei aprende at sira-nia rasik hakat no hahi'i envezde kastigu sei ajuda. Iha idade tolu no haat tinan leet Ita-nia labarik provavel ba maran durante loron, ho asidente okazionál. Hano-in-hetan, ne'e la'ós mudansa instante ida beibeik, maibé prosesu graduál ida iha ne'ebé liu no liu loron sei maran loron sira.

Nia la fasil ba hatene tanbasá ruma labarik sira presiza tempu naruk liu ba maran iha kalan duké ema seluk. Maibé, sira la mii kama tanba baruk ka falta vontade nian. Hosi tinan neen ba hitu sira mii iha kama dala ruma. Maski ne'e karik kria tensaun ba Ita no Ita-nia labarik rua hotu, buka atu pasiénsia. Labarik ida ba mii ka tee dala ladún barak tanba sira hakarak. Se, depois idade tinan hitu, Ita-nia labarik mii iha ninia kama filafali, númeru ida fatór ka mamosuk traumátiku ida kauza karik problema. Ko'alia ba Ita-nia labarik kona-ba kama mii no aseguira fali sira labarik seluk tuan liu sira mós esperiénsia ida-ne'e. Ko'alia kona-ba kualkér susar kona-ba Ita-nia labarik ho Ita-nia doutór ka vizita saúde.

Difikuldade dukur

- Iha barak oioin razaun tanbasá bebé no labarik klosan sira la dukur durante kalan.
- Buka atu harii rutina dukur ida **sedu** hanesan semana neen se Ita bele.
- Sente konfidente iha Ita rasik ba hatene kala Ita-nia labarik laran-nakali duni ka la hakmatek de'it.
- Se Ita-nia beibeik la bele dukur tanba Ita-nia labarik la bele dukur, husu ba parente ka belun ida Ita konfia ba haree Ita-nia bebé ka labarik ba Ita bele dukur.

Halo rutina ida

Barak bebé no labarik sira esperiénsia dukur difikuldade iha tempu ruma. Nia importante ba buka atu halo ida rutina dukur kalan regulár ba Ita-nia labarik tau sira ba kama iha tempu regular ida kalan ida-ida. Prepara ambiente manas ida, konfortavel ba sira ba haksolok. Lee ba Ita-nia labarik iha tempu kama ajuda Ita-nia labarik ba haksolok no hakmatek. Se Ita-nia labarik ta'uk kalan, buka atu tahan ahi-oan ida on kalan. Boneka favorita ida ka rua iha kama karik mós rahun-di'ak ida se Ita-nia labarik hadeer durante kalan. Se Ita susar Ita-nia labarik iha difikuldade séria ba

dukur, ka la dukur beibeik durante kalan, ko'alia kona-ba Ita-nia susar ho Ita-nia doutór ka vizita saúde.

Hakdedar

“Nia mosu lora barakliu. Sira hateten ha’u bokur, ha’u iis. Sira maka’as ha’u ba fó osan ba sira fali horisehik. Sira iha klase oin-ida no sira beibeik hamnasa ha’u. Sira dehan se ha’u hateten nia sai aat liu dala sanulu. Dala balu ha’u la bá eskola... Ha’u la bele tahan ho nia ona.”

Sinál avizu

Se labarik sira sai ka la bá eskola, sira karik la sempre bele dehan Ita se buat ruma sala. Hatene mudansa sira iha sira-nia laran, hahalok no oin fíziku lahó razaun. Ita-nia labarik mós bele iha kanek laiha razaun ka esplikasaun ba sira.

Asaun

Haree diretór iha eskola labarik Ita-nian ba hetan ninia apoiu no ba aseguira ema halo asaun natoon. Se hakdedar mosu iha eskola li’ur, konsidera kontaktu família labarik sé maka hakdedar no buka atu hetan dalan ida ba serbisu hamutuk ba rezolve nia.

Ha’u tenke dehan saida?

Refuza ba tahan hakdedar-na’in. La’o bá lai, dehan adultu ka belun ida no sees hosi baku malu.

Aman-inan – rona Ita-nia labarik, aseguira fali no iha ne’ebá ba sira.

Prevensaun

Ko’alia ba Ita-nia labarik kona-ba sira-nia lora iha eskola.

Hanorin Ita-nia labarik ba respeita ema seluk hosi otas klosan.

Hanorin Ita-nia labarik prekonseitu no hakdedar ne’ebé ema labele aseita

Kontaktus

- Profesór/prinsipál labarik Ita-nian
- Ita-nia Konsellu Edukasaun no Biblioteka lokál– haree pájina 44 & 45
- PSNI
028 9065 0222
- Kidscape
08451 205 204- tulun ba aman-inan
- Parents Advice Centre
0808 801 0722- númeru grátis ba tulun

• Labarik sira iha direitu la ba halo aat

• Hakdedar hahalok ne’ebé ema labele aseita

• Hakdedar bele mosu ba labarik ruma iha idade ruma

• Halo buat ruma hosikedas se Ita hanoin ema hakdedar Ita-nia labarik

- Labarik sira presiza dalan sira ba proteje an no buka tulun
- Fó konsellu ba Ita-nia labarik ba halai sai, hakilar no dehan

Istória loos

Hakdedar esperiénsia ta'uk ida. Nia bele izola no aat konfidénsia iha ema [klosan](#) rasik. Hakdedar ruma beibeik de'it iha efeitu negativu ho tempu-naruk ba labarik sira, ho laran-kraik no mezmua halo aat an ka suisídiu.

Loron ida iha eskola tempu bainhira influénsia labarik seluk nian importante liu no labarik hanoin sira tenke tama buat hotu. Se labarik haree labarik seluk diferente ba kualkér razaun, sira bele hakdedar labarik sira ne'e. Nia laran-kraik, ita moris nafatin iha sosiedade ida iha ne'ebé diferente iha dalan kualkér bele arti ridíkulu no hakdedar (sira hasara aman-inan/adultu beibeik) no ne'e asegura prekonseitu sira sei kontinua ba jerasaun oinmai. Nia importante tebetebes ba buka hatene ba possibilidade hakdedar nian no ba tenke tebes Ita hatene sinál avizu sira.

Ita hanoin karik nia la provavel ema seluk hakdedar Ita-nia labarik maibé hakdedar bele mosu iha tempu kualkér no ba labarik kualkér duni.

Hakdedar-na'in sira sé halo aat labarik seluk sira nafatin mós presiza apoiu no tulun. Sira karik iha esperiénsia difikuldade sira-nia rasik iha uma, ne'ebé kria karik asaun sira-nia. Bufa susar karik ajuda sira ba hetan tulun mós.

- **Hakdedar bele mosu iha fatin ruma maibé nia bele mosu iha eskola hotu**
- **Hakdedar bele iha forma barak, hosi abuzu verbál ba intimidasaun no atake fíziku**
- **Labarik ida ka labarik barak bele hakdedar no abuza labarik ida**
- **Hakdedar-na'in sira la sempre tuan liu duké labarik sira halo aat**

Se Ita-nia labarik dehan Ita kona-ba belun ida ka kualkér labarik seluk sé ema hakdedar - rona ho kuidadu. Labarik ida ne'ebá la bele karik dehan ba an saida maka mosu. Labele ta'uk ba buka konsellu (haree Puntu sira ba Asaun)

Eskola hotu iha Irlanda Norte tenke hatama, iha sira-nia polítika dixiplina nian laran, hahalok ba prevene forma hakdedar hotu. Maibé, asaun eskola mesak la bele guarantee susesu no nia importante aman-inan no eskola serbisu hamutuk.

Se Ita la kontente ho dalan Ita-nia labarik eskola trata ho lia, Ita bele hetan apoiu hosi **Konsellu Edukasaun no Biblioteka** ba Ita-nia area.

Protesaun labarik nian

“Abuzu labarik nian bele iha barak forma hanesan aat fíziku, negliénsia, abuzu seksuál ka emisionál. Abuzu mosu iha fatin barak no adultu ka labarik sira seluk bele abuzo. Labarik hatene dala ruma ema sé abuzo nia, maibé ema-li’ur mós bele abuzo nia. Serbisu-na’in sosiál sira serbisu hamutuk ho família sira iha ne’ebé iha susar ba asegura sira hetan apoiu antes buat sira to’o krize ida.”

Sinál avizu

Labarik sira sofre abuzo karik hatudu sinál fíziku ka hahalok sira nune’e as:

- halimar dalan natoon seksuál, ho boneka ka buat seluk;
- sai laran-nurak ka belit resikliu;
- mudansa iha personalidade – sai inseguru; regress ba klosan liu hahalok hanesan mii iha kama ka susun limafuan boot

Asegura Ita hatene saida mak abuzo labarik nian - kontaktu helplines iha seksaun Kontaktu sira ba informasaun liután.

Asaun

A serbisu-na’in sosiál (no/ka polísia dala balu) sei hasoru ho família kuandu bufa abuzo. Sira sei mós ko’alia ho profesionál seluk atubele halo desizaun kona-ba oinsá ajuda Ita no Ita-nia labarik.

Ha’u tenke dehan saida?

Se Ita laran-susar kona-ba tratamentu labarik ida Ita-nian rasik ka ema seluk, buka konsellu kona-ba apoiu prátiku no emisionál Ita bele hetan.

Prevensaun

Ne’e importante katak labarik sira hatene

- saida maka sira tenke halo bainhira sira la sente seguru
- oinsá ba dehan ‘Lae’ ba husu adultu nian ne’ebé halo sira sente laran-susar
- Ita sei rona ho kuidadu ba sira kuandu sira hateten Ita kona-ba buat sira ne’ebé kauza sira susar
- sé ba ko’alia ba no oinsá atu hetan ba ida seguru fatin ka ema bainhira sira sente laran-lametin ka ta’uk?

Kontaktu sira

- Ita-nia HSS Trust lokál
haree pájina 44
- Ita-nia serbisu-na’in sosiál
- Ita-nia vizita saúde
- PSNI - 028 9065 0222
- NSPCC 0808 800 5000 - númeru grátis ba tulun
- Parents Advice Centre –0808 801 0722 - númeru grátis oras 24

- Aman-inan maka responsível ba seguransa labarik sira-nian
- Servisu sosiál sei tama bainhira ema fahe susar
- Desizaun kona-ba abuzu presiza kuidadu barak
- Profisional hakarak serbisu hamutuk ho familia sira
- Labarik sira uitoan hasai hosi uma hala'o alegasaun ka investigasaun abuzu nian
- Família labarik nian rasik maka haree sira di'ak liu hotu

realidade no mitu

Adultu ruma abuzu labarik sira ho neon no beibeik liu hotu, kuandu abuzu mosu duni, família presiza apoiu, la kastigu ka hasai labarik sira-nian.

Serbisu-na'in sosiál no profisionál seluk sira tama kuandu aman-inan karik la bele ba proteje sira-nia labarik hosi halo aat no presiza adisional tulun no apoiu. ida espesiálista polísia team sei investiga alegasaun abuzu ho serbisu-na'in sosiál sira ajuda proteje labarik sira no hakotu kala ema halo ofensa ida kontra labarik ida ona.

Iha **mitu** barak kona-ba protesaun labarik nian, maibé ne'e maka realidade duni

1. Bufo abuzu labarik nian la sempre arti ema hasai labarik hosi uma.

Hasai labarik sira hosi sira-nia kuidadu sira la'ós knaar uluk atu fó investigasaun protesaun labarik nian no dala mosu ladún barak. Serbisu-na'in sosiál sira bele hasai labarik sira hosi uma ho ordén ida hosi tribunal de'it, depois sira hatudu ona iha ne'ebá **risku** sériu no kedas ida ba sira-nia rahun-di'ak. Polísia mós iha poder sira iha situasaun emerjénsia ba proteje labarik sira kuandu sira konsidera nia nesesáriu.

2. Labarik sira karik la dehan ema ruma sira-nia abuzu mezmú sira ne'ebá sira konfia.

Labarik sira la bele karik dehan sira ema abuzá ka komprende saida mak mosu ona. Sira karik maibé hatudu sinál sira ne'ebé kein aman-inan no ema seluk sé haree labarik ba saida mak mosu ba sira ona.

3. Abuzu labarik nian la sempre fasil ba hatene.

Beibeik an assessment labarik no família presiza atubele loke saida mak mosu ona no ba hakotu saida mak apoiu no protesaun sei di'ak liu hotu ajuda. Hanesan rezultadu ida, nia bele, dala ruma, toos ba sees hosi distúrbu ruma iha moris família nian. Serbisu-na'in sosiál ida sei husu kestaun ba kona-ba família, konsidera frekuénsia no gravidade insidente nian no efeitu iha labarik. Fatór sira ne'e hotu sei ajuda ba hakotu saida maka **tenke** mosu oinmai ba apoiu no proteje labarik no família.

Serbisu-na'in sosiál sira no polísia iha responsabilidade ida iha [lei](#) ba investiga abuzu labarik nian. NSPCC mós iha podér ida, iha lezizlasaun atuál, ba investiga no foti lia hasoru ema nia rasik.

4. Protesaun ba labarik sira la'ós responsabilidade profisionál de'it

Nia la'ós responsabilidade serbisu-na'in sosiál nian de'it ba asegura labarik sira seguru. Sira depende hosi informasaun hosi aman-inan, família, profisionál seluk no komunian lokál sé hotu halo parte importante iha identifikasaun susar kona-ba labarik sira sé sira kontaktu. Ne'e ajuda ba asegura família ható'o apoiu antes situasaun sai toos liu.

Kuidadu labarik & kuidadu loron nian

“João iha tinan 7, no ha’u kuidadu liu ba vizita klube depois-eskola no ko’alia kona-ba ninia nesesidade ho pesoál iha ne’ebá. Nia arti oras ne’e ha’u bele serbisu loron tomak ida tanba ha’u hatene sira trata ho nesesidade ninian no nia iha ambiente seguru ida. Nia halo belun foun barak ona; labarik seluk la’ós de’it maibé pesoál mós. Ha’u bele relax no halo buat seluk ne’ebé ha’u presiza halo... moris latoos liu duni.”

Sinál avizu

Labarik sira karik la hakarak bá labarik minder ka loron kuidadu hafór. Dala balu, labarik sira la bele sempre dehan Ita se buat ruma sala entaun haree mudansa sira iha sira-nia laran, hahalok no oin fíziku no buka atu aprende tanbasá mudansa sira ne’e mosu ona.

Asaun

Ko’alia lailais ba ema responsivel kona-ba susar kualkér Ita iha karik kona-ba Ita-nia labarik.

Se Ita iha susar sériu kona-ba seguransa labarik Ita-nian, hasai Ita-nia labarik kedas no kontaktu Early Years Team at Ita-nia HSS Trust lokál. Haree pájina 45 ba número kontaktu.

Ita dehan saida?

Dehan Ita-nia labarik sé maka sei haree sira, iha ne’ebé sira bá, oinsá dook ba no sé maka sira presiza husu ba sira-nia nesesidade lorok.

Buka hatene kona-ba saida mak iha ka sesaun baibain no husik Ita-nia labarik hatene buat ne’ebé sira hein.

Ita tenke prepara no husu kestaun barak.

Prevensaun

Hala’o referénsia ka husu ba ema seluk sé sira uza servisu kuidadu labarik partikulár ida ona. Buka pesoál ho formasaun no esperiénsia.

Vizita fasilidade no buka labarik laran-kmanek, ksolok, preokupadu no deskansa.

Hein oinsá Ita sei matenek kona-ba progresu labarik Ita-nian no, iha emerjénsia ruma, oinsá ema sei kontaktu Ita.

Kontaktus

- Ita-nia **Education & Library Board** lokál – haree pájina 44
- www.childcarechoices.n-i.nhs.uk

• NICMA

NI Childminder Association
– 028 9181 1015

• NIPPA

The early years organisation
– 028 9066 2825

- Employers for Childcare
0800 028 3008

- Saúde no Servisu Sosiál (HSS Trusts) lokál rejista¹ no lehat ema hotu sé fó kuidadu ba labarik sira no kuidadu loron ne'ebé hafó sira (ne'e hatama grupu halimar, labarik-fatin, nurseries no depois-eskola klube) iha Irlanda Norte
- Ita tenke sempre husu ba haree sertifikadu rejistrasaun nian.
- HSS Trust lokál kaer lista ba em sé haree labarik, loron kuidadu no klube hosi-eskola ne'ebé sira rejista ona
- Ko'alia ba aman-inan seluk; rekomendasaun pesoál bele ajuda, maibé Ita tenke konsidera referénsia rua pelumenus
- Halo lista kestaun ba husu bainhira Ita vizita ida-ida kuidadu labarik Sentru
- Asegura [kuidadu labarik nian](#) hafór hatene oinsá ba kontaktu Ita iha emerjénsia no sé Ita autoriza ba lori Ita-nia labarik
- Se Ita konsidera ema hakiak privadu ida, Ita tenke hateten HSS Trust antes tau Ita-nia labarik atubele nia bele hein ba asegura arranju natoon ba Ita-nia labarik

ha'u halo opsaun loos oinsá?

Hanesan aman-inan ida, Ita maka beibeik tesi-lia na'in di'ak liu hotu servisu kala kuidadu labarik ida sei hasoru Ita-nia labarik nesesidade.

Kuandu Ita husik Ita-nia labarik iha kuidadu ema seluk, Ita hakarak karik haree:

- ema halo kontente no respeita sira-nia nesesidade
- ema tada sira-nia orijen kulturál
- sira sei ksolok iha ne'ebá.
- ambiente sente loos.
- Iha arranju ida.
- Grupu estável labarik sira nian iha ne'ebá entaun Ita-nia labarik bele halo belun sira.
- Oras hahán deskansa no divertidu.
- Fatin iha li'ur ho dezeńu di'ak no leet barak.
- Atividade oioin ne'ebé planeia ho kuidadu no fasilita aprende liuhosi halimar.

Asegura ne'ebé Ita-nia labarik husik iha seguru premises no ne'ebé iha formasaun di'ak no esperiénsia pesoál kuidadu ba Ita-nia labarik. Ita sei mós hakarak biban tama no hatene saida mak Ita-nia labarik halo loron ba loron.

Ne'e tipu prinsipál kuidadu nian ne'ebé labarik bele hetan :

¹ Sira sé haree labarik sira iha uma labarik nian rasik la presiza rejista. Ema la presiza rejistrasaun kuandu parente besik haree labarik ida se servisu hafó ba menus duké 2 oras iha uma ka kuandu ema hafó servisu ho pagamentu ka rekompensa.

Kuidadu Labarik nian ho Rejistrasaun –rejista ida ba ema sé haree labarik ka liu labarik sira iha tinan 12 ba rekompensa iha uma. Aman-inan negoseia termu no kondisaun sira ho ema sé hafó kuidadu.

Loron nurseries - ba labarik ho tinan 5 ba loron serbisu naruk. Organizasaun voluntária, kompañia privada, indivíduu, negósiu ka grupu komunitáriu hafó fasibilidade sira ne'e. HSS Trust maka rejista no lehat sira ne'e.

Grupú halimar – ba labarik sira ho tinan 3 no tinan 5 leet baibain, grupu halimar karik ruma lori labarik sira idade menus duké tinan 3. Sesaun sira baibain la naruk liu duké oras haat. Grupú aman-inan ka grupu komunian, maka hafó ida ne'e ho pesoál ida ka rua sé simu osan. HSS Trust maka rejista no lehat sira ne'e.

Klube hosi-eskola - ka klube labarik, hafó halimar sesionál no kuidadu ba eskolaidade labarik sira hosi tinan 3. Sira ne'e hatama schemes ba klube han-dadeer, klube depois-eskola no halimar iha ferias. HSS Trust maka rejista no lehat sira ne'e.

Fatin grátis ba edukasaun antes eskola - Se Ita-nia labarik bele iha sira-nia kedas antes tinan eskola nian, se Ita hakarak nune'e, ba tinan ida edukasaun grátis antes eskola. Ema hafó sira ne'e iha fatin oioin ne'ebé hatama kuartu labarik no klase públiku, no grupu halimar voluntáriu/privadu. Fatin selu tiha hafó baibain baze maski kuartu labarik no klase ruma públiku hato'o provizaun grátis tempu hotu. Ema bele hetan fatin selu tiha hotu antes eskola durante tempu eskola nian de'it. Kontaktu Antes eskola, hus ba Ita-nia Grupú Konsellu Edukasaun iha Ita-nia Konsellu Edukasaun no Biblioteca lokál ba informasaun liután.

Adosaun privada – diferente liu kuidadu liuhosi aman-inan hakiak. Nia mosu bainhira adultu, sé la'ós parente ida haree labarik ida ho tinan 16 liu duké loron 28. Nia arranju privadu ida iha aman-inan no ema hakiak leet. Se Ita hanoin kona-ba tau Ita-nia labarik ho ida ema hakiak privadu, ka sai ida privadu ema hakiak, first th Ita tenke halo kontaktu Ita-nia HSS Trust lokál. [Lei](#) maka'as servisu sosiál ba assess no lehat arranju nune'e. prospective privadu ema hakiak ema sé haree sei presiza barak hanesan posivel kona-ba Ita-nia labarik (ne'ebé hatama istória médika) no HSS Trust sei hafó ba Ita informasaun ba ajuda Ita-nia iha desizaun. Hanesan moris mai aman-inan, Ita tahan responsabilidade kompleta hanesan aman-inan ba Ita-nia labarik. Ita tenke hela kontaktu ho ema hakiak privadu sé haree labarik no partisipa iha desizaun hotu kona-ba moris labarik Ita-nian.

Husik labarik mesak

“Bainhira inan ha’u-nia sai, ha’u lock odamatan hosi iha laran... nia bolu iha kaixa-korreiu ba dehan ‘adeus’, ha’u husik ahi-oan on iha case ema ruma buka atu tama. Ha’u-nia inan baibain fila fali ba uma iha kalan bainhira ha’u dukur.”

Sinal avizu

Aman-inan sé iha apoiu uitoan.

Ema haree labarik ida iha li’ur beibeik no mesak ba tempu naruk. Kuidadu labarik arranju ne’ebé tahan bá sala.

Asaun

Se iha ne’ebá **risku** kedas ba labarik ida hosi halo aat, bolu polísia.

Ita dehan saida?

Se Ita laran-susar kona-ba labarik ida be husik mesak, ko’alia ba aman-inan, ida vizita saúde, profesór ka ida serbisu-na’in sosiál.

Prevensaun

Hanoin kona-ba fahe ‘babysitter’ sira no ko’alia kona-ba ida ne’e ho viziñu sira, belun ka aman-inan seluk Ita kontaktu ona. Loke kona-ba klube depois-eskola no eskema halimar iha ferias.

Kontaktus

- Ita-nia HSS Trust lokál– haree pájina 44
- PSNI - 028 9065 0222

- NSPCC
0808 800 5000

- Nunka husik labarik klosan ida mesak
- Labarik klosan sira la prontu ba responsabilidade barak nune’e
- Husik labarik ida mesak fatin sira iha risku halo aat nian
- nia bele esperiéncia mesamesak no ta’uk ida
- Planu ba sé Ita bele kontaktu ba kuidadu iha emerjénsia ida

matenek no lei

Se labarik ida la prontu ba husik mesak nia bele ida esperiéncia laran-kraik, mesamesak, ta’uk no perigoza. Iha risku posivel barak, fíziku no emosionál rua hotu, ne’ebé bele efeita karik Ita-nia labarik iha dalan negativu ida.

Labarik sira karik dehan sira la laran-lametin bainhira Ita husik no karik hetan nia esperiénsia divertida ida, maibé sira la bele buka-hatene risku posivel hotu no oinsá ba trata ho sira.

Mezmu buat normál sira ne'ebé mosu iha moris, hanesan laha, anin boot, lian telefone nian ka ema ruma sé mai ba odamatan bele kauza problema. Asidente ida, sente moras ka falta eletricidade ida karik mosu no sira ne'e la'ós buat ne'ebé labarik ida bele trata karik.

Nia posivel dala ladún barak, ba husik Ita-nia labarik sira no hanoin ema ruma sei haree sira, se nia presiza.

Se ema aviza sira, polísia no/ka servisu sosiál karik halo buat ida se sira hanoin ema ruma husik labarik ida ona mesamesak. Neglect mosu bainhira aman-inan ida ka ema seluk sé haree hasala ba hafó nesicidade bázika labarik sira nian, hanesan hahán, mahon, seguransa, atensaun ka protesau hosi perigu.

NSPCC fó matadalan ida ona ne'ebé hameno ema la tenke husik mesak labarik sira menus duké tinan 13. Embora rekomendasaun ne'e la iha forsa lei nian, nia sujestaun ba prátika di'ak. Labarik sira klosan liu duké idade ne'e baibain la iha madureza ba trata ho responsabilidade hosi moris mesamesak. Aman-inan tenke tesi-lia ho matan-moris iha situaun ne'e.

Nu'udar labarik sai klosan ema, husik sira mesak depois eskola, iha kalan ka durante loron menus susar dook hanesan sira prepara no buka-hatene saida maka halo se sira laran-susar ka presiza buat ruma. Ita-nia preparasaun ba ida ne'e mós. Se Ita-nia labarik ida foin-sa'e no Ita sente nia maduru no bele trata ho ida ne'e, nia importante katak sira hatene Ita iha ne'ebé, no Ita maka sira bele kontaktu iha emerjénsia ida.

Labarik sira ho kburun²

“Bainhira ha’u loke Maria burun tiha ha’u nunka hatene oinsá ha’u bá trata. ha’u de’it nunka hanoin ha’u bele halo nia mesak. Ha’u hatene lakleur tebetebes ha’u nunka tenke hanoin barak.

Sínál avizu

Se Ita iha susar kona-ba Ita-nia labarik dezvoltimentu Ita tenke buka konsellu profisionál hosi Ita-nia doutór ka vizita saúde

Asaun

Labele hanoin Ita tenke bá nia mesak. Hetan informasaun barak Ita bele kona-ba kondisaun labarik Ita-nian. Loke servisu, apoiu, benefísiu no konsellu ne’ebé Ita bele hetan, no halo kontaktu.

Ha’u tenke dehan saida?

Iha barak organizaun liuliu harii ona ba fó apoiu no konsellu ba aman-inan labarik burun nian. Kontaktu sira no dehan Ita-nia istória. Sei iha ema seluk hanesan Ita de’it iha ne’ebá.

Prevensaun

Prevensaun la sempre posivel ho aleijadu maibé se Ita asegura Ita hetan apoiu di’ak liu hotu ne’ebé Ita bele ba hamenus ninia efeitu no hetan tulun ba Ita no Ita-nia labarik.

Kontaktus

- Ita-nia HSS Trust lokál
- Ita-nia Konsellu Edukasaun no Biblioteka lokál– haree pájina 44
- Mencap
0845 763 6227
- Disability Action - 028 9029 7880
- Contact a family
0808 808 3555 – númeru grátis

• Irlanda Norte iha adultu burun 201,000 no labarik burun 14,600.

• Lei Diskriminasaun Aleijadu 1995 proteje Ita-nia labarik

² Labarik sira kburun karik iha númeru forma, hanesan fíziku ka dezvoltimental.

- Iha Artigu 18 Orden Labarik nian (Irlanda Norte) 95 Ita bele karik hetan servisu sosiál ba Ita-nia labarik no família tanba nesesidade labarik Ita-nian
- Ita bele karik simu tulun finansiál ba ajuda ho kuidadu ba Ita-nia labarik
- Iha forma barak servisu seluk no apoiu ne'ebé Ita no Ita-nia labarik bele hetan
- Grupu apoiu, grupu aman-inan no organizasaun seluk iha ne'ebá ba ajuda Ita trata

Ita la mesak de'it

Se Ita-nia labarik has ida kburun Ita karik susar ka laran-susar kona-ba futuru. Liafuan ida hanesan 'burun' hatama variedade ida luan liu kondisaun diferente no ema hafolin katak ruma 20% hosi ema iha Irlanda Norte esperiéncia forma ruma kburun iha tempu ruma iha moris sira-nian. Hano-in-hetan, Ita no Ita-nia labarik la mesak de'it.

Governu, servisu saúde no sosiál, edukasaun no servisu voluntáriu hafó ida variedade luan benefísiu, fasilidade, apoiu no konsellu nian ba burun labarik sira no ema sé haree sira.

Protesaun legál

Ita-nia labarik iha protesauun espeziál iha lei. Lei Diskriminasaun Aleijadu halo provizaun tebes ba labarik. Ne'e halo nia ilegál ba servisu-na'in kualkér ba trata ho labarik kburun ida ho favór menus duké ema seluk tanba sira-nia disabilidade. Nia mós maka'as sira ba halo mudansa ho razaun atu halo sira-nia servisu asesivel ba ema burun.

Saúde

Hosi hahuk, Ita-nia doutór no HSS Trust lokál iha ne'ebá ba ajuda Ita. Sira sei hafó tulun no konsellu Ita presiza loke no konsidera Ita-nia labarik disabilidade. Sira sei ajuda Ita planeia tratamentu, terapia, ekipamentu no kuidadu médiku ba nafatin ne'ebé Ita-nia labarik presiza karik.

Benefísiu

Iha benefísiu spesífiku balu ne'ebé Ita bele simu karik ba ajuda Ita ho folin kuidadu ba ida burun labarik. Sira ne'e hatama Osan ba Moris Kburun, Osan ba Kuidadu, tulun ho folin estra uma no karta espeziál ida ba estasionamentu (parkir) ba kareta. Lei Kuidadu sira & Direct Pagamentu (Irlanda Norte) 2002 fó direitu ba aman-inan ba folin ida nesesidade sira-nian no mós selu-osan diretu ba sira atubele sosa diretu servisu sira nian. Labele haluha tratamentu dentál no preskrisaun grátis, tulun ho folin ókulu nian, no, iha situaun ruma, viajen ba ospítal, hahán eskola, no mezm livre hosi impostu kareta.

Edukasaun

Nia depende hosi sira-nia nesesidade espeziál edukasionál individual, maibé Ita-nia labarik buat di'ak liu hotu se sira bá eskola espeziál - ambiente ida ho dezeńu spesífiku ba hafó nesesidade sira-nia edukasionál. Hanesan alternativa ida, Ita-nia labarik simu karik apoiu estra liuhosi provizaun nesesidade espeziál ne'ebé sira bele hetan iha uniaun espeziál ida iha eskola normál. Ita-nia Konsellu Edukasaun no Biblioteca sei konsidera nesesidade espeziál edukasionál labarik Ita-nian no rekomenda natoon liu hotu dalan ba sira-nia edukasaun.

Apoiu estra

Ita-nia HSS Trust bele hafó apoiu estra ba Ita no Ita-nia labarik. Ne'e bele include espesial leisure facilidade, ferias, badak no servisu adisional barak ba nesesidade partikular. Iha mós organizaun no karidade lokal, nasionál no internasionál barak liuliu harii ba hafó tulun liután, konsellu no apoiu ba ema mós hanesan Ita.

Halo kontaktu

Iha liman karuk Ita sei hetan ida lista kontaktu ne'ebé Ita bele uza. Ita la mesak, entaun halo kontaktu ohin no hetan apoiu Ita presiza.

Hili labarik nia atividade

“Iha atividade barak liu ba hili iha komunian lokál sira no aman-inan no kuidadu sira hakarak fó korajen ba labarik sira no ema klosan ba halo parte. Maibé nia hatene se sira seguru duni oinsá?”

Sinal avizu

- Atividade iha ne'ebé aman-inan dezanima hosi hela ba hateke ba ka tama.
- Labarik sira sé sai ka para bá atividade laho razaun ida
- Mudansa sira iha hahalok

Asaun

Hetan informasaun barak hanesan Ita bele kona-ba organizasaun husu ba aman-inan seluk. Labele ta'uk atu husu kestaun.

Ita dehan saida?

Pesoál/voluntáriu sira natoon ka lae?

Saida maka sira-nia polítika protesaun labarik nian?

Prevensaun

Buka hatene barak hanesan Ita bele antes husik Ita-nia labarik hatama organizasaun ka atividade ida.

Kontaktus

- PSNI
028 9065 0222
 - NSPCC
0808 800 5000
 - VDA
Volunteer Development Agency
028 9023 6100
 - Playboard
028 9080 3380
-
- Labarik sira iha direitu ida ba diverte an no seguru
 - Organizasaun tenke nakloke no benvindu no tenke fahe informasaun kona-ba sira an no no sira-nia atividade
 - Ita iha direitu ba kuidadu hanesan hosi organizasaun hotu, kala sira-nia serbisu-na'in sé simu osan ka voluntáriu

- Rona Ita-nia labarik no husu kestaun kona-ba atividade sira hola parte iha

Diverte an iha seguransa

Lehat nia rasik

Organizasaun di'ak sei fó agradese kestaun kona-ba sira-nia atividade no seguransa iha fatin sira-nian. Organizasaun hotu tenke iha polítika protesau labarik nian, ne'ebé hatama ida hahesuk, no matadalan kona-ba, tahan labarik sira seguru. Sira ne'e mós kestaun ne'ebé Ita karik hakarak husu ba sira:

- **Pesoál no voluntáriu sira natoon ba serbisu ho labarik sira ka?**
pesoál no voluntáriu sira hotu tenke bá liuhosi prosesu rekrutamentu ida loos, ne'ebé hatama entrevista no referénsia no, se karik ida ne'e natoon, klehat polísia nian.
- **Kódigu hahalok nian ida hakerek tiha?**
Organizasaun hotu tenke iha ida hakerek tiha kódigu hahalok nian ne'ebé outlines di'ak prátika bainhira ema serbisu ho labarik. Ambiente ida ne'ebé husik hahalok hanesan hakdedar, hakilar, rasizmu no seksizmu la'ós hahalok di'ak.
- **Organizasaun trata ho pesoál no voluntáriu oinsá?**
Nia tenke iha ema ruma responsivel sé superviza pesoál no voluntáriu.
- **Organizasaun hafó ba nesesidade kuidadu pesoál oinsá?**
Iha kazu labarik klosan liu, ka sira ne'ebá ho kburun ida, Ita tenke husu kona-ba rotina ba sentina, fó han no medikamentu.
- **Organizasaun iha polítika ba isin-di'ak no seguransa ka lae?**
Buka hatene se iha ne'ebá ida líder kualifikadu iha tulun prontu, iha ida kaixa tulun prontu atubele uma pasa regulasaun ahi nian ona.
- **Saida maka arranju bainhira labarik sira halo viajen ba li'ur?**
Ema tenke dehan Ita kona-ba arranju nesesáriu hotu – hanesan transportu ba no hosi fatin – ba viajen ba li'ur ida-ida, dook ka badak, no ema tenke husu ba Ita ba Ita-nia akordu.

Matan-moris kona-ba...

- Hahalok ne'ebé fó korajen ba halimar brutu, sujestaun seksuál ka kastigu ne'ebé hamoe.
- Pesoál sé responsabiliza no serbisu livre hosi matadalan organizasaun nian.
- Pesoál sé hatudu favoritizmu ka fó rekompensa labarik ruma de'it.

- Fó korajen ba kontaktu fíziku laloos.
- Komunikasaun aat no falta envolvimentu aman-inan, ne'ebé husik Ita sente laran-lametin.
- Invitasaun ba labarik sira ba iha tempu ho mesak ho pesoál ka voluntáriu sira (mezmu ba vizita sira-nia uma).

Hano-in-hetan, rona Ita-nia labarik sira no husu kestaun kona-ba atividade sira hola parte iha.

Seguru sempre

Aman-inan no kuidadu sira iha direitu ida no responsabilidade ida ba asegura labarik sira seguru at sempre. Organizasaun iha responsabilidade ida ba nakloke no benvindu no ba fahe informasaun kona-ba an no sira-nia atividade. Atividade kuidadu loron, hanesan grupu halimar antes eskola no labarik-fatin, tenke rejista ho HSS Trust Saúde no Servisu Sosiál lokál. Maibé la hotu organizasaun hafó atividade ho supervizaun – hanesan organizasaun ho uniforme, klube desportu no juventude – tenke rejista; maibé sira nafatin iha ida responsabilidade ba hafó ambiente ida seguru ba labarik Itan.

Barak atividade hetan apoiu hosi voluntáriu sira sé fó sira-nia tempu ho laran-di'ak ba hafó atividade regular ba Ita-nia labarik. Maibé, kala serbisu-na'in simu kole ka lae, Ita iha direitu ba hein sasukat hanesan hosi organizasaun hotu.

Ko'alia kona-ba susar ruma

Organizasaun tenke dehan Ita iha ne'ebé ba bá no saida maka ba halo se Ita ka Ita-nia labarik iha susar kualkér. Ita lakohi karik ba ko'alia kona-ba Ita-nia susar tanba Ita sala ka laran-susar kona-ba impaktu iha Ita-nia labarik, maibé se Ita susar Ita tenke halo buat ida:

- Ko'alia ba aman-inan seluk.
- Ko'alia ba líder responsivel.
- Se Ita laran-lametin sira la'ós ema loos, ko'alia ba ema ruma senior liu.
- Se Ita la kontente kona-ba resposta Ita simu, hasai Ita-nia labarik no kontaktu organizasaun kualkér iha lista Kontaktus (liman-karuk)

Abuzu doméstiku

“Ha’u dolar ba kraik tanba ha’u rona hakilar. Aman hamriik iha inan leten no tebe nia. ha’u halo seguru ha’u-nia alin-feto la haree, maibé ami nafatin rona. Bainhira inan mai iha leten, ninia inus tau raan no ami hotu tanis, ami hela iha ne’ebá to’o aman bá ona.”

Sinál avizu

Kualkér violénsia ka abuzu iha adultu sira leet sei iha affect negativa iha labarik. Buka apoiu no tulun lakleur hanesan posivel. Abuzu doméstiku sai moris aat liu ho tempu naruk liu.

Asaun

Bufa Ita-nia susar kona-ba an ka ema seluk ba polísia. Se Ita laran-susar ida ne’e bele kona ba Ita-nia labarik, ko’alia ba sira kona-ba saida mak mosu.

Saida mak ba dehan

Labarik sira presiza tempu ba ko’alia kona-ba laran sira iha kona-ba violénsia ka abuzu.

Labarik sira presiza hatene nia la’ós sira-nia kulpa no ida ne’e la’ós dalan relasaun tenke nune’e.

Prevensaun

Kaben violente bele responsabiliza ba violénsia liuhosi buka tulun atu para. Asegura Ita hato’o banati pozitivu ida ba labarik sira atubele sira aprende dalan seluk ba hahalok.

Kontaktu sira

- PSNI Servisu Polísia Irlanda Norte
028 9065 0222
 - NI Women’s Aid Federation
028 9033 1818 – 24 hr helpline
 - Mens Advisory Project (MAP)
028 9024 1929
 - Relate
028 9032 3454
-
- Abuzu doméstiku bele hanorin labarik sira ba uza violénsia ka abuzu
 - Abuzu doméstiku bele affect labarik sira iha dalan sira sériu no tempu barak
 - iha ne’ebé iha ne’ebá abuzu doméstiku iha ne’ebá beibeik abuzu labarik nian
 - Labarik sira sei kulpa an beibeik ba abuzu doméstiku
 - Alkool uza aat liu normál bainhira abuzu doméstiku mosu, hanesan fatór ida ne’ebé kontribui no hanesan mekanizmu ida ba nakloban

- Feto 1 iha 4 karik esperiénsia doméstiku violénsia iha tempu ruma
- Feto kabuk sira liu vulneravel ba abuzu doméstiku

Nia affect labarik sira oinsá?

Abuzu doméstiku krime ida no ida problema sosiál boot ba família barak. Iha 90% insidente violénsia doméstika nian, labarik sira iha kuartu hanesan ka besik. Nia besik feto no labarik sira maka vítima abuzu doméstiku no mane sira maka sala-na'in maski iha kazu uitoan iha ne'ebé mane maka vítima.

Abuzu kona ba labarik sira sé haree ida ne'e, hatama ka rona nia iha dalan barak. Buat ruma ne'ebé ema bele garantia labarik sira rona duni, sira haree duni no sira buka-hatene violénsia iha família.

Labarik sira aprende oinsá ba hahalok iha parte hosi ezemplu aman-inan fó ba sira. Abuzu doméstiku hanorin labarik sira negativu buat sira kona-ba relasaun, no oinsá ba trata ho ema.

Porezemplu:

- nia bele hanorin sira violénsia dalan ida ba resolve konfliktu.
- sira aprende oinsá tahan sekretu.
- sira aprende ba dezkonfia sira ne'ebá besik sira no labarik sira maka responsível no kulpadu ba abuzu, se nia mosu depois haksesuk malu kona-ba labarik liuliu.

Ema barak hanoin nia toos ba komprende tanbasá ema hela iha, ka fila fali ba, situasaun abuzivu sira. ida kombinasun ta'uk, domin, risku lakon uma no buat finansiál bele halo nia liu toos ba sira ba sai no ruma karik hakarak hela, no halo ema sé abuza sira atu sai.

Efetu tempu badak:

Abuzu doméstiku iha impaktu iha labarik sira iha dalan barak, mezmú depois tempu badak ida. Efetu sira ne'e hatama: sente ta'uk, sai laran-nurak, mii iha kama, halai sai, agresaun difikuldade, problema ho eskola, konsentrasaun aat no konfliktu emosionál.

Efetu tempu naruk:

Tempu naruk liu labarik sira hasoru violénsia, efetu ba sira sai aat liu.

Sira ne'e bele hatama:

- falta respeitu ba aman-inan la violente.
 - Identifikasaun resikliu ho abus aman-inan no kopia hahalok ne'ebá.
- Lakon neon ka konfidénsia iha nia rasik, ne'ebé sei affect sira-nia abilidade ba form relasaun iha futuro.
- Protesaun demais ba aman-inan.

- Lakon infánsia.
- Problema iha eskola.
- Halai sai.

Se Ita laran-susar kona-ba abuzu doméstiku, ko'alia kona-ba nia ho ema seluk.

Se Ita violente ka abuzivu, Ita bele mós buka tulun no apoiu ba para saida maka mosu.

Se abuzu doméstiku hakekar Ita, Ita la mesak - Ita bele buka tulun hosi variedade esepesiálista servisu across Irlanda Norte. Ita bele mós bufa incidents ba polísia - ne'e sei hafó valuable evidénsia ba akuzasaun kualkér kontra Ita-nia abuzu iha futuru.

Abuzu la'ós krime de'it – Ita bele husu ba tribunál atu proteje Ita. Kontaktu advogadu ida iha Ita-nia area sé trata ho lei família nian.

Labele doko bebé

“Ha’u hanoin tiha ona ha’u la bele trata. Nia tanis sempre, ha’u kole tebetebes no ha’u labele halo buat ida. Ha’u sente folin-laek. entaun ha’u sai hirus ho nia ha’u felt hanesan doko nia atu para ninia tarutu. Ha’u la iha ideia ida ne’ebé bele karik halo aat nia hira.”

Sinál avizu

- Aman-inan/kuidadu sira sé izolad ho apoiu uitoan
- Aman-inan/kuidadu sira sé iha okos estrese ka la bele trata
- Bebé sé tanis sempre

Asaun

Se Ita laran-susar kona-ba Ita-nia labarik, lori nia ba haree Ita-nia doutór, vizita saúde ka ba A & E departamentu. Buka apoiu, ne’ebé hatama número telefone iha lista iha Kontaktus okos.

Ha’u tenke dehan saida?

Komunika ho Ita-nia labarik uza kontaktu matan, oin-midar, hako’ak no ko’alia. Ne’e sei halo seguru ne’ebé Ita komprende no rona nesesidade bebé Ita-nian bainhira nia iha difikuldade.

Prevensaun

Nia nunka seguru ba doko labarik ida, la mezmu iha halimar.

Nia importante ne’ebé maun-alin sira sé halimar hamutuk ka ema sé haree labarik ka ema seluk kualkér buka-hatene perigu hosi doko.

Kontaktus

- Enfermeira Konsellu Protesaun Labarik iha Ita-nia HSS Trust lokál – haree pájina 44
- Ita-nia vizita saúde/parteira
- Parents Advice Centre
0808 801 0722 – freephone helpline
- NSPCC
0808 800 5000 - 24 hr número grátis ba tulun
- **Nunka** doko labarik ida ba razaun kualkér
- Doko labarik klosan iha halimar brutu bele hakanek – **nunka** doko labarik klosan ida
- Doko bele kauza kedak sériu ka **mate**
- Doko lia-hatán ida ba frustrasaun tebetebes beibeik
- Iha oioin dalan sira ba trata ho bebé tanis ida

- Labele sofre mesamesak, buka apoiu hosi ema seluk

dalan oioin ba trata

Tanbasá ema doko bebé sira?

Bebé no labarik klosan sira dokon beibeik, maski la sempre, bainhira aman-inan ida ka ema sé haree labarik sente frustrasaun liu kuandu sira sei la para tanis tanba kabun-nakfoliar, moras ka fó han difikuldade. Bebé ida sei baibain tanis ba oras rua loron ida-ida pelumenus. Se bebé ida iha difikuldade seluk, sira sei tanis liu no ne'e bele laran-nakali liu. Bebé ida hosi sanulu tanis barak liu duké ne'e no aman-inan barak enfrenta difikuldade iha trata ho ida ne'e.

Aman-inan barak la bele hatene aat hira ne'ebé doko ida bele halo ba labarik ida klosan. Nia provavel liu aman-inan sira sé iha nivel kraik ida toleránsia sai hirus no doko labarik karik. Maibé iha alternativa barak no ema ba ko'alia.

Saida maka aat ne'ebé doko bele kauza?

Doko bebé ida bele kauza mate ka halo aat sériu no tempu naruk ba kakutake no/ka matan. Síndrome Bebé Doko maka kanek ida ne'ebé mosu bainhira bebé ida dokon atubele ninia ulun doko lailais bá-mai. Kbiit hosi ida ne'e bele lees fafulu raan ne'ebé futu kakutak no ulun-ruin. Ne'e mosu tanba kakorok múskulu labarik ida klosan la iha maka'as nato'on ba kaer sira-nia ulun metin. Asaun doko bele halo **aat sériu**, maski aman-inan la hanoin nia buis. **Nunka doko bebé ida ba razaun kualkér.**

Dalan sira ba trata ho bebé ida tanis

Tanis dalan ba bebé hotu atu tebes ema hakonu sira-nia bázika neseseidade - sira karik hamlaha, hamrook, presiza fraldas (popok) seluk ka mezmú maluk ruma. Tanis nén kulpa Ita-nian nén kulpa bebé Ita-nian.

Ne'e dalan ruma ba trata:

- Sura ba sanulu antes halo buat ruma no husik an ba hadame.
- Hako'ak Ita-nia labarik ho matan-moris - ho uza karreta bebé nian karik atubele sira besik ba Ita-nia isin atubele ajuda hakmaan sira.
- Uza kontaktu matan, oin-midar no ko'alia ba komunika ho Ita-nia labarik.
- Lori labarik ba la'o ida ka ida kaer karreta ajuda sira dukur.
- Se neseseáriu, Ita tenke tebes Ita-nia bebé seguru no la'o hosi kuartu ba tempu badak ida, tenke tebes Ita besik.
- Husu ba ema seluk Ita konfia ba haree nia.
- nia importante ba kontaktu Ita-nia komunian parteira ka vizita saúde ba konsellu.

Uza aat droga no alkool

“Ha’u hanoin ulukliu nia buat ema klosan de’it. Paulo komesa fila fali ba uma tarde, runguranga sempre komesa no nia sai hirus ba ninia kuartu. nia falta todan, parese terrivel no ha’u hanoin nia bosok ami. Nia hakarak sai tempu hotu de’it.”

Sinál avizu

Se Ita haree mudansa lais iha knesan, hahalok ka situasaun finansiál labarik Ita-nian, Ita tenke hatama uza droga no alkool iha Ita-nia lista kestaun nian “ha’u husu ba an se...”.

Asaun

Haree no ko’alia ba Ita-nia labarik se Ita laran-susar. Iha emerjénsia ida kontaktu ambulánsia kedas. Se Ita-nia labarik la iha perigu kedas ko’alia ho sira kona-ba sira-nia uza droga nian tempu seluk bainhira sira la uza.

Prevensaun

Asegura Ita hatene kona-ba uza droga nian no efeitu droga oioin nian. Iha matadalan barak bele ajuda bele hetan – haree Kontaktus.

Kontaktus

- Education Welfare Service iha Ita-nia Education & Library Board – haree pájina 44
 - Ita-nia doutór
 - Ita-nia HSS Trust lokál– haree pájina 45
 - Espesiálista droga/alkool servisu iha Ita-nia area
 - National Drug Helpline – konsellu grátis ba oras 24 0880 77 66 00
-
- Aman-inan barak preokupa sira-nia labarik karik uza droga
 - Prevensaun boot liu duké kura
 - Droga no alkool uza aat haboot entre ema klosan
 - Asegura Ita hatene kona-ba droga no sira-nia efeitu posivel
 - Ko’alia Ita-nia labarik sira kona-ba droga hosi otas klosan
 - Eskola iha Irlanda Norte hanorin droga prevensaun iha kurríkulu

Ha’u hatene oinsá?

Droga bele iha barak forma, hosi alkool no hemu resikliu, ba droga toos, solvente (hanesan kola) uza aat droga preskrisaun nian.

Labarik sira presiza buka-hatene risku uza droga, alkool no volatile substances (porezemplu solvente hanesan kola). Liu ema klosan esperiénsia problema kauza resikliu hemu duké liuhosi uza droga nian.

Se Ita loke Ita-nia labarik iha uza droga/alkool ona karik, nia bele ta'uk tanba efeitus sira bele iha. Ne'e bele tanba Ita la iha matenek kona-ba droga no la la iha konfiansa atu ko'alia kona-ba sira. Liu hotu ema klosan sé prova droga la bá on ba uza sira iha baze permanente ida. Buka-hatene polítika edukasaun droga no programa hanorin iha eskola labarik Ita-nian, no se Ita bele, bá kalan informasaun iha eskola ho labarik Ita-nian.

Droga no alkool uza aat entre ema klosan – ne'e normál ka?

Droga no alkool uza aat komún liu entre labarik sira no ema klosan duké antes.

Peskiza entre labarik 6000 iha eskola sekundária Irlanda Norte loke kala 13% labarik ho tinan 12, 26% ho tinan 14 no 40% labarik tinan 16 dehan ba prova droga ona³.

Nia importante ko'alia kona-ba uza droga no alkool nian sedu.

Ruma aman-inan ka kuidadu sira preokupa halo ne'e fó korajen bas sira-nia labarik ba uza droga no alkool. Sees hosi ko'alia kona-ba ida ne'e sei la proteje Ita-nia labarik. Labarik sira sei buka-hatene droga no alkool iha ruma dalan antes sira husik primária eskola. Nia provavel, iha oras sedu ne'e, labarik sira sei liu hatán atu rona kona-ba risku hosi uza aat droga no alkool nian. Asegura Ita dehan Ita-nia labarik sira kona-ba risku no esplika oinsá sira sai vulneravel liu se sira la hela ho ema sira konfia. Informasaun loos no apoiu sei ajuda sira halo desizaun kona-ba saida mak atu halo. Nia la garantia sira la sei uza maibé nia sei biban halo desizaun matenek.

Tanbasá ema klosan uza droga no alkool?

Sira hakarak hatene kona-ba sira ne'e, sira hakarak lakohi halo tuir, ba halai sai realidade, ba trata ho toos situasaun ka laran, tanba sira gosta sira, tanba belun sira-nian halo nia.

Ha'u bele hatene oinsá?

Iha mudansa ida iha relasaun ho família no belun sira karik, ka ida mudansa iha estudu iha eskola.

Sinal seluk bele hatama mudansa sira iha situasaun finansiál no pesoál, ho sasán ne'ebé 'lakon hela' no ne'ebé fa'an.

Buka atu asegura Ita hatene iha ne'ebé Ita-nia labarik sira.

Droga no alkool uza aat liuhosi aman-inan

Droga no alkool uza aat liuhosi adultu iha uma bele kona ba kuidadu no rahun-di'ak labarik sira nian no nia karik fó korajen ba sira ba hahalok dalan hanesan.

Saúde & seguransa

“Antes João moris mai ha'u nunca hanoin kona-ba fatin ha'u husik buat sira. Daudaun, buat hotu iha uma parese perigozu. Ha'u sente ha'u tenke hala'o nia iha fatin hotu-hotu. Horisehik nia hetan ha'u-nia medikamentu iha kuartu no tolan ruma besik. Ne'e mosu lailais.”

³ 'Uza Droga & Alkool entre Ema klosan iha Irlanda Norte' Reporte liuhosi Uniaun Informasaun & Peskiza Droga & Alkool, DHSSPS, October 2002

Sinál avizu

Pasa tempu ruma ba lemo rai Ita-nia uma hanesan se Ita labarik klosan ida karik. Ne'e sei hatudu Ita perigu potensíal sira barak ne'ebé bele karik halo aat Ita-nia labarik, se la hasai sira.

Asaun

Halo ida lista sira ne'e potensíal perigu sira no hasai sira ba seguransa ka proteje Ita-nia labarik hosi sira ho uza sistema seguransa. Ko'alia ba kontaktus iha lista se Ita la'ós seguru kona-ba ida ne'e.

Ho labarik klosan liu lian no expresaun fasiál Ita-nian ho esplikasaun importante tebetebes. Labarik sira sei komesa ba sente perigu iha Ita-nia lian ho tempu.

Prevensaun

Hasai buat perigozu hanesan droga, seringa, medikamentu no kímiku doméstiku hosi labarik sira no xave-metin sira ho seguransa. Halo ida ne'e antes Ita-nia labarik hasoru ba risku kualkér.

Kontaktu

- Royal Society for the Prevention of Accidents (RoSPA)
028 9050 1160
- Child Accident Prevention Trust
020 7608 3828
- Health & Safety Executive for NI – website util
www.hseni.gov.uk/kids.cfm

- Labarik sira aprende liuhosi lemo rai iha buat hale'u sira-nia
- Labarik sira la hatene sempre saida maka perigozu
- Labarik sira presiza matadalan ba hela seguru iha uma
- Hasai potensíal perigu sira hotu iha Ita-nia uma hosi Ita-nia labarik
- Tahan ahi-kose no iskeiru sira hosi labarik sira

- Hateke ba Ita-nia labarik no hasai nia hosi perigu iha uma laran no li'ur rua hotu
- Esplika kona-ba seguransa ba Ita-nia labarik hosi otas sedu
- Se asidente mosu iha uma karik, Ita tenke buka atensaun médiku lalais

tahan Ita-nia labarik seguru

Bebé no labarik klosan sira aprende kona-ba sira-nia mundu lemo rai nia. Ne'e arti , lakleur hanesan sira bele, sira sei dolar, kona no kaer buat kualkér sira haree. Sira hakarak hatene ho natura no presiza kuidadu hosi otas klosan kona-ba saida maka perigu no buat ne'ebé sira tenke sees.

Liu hotu asidente mosu iha uma ka de'it outside no ne'e tanbasá nia importante ba asegura Ita-nia uma seguru ba família Ita-nian hotu, ba labarik klosan liuliu. Iha barak situasaun tinan ida-ida iha ne'ebé labarik tolan droga no medikamentu aman-inan sira-nian ona.

Tahan seguru iha uma laran:

- Asegura medikamentu no droga hotu dook hosi labarik no Ita-nia uza sira privadu ba sees hosi Ita-nia labarik hasara Ita.
- Kuartu ruma sempre sei iha perigu, hanesan dapur, no tenke hela bandu ka no halo seguru liuhosi uza aparellu seguransa. Konsidera xave-metin ba armáriu, odan ba seguransa, ahi no guarda ahi-matan ba halo Ita-nia uma seguru liu.
- Ita-nia labarik sira bele sai hosi uma? Besi-tali seguransa iha odamatan oin aas natoon mezmu ba labarik klosan ativu liu ida?
- Dolar no lemo rai an part esensiál dezvoltimentu sira-nian – maibé haree Ita-nia labarik nafatin, besik arame no kontaktu elétriku liuliu.
- Nunka husik labarik klosan sira mesak iha bañu.
- Nunka husik labarik ki'ik sira mesak ho animál hanesan asu ka busan. Mezmu animál laran-di'ak ida bele halo aat sira.
- Asegura tahan estrika, sanan, gargón (kabu elétriku) no hemu manas dook ba labarik. Luhas no sunu asidente normál ne'ebé Ita bele sees.
- Iis ahi-suar sigarru aat ba isin-di'ak labarik sira nian. Ahi-suar hosi sigarru sei affect labarik sira no Ita-nia fuma fó korajen ba sira ba fuma karik bainhira sira tuan liu.
- Lehat brinkedu (hanesan boneka) ba marka seguransa ida. Asegura Ita-nia labarik la halimar ho brinkedu ne'ebé la natoon ba ninia otas, liuliu se baluk ki'ik natoon ba nisik. Brinkedu la seguru bele perigozu liu.

Tahan seguru iha uma li'ur

- Tahan labarik sira hosi fatin konstrusaun no uma husik tiha – sira ne'e la'ós fatin ba halimar no bele oho
- Labarik sira tenke hatais kapasete (xapeu) seguransa sempre bainhira kaer bisikleta no roupa seluk ne'ebé ema rekomende ba protesaun ba atividade iha li'ur hanesan skate Konsellu.
- Sempre asegura labarik sira hetan laran-malirin iha karreta
- Tahan labarik sira hosi mákina to'os ka ekipamentu jardín bainhira ema la atende ida. Sira ne'e bele oho. Fó enfaze ba perigu hosi mákina ne'e ba labarik sira hosi otas klosan ida.
- Nunka husik labarik klosan sira lahós supervizaun besik mota, debun jardín ka pixina kabarik nian.
- Hanorin labarik sira oinsá hakat lurón ho seguransa no fó ezemplu di'ak ida ba sira bainhira Ita hakat lurón

Hahán ba isin-di'ak

“Ida-ida aman-inan hakarak di'ak liu hotu hahú iha moris ba sira-nia labarik. Buat ida buat importante liu hotu ne'ebé Ita bele halo ba Ita-nia labarik ba asegura nia han variedade luan hahán nian iha kuantidade loos”

Sínál avizu

Se Ita-nia labarik todan resikliu ka todan uitoan ne'e sei iha implikasaun ba isin-di'ak

labarik Ita-nian iha badak no tempu naruk liu. Kontaktu Ita-nia doutór ka vizita saúde ba konsellu

Asaun

Fó korajen ba Ita-nia labarik ba dezenvolve dalan han di'ak bainhira sira klosan sei mós arti sira han ho isin-di'ak nu'udar sira sai boot.

Ita dehan saida?

Nia la'ós saida maka Ita dehan de'it – nia mós saida maka Ita halo – fó ezemplu di'ak ba labarik Ita-nian

Prevensaun

Sees Ita-nia labarik hosi depende buat sira hanesan hemu midar, fehuk-ropa sonan no hahán bokur.

Kontaktu sira

- saúde promosaun rekursu servisu sentrál iha Ita-nia Konsellu HSS lokál area ba surat – haree pájina sira 44- 48
- Ita-nia vizita saúde
- Ita-nia doutór

- Susun susubeen fó hahuk natural no isin-di'ak liu hotu ba Ita-nia bebé
- Fulan neen idade ne'ebé ema rekomende ba introdusaun hahán nahisi ba rua hotu susun no formula fed infants.
- Labele lerek se Ita-nia labarik la gosta hahán ruma ulukliu – tahan buka. Nia bele tenke buka fila-fila antes Ita-nia labarik simu hahán foun.
- Halo hahán bebé Ita-nian rasik baratu liu no hatoman Ita-nia bebé ba hahán ne'ebé te'in iha uma
- Alerjia ba hahán la normál beibeik – Se Ita iha susar buka konsellu hosi Ita-nia doutór

Halo fundasaun di'ak ba isin-di'ak

Nutrisaun di'ak esensiál durante infánsia, nu'udar nia tempu ida sai boot lailais, dezenvolvimentu no atividade. Ita-nia labarik nutisaunal presiza mudansa durante sira-nia infánsia.

Hosi moris mai

Aman-inan la tenke komesa hahán nahisi resikliu sedu tanbá sistema dijéstivu no maksorin bebé sai boot hela. Husik susu lakleur resikliu kauza problema karik hanesan alerjia hahán iha futuru. Ema hameno fulan neen hanesan otas ba hahú tau Ita-nia bebé iha hahán nahisi. Ne'e kona ba labarik sira sé susu ka hetan formula labarik nian. Hahán uluk ba husik susu hatama etu bebé (lahó furak), fuan no modo

te'in tiha. Maibé nia importante ba progresu ba gustu no testura oiain liu. Ita bele hetan konsellu ho detalle liu iha matadalan “Halo husik susu fasil” ne'ebé Ita hetan hosi Ita-nia servisu rekursu promosaun saúde lokál (haree Kontaktus)

Hosi 1-5

Labarik sira menus duké tinan lima presiza han kuantidade ki'ik hahán nian beibeik. Ne'e di'ak liu hotu hafó iha tolu ki'ik hahán ida-ida lora (han-dadeer, almosu no jantár) ho han isin-di'ak rua ka tolu iha leet. Iha idade tinan rua no lima leet, labarik sira bele hahú ba **neineik** han hahán liu ho fibra liu no bokur menus. Hosi idade tinan lima, Ita-nia labarik sei bele hala'o matadalan han isi-di'ak, hanesan família nia resin de'it. Ba isin-di'ak, labarik sira presiza han variedade luan hahán nian hosi grupu prinsipál haat hahán nian:

- Paun, fehuk-ropa, etu, espagete no musan.
- Fuan no modo.
- Na'an, na'an-bee, na'an-manu, fore no manu-tolun.
- Susubeen, keiju no iogurte.

Labele fó korajen ba hahán bokur, hemu midar ka fehuk-ropa sonan. Ba konsellu ho detalle liu, lee ‘Hetan hahuk ida di'ak’ ne'ebé bele hetan hosi Ita-nia servisu rekursu promosaun saúde lokál (haree Kontaktus).

Hosi 6 – 11

Labarik ativu iha appetite di'ak. Fó korajen ba ezersíziu tanbá ne'e sei dezenvolve appetite di'ak no dezanima problema todan. Fó korajen ba labarik sira ba hili opsaun isi-di'ak liu hosi menu hahán eskola. Se sira lori almosu hosi uma, tenke tebes sira iha variedade no hatama fuan no modo latasak

Hosi 12 ba maturidade

Ruin sira sai boot nafatin iha oras ne'e – labarik tenke hemu litru 0,50 susubeen lora ida-ida, ka hanesan hosi iogurte no keiju. Rekursu besi nian di'ak, porezemplu hosi na'an mean, musan han-dadeer, fore no manu-tolun, mós importante, ba fetu-oan foin-sa'e liuliu. Labarik sira hotu sei gosta dieta ida isi-di'ak se ema fó nia ba sira.

Internet seguransa

“Greg iha tinan sanulu - idade hanesan ha’u. ha’u seidauk hasoru nia, maibé ami ko’alia iha Internet tempu hotu. Nia kómiku duni. Nia hakarak ba hasoru aban ba halimar tebe-bola... ha’u la bele hein ba haree oinsá nia.”

Sinál avizu

Periodu sekretu dook iha Internet, mudansa iha hahalok ka mood, hahalok seksuál la natoon, husu kestaun kona-ba esperiénsia ka terminolojia seksuál, ne’ebé husik material pornográfiku, diáriu ka surat iha ne’ebé ema bele hetan sira.(haree mós seksaun kona-ba Esplotasaun seksuál)

Asaun

Se Ita hanoin Ita-nia labarik hetan dalan esplotasaun kualkér fó korajen ba nia ba konfia iha Ita, assur sira sira la halo buat ida sala no Ita sei apoia sira. Kontaktu protesaun labarik, servisu juventude, abuzu labarik nian ka seluk organizasaun natoon ba konsellu no apoiu liután.

Ha’u tenke dehan saida?

Asegura Ita-nia labarik Ita fiar saida maka sira hateten Ita; kria laran pozitivu no konfidénsia iha imi leet. Esplika iha Ita-nia rasik dalan tanbasá sira ne’e buat sira mosu no sees hosi halo sira sente moe ka beik kona-ba sira-nia esperiénsia. Husik sira hatene Ita sei proteje sira hosi halo aat liután.

Prevensaun

Hatene iha ne’ebé Ita-nia labarik; familiar ho sira-nia belun sira no atividade lorok. Hanorin Ita-nia labarik ba konfia sira-nia rasik laran no asegura sira sira iha direitu ida ba dehan LAE ba saida maka sira sente sala. Rona ho kuidadu ba ta’uk Ita-nia labarik no fó apoiu ba sira.

Kontaktus

- Ita-nia HSS Trust lokál– haree pájina 44
- PSNI
028 9065 0222
- NSPCC
0808 800 5000
- NCH
National Children’s Charity
– website util
www.nch.org.uk/itok
- Internet Watch Foundation
www.iwf.org.uk

- Esplotasaun labarik iha efeitu aat tebetebes iha labarik sira, fízika no mental rua hotu
- Esplotadór adultu lais ona ba uza Internet hanesan besi-badain ida; sira hatene di'ak liu dalan labarik sira nian
- Labarik sira hakarak hatene mundu 'adultu', maibé iha hahalok Ita bele halo ba proteje Ita-nia labarik hosi risku Internet no ajuda sira halo liu hotu hosi seguransa Internet nian
- sensitive ba mudansa sira iha Ita-nia labarik hahalok. Adultu atentivu tenke tada sinál esplotasaun seksuál nian. (haree sinál avizu sira iha lista iha seksaun on Esplotasaun seksuál)
- Peskiza foun hosi NSPCC loke labarik ida iha lima iha tinan 9 no 16 leet - uza 'chat rooms' iha Internet

Teknolojia foun, problema tuan

Risku hosi Internet

Internet besi-badain util ida ona ba ema sé hakarak esplota labarik. Kazu foun iha liafoun loke ona paedofil bele uza 'chat rooms' iha Internet ba relasaun bosok ho labarik. Sira pois 'prepara' labarik atu sai vítima sira, psikolójikamente iha Internet rasik, ka hasoru ho sira duni. Vítima fiar beibeik sira ko'alia ba labarik seluk iha Internet.

Pornografia Internet bele kauza psikolójiku aat ba labarik sira sé hetan kontaktu ho nia. Maibé aat liu nafatin, Internet dalan boot ida ne'ebé ne'ebé adultu esplotadór hetan no troka imajen pornográfika labarik nian. Nia triste, maibé ema barak hakarak imajen sira nune'e, entaun pornógráfo sira sei halo buat naranaran ba dada no maka'as labarik sira ba tama kontra sira-nia vontade.

Halo nia seguru ba halo viajen iha Internet

Iha dalan sira iha ne'ebé Ita bele ajuda ba proteje Ita-nia labarik iha Internet no ba asegura Internet bele dalan seguru ida ba aprende no diverte an.

Husu ba Ita-nia Servisu Internet ka espesiálista komputadór lokál kona-ba hatama kontrolu aman-inan nian, ne'ebé bele bandu Ita-nia labarik hosi asesu ba website ho konteúdu seksuál. Metodu sira ne'e la bele hafó guarda tomak ida maibé fó protesau ruma duni.

Aprende buat hotu Ita bele kona-ba Internet. Iha dalan hanesan Ita sei hanorin Ita-nia labarik kona-ba perigu sira hosi ema-li'ur, kein Ita-nia labarik kona-ba perigu sira on Internet no harii regra ruma kona-ba tempu sira pasa iha Internet. Se Ita bele, sees Ita-nia labarik hosi bá Internet iha privadu, ka asegura Ita iha asesu ba sira-nia komputadór pelumenus. Asegura sira hatene sira tenke nunka halo planu ba hasoru ida foun belun ne'ebé sira hatene iha Internet, laho adultu ida ba hamaluk nia.

Buka hatene sinál posivel hosi explotasaun ka abuzu. Sinál ruma nune'e lasala beibeik, maibé buka hatene mudansa iha laran ka hahalok labarik Ita-nian, problema ho dukur ka mii iha kama, marka lahó esplikasaun ida, problema iha eskola, halai sai ka halo aat an, husu kestaun kona-ba esperiénsia seksuál no terminolojia ka evidénsia materiál pornográfika. Buka-hatene liuliu amizade foun kualkér iha Ita-nia labarik no ema tuan liu leet, mane ka fetu.

Se Ita-nia labarik duni esperiénsia ruma form explotasaun, kala laran-maus ka hirus, nia importante tebetebes ba fó 100% apoiu Ita-nian ba sira, halo nia moos nia la'ós sira-nia kulpa no Ita iha ne'ebá ba ajuda no proteje sira lahó kondisaun ida.

Nia iha ne'ebé?

“Ha’u iha xoke boot tebetebes bainhira ha’u-nia oan-feto halai sai, maski, nu’udar ha’u hanoin-hetan, nia mesamesak liu duké ninia alin-mane. Ha’u agora hatene nia la bá eskola beibeik.”

Sinal avizu

La iha buat ida karik maibé Ita-nia labarik parese la kontente?

Ita seguru sira la bá eskola?

Has buat ruma mosu iha família Ita seidauk ko’alia ba Ita-nia labarik ba?

Asaun

Se Ita hanoin karik Ita-nia labarik la bá eskola, ko’alia ba

Diretór Seguransa Edukasaun iha eskola.

Kontaktu polisia se Ita-nia labarik lakon.

Ita dehan saida?

Asegura Ita-nia labarik hatene oinsá importante sira ba Ita. Bainhira Ita tenke kastigu Ita-nia labarik, dehan sira sira-nia hahalok maka problema – la’ós sira. Se buat ruma sala mosu ona iha família, labele husik Ita-nia labarik hanoin nia sira-nia kulpa.

Prevensaun

Hatene mudansa kualkér sira iha hahalok labarik Ita-nian, ne’ebé Ita la bele esplika.

Pasa tempu ho sira no rai interés iha sira-nia moris no susar.

Ita hatene sé maka belun labarik Ita-nian? Tenke kuidadu kona-ba sira-nia asesu ba Internet ka ‘chat rooms’.

Kontaktus

- PSNI
028 9065 0222
- Eskola labarik Ita-nian
- Missing Persons Helpline (24hrs)
0500 700 700
- Message Home (ba ema klosan ba fó mensajen ida ba sira-nia aman-inan)
0800 700 740

- Halo tempu ba Ita-nia labarik ba ko’alia ba Ita kona-ba sira-nia susar
- mezmua kuandu Ita tenke kastigu sira

- Ita hatene edukasaun di’ak ida importante tebetebes
- husik Ita-nia labarik hatene ida ne’e

- Rai Ita-nia labarik hosi eskola de’it se sira moras resikliu bá
- la ba loron ba li’ur ka viajen kompras

- hateten loos kona-ba buat sira ne’ebé bele mosu iha família

- Buka sedu sinál sira Ita-nia labarik bele la ksolok no ko'alia ba sira-nia eskola kona-ba sira ne'e
- Ita bele hetan tulun - labele moe resikliu ka ta'uk ba husu ba ida ne'e

hosi uma no eskola

Labarik sira hosi orijen diferente hotu halai sai hosi uma ba razaun oioin barak. Barak ita sei hanoin-hetan planu ba halai sai bainhira ita klosan liu tanba ita sente ita la bele trata ho ita-nia problema, ema la kuidadu kona-ba ita ka tanba ema trata ho ita. Se labarik ida halai sai uma duni, nia sei ba tempu badak liu ida baibain - to'o labarik hanoin aman-inan buka-hatene baibain. Beibeik, sira sei to'o uma belun ka parente nian.

Kuandu labarik sira halai sai, sira la - sira buka atu dehan Ita sira la kontente ka buka atu hatene de'it Ita gusta sira hira duni.

Maibé, se labarik ida lakon hosi uma fila-fila, simu rebusadu ne'ebé la bele esplika no iha karik 'belun' tuan liu, bele iha risku hosi esplotasaun seksuál (haree pájina 36).

Lei dehan aman-inan tenke asegura sira-nia labarik simu edukasaun natoon no kompleta, no sira bele hasoru asaun legal se sira-nia labarik la bá eskola beibeik. Labarik sira sé la bá eskola provavel liu iha problema ho sira-nia aprende no hetan serbisu ka fatin universidade ne'ebé sira hakarak. Sira sei hetan beibeik nia toos liu ba halo no rai belun sira, no sira iha risku boot liu hosi susar iha eskola laran no li'ur. Se sira sees hosi eskola ka klase, nia provavel liu sira hasoru adultu ka ema klosan seluk sé hakarak halo aat sira karik.

Kuandu labarik sira sees hosi eskola lahá matenek aman-inan sira-nia'n, ne'e naran 'truancy'. Labarik sira sé sees hosi eskola beibeik halo ne'e tanba sira laran-susar kona-ba buat ruma. Iha ne'ebá bele buat ruma mosu on dalan ba ka hosi eskola ne'ebé halo sira susar. Ema bele hakdedar sira. Sira bele hanoin aula ruma ka matéria difisil resikliu (ka fasil resikliu) ka sira bele iha problema iha kompleta sira-nia knaar hosi eskola. Labarik sira sei lakohi husik dala balu uma tanba sira laran-susar sira-nia aman-inan bele mai ba halo aat ruma nu'udar sira iha eskola.

Aman-inan pozitivu & laran-kmanek

“Belun ruma ha’u-nian halerik sira-nia aman-inan preokupada resikliu ba sira. Maibé ha’u-nia inan kapás - nia sempre hetan tempu ba ko’alia ba ami kona-ba buat lia no halo ami sente espesial - ha’u hatene ha’u bele ko’alia ba nia kona-ba buat ruma.”

Sinal avizu

La iha buat ida karik.

Ita-nia relasaun ho Ita-nia labarik toos dala ruma? Ita-nia labarik hetan ezersíziu natoon? Iha kualkér mudansa ruma iha sira-nia hahalok?

Ita-nia labarik buka atu dehan Ita buat ruma ka?

Asaun

Hatama no dezenvolve relasaun ida di’ak ho Ita-nia labarik antes sira sai foin-sa’e. Se Ita susar kona-ba metodu aman-inan Ita-nian hetan apoiu hosi organizesaun iha lista iha kontaktu sira okos.

Ha’u tenke dehan saida?

Ho labarik klosan liu sira, halo ketan.

Ho foin-sa’e, buka atu akorda ketan.

Ho foin-sa’e, mezmú se Ita la hetan ida de’it, labele fó ulun komunikaun.

Prevensaun

Diverte an ho Ita-nia labarik.

Fó korajen ba belun no interese li’ur.

Rona ho kuidadu ba opiniaun labarik Ita-nian. Ajuda sira hanoín kona-ba opsáun.

Ita tenke matenek kona-ba lia labarik nian - konsidera sira-nia opiniaun

Kontaktus

- Parents Advice Centre
0808 801 0722 – número grátis
- Barnardo’s Parenting Matters Programme
028 9049 1081

- Labarik sira presiza sente seguru, doben no folin-boot - ne’e maka baze laran-kmanek no konfidénsia
- Haree no tada hahalok di’ak maka dalan di’ak liu hotu influensia hahalok labarik Ita-nian
- konsistente ho Ita-nia dixiplina, uza dalan pozitivu ba influensia labarik hahalok Ita-nian
- Aman-inan no kuidadu sira presiza serbisu hamutuk iha konsistente
- Rona no ko’alia ba Ita-nia labarik - nia di’ak ba ko’alia!

- halo buat sira hamutuk ho Ita-nia labarik ne'ebé imi gosta rua hotu – diverte an!

halo sira sente kapás

Aman-inan pozitivu

Knaar aman-inan bele toos no aman-inan iha Irlanda Norte bele liuliu toos. Aman-inan la iha kontrolu beibeik iha ambiente no influénsia sira.

"Iha fulan-Setembru tinan 2006, Governu muda lei kona-ba kastigu fíziku, no aman-inan sei agora defeza ba kastigu ho razaun de'it se nia hetan aat uitoan ona, nu'udar rezultadu ida hosi kastigu fíziku.

Ema hotu simu katak sira tenke aprende loos hosi sala no dezenvolve bele ba moris ho ema seluk. Entantu, nia importante ba hanoin-hetan katak Ita la iha direitu ba fó kastigu fíziku ba Ita-nia labarik no Ita tenke, ne'eduni, konsidera dalan seluk, hanesan aman-inan pozitivu, ne'ebé ema rekonese ho susesu no ne'ebé sei ajuda ba kanaliza Ita-nia labarik iha diresaun loos.

Knaar aman-inan nian nunka fasil, maibé, ami hein, katak informasaun iha sesaun ne'e sei hatudu ba Ita oinsá Ita bele uza tékniku sira ne'ebá ba hatudu dalan, tau matan no fó korajen ba Ita-nia labarik."

Aman-inan pozitivu kona-ba hasai buat di'ak liu hotu iha Ita-nia labarik, rona no komprende, hahi'i no fó korajen ba sira-nia esforsu, haree no hahi'i hahalok di'ak no halo buat sira hamutuk ne'ebé Ita gosta rua hotu.

Ne'e hahú hosi loron sedu liu hotu iha Ita-nia relasaun ho Ita-nia labarik. Bainhira Ita buka atu bele ajuda, nia fasil beibeik ba dehan iha ne'ebé labarik ida bá sala no haluha ba haree buat sira ne'ebé bá loos. Hosi halo ida ne'e, Ita fó atensaun barak ba Ita-nia labarik ba hahalok negativu ne'ebé ema lakohi, envezde ba hahalok di'ak Ita hakarak sira dezenvolve. Nia bele mós ameasa Ita-nia relasaun ho Ita-nia labarik. Atensaun a man-inan no hahi'i buat ruma boot liu hotu ba labarik sira entaun Ita prezisa uza nia iha diresaun loos! Ne'e la sei influénsia Ita-nia labarik hahalok iha dalan pozitivu ida de'it, nia sei mós halo Ita-nia labarik sente ksolok, doben, folin boot no seguru no ne'e baze ba konfidénsia no laran-kmanek iha moris tomak sira-nian.

Trata ho Hahalok

Hanorin labarik sira hosi otas klosan liuhosi harii rai-ketan no esplika razaun ba sira ne'e atubele ajuda ba hatama dixiplina.

Matadalan metin no konsistente esensiál ba aman-inan pozitivu no bele muda hahalok susesu.

Hakilar ka dixiplina resikliu labarik sira bele halo aat fízika no emosionál.

Iha barak pozitivu dalan sira ba promote di'ak hahalok hanesan fó korajen ba, Ita mós bele ezemplu di'ak ida no halo Ita-nia labarik sira sente seguru kona-ba Ita-nia domin ba sira- mezmú kuandu sira hahalok aat.

Foin-sa'e

Foin-sa'e sira tenke aprende ba halo sira-nia rasik desizaun no harii sira-nia independénsia hosi sira-nia aman-inan. Maibé sira-nia desizaun bele la sempre ho Itanias no ne'e bele lea ba tensaun. Fó apoiu no korajen ba sira ba ko'alia. Susar uluk ba foin-saé sira la hatene kala esperiénsia sira-nian normál Hanoin-hetan ba fó sira prátiiku informasaun ne'ené sira presiza kona-ba mudansa fízika sira no aseguira fali sira sira-nia dezenvolvimentu fíziku normal tebetebes.

Isi-di'ak labarik Ita-nian

Promove isin-di'ak labarik Ita-nian knaar ida ba aman-inan barakliu halo laho hanoin. Kala nia hatama fó korajen ba Ita-nia labarik ba fase sira-nia dehan, hela isin-di'ak liuhosi desportu no ezersíziu fíziku regular ka fó-han barak oin sira ba fó atensaun ba isin-moos rasik, Ita hanesan fonte importante informasaun no konsellu no banati influensiál ba Ita-nia labarik.

Laran-kmanek

Laran-kmanek maka protesau di'ak liu hotu ba Ita-nia labarik kontra presau hosi labarik seluk. Ita bele ajuda ba dezenvolve ne'e iha dalan barak, porezemplu, fó liahatán pozitivu no loos, identifika no redirije kreda laloos labarik Ita-nian hosi liuhosi Ita-nia domin. Halo sira sente kapás!

Esplotasaun seksuál

“Ha’u kulpadu horiuluk. Ha’u bele beik liu oinsá! Oras ne’e ha’u hatene di’ak liu. Ha’u iha tinan sanulu-resin-tolu; nia iha tinan ruanulu. Nia dehan nia domin ha’u, maibé nia hatene sempre saida maka nia halo.”

Sinál avizu

Absénsia hosi uma ka lakon hosi eskola; osan, ropa, ka rebusadu seluk ne’ebé sira la bele esplika; relasaun foun ho mane tuan liu; evidénsia abuzu droga ka alkool nian; mudansa iha laran ka hahalok sira-nian; falta kontaktu ho belun sira no relasaun foun ho grupu idade tuan liu; falta laran-kmanek; halo aat an; bá ona uma iha ropa iha li’ur ba Ita-nia labarik.

Asaun

Buka atu fó korajen ba Ita-nia labarik ba konfia Ita kona-ba sira-nia situasaun; sees hosi hadook Ita-nia labarik ka halo sira sente sira kulpadu; hetan kontaktu ho ajénsia informasaun no apoiu bele ajuda Ita no Ita-nia labarik.

Ha’u tenke dehan saida?

Asegura Ita-nia labarik hatene Ita iha ne’ebá ajuda sira, iha situasaun naranaran. Asegura sira sira la tenke sente moe, sira vítima abuzu nian no Ita komprende oinsá toos nia tenke ba sira.

Prevensaun

Hato’o ambiente uma pozitivu ida ho apoiu. Perigu Ita-nia labarik risku no hatene sé Ita-nia labarik belun sira. Hateke ba laran-kraik no sinál perigu seluk sira. Ita bele hetan informasaun no apoiu hosi ajénsia lokál se Ita sente Ita-nia labarik iha risku karik.

Kontaktu sira

- PSNI –028 9065 0222
- Ita-nia lokál HSS Trust - haree pájina 44
- Barnardo – 028 9067 2366

- prostituisaun labarik nian forma esplotasaun no abuzu seksuál
- Adultu sé hakarak halo osan bele manipula, abuzo no esplota labarik sira liuhosi prostituisaun
- Adultu sé abuzo no esplota labarik sira tenke tahan responsível, envezde kulpa labarik sira
- Labarik sira abuzo liuhosi prostituisaun enfrenta risku fíziku, emosionál no psikolójiku
- nia nunca sedu resikliu ka tarde resikliu ba hetan tulun

abuzu liuhosi prostituisaun

Nia bele mosu oinsá?

Nia toos karik ba imajina oinsá ema bele abuzu karik labarik kualkér liuhosi prostituisaun. Nia loos sira ne'ebá sé benfeitú hosi abuzu labarik nian iha ne'e dalan uza metodu matenek ba dada sira-nia vítima, no tahan sira iha ne'ebá. Nia bele hahú ho relasaun 'divertida' foun ho namoradu tuan liu sé karik iha, ka sai adultu abuzivu ida. Labarik simu karik rebusadu karu no komesa uza alkool no droga. Antes tempu naruk adultu abuzivu kria relasaun dependente no leal ho vítima no bele pois maka'as sira ba halo osan ba nia hafó servisu seksuál ba ema seluk. Maibé ne'e la'ós relasaun negósiu ida – nia forma ilegál abuzu seksuál nian, ne'ebé tau labarik iha risku hosi aat fíziku, emosionál no psikolójiku tebetebes.

Kanek

Labarik sira abuzu liuhosi prostituisaun bele sai vítimas sériu fíziku no seksuál atake, ne'ebé bele dala balu fatal. sira bele easily sai addicted ba droga no alkool no entrenta aas risku hetan moras seksu. Aat emosionál no psikolójiku bele halakon ema klosan ida no rezultadu bele sai halo aat an, depresaun (laran kraik tebetebes) no suisídiu.

Tada nia oinsá?

Iha sinál avizu ruma sira iha pájina seluk bele karik hatudu Ita-nia labarik iha risku hosi abuzu liuhosi prostituisaun. Se sira ne'e hotu, ka mezmú sira ne'e ruma, kona-ba Ita-nia labarik, Ita tenke konsidera sira bele iha risku. Mane-oan no fetó-oan idade kualkér bele sai vítimas esplotasaun seksuál. Ema abuza ida ema-li'ur karik maibé bele ida família membru ka belun ida.

Para nia oinsá?

Prevene labarik sira hosi be abuzu iha ne'e dalan ka ajuda sira halai sai nia bele presiza tulun espesialista. Relasaun pozitivá no besik ho Ita-nia labarik bele hamenus sira-nia vulnerabilidade. Ensur sira iha laran-kmanek aas no sente di'ak kona-ba an bele prevene sira sai vulneravel ba relasaun abuziva. Maibé, mezmú ho di'ak liu hotu aman-inan iha mundu, ruma labarik sira sei hetan an vulneravel ba ne'e form abuzu. Aman-inan bele beibeik sente kbiit-laek ba tama iha buat maka situasaun kompleksu no ameasa ida.

Organizasaun barak (haree Kontaktus) serbisu ho família sira ba combat abuzu liuhosi prostituisaun. Se Ita sente Ita-nia labarik iha risku sira bele hafó informasaun no apoiu ba Ita no Ita-nia labarik ajuda sees hosi perigozu relasaun. Se Ita-nia abuzu labarik nian, ka iha risku hosi abuzu, liuhosi prostituisaun sira sei serbisu ho Ita no Ita-nia labarik ba halo planu individual ho apoiu ba asegura sira la vulneravel ona ba sira ne'ebá sé hakarak esplota sira. Nia nunca sedu resikliu ka tarde resikliu ba hetan tulun.

Foin-sa'e isin-rua & atividade seksuál

“Ha'u sente dala balu ha'u hanesan ikan ida iha bee no ema hotu hateke ba Ita, hein ba Ita ba halo ida sala.” Feto-oan foin-sa'e.

Sinál avizu

Foin-sa'e sei la sempre dehan Ita se iha ne'ebá buat ruma preokupa sira. Komunikaun di'ak ho Ita-nia labarik sira importante liu. Ita presiza atente ba sira-nia nesidade no let sira hatene Ita iha ne'ebá no prepared ba rona.

Asaun

Nia importante Ita-nia labarik hatene iha ne'ebé ba hetan informaun di'ak iha kontrolu moris mai no prevensaun infesaun hosi tranzmisaun seksuál. Se Ita hanoin Ita-nia oan-feto isin-rua karik, asegura nia haree ninia doutór.

Ha'u tenke dehan saida?

Ko'alia ba Ita-nia labarik sira kona-ba relasaun no seksuálide. Se Ita hanoin Ita-nia labarik iha seksu, nia importante ba ko'alia ba sira kona-ba seksu seguru liu.

Prevensaun

Nia importante Ita-nia labarik matenek no iha badain ne'ebé sei ajuda sira harii laran-kmanek no relasaun maka'as, no maderak an hosi atividade seksuál to'o sira tuan liu.

Kontaktus

- PSNI
028 9065 0222
- Ita-nia doutór

- Brook Advisory Clinic
028 9032 8866
- Family Planning Association
028 9032 5488
- Barnardo's Young Parents' Network
028 9047 3856
- School Age Mums Project
www.youngmums.org.uk
- Parents Advice Centre
0808 801 0722

- Numeru foin-sa'e isin-rua Irlanda Norte entre aas liu hotu iha Europa

- Buka atu take inisiativa iha haksasuk relasaun no seksuálide ho Ita-nia oan-mane ka oan-feto

- Liu hotu ema klosan iha idade 17 okos la iha seksu

- dehan importánsia desizaun responsível nian iha relasaun ida no la haka'as an iha seksu tanba “ema hotu halo nia”
- Labele buka atu tesi lia, maibé la bele ta'uk ba dehan se Ita hanoin atividade karik la isin-di'ak ka bele karik tau sira iha risiko
- Ita-nia labarik sei aprende ezemplu - sira sei aprende dalan família Ita-nian ba halo buat sira hosi Ita-nia folin, kultura, relijiaun no kreda.

ko'alia ba foin-sa'e

Labarik sira sei aprende kona-ba seksu kala Ita hakarak sira ba ka not. Seksu iha fatin hotu-hotu hale'u ita - iha revista no jornál, iha publisidade no telenovela. Labarik no ema klosan sira mós aprende kona-ba seksu hosi malu - no buat ne'ebé hateten malu iha halimar fatin la bele loos no la'ós buat maka aman-inan hakarak sira ba rona!

Mensajen sira ne'e hotu konfuza no bele tau ema klosan iha situasaun sira la bele hatene oinsá trata ba. Ema haree adolexénsia beibeik hanesan ida tempu konfliktu boot liu iha aman-inan no labarik leet. Ne'e tempu importante liuliu ida ba tahan komunikasaun ho Ita-nia labarik sira maski ne'e karik la sempre facil. Komunikasaun di'ak ho Ita-nia labarik sira ajuda hamenus risiko take hahalok.

Ita bele susar se Ita ko'alia kona-ba seksu no relasaun, iha otas sedu ida liuliu, Ita sei fó korajen ba Ita-nia labarik sira ba hahú iha seksu bainhira sira duni liu klosan. Maibé peskiza hatudu ona kontráriu maka loos. Foin-sa'e sira hosi família sé ko'alia loloos kona-ba seksu hein to'o sira tuan liu antes sira hahú iha seksu no nia mós provavel liu sira uza kontraseptivu.

Ema klosan liu hotu menus duké tinan 17 la iha seksu maibé número haboot tebetebes depois otas ne'ebá. Ema klosan hotu presiza informasaun kona-ba seksu, isin-rua, infesaun hosi tranzmisaun seksuál, HIV/Aids no kontrasepsaun atubele ajuda sira ba halo opsaun matenek.

Se Ita sente unkonfortavel ka la seguru kona-ba ko'alia kona-ba seksu ho Ita-nia labarik, keta husik ida ne'e dezanima Ita. Edukasaun seksu la tenke konversa ida de'it, maibé ida prosesu neneik komunikasaun. Se Ita-nia labarik sira sai boot no hatene katak nia di'ak atu ko'alia ho Ita kona-ba seksu no laran ne'ebé sira iha, pois nia provavel liu sira mai duni ba Ita ba apoiu kuandu sira presiza nia.

Número foin-sa'e isin-rua iha Irlanda Norte entre número aas liu hotu iha Europa. Depois tinan 1998, Irlanda Norte iha redusaun konsiderável ida iha número moris-mai ba inan foin-sa'e sira ona, maibé nia iha nafatin liután 1500 moris-mai ho tinan 2002 no infesaun hosi tranzmisaun seksuál mós haboot entre ema klosan. Fó ba Ita-nia labarik sira apoiu, informasaun no tulun ba sente di'ak kona-ba an bele hamenus probabilidade buat rua hotu nian.

Hakilar tun-sa'e

“Nia aprende ona ba la’o no ko’alia la’ós de’it, maibé oras ne’e nia aprende ona ba dedek ninia ain, opoin, hakreko to’o ninia oin sai mean no hamoe ha’u iha fatin públiku beibeik. Saida maka mosu ba ha’u-nia bebé?”

Sinál avizu

It bele karik mosu iha fatin ruma, maibé hateke ba out ba ida kole ka hamlaha labarik iha kualkér situasaun bainhira nia hakarak buat ruma ne’ebé Ita lakohi ona, liuliu bainhira ami sai atu halo kompras, ka durante oras sosiál ka loron ba li’ur ida.

Asaun

Hela hakmatek konsidera kala Ita-nia labarik presiza han ka hakmatek. Fó Ita-nia labarik atensaun no se Ita bele, hetan fatin nonook ida ka dalan ruma atu habees ninia atensaun. Labele rende an, maibé buka atu komprende laran labarik Ita-nian duni. Se nesesáriu, prepara ba ha badak Ita-nia viajen ba li’ur. (Haree mós seksaun kona-ba Aman-inan Pozitivu)

Ita dehan saida?

Buka atu hato’o Ita-nia labarik opsaun ida ka dalan pozitivu ida sai. Hakmatek no komprende. Tahan nia simples no momoos. Hahi’i Ita-nia labarik ba hadame depois.

Prevensaun

Sees hosi dook kompras trips ka tir loron out. Nia beibeik ajuda ba fó Ita-nia labarik atensaun no domin estra. Buka atu hare kauza posivel ba hakilar tun-sa’e iha loron oinmai no hetan dalan sira ba sees hosi sira.

Kontaktus

- Ita-nia vizita saúde ka doutór
- Sentru Konsellu Aman-inan
0808 801 0722 – númeru grátis ba tulun
- Labarik ho tinan rua 1 iha 5 iha ida hakilar tun-sa’e pelumenus dala rua loron ida-ida
- ‘Tinan Rua Terrivel’ parte normal ida iha dezvoltamentu labarik Ita-nian
- Sai hirus reasaun natural ida maibé nia halo situasaun aat liu de’it
- Metin no hetan dalan pozitivu ida ba trata ho problema
- Planu ba sees hosi kauzas hakilar tun-sa’e
- Hanoin-hetan, hakilar tun-sa’e la sei kontinua!

bainhira loron ida-ida loron ida toos

Tanbasá hakilar tun-sa'e mosu

Hakilar tun-sa'e karik hahú kala fulan 18, normál kala idade tinan rua no sai barak menus normál idade tinan haat. Liu labarik klosan sira beibeik la bele express an barak hanesan sira hakarak no sira-nia frustrasaun karik sai hanesan hakilar tun-sa'e ida.

Hakilar tun-sa'e mosu iha fatin públiku beibeik, ne'ebé bele hamoe tebetebes no haboot etrese aman-inan nian.

Se Ita laran-susar kona-ba Ita-nia labarik hahalok ko'alia kona-ba Ita-nia susar ho Ita-nia vizita saúde ka doutór.

Trata ho hakilar tun-sa'e

- Tahan hakmatek. Sai hirus no hakilar Ita-nia labarik sei de'it halo buat sira aat liu.
- Ita-nia labarik bele kole ka hamlaha entaun rest ka hahán bele ajuda. ka sira bele presiza atensaun ka rahun-di'ak ruma de'it.
- Buka atu hetan ida distrasaun. Hetan buat ruma else interest ba haloka look at bele ajuda. Se Ita iha fatin ida ho tarutu barak, buka atu bá fatin ruma nonook.
- Se buat sira iha leten la la'o, buka atu haree buat sira hosi Ita-nia labarik opiniaun no komprende saida maka sira hakarak duni. Buka atu hato'o sira opsaun ida, tanbá ne'e fó ba Ita-nia labarik laran kontrolu ida no bele la'o di'ak liu duké dehan 'lae' de'it. Sempre buka atu hato'o solusaun pozitiva ida.
- Se Ita dehan 'lae' duni, sees hosi fó ulun ikusmai atubele hadame nia. Se Ita fó iha Ita-nia labarik sei repete hakilar tun-sa'e hanesan dalan ida hetan buat ruma sira hakarak.
- Se Ita iha uma Ita bele buka atu la halo atensaun ba hakilar tun-sa'e, bele tama kuartu seluk se nia seguru ba halo nune'e. Fó korajen ba Ita-nia labarik ba hakmatek mesamesak no ko'alia hakmatek liu kona-ba buat ne'ebé nia hakarak.
- Depois hakilar tun-sa'e, hahi'i Ita-nia labarik ba hakmatek. Maski sira la hirus nafatin, entaun ko'us sira no halo nia moos Ita hadomi sira nafatin laho kondisaun ida.

Sees hosi hakilar tun-sa'e

Ita bele hamenus probabilidade hakilar tun-sa'e liuhosi halo planu oinmai:

- Buka atu sees hosi Ita-nia labarik sai hamlaha ka overtir.
- Asegura Ita-nia labarik hetan natoon atensaun pesoál no domin.
- Asegura Ita-nia tempu hamutuk kualidade tempu hamutuk liuliu se Ita serbisu ba liu hotu hosi loron.
- Tahan kompras no viajen ba li'ur badak hanesan posivel.
- Buka atu planeia dalan regulár ida ne'ebé Ita sei uza ba trata ho hakilar tun-sa'e kuandu sira mosu duni.

Hanoi-hetan, hakilar tun-sa'e normal no la baibain lea ba sériu problema. Nu'udar Ita-nia labarik sai tuan liu sira sei aprende ba trata liu hakmatek ho etrese ida-ida loron moris.(haree mós seksaun on Aman-inan Pozitivu no Labele doko bebé)

Laran-susar kona-ba ida labarik?

“Ha’u rona loron ida-ida labarik klosan viziñu tanis, ninia aman-inan hakilar nia. Horisehik, iha lurón, ha’u haree ninia inan basa ninia ulun toos. Ne’e la kona ba ha’u-maibé ha’u laran-susar no la hatene saida maka ha’u tenke halo.”

Sinál avizu

Iha barak posivel sinál sira abuzu, hosi kanek fíziku ba mudansa sira iha hahalok., Ita haree karik insidente ka labarik ida karik dehan Ita katak ema halo aat nia.

Asaun

Se Ita hanoin ema halo aat labarik ida ona, kontaktu servisu sosiál ka polísia. Se Ita la seguru, Ita bele ko’alia ba ema iha konfidensiá, hanesan NSPCC.

Ha’u tenke dehan saida?

Esplika buat ezata Ita haree, no saida maka ema hateten Ita ona.

Se Ita bele, tahan ida loron kedak no liafuan exatu ema uza.

Sira ne’e sei ajuda Ita ba esplika.

Prevensaun

Asegura Ita-nia labarik hatene sé sira bele fahe susar ho se no kuandu sira presiza to. Rona ho kuidadu ba labarik sira no alert ba mudansa sira iha sira.

Kontaktus

- Ita-nia HSS Trust lokál– haree pájina 44
- PSNI
028 9065 0222
- NSPCC
0808 800 5000
- Sentru Konsellu Aman-inan
0808 801 0722 – númeru grátis ba tulun

• Proteje labarik sira kona ba ema hotu

• Adultu iha responsabilidade ida ba bufa abuzu

• Konsidera hato’o ruma apoiu se Ita laran-susar

• Se iha dúvida, fahe Ita-nia susar kona-ba labarik sira

• Bufa susar arti dala ladún barak ema hasai labarik ida hosi kuidadu aman-inan

• Halo buat ida oras ne’e - abuzu tempu-naruk aat ba labarik sira

Ne’e kona ba ha’u ka lae?

Aman-inan hotu esperiência difikuldade oras oioin ne'ebé membru seluk família nian ka belun besik bele ajuda. Legadu konfliktu nian iha Irlanda Norte arti aman-inan mós esperiência karik difikuldade seluk.

Se ema ruma Ita hatene iha difikuldade, Ita bele karik hato'o ida ne'e:

- ema ida ba rona .
- Ideia ruma ba trata ho problema.
- Fó korajen ba ba hetan tulun ruma.
- Apoiu prátiiku (kuidadu labarik/kompras).

Maibé, iha ne'ebá karik tempu kuandu labarik ida karik iha risku abuzu no profisionál apoiu neseseidade ba hafó.

Se ema halo aat Ita-nia labarik, Ita hakarak ema seluk ba halo oinsá?

- Ita tenke hanoin nia la kona ba ha'u ka?
- ba bufa sira-nia preokupa ba profisionál ida sé bele ajuda?

Bainhira ita hanoin, buka hatene ema halo ne'ebé aat ba labarik ida ita bele reaje iha dalan oioin barak. Ita karik sente kulpa, hirus, la bele fiar ka heli-lia. Reasaun ruma ne'e bele prevene ajuda ba ida família sé presiza nia duni.

Barak ema la dehan tanba sira ta'uk ne'e:

- Labarik sira sei risku liután halo aat.
- sira fiar ema sei la halo buat ida.
- sira fiar ema bele hasai labarik.
- sira preokupa família loke karik sé bufa sira ona.
- Hateten halo aat karik relasaun família nian.

Nia di'ak liu hotu duni ema halo buat ida sedu ba proteje labarik no para buat aat liu sira. Tempu-naruk abuzu barak provavel liu kauza problema ba labarik ida nu'udar sira sai tuan liu. Mezmu se Ita hanoin ne'e insidente ida de'it, ajénsia profisionál seluk sira karik iha susar kona-ba labarik ona. Entaun Ita-nia informasaun bele karik liu importante. Ajénsia sira hotu sei trata ho informasaun kualkér simu iha baze ida konfidensiál.

Organizasaun tulun - organizasaun iha lista ne'e organizasaun maka bele fó tulun
Ita ba organizasaun natoon se sira la bele ajuda Ita

Barnardo's

028 9067 2366

www.barnardos.org

Barnardo's Young Parents' Network

028 9047 3856

<http://services.barnardos.org.uk/youngparentsbelfast/>

Brook Advisory Clinic

028 9032 8866

www.brook.org.uk

Child Accident Prevention Trust

020 7608 3828

www.capt.org.uk

Children in Northern Ireland

028 9065 2713

www.ci-ni.org.uk

Children's Law Centre

028 9024 5704

www.childrenslawcentre.org

Contact a family

0808 808 3555 – Freephone helpline

www.cafamily.org

Department of Health, Social Services and Public Safety

DHSSPS

028 9052 0500

www.dhsspsni.gov.uk

Disability Action

028 9029 7880

www.disabilityaction.org

Education and Library Boards

Belfast ELB

028 9056 4006

www.belb.org.uk

North Eastern ELB

028 2566 2296

www.neelb.org.uk

South Eastern ELB

028 9056 6200

www.seelb.org.uk

Southern ELB

028 3751 2200

www.selb.org

Western ELB

028 8241 1411

www.welbni.org

Employers for Childcare

0800 028 3008

www.employersforchildcare.org

ERIC - Enuresis Resource & Information Centre

0117 960 3060 for details of your nearest clinic

www.eric.org.uk

Family Planning Association

028 9032 5488

www.fpa.org.uk

Gingerbread

028 9023 1417

e-mail: enquiries@gingerbreadni.org

Health Promotion Agency

028 9031 1611

www.healthpromotionagency.org.uk

Health & Safety Executive for NI

HSENI

www.hseni.gov.uk/kids.cfm

Health & Social Services Boards

Eastern HSS Board

028 90321313

www.ehssb.n-i.nhs.uk

Northern HSS Board

028 2565 3333

www.nhssb.n-i.nhs.uk

Southern HSS Board

028 3741 0041

www.shssb.org

Western HSS Board

028 7186 0086

www.whssb.org

Health & Social Services Trusts

Altnagelvin Hospitals HSS Trust

028 7134 5171

Armagh & Dungannon HSS Trust

028 3752 2381

Belfast City Hospital HSS Trust

028 9032 9241

Causeway HSS Trust

028 2766 6600

Craigavon & Banbridge Community HSS Trust

028 3883 1983

Craigavon Area Hospital Group HSS Trust

028 3833 4444

Down Lisburn HSS Trust

028 9266 5181

Foyle HSS Trust

028 7126 6111

Green Park HSS Trust

028 9066 9501

Homefirst Community HSS Trust

028 2563 3700

Mater Infirmorum Hospital HSS Trust

028 9074 1211

Newry & Mourne HSS Trust

028 3026 0505

North & West Belfast HSS Trust

028 9032 7156

North Down & Ards Community HSS Trust

028 9181 6666

Royal Group of Hospitals and Dental Hospital HSS Trust

028 9024 0503

South & East Belfast HSS Trust

028 9056 5556

Sperrin Lakeland HSS Trust

028 8283 5285

United Hospitals HSS Trust

028 9442 4673

Home-start NI

028 9046 0772

www.home-start.org.uk**Kidscape**

08451 205 204

www.kidscape.org.uk**Lifestart Foundation Ltd**

028 7136 5363

Mencap

- Understanding learning disability

0845 763 6227

www.mencap.org.uk**Message Home** (for young people to get a message to their parents)

0808 800 7070

www.missingpersons.org**Missing Persons Helpline**

0500 700 700 - (24hrs)

www.missingpersons.org**National Drugs Helpline**

- 24 hour free advice

0800 77 66 00

NCH

- National childrens charity

www.nch.org.uk**NI Women's Aid Federation**

028 9033 1818

www.niwaf.org**NICEM**

NI Council for Ethnic Minorities

028 9023 8645

NICMA

- Northern Ireland Childminding Association

028 9181 1015

www.nicma.org**Nionline**

www.onlineni.net

NIPPA

- the Early Years organisation

028 9066 2825

www.nippa.org

NSPCC

0808 800 5000

www.nspcc.org.uk

Parenting Forum NI

028 9031 0891

Parents Advice Centre

0808 801 0722 – Freephone helpline

www.pachelp.org

e-mail: parents@pachelp.org

Playboard

028 9080 3380

e-mail: ceoffice@playboard.co.uk

PSNI

028 9065 0222

Royal Society for the Prevention of Accidents (RoSPA)

028 9050 1160

www.rosipa.co.uk

School Age Mums Project

www.youngmums.org.uk

The Family Trauma Centre

1 Wellington Park

Belfast

028 9020 4700

VDA

Volunteer Development Agency

028 9023 6100

www.volunteering-ni.org

PUBLIKASAUN UTIL

Hakdedar – matadalan ida ba aman-inan – ida livru hosi Sentru Konsellu Aman-inan

Informasaun konsellu kuidadu labarik
-bele hetan hosi Employers for Childcare labarik

Departamentu Edukasaun – bele hetan hosi www.deni.gov.uk

Fó korajen ba boot liu hahalok- surat hosi NSPCC

Hakat uluk ba seguransa – surat hosi RoSPA

Trata ho Kuidadu – matadalan ida ba pozitivu aman-inaning
-bele hetan hosi Aman-inan Konsellu Sentru

Surat Ajénsia Promosaun Saúde– bele hetan hosi Uniaun Sentral Promosaun Saúde
iha Ita-nia Konsellu HSS lokál

- **Halo husik susu fasil**
- **Hetan komesa di’ak ida**
- **Lia Nutrisaun ba tinan sedu**

Uma Mesak - surat hosi NSPCC

Mamá, papá, Ha’u buat ruma ba dehan Ita
Matadalan ba aman-inan sé iha labarik lézbika, gay ka bi-seksuál
– bele hetan hosi Konsellu Sentru Aman-inan

Opportunities ba Seguransa Edukasaun – RoSPA leaflet

Hamenus risiko mate kama bebé
– bele hetan hosi Uniaun Sentral Promosaun Saúde iha Ita-nia Konsellu HSS lokál

The Incredible Years: Matadalan ida ba aman-inan ho Labarik tinan 3-8 bele
hetan hosi website ida ne’e www.incredibleyears.com

Toddler Taming Dr Christopher Green