

# نوجوان شخص کا

انگلینڈ کی رہنمائی کریں۔



# مشمولات

اس گائیڈ کا استعمال کرتے ہوئے	صفحہ 2
ایکٹو کیئر سلوشنز (ACS) میں خوش آمدید	صفحہ 3
ACS خدمات: ہم کس طرح مدد کر سکتے ہیں۔	صفحہ 4
ACS سے باہر دوسرے لوگ	صفحہ 6
ACS کے ساتھ شامل ہونا	صفحہ 10
محفوظ رہو	صفحہ 11
میموری باکس	صفحہ 13
سمجھوتہ کے بغیر تعلیم	صفحہ 14
اگر آپ ناخوش ہیں۔	صفحہ 15
مفید رابطے	صفحہ 16
مقصد کا بیان	صفحہ 17
بچوں کے کمشنر اور آفسٹڈ	صفحہ 18

## اس گائیڈ کو استعمال کرنا

یہ گائیڈ آپ کو فوسٹر کیئر اور ایکٹیو کیئر سلوشنز میں رہنے کے بارے میں تھوڑا سا جاننے میں مدد کرنے کے لیے ہے۔ براہ کرم فکر نہ کریں اگر یہ سب کچھ سوچنے کے لیے بہت زیادہ ہے: اسے رکھیں اور جب آپ کو ضرورت ہو اس پر واپس آئیں، کیونکہ اس میں بہت مفید معلومات ہیں۔

## خوش آمدید

ایکٹو کیئر سلوشنز (ACS) میں خوش آمدید۔ ہم امید کرتے ہیں کہ آپ اپنے رضاعی خاندان کو جان رہے ہوں گے اور یہ کہ آپ خود کو محفوظ محسوس کریں گے اور ACS کے ساتھ اپنے وقت سے لطف اندوز ہوں گے۔

### ACS کیا ہے؟

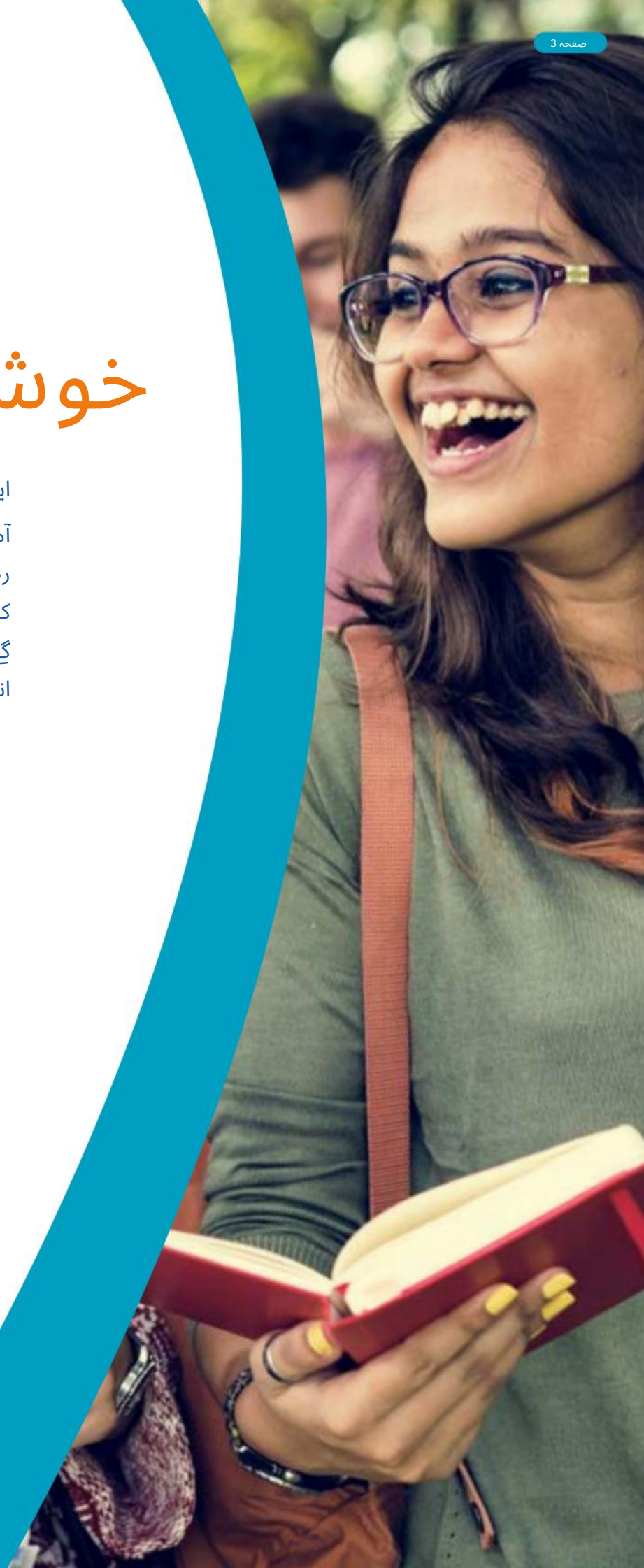
ACS ان بچوں اور نوجوانوں کے لیے قائم کیا گیا تھا جن کی پرورش کی ضرورت ہے۔ ہمیں ایسے لوگ ملتے ہیں جو رضاعی والدین بننا چاہتے ہیں اور ان کی تربیت اور مدد کرنا چاہتے ہیں۔

### ACS میں کون کام کرتا ہے؟

رضاعی والدین کے ساتھ ساتھ ہمارے پاس عملہ کے مختلف ارکان ہیں اور آپ ان کے بارے میں اور وہ کیا کرتے ہیں اس گائیڈ میں جان سکتے ہیں۔

### پرورش کیا ہے؟

پرورش بچوں اور نوجوانوں کو گھر دینے کا ایک طریقہ ہے جبکہ ان کا اپنا خاندان ان کی دیکھ بھال کرنے سے قاصر ہے۔ پرورش ایک عارضی انتظام ہو سکتا ہے، اور بہت سے پرورش پانے والے بچے اپنے خاندانوں میں واپس آ جاتے ہیں۔ وہ بچے جو گھر واپس نہیں جا سکتے لیکن پھر بھی اپنے خاندانوں کے ساتھ رابطے میں رہنا چاہتے ہیں اکثر طویل مدتی رضاعی نگہداشت میں رہتے ہیں اور انہیں اپنے مقامی اتھارٹی یا صحت اور سماجی نگہداشت کے ٹرسٹ سے مسلسل تعاون حاصل ہوتا ہے۔ رضاعی والدین کی کبھی بھی کسی بچے کے لیے والدین کی ذمہ داری نہیں ہوتی جس کی وہ دیکھ بھال کرتے ہیں۔



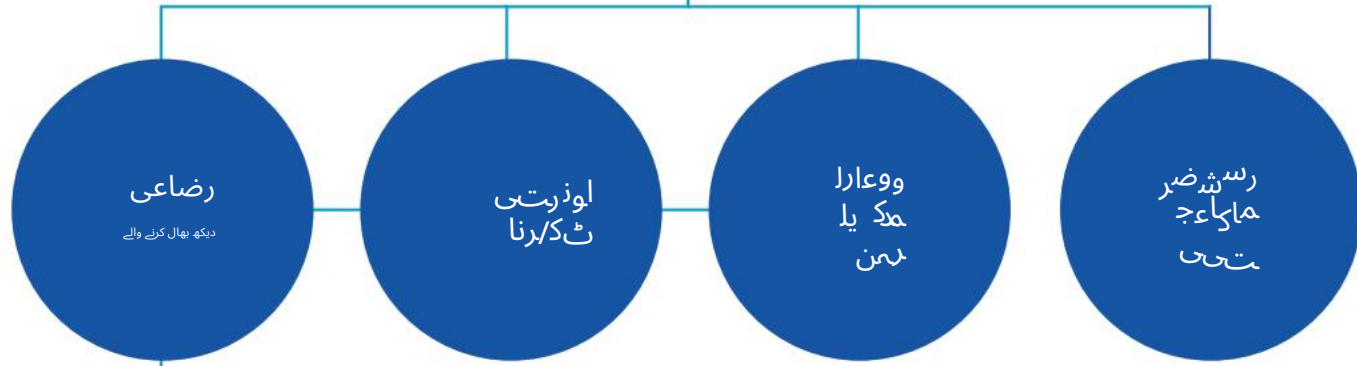


# ACS خدمات:

ہم کس طرح مدد کر سکتے ہیں۔

آپ کے رضاعی والدین کی تربیت اور مدد کے ساتھ ساتھ، ACS دوسرے لوگوں کو فراہم کرتا ہے جن کے بارے میں آپ سن سکتے ہیں۔

تم



معالج

اگلے صفحے پر ان کے  
بارے میں مزید  
معلومات حاصل کریں۔

اگر آپ مزید جاننا چاہتے  
ہیں تو بس پوچھیں!

کچھ دوسرے لوگ بھی ہیں جو ACS کے ذریعہ ملازم  
نہیں ہیں، لیکن جو آپ کی مدد کے لیے موجود ہیں  
-معلومات کے لیے اگلے چند صفحات پر ایک نظر  
ڈالیں۔

## تو یہ لوگ کیا کرتے ہیں؟

### معالج

• کبھی کبھی آپ پوری طرح سے وضاحت کرنے کے قابل نہیں ہوسکتے ہیں کہ ماضی میں جو کچھ ہوا اس نے آپ کو کس طرح متاثر کیا ہے۔ تھراپسٹ رضاعی والدین اور سماجی کارکنوں کو سمجھنے میں مدد کر سکتے ہیں۔ وہ ان کی مدد کے لیے آئیڈیاز دیتے ہیں۔

• کبھی کبھی ACS آپ کے لیے ایک معالج فراہم کر سکتا ہے۔  
لیکن یہ ACS سے باہر کسی کے ذریعہ فراہم کیے جانے کا زیادہ امکان ہے۔

### سوشل ورکر کی نگرانی کرنا

• اپنے رضاعی والدین کی نگرانی اور مدد کریں۔

• باقاعدگی سے وزٹ کریں۔

• اپنے سونے کے کمرے کو دیکھیں اور دیکھیں گے کہ آپ کی دیکھ بھال اور اچھی طرح دیکھ بھال کی گئی ہے۔

### رضاعی والدین کی مہلت

• اگر ضرورت ہو تو اپنے اور اپنے نگہداشت کنندہ کے لیے وقفہ فراہم کریں۔

### سپورٹ/شرکت کرنے والا عملہ

• سرگرمیوں میں شامل ہونے میں آپ کی مدد کریں۔

• نئی چیزوں کو حاصل کرنے اور نئی مہارتیں پیدا کرنے میں آپ کی مدد کریں۔

• آپ کی رائے سننے میں آپ کی مدد کریں۔

• ACS میں کیا ہو رہا ہے اس کے بارے میں آپ کو آگاہ کرتے رہیں۔

• آپ کے شرکت کے لیے تقریبات کا اہتمام کریں۔

ACS نگرانی

سماجی کارکن:

ٹیلی فون:

ای میل:









# وکیل

وہ صرف آپ کے لیے موجود ہیں - وہ آپ کی طرف سے کام لے سکتے ہیں اور یہ ہے کہ سماجی کارکنوں اور دیگر بالغوں کو آپ کی دیکھ بھال کے بارے میں آپ کی خواہشات اور احساسات کو سننا چاہیے۔

کچھ نوجوان اپنے لیے بات کرنے میں خوش ہوتے ہیں - دوسروں کو یہ مشکل لگتا ہے۔

اگر آپ اپنی دیکھ بھال یا تعلیم سے متعلق کسی چیز سے ناخوش ہیں تو آپ کو وکیل کا حق حاصل ہے۔

وہ آپ کی مدد کر سکتے ہیں: آپ کا سماجی کارکن، آپ کے خاندان سے رابطہ، غنڈہ گردی، آپ کے رضاعی گھر سے اچانک منتقل ہو جانا، یا ملاقاتوں میں آپ کی مدد کرنا۔

نہیں دیکھ بھال اور نگہداشت چھوڑنے والوں کے لیے ڈولڈ پسی ہیلپ لائن چلا تی ہیں اور آپ کو وکیل تلاش کرنے میں مدد کریں گی۔

نیشنل یوتھ

ایڈوکسی سروس (NYAS)

youngpeople.nyas.net

0808 808 1001 ای میل:

help@nyas.net

کورم آواز:

0808 800 5792

coramvoice.org.uk

# آزاد وزیٹر

ایک آزاد وزیٹر ہونے کا مطلب ہے کہ آپ کا خاندانی رابطہ محدود یا کوئی نہیں ہے، تو قانون کہتا

ایک قابل اعتماد آزاد شخص جو باقاعدگی سے آپ سے مل سکتا ہے اور آپ کو مدد دے سکتا ہے۔ وہ ایک اچھے بالغ رول ماڈل ہو سکتے ہیں۔

تم کیا کر سکتے ہو؟

وہ آپ کے ساتھ باہر جا سکتے ہیں اور آپ ایک ساتھ سرگرمیاں کر سکتے ہیں - یہ کافی اور چٹ، سنیما کے دورے یا کھیل ہو سکتے ہیں۔ اگر آپ اس سے اتفاق کرتے ہیں تو وہ آپ کی جائزہ میٹنگ میں شرکت کر سکتے ہیں۔

مزید معلومات کے لیے:

اپنے سماجی کارکن یا رضاعی والدین سے بات کریں۔



# ACS کے ساتھ شامل ہوں۔

ہم چاہتے ہیں کہ آپ کی آواز سنی جائے تاکہ ہم ACS کو سب کے لیے بہتر بنا سکیں:

1. واقعات، عملے اور ACS کے بارے میں اپنی رائے دیں۔
2. عملے اور رضاعی والدین کے لیے انٹرویوز اور تربیت میں ہماری مدد کریں۔
3. آئیں اور سرگرمیوں میں شامل ہوں۔
4. بچوں اور نوجوانوں کے فورمز میں حصہ لیں - مزے کریں اور ہمیں بتائیں کہ آپ کیا سوچتے ہیں۔

اپنے تعاون سے پوچھیں۔  
/شرکت  
مزید کے لیے کارکن  
معلومات



# Stay Safe

ACS پر کسی کو محفوظ رکھنا اس کا یقینی بنانے کے لیے کام کرے گا، کہ آپ محفوظ ہیں اور آپ کو کسی بھی طرح سے نقصان نہیں پہنچایا جائے گا، لیکن اگر آپ کو نقصان پہنچایا جاتا ہے یا اگر آپ پر کوئی الزام یا بدسلوکی کا شبہ ہے، تو ہمیں بچوں کی خدمات یا پولیس کو بتانا ہوگا۔

اگر آپ کو تکلیف ہو رہی ہے یا آپ ماضی میں ہو چکے ہیں اور کوئی اس کے بارے میں نہیں جانتا ہے، تو کسی ایسے بالغ سے بات کریں جس پر آپ بھروسہ کرتے ہیں (رضاعی والدین، ACS سماجی کارکن، استاد)۔ وہ آپ کی باتوں کو سنیں گے اور اسے سنجیدگی سے لیں گے۔ آپ جس شخص کو بتائیں گے وہ آپ کے ساتھ آگے کیا ہو رہا ہے اس پر بات کرے گا، لیکن اسے یہ یقینی بنانے کے لیے کسی اور کو بتانا ہو گا کہ آپ محفوظ اور ٹھیک ہیں۔

**بدمعاشی بدمعاشی** نام کی کال سے لے کر مارنے تک ہوسکتی ہے۔ اگر آپ کو اسکول میں، گھر میں یا کہیں بھی غنڈہ گردی کا نشانہ بنایا جا رہا ہے (بشمول سائبر بدمعاشی آن لائن) اپنے سماجی کارکن، رضاعی والدین یا کسی دوسرے بالغ کو بتائیں جس پر آپ بھروسہ کر سکتے ہیں۔

## معلومات

جب آپ ACS کے ساتھ ہوں گے، ہم آپ کے بارے میں معلومات رکھیں گے، اور آپ کی مقامی اتھارٹی بھی آپ کے بارے میں فائلیں رکھے گی۔ آپ کو معلومات دیکھنے کا حق ہے (کچھ خفیہ معلومات کے علاوہ)۔ اگر آپ مزید جاننا چاہتے ہیں تو اپنے رضاعی والدین یا ACS سماجی کارکن سے بات کریں۔





# انٹرنیٹ اور موبائل سیفٹی

WWW.THINKUKNOW.CO.UK

انٹرنیٹ اور موبائل فون بہت ساری وجوہات کی بناء پر بہت اچھے ہو سکتے ہیں، لیکن بعض اوقات انٹرنیٹ اور سوشل میڈیا کا غلط استعمال اور نقصان دہ ہو سکتا ہے۔ خیال رکھیں کہ آپ انٹرنیٹ کیسے استعمال کرتے ہیں۔

اگر آپ پریشان ہیں کہ آپ کس سے بات کر رہے ہیں تو ان کی اطلاع دیں، اگر آپ آن لائن ملے ہیں تو حقیقی زندگی میں کسی سے ملنے پر کبھی اتفاق نہ کریں۔

پوسٹ کرنے سے پہلے سوچ لیں۔

صرف دوستوں کے ساتھ جڑیں۔

اپنی ترتیبات کو نجی رکھیں

اپنا پاس ورڈ شیئر نہ کریں۔

دوسروں کے لیے تکلیف دہ نہ بنو

دوسروں کے ساتھ حسن سلوک کریں۔

# میموری باکس

آپ کو ایک میموری باکس ملے گا (اگر آپ کے پاس پہلے سے نہیں ہے) جسے آپ ACS کے ساتھ اپنے وقت کا ریکارڈ رکھنے کے لیے اور کہیں اپنی جذباتی اشیاء کو رکھنے کے لیے استعمال کر سکتے ہیں۔

آپ اپنے میموری باکس میں بہت ساری چیزیں رکھ سکتے ہیں، کچھ خیالات یہ ہیں:

• تصاویر

• استعمال شدہ ٹکٹس (جیسے سنیما ٹکٹ)

• پینٹنگز/ڈرائنگز

• جشن کے کارڈز

• دعوتیں

• سرٹیفکیٹس

• خطوط

• میڈل/ایوارڈ

درحقیقت کوئی بھی متعلقہ اشیاء جو مناسب ہوں اسے باکس میں رکھا جا سکتا ہے اور پیچھے دیکھا جا سکتا ہے۔

جب آپ ACS اور آپ کے رضاعی والدین کے ساتھ آپ کے وقت کی یاد دلانے کے لیے بوڑھے ہوتے ہیں۔



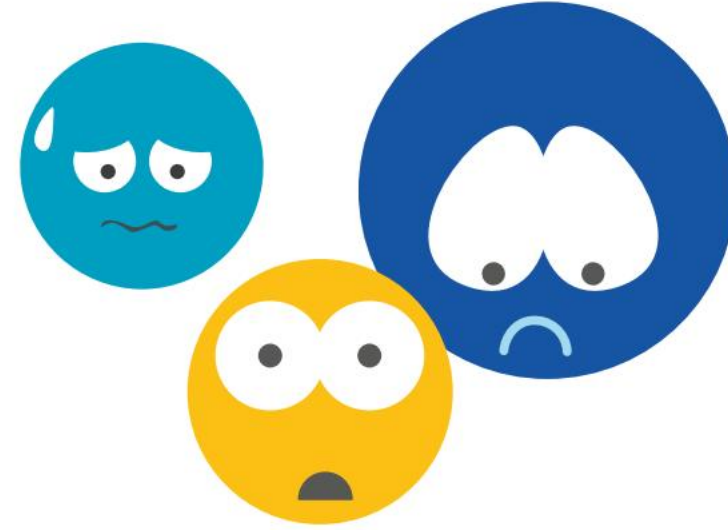
# اگر آپ ناخوش ہیں۔

اگر آپ چیزوں سے ناخوش ہیں جیسے:

- ایسا محسوس کرنا جیسے آپ کے ساتھ غیر منصفانہ سلوک کیا جا رہا ہے، یا غلط فیصلے کیے جا رہے ہیں
- آپ کے گھر کے اصول
- نہیں سنا جا رہا ہے۔
- اسکول میں مسائل

ان صورتوں میں، کسی اور کو بتائیں:

- رضاعی والدین
- سماجی کارکن
- استاد
- دوست
- وکیل
- معاون کارکن



ہم کس طرح مدد  
کر سکتے ہیں؟



اگر آپ اپنے کیڑے یا آہستہ آہستہ ناخوش محسوس کرتے ہیں تو یہ ضروری ہے کہ آپ اپنی تشویش  
سے آگے بڑھیں اور اپنے رضاعی والدین یا ACS سے مدد مانگیں۔ ACS سماجی کارکن سے  
پوچھ سکتے ہیں۔

آپ 01527 556480 پر بھی کال کر سکتے ہیں یا

info@activecaresolutions.co.uk پر ای میل کر سکتے ہیں کہ آپ  
سے شکایت کرنے پر فکر نہ کریں، یہ آپ کا حق ہے اور آپ کو پریشانی نہیں ہوگی۔ ہم آپ کے خدشات اور شکایات سنا پسند کرتے ہیں کیونکہ یہ کبھی کبھی  
نوجوانوں کے لیے اپنی خدمات کو بہتر بنانے میں ہماری مدد کر سکتا ہے۔  
وہ آپ کو مشورہ دیں گے اور اگر آپ چاہیں تو آپ کی مدد کرنے کے لیے کسی کو تلاش کرنے  
میں آپ کی مدد کریں گے۔ وہ آپ کو یہ بھی بتائیں گے کہ آپ کی شکایت کے کسی بھی  
مرحلے پر کیا امید رکھی جائے۔



## تعلیم بغیر سمجھوتہ

ہمارا ماننا ہے کہ ایک اچھی تعلیم آپ کو ایک مثبت مستقبل میں مدد کرنے کے لیے سب سے اہم چیزوں میں  
سے ایک ہے۔

• ہم آپ کی تعلیم کے بارے میں ہمیشہ پرجوش رہیں گے اور آپ کی پوری  
صلاحیت تک پہنچنے میں آپ کی مدد کرنے کی کوشش کریں گے۔

• ہم توقع کریں گے کہ آپ کے رضاعی والدین آپ کے ساتھ تعلیمی مہنگر  
میں شرکت کریں گے اور اس بات کو یقینی بنائیں گے کہ آپ کے خیالات کو  
سنا جائے۔

• ہم آپ کو اپنی صلاحیتوں کو فروغ دینے اور آپ کے مستقبل اور ممکنہ  
ملازمتوں اور کیریئر کے بارے میں سوچنے کے مواقع فراہم کریں گے۔

• ہم آپ کے رضاعی والدین کو فراہم کریں گے۔  
معلومات اور تربیت اس بات کو یقینی بنانے کے لیے کہ وہ تمام  
تعلیمی معاملات پر اپ ٹو ڈیٹ ہیں۔

• جب آپ کو ضرورت ہو ہم آپ کے لیے اضافی مدد کا بندوبست کرنے  
کی کوشش کریں گے۔

• ہم آپ کے رضاعی والدین کی مدد کریں گے تاکہ آپ کو آپ کی تعلیم  
سے بہترین حاصل کرنے میں مدد ملے۔



اس میں سے زیادہ تر معلومات اس گائیڈ میں ہیں، لیکن اگر آپ مزید جاننا چاہتے ہیں تو آپ اپنے رضاعی والدین سے سٹیٹمنٹ آف پریز کی کاپی مانگ سکتے ہیں۔

## مقصد کا بیان



### Statement of Purpose 2022

مقصد کا بیان آپ کو ACS کے بارے میں بتاتا ہے تاکہ آپ اور دوسرے لوگ اسے پڑھ سکیں اور ہمارے

بارے میں مزید جان سکیں اور ہم کیا کرتے ہیں۔

مقصد کا بیان آپ کے بارے میں بتاتا ہے:

\* وہ لوگ جو ہمارے لیے کام کرتے ہیں۔

\* ہم رضاعی والدین کو کیسے تلاش کرتے ہیں اور بچوں اور نوجوانوں کی دیکھ بھال کے لیے ہم ان کی تربیت اور مدد کیسے کرتے ہیں۔

\* ہم آپ کو کیا مدد اور مدد فراہم کر سکتے ہیں۔

\* اگر آپ کسی سے ناخوش ہیں تو کیا کریں۔  
آپ کی دیکھ بھال کا حصہ اور آپ شکایت کیسے کر سکتے ہیں۔

## مفید رابطے

### چائلڈ لائن

چائلڈ لائن 19 سال تک کی عمر کے بچوں اور نوجوانوں کے لیے ایک نجی اور خفیہ سروس ہے۔ آپ کسی بھی چیز کے بارے میں چائلڈ لائن کونسلر سے رابطہ کر سکتے ہیں۔ کوئی مسئلہ بہت بڑا یا بہت چھوٹا نہیں ہے۔

### نوجوان دماغ

ایک خیراتی ادارہ جو بچوں اور نوجوانوں کی بہبود اور ذہنی صحت کو بہتر بنانے کے لیے برعزم ہے۔

youngminds.org.uk پر جائیں۔

ٹیلی فون: 0800 1111 یا childline.org.uk پر جائیں۔

### بروک

25 سال سے کم عمر کے لیے جنسی صحت اور تندرستی کے بارے میں مفت اور خفیہ مشورہ۔

brook.org.uk پر جائیں۔

### فرینک سے بات کریں۔

دوستانہ، خفیہ ادویات کا مشورہ۔

ٹیلی فون: 0300 123 6600 یا talktofrank.com پر جائیں۔

یا 82111 پر ٹیکسٹ کریں۔

دیگر مفید رابطے:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....









ایکٹو کیئر سلوشنز  
آفس، 34 35-  
خالص دفاتر،  
422 براڈویل آر ڈی،  
اولڈبری  
B69 4BY

e: [info@activecaresolutions.co.uk](mailto:info@activecaresolutions.co.uk)

میں: [activecaresolutions.co.uk](http://activecaresolutions.co.uk)