

MUT

SEID MUTIG
MACHT MIT

**Mafên Te, Yê Min,
Yê Me.**

Rênîşandarekê piçuk ji bo jinên kû
xwedîyê ezmûna rêwîtiyê ne

BI HÊZBÛN ÎRO.**Projeya – Cesaretê (MUT).**

✓ Koçberên* û jinên kû revîyane ezmûnekê hevbeş bi hevra parva dikin: Ew jin yek welatekê ûsa de dijîn kû li vir jin pir caran wek beşekê civatê yên xwedîyê mafên wekhev nayên hesibandin. Da Migra e. V. bi Projeya – Cesaretê serî lêdide ezmûnên hêja yên çîroka jinan ya koçberîyê jinên kû ji demêk dirêj va li Almanya dijîn. Ew weke „Avakarê Cesaretê” û „avakarê pirê di navbera jinên penaber de”, jinan agahdar dike, ji bo jinan şewirmendî dike, jinan perwerde dike û bi wan va rêhevaltî dike û bi vî awayî ji bo beşdarbûna ew jinan ya di civakê de piştgirîya wan dike

Projeya – Cesaretê (MUT) di seranserê Almanyaya Federal de çalakîyan amade dike, her ûsa projeyên şewirmendî û bihêzkirina şexsiyeta jinan pêk tîne. Ew proje jinên kû xwedîyê dîrokekê koçberîyê ne, ji alîyê ew jinan va weke „Avakarên Cesaretê” û „avakarên pirê di navbera jinên penaber* de”, ji bo jinên penaber tîne rêvabirin.

Çalakîyên Projeya – Cesaretê (MUT) ewin:

- Xebatên Atolyeyî di derbarê mafên mirovî de bi giştî û di derbarê mafên jinan de bi taybetî.
- Rûniştinên Agahîyê li ser perwerdeyî, hînkari û pîrsgirêkên tenduristiyê
- Serî lêdana dezgehên giştî

Mafê we yê baş.

Mafê zanîna mafê we.



MAFÊ WE YÊ BAŞ.

Mafê, nasandina mafê we.

✓ — Têvî kû hemû însan xwedîyê hêjayîyekê wekhev û xwedîyê mafên mirovan yê wekhev in, lê ew di derbarê mexdûrên kû mafên wan yê mirovan hatine binpêkirinê de ne wekhev hestiyarîyê nîşan didin.

Ji ber vê rewşê di pêşveçûna parastina mafê mirovan de ji bo komên taybet yê berxeter, cureyeke parastina bi hêz (extra) derket holê. Li gel zarokan, jin, jinên koçber û zilamên koçber û kesên kû reviya ne wek komên taybet yê mexdur tên hesabandin. Ew tê vê wateyê kû ligel tiştên din em jin, tenê ji ber kû em jin in, em taybetî rastî binpêkirina mafên mirovan tên. Jinên kû revîyanê li gel wan hemûyan va bi hevra di rola xwe ya wek „jin“ û wek „penaber“ de, du qatî di xetereyê de ne.

Gelo heta çî radeyê mafên mirovan bi giştî û mekanîzmayên parastinê yê awarte ji bo hûn jinên penaber weke referans û ji bo jinên kû ewana jîyane, baş tên nasîn. Gelo binpêkirina mafên mirovan her û her tên zanîn? Vê gavê çî kêra we tê, mafên we yê mirovî hebin, gava hûn ewana nas nekin? Û ji bo encamekê baş, gava mafên mirovan nayên bi rêz girtinê û parastinê, têgihîştina mafên mirovan û mafên jinan kêrê kî tê?

Lewra ew rênîşandere kurt divê ji ber vê yekê kû hûn weke jinên penaber yê kû li Almanyayê dijin mafên xwe bizanibin, ew ji bo we bibe piştgirîyekê biçûk û rêyan nîşanê we bide kû hûn çawa bikaribin mafên xwe bidest bixînin.

Divê ew rênîşander cesaret bide we kû hûn di warên kar, perwerdeyî, penaberî, tenduristî, zewac

û malbatê de çawa xwedîyê mafên xwe derbikevin û çawa bikaribin beşdariyê karûbarên siyasî û civakî bibin.

Di dawiyê de divê ji bo babetên taybet ji bo we jinan, ji bo têkîlîyên berbiçav jinekê were dîyar kirin, dakû hûn her gav bikaribin ji bo pirsgirêkên xwe, li gel ew jinê pêwendî daynin.

Ev nivîsarê de hemû mafên we yê pêwîstî bi rêk û pêk nehatine nivîsandin. Berevajî wê, ev bi tenê yek gavekê li ser ew rêya kû hûn jinên penaber di derbarê mafên xwe yê li Almanyayê de hene, werin agahdar kirin.



MAFÊN MIN, YÊN TU, YÊN ME Di derbarê penaberîyê de

Berê agahdarîyê heta biryar dayînê

Mafê te heye kû tu li Almanya yê ji bo mafê penaberîyê serî lêdaneke pêk bînî. Ji bo vê, divê tu berê xwe wek penahxwaz qeyd bikî. Encamê wê qeyd kirinê de tu derbarê qeyd bûyîna xwe de wek kesê penaberî ger (penahxwaz) belgenameyek (BÜMA) bistînî. Ew BÜMA ne destûra rûniştinê ye, di heman demê de tenê destûra demkî ya runiştinê ye.

Hingê mafê te heye kû ji bo mafê penaberîyê li cem Dezgeha Federal ya ji bo Koçberîyê û Penaberîye (BAMF) de serî lêdaneke pêk bînî. Piştî serîlêdana ji bo penaberîyê tu bi nivîskî randevûyekê ji bo hevdişîneke şexsî distînî.

Tu mecburî kû beşdarê ew hevdişîneke bibî.

Gava tu bê lêborîneka bawermend, anga lêborîneke girîng (ji bo nimûne, gava tu nexweş bî, divê raporê doktor bi nivîskî li cem Daîreya Federal de were radestkirin) beşdarê ew hevdişîneke nebî, vê gavê Dezgeha Federal di derbarê serîlêdana mafê penaberîyê de li gorî dosyaya te biryar dide.

Mafê te heye kû tu ew hevdişîneke bi zimanê xwe yê dayikê pêk bînî, anga tu îfadeya xwe bi zimanê xwe yê dayikê bidî.

Wek kese mexdûrê zilma

taybet ya cînsî / şideta seksî - ji bo nimûne, tu dibin xetera kuştinê da yî ji aliyê mêre xwe va , ji ber sunetkirina keçan, ji ber zewaca bi zorê û zewaca bi zorê li welatê xwe de-wê gavê tu xwedî mafêye kû îfadeya te ji aliyê jinekê va were girtin, anga tu hevdişîna xwe bi jinekê va pêk bînî û dîsa mafê te heye kû tu yek wergera jin daxwaz bikî. Gav berê ew hevdişîneke tu ew rewşa xwe dîyar nekiriba û tu nexwazî li cem zilamekê ew hevdişîneke pêk bînî, anga di derbarê ew bûyeran de bi zilamekê* va biaxifî, wê gavê tu dikarî ew daxwaza xwe di dema hevdişîneke de bîni ziman. Anga dema hevdişîneke daxwaza karmendeka jin* û wergeraka jin bikî.

Cureyên biryaran yên bikaribin werin dayîn

Erênî

Gava di ew dozê de biryareke erênî were girtin, wê gavê wek kesê xwedîyê mafê penaberîyê mafê te yê wergirtina belgenamneya seferê (Pasaport) û her ûsa mafê te yê destûra rûniştinê ya ji bo sê salan, heye.

Piştî biryara erênî ya qetî kirî li ser serîlêdana mafê penaberîyê, di nava sê mehên ewilîn de mafê te heye kû tu daxwaza hatina malbata xwe bikî. Ew tê wê wateyê kû tu dikarî mêrê* xwe an ji / û zarokên* xwe yên biçuk (yên kû temena wan di binî 18 salan da ne) bînî li cem xwe.

Mafê te heye kû tu serbest bikevî bazarê karê, anga serbest kar bikî û her ûsa mafê te yê çûyîna qursa întegrasyonê hene, mafê te heye tu ji xizmetên aborî sîd bistînî, anga pere bigrî, mafê te

SAZÎYÊN TÊKILÎYÊ:

Anwältinnen ohne Grenzen e. V.
(Parezgerên jin yên bê sinor)
Anselm-Feuerbach-Platz 2
79100 Freiburg

info@aogde.com

0761 80520

anwaeltinnen-ohne-grenzen.de

heye kû pereyên zarok - û dê û bavê bigrî û her ûsa mafê te heye tu alîkariya ji bo kîraya xaniyê bigrî. Tu xwendewan bî, wê gavê mafê te heye kû tu alîkarîya malî ji bo xwendine (BAFÖG) bistinî.

■ („Hêsan“) - **Redkirina serîlêdana mafê penaberîyê, lê bele di heman demê de parastina li dijî dersînorkirinê (ku bi navê parastina kêlî tê bi nav kirin)**

Tu xwedî ew mafêyê kû, tu naye dersinorkirin, eger li welatê tê yê eslî de ji bo ajotina jîyana te û jîyana te ya rojane xeter hene.

Di vê rewşê de, mafê te heye kû destûra rûniştinê ya ji bo yek salî bistinî. Di vê rewşê de li cem xwe anîna malbata te tenê wek sînordar mumkun e.

Gava serlêdana te ya ji bo mafê penaberîyê neyînî were encam dan, (lê belê di heman demê de daîreya federel qedexekirina dersinor kirina te dîyar bike), wê gavê mafê te heye kû di nav du mehan de li cem Dadigeha îdarî de dij derketina xwe, angu liberrabûna xwe pêk bînî. Hewceye kû yek parezger ji bo te nûnertîya huquqî pêk bîne, angu te biparêze.



■ **Redkirina serîlêdana mafê penaberîyê wek „Vekirî bê dîyar kirina sebeb“ (bê parastina li dijî dersînorkirinê-kû bi navê parastina kêlî tê bi nav kirin).**

Di derbarê serîlêdana mafê penaberîyê de biryarekê din ya neyînî mumkun e - biryareke weke „vekirî bê dîyar kirina sebeb“. Di vê rewşê de, mafê te heye kû tu di nava yek hefteyê de liberrabûna (îtiraza) xwe pêk bînî û her ûsa di çarçoveya yek serîlêdana lezgîn de. Kereme xwe vayê bigrin li ber çavên xwe kû bandora vê çalakiya we ya liberrabûnê li ser dersinorkirina we de nîne. Ew tê vê wateyê kû hûn hê jî dikarin werin dersînorkirin, mixabin di vê rewşê de dijî dersînorkirinê yek parastina te nîne.

Gava mafê penaberîya te nayê qebûl kirin, mafê te heye kû tu ji bo dayîna mesrefên parêzgerîyê - mesrefên dadgehê yên din serîlêdan pêk bînî.

Ji bo qebûl kirina alîkariya hiqûqî yên vî rengî pêwîste kû ji bo ew dozê şansê te ji bo serkeftinê hebe û tu kêmbere qezenc bikî. Belgenamêyê di derbarê xizmetên penaberîyê de, ji bo vê bes e.

MAFÊN MIN, YÊN TU, YÊN ME Di derbarê Perwerdebûnê/ Beş- darbûna Kursên Întegrasyonê de

— Daketina te ya warê perwerdebûne angoy destpêkirina te ya perwerdebûyîne bi statûya huquqî ya mafê runiştinê va girêdayî nîne. Ango qet ferq nake kû pêvajoya te ya penaberîyê hîn dom dike an ji hatîye bi dawî anîn an na û gelo tu mafê penaberîyê standîye an ji tu wek kesê kû tenê li vir sekinandina wî hatîye destûrdan, maf standîye. Zarok û ciwan xwedîyê mafê çûyîna dibistanê ne, ew ne girêdayîya statûya huquqî ya mafê runiştina wan e. Gava yekemîn beşdarbûna kursekê Întegrasyonê ye. Kesên kû mafê penaberîyê digerin û xwedîyê perspektîveke baş yê li vir mayîne ne, kesên kû sekinandina wan li vir hatîye destûrdan

û xwedîyê destûra runiştinê ne û her ûsa însanên kû xwedîyê destûra runiştinê ne, ew kes dikarin beşdarê kursekê Întegrasyonê bibin. Gava hûn ji bo kursekê Întegrasyonê werin mecbûr kirin, vê gavê divê hûn xwe ji bo kursekê Întegrasyonê qeyd bikin. Gava hûn beşdarê vê kursê nebin, wê gavê bi hin tiştên din va bi hevra pereyên we dikarin werin kêr kirin. Ew kurs ji bo serîlêdana ji bo zaningehan û dibistanên bilind, lê belê ji bo cihên kar - û cihên perwerdebûyînê û ji bo cihê praktikûmê (stajê) ji girîng e.

**DEZGEHÊN KÛ HÛN BI WAN
VA DI NAV TÊKILIYÊ DA NE Û
NAV Û NAVNÎŞANA WAN LI
JÊR HATINE NIVÎSANDIN, EW
DIKARIN DI DERBARÊ QURSÊN
ÎNTEGRASYONÊ YÊN KÛ
CIHÊ RÛNIŞTUNA WE DA NE,
ZÊDETIR AGAHIYAN BIDIN WE:**

- ▮ Dezgeha Xizmetên Ciwanên Koçber û Şewirmendîya di derbarê Koçberîyê de
- ▮ Navendên Kulturî
- ▮ Dibistanên Zimanê û Zaningehî
- ▮ Ajansa kar û Navenda Kar
- ▮ Dibistanên Gel

MAFÊN MIN, YÊN TU, YÊN ME


Di derbarê Kar de

✓ — Daketina te ya bazarê kar bi statûya huquqî ya mafê runiştina te va girêdayî ye. Di sê mehên ewilîn ya runiştina te de û ji bo demê kû tu cîhê qebûl kirinê ya ewilîn de dimînî, ango mayîna te ya yek cîhê giştî (Heim) de, ji bo vê demê mafê te ya daketina bazarê karê nîne.

Ji bo daketina bazarê karê hewcetîya te yek destura karkirinê heye. Ew destûra kar kirinê ji aliyê daîreyê bîyanîyan, yê cîhê runiştina te va tê dayîn. Gava tu bê destura karkirinê kar bikî, wê gavê tu statûya runiştina xwe dixînî xeterê. Lewra gava tu bê destura karkirinê kar bikî, tu bi xwe yasayan bin pê dikî, ango tu dibî sûcdar.

Di gelekî cîhên Almanyayê de ji meha çaremîn ya runiştina xwe vir va, tu dîkarî dest bi karkirinê bikî. Ji ber kû qanûnên daketina bazara karê zû bi zû tî guherandin, divê tu her tim jina kû tu pê va tîkîldarî, ya kû di ajansa karê de kar dike, serlêdana wê bikî, ango ji ew jinê agahdarî bînin. Gava tu bê destûrnameya karkirinê, biçî kar, ango kar bikî, wê gavê tu statûya runiştina xwe dixînî xeterê.

**SAZÎYA TÊKILÎYÊ YÊ DI
SERANSERÊ ALMANYAYÊ DE**

 www.arbeitsagentur.de

MAFÊN MIN, YÊN TU, YÊN ME

Di derbarê perwerdebûyîn (Fêrbûna yek Pîşe) û xwendina di zaningehê de

✓ — Ji bo kû tu bikaribî dest bi yek perwerdebûnê bikî, ango dest bi fêrbûna pîşeyekî (karekî) bikî, divê tu destûra karkirina xwe peşkeş bikî, ango xwedîyê destûra karkirinê bî. Di derbarê derfetên heyî û rewşên avarte de tû dikarî ji dezgehên wek Ajansa Kar, Odeya Endustrî - û Bazirganîyê an ji Odeya Dikandar û Zenatkarên agahdarî bistî.

Mafê te ya daketina Dibistanekê Bilind, ango gelo destûra te ya xwendina Zanîngeh an ji Dibistanê Bilind heye an na, di vê derbarê de her Zanîngeh û Dibistanê Bilind bi xwe biryar dide.



Di piraniya daketina xwendina bilind de ji bo qebûl kirina te ango qeyd kirina te wek şartê yekemin baş zanîna te ya zimanê almanî tê daxwaz kirin.

Mafê te ya ji bo wergirtina BAFÖG an ji Alîkarîya ji bo hînbûna yek karekê - piştgirîya finansî ya dewletê ji bo fêrbûna yek karekê û xwendina bilind - bi statûya runiştinê va girêdayî ye.

Bernameyên alîkarîya finansî ji bo kesên kû ji welatê xwe reviyane gengaz in, ango derfetên ûsa hene.

Tu dikarî ji navendên şewirdariyan yên ji Zanîngehan û Dibistanên Bilind kû li herêma te de hene, ji ew dezgehan agahdarî bistinî.

MAFÊN MIN, YÊN TU, YÊN ME

Di zewacê de ango di nav malbatê de, di nav jîyana hevpar de û wek dayik

✂ Mafê serbest hilbijartina hevalê jîyanê*

Mafê te heye kû tu kengê û bi kî va dixwazî, bi ewî va bizewicî. Tu dikarî li Almanyayê bi hevalê xwe yê jîyanê an ji hevala xwe ya jîyanê va bi hevra jîyan bikî. Ji bo wê tu ne mecburî bizewicî.

Di zewaca navxweyî de (Zewaca Sîvîl)

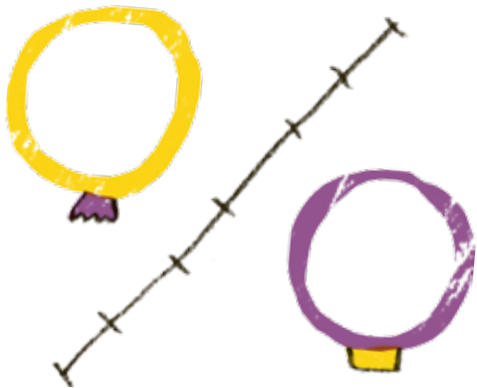
Îro li Almanyayê zewaca kû bi navê zewacê sîvîl tê naskirin, ew zewac ji tê qebûl kirin, ew tê wê vateyê kû tenê zewaca kû li cem daîreya zewacê de hatîye pêk anîn, ew zewac wek yasayî tê qebûl kirin. Gava di dema zewacê de şart û mercên zewacê



yên materîyal û huquqî (wek mînak, bekarbûn, ango bê jin bûn, temen temam, ango heşdeh salan mezintir bûyîn) ji bo herdû hevjinan, pêk werin, wê gavê zewaca kû cîhekê derveyî welat de pêk hatiye, ew zewac bi gelemperî li Almaniya tê naskirin.

Di zewacê û têkilîyê de mafên wekhev ji bo jin û zilaman

Mêr û jin di domahiyê zewacê û di dema hevûdû berdanê de xwedîyê maf û erkên wekhev in. Tu bi xwe biryara xwe wek jinekê azad didî, ka tu çend zarok dixwazî û temen di navbera zarokan de çiçax be, ango nav bera her zarokeke de çend sal hebe. Ji bilî ewana mafê te heye kû tu xwe ji mêrê xwe veqetîni, ango xwe bidî berdanê, heta eger mêrê te naxwaze ji.



Di derbarê hevûdû berdanê de

Gava tu bifikirî kû tu ji mêrê xwe vebiqetî, wê demê tu dikarî ji bo xwe li navenda şêwirmendiyê an jî li cem parêzgerê piştevanîyê bistîni. Ji hevûdû berdan di dema pêvajoya penaberiyê de ji gengaz e, ango mumkun e. Di derbarê daxwaza te ya penaberîyê de ji serlêdana penaberiyê ya mêrê te serbixwe biryar tê dayîn.

Mafê xwedî li derketina zarokan

Eger hûn biryara ji hevûdû veqetandinê, ango ji hevûdû berdanê bidin, wê gavê hûn dikarin berdewam bi hev re zarokên xwe binêrîn û bi hevra ji xwedî zarokên xwe derkevin. Lê belê divê biryar were dayîn gelo zarok li ku derê bijin, ango bimînin: Tenê li cem bavê xwe an jî li cem dîya xwe an jî li cem herdûyan dor bi dor, ango bi guherandinê.

Di rewşa dawî de mafê zarokan heye kû dîtînen xwe bînin ziman gelo ji bo wan ya herî baştir çîye.

Mafên zarokan mafên mirovan in. Maf û erkên dê û bavan heye kû bi şiklekê minasib xwedî zarokên xwe derkevin. Ev tê wê wateyê kû tu wek yek dayik xwedîyê maf û erkan î.

Divê tu bi bavê zarokê va zewicî bî, divê nebî, mafê te heye tu xwedîyê zarokê xwe derkevî.

Mafê zarokên te heye kû yek jîyanekê azad, bê şîdet ango bê zordariyê bijin. Tu dikarî zarokên xwe ji ber lêdanê û muameleya xirab biparêzî, gava ew xirabî ji aliyê xizmên xwe, wek bavê xwe ji werin pêk hatin.

Mafê zarokên te ya perwerdebûyî nê heye. Li Almanyaya ji bo her zarok çûyîna dibistanê herî kêmtir neh sal berdewam dike.

Tu bi xwe dikarî biryar bidî, gelo zarokê te biçe hêlîna zarokan an na, an jî zarokê te di dibistanê de beşdarê dersa olî bibe an na.



**MAFÊ ZAROKÊN TE HEYE KÛ YEK
JÎYANEKÊ AZAD, BÊ ŞÛDET ANGO
BÊ ZORDARÎYÊ BIJIN.**

**JÎ BO WAN BABETAN CÎH Û SAZÎYÊN
TÊKÎLÎYÊ DAÎREYÊN CIWANAN YÊN
HEREMÎ Û SAZÎYÊN ŞEWIRMENDÎYA
MALBATÎ YÊN CÎHÊ RUNIŞTINA WE NE.**
ProFamilia Yêkitîya di derbarê babetên Seksuel,
bi hevra jîyan û plan kirina malbatî de li
Almanya
www.profamilia.de

Yêkitîya zewaca pirnetewî û bi hevra jîyanê
www.verband-binationaler.de

WeiBer Ring Li seranserê Federal Almanyayê
de numnaraya telefonê jî bo mexdûrên şûdetê
[116 006](tel:116006)

Nummer gegen Kummer
(Hejmara hembera xemgîniyê)
www.nummergegenkummer.de

MAFÊN MIN, YÊN TU, YÊN ME

Di derbarê yekpareyîya fîzîkî û tendurustiyê de

— Tu xwediyê mafê yekpareyîya fîzîkî yî. Ew tê vê watêyê kû kes nikare hembera te şîdet bikarbîne. Qanûn te hembera wan tiştên kû li jêr hatine nivisandin, diparêze

- şîdeta fîzîkî, ango şîdeta li ser leşê te
- Lêdan, erîş birînên seksuel, birîndar kirina leşê te
- şîdetê psîkolojîk (nefsî)
- Nerehet kirin, gef lê xwarin, hemî awayên tirsandinên ji bo armançekê
- Şîdeta Sazûmanî
- Dezavantajên ji ber qanûnan, binesazî, zimanê



LI VIR ÇEND CÎHÊN KÛ TU BIKARIBÎ XWE BISPÊRÎ:

Numarayên telefona poles yê lezîti (acil):
☎ 110

Bundesverband Mobile Beratung e.V. (Yêkitiya Federal ya Şewirmendîya Mobil e.V.)
☎ 0351 500 541 6

Weißer Ring bundesweites Gewaltopfertelefon (Weißer Ring numarayê telefonê ji bo mexdûrên şîdetê di seranserê Federal Almanyayê de)
☎ 116 006

Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen* (Şewirdariyê dikare nediyarkirî (anonim) were pêk hatin)
☎ 08000 116 016

Bundesverband Frauen*beratungsstellen und Frauen*notrufe (Yêkitiya Federal ya Cîhên şewirmendîyê ji bo jinan û Numaraya lezîti (acil))
☎ 030 322 99 500

Pro Asyl
☎ 069 242 314 20

Bundesfachverband unbegleitete minderjährige Flüchtlinge e.V. (Yekitiya Federal ya pisporî ya ji bo pênerberên emir piçûk yê kû tenê hatine Almanyayê e.V.)
☎ 030 820 974 30

Antidiskriminierungsverband Deutschland (advd) Yêkitiya dijî cudakarî ya Almanyayê (advd)
☎ 0341 307 876 90

MAFÊN MIN, YÊN TU, YÊN ME

Mafê Hilberîn (welîdandin) û tenduristîya seksual (cinsî)

Behremendîya (qabîliyeta) te ya ducanî bûn û taybetîya te ya cinsî (sexualîtet) di bin parastinekê taybetî da ne. Ger ji bo te ji ew pirsên kû jêrin, ji ewana yek ji bo te bibe pirsgirêk, ew cîhên şêwirmendîye dikarin alîkarîya te bikin:

- Ji min rê hat gotin kû li Almaniya şaşe kû jin xwedîye du zarokan zêdetir bin. Gelo ew raste?
- Ez ducanî me, lê belê ez nikarim barê ew zarokê hilbigrim. Ez dixwazim dawîya ducaniya xwe bînim. Kî dikare berdeyamî alîkarîya min bike?
- Ez ji sinetbûna xwe pir ditirsim. Di vê derbarê de ez dikarim bi kî va biaxîfim?
- Ez ji nexweşiyên kû bi têtîliya cinsî (seksuel) derbazî kesê din dibin, ji ewana ditirsim. Ez dikarim kîjan cîhê xwe bidim kontrol kirinê û ez çawa dikarim xwe biparêzim?
- Ez naxwazim kû ducanî (bizaro) bibim. Li ku derê ez dikarim di derbarê rêbazên parastina ducanîbûn de zanyariyan bistînim?

ducanîbûn de zanyariyan bistînim?

- Ez raste bi zorê leşfiroşiyê (orîspîtîyê) tîm. Kî dikare ji min re alîkarî bike?
- Ez hatim tecawizkirinê. Ez nikarim di vê derbarê de

Mafên Jinan mafên Mirovan in
☎ 069 970 979 70

pro familia
☎ 069 269 577 90

Numaraya telefona ya ji bo alîkarîya jinên ducanî di rewşa xeterê de
☎ 0800 40 40 020

Numaraya telefona alîkarî ya Stop-mutilation.de
☎ 0211 938 857 91

MAFÊN MIN, YÊN TU, YÊN ME

Azadîya di derbarê raman-wîcdan- û bawerî (olê) de

Mafê hemû însanan heye kû xwedîyê yek bawerîyê (ol) an ji felsefeyê (dîtîna dinyayî) be, mafê wan heye kû ewana biguherîn an jî qet xwedîyê bawerîyê tu olê nebin, ango bê ol bin. Mafê te heye kû tu bi serê xwe an ji bi kesên din va bi hev re bawerîya xwe bijî. Azadîya bawerî - û felsefî yek parçeyekê ji azadîya ramanê ye. Raman Azad in

**RAMAN
SERBEST IN**

MAFÊN MIN, YÊN TU, YÊN ME

Di derbarê beşdarbûna civakî de

✓ Her çiqas weke jineke penaber li Almanyayê mafê te yê hîlbijartina sîyasî, ango di hîlbijartinan de rêy dayînê tuneye ji, lê dîsa dengê te ango dîtinên te, dikarin werin guhdarî kirin:

- Tu dikarî bi jinan va werî li cem hev û xwe bi xwe rêxistin bikin, ji bo nimûne hûn dikarin yek komeleyeke avabikin.
- Tu dikarî bi kesên din va bi hevra cîhên eşkereyî de kom bibin û ji bo mafên xwe û li dijî zilmê ango neheqîyan çalakîyan pêk bînin.
- Tu dikarî civakî û polîtîk nava karên çalak de cîh bistîni, ji bo nimûne tu dikarî di Networks (torên) û hewldanên koçberan de çalak bî.



MAFÊN MIN, YÊN TU, YÊN ME

Di derbarê nasnameya çandî de

✓ Tu weke jineke penaber xwediyê mafê îfadekirina çanda xwe û jiyandina kesayetîya xwe yî.


Hemû cureyên (dîskrîmîne kirin) cudakarî (di derbarê bingeha cînsî, eslê xwe yê etnîkî, olî, temen, kêma endametî (nexweşî), nasnameya seksuel (cînsî) qedexe ne û tên cezakirin. Bi xalên girîng de rêxistinên ne-hikûmî (ne girêdayîyê hikumetan NGO) kû bê teref û piştgirîkar şewirmendiyê dikin û piştgiriya we dikin ji hene, eger ji bo nimûne,

- Tu ji ber rengê xwe li ser kolanê werî heqaret kirinê û erîş bibin li ser te.
- Tu weke jineke misilman bi çîta serê xwe kar an jî xanî digerî û ji ber ola te hemberate cudakarî tê pêk anîn.
- Tu yek jinekê hes dikî, tu ewî cîhên giştî ango vekirî de hembêz dikî, kî dibe bila bibe gefan te û hevala te lê dike an ji we birîndar dike.
- Tu transgender, transseksuel, interseksuel an ji tevdiada bî û mafê piştgiriya psîkolojîk û tenduristî ji te were standin, ango tu ji wê mafê bêpar bimîni


**JI BO ZÊDETIR VEKIRÎBÛN.
JI BO ZÊDETIR HÛRMET. JI
BO ZÊDETIR ÇÊŞÎTDARÎ**

TU DIKARÎ LI JÊR DI DERBARÊ RÊXISTINÊN KOÇBERÎYE DE YEK LÎSTE BIBINÎ:


DaMigra e. V. (Yêkitiya Serekê ya rêxistinên
Jinên Koçber)

 www.damigra.de


LesMigras e.V. - Dijî cudakarî - û dijî warên
zordarîye yên şewirmendîya jîyanê e.V.
(Şewirmendî: erebî, almanî, îngilîzî, kurdî,
persî,fransîzî, spanî, serbohirvatî, rusî, rûpela
pirzimanî)

 lesmigras.de


Yekitiya Lezbîyanan - û nemêran li Almanya e.V.
(LSVD):

 www.lsvd.de


MILES - Navenda ji bo Penaberan, Lezbîyanan û
nemêran li cem LSVD Berlin - Brandenburg:

 berlin.lsvd.de

Enstîtuya ji bo Mafê Mirovan (almanî - îngilîzî):

 www.institut-fuer-menschenrechte.de

Terre des Femmes - Mafê Mirovan ji bo Jinan

 www.frauenrechte.de

MUT – Proje Maf, Nasandina mafê we.

Dr. Soraya Mocket
MUT – Serektîya projeyê

Mağorzata Gedlek
MUT – Kordînasyona giştî

Nevruz Karadas
MUT – Xebata Çapamenî û Rayagiştî

DaMigra e.V. | MUT-Proje
Am Sudhaus 2
12053 Berlin
☎ 030 92 25 13 01

✉ mut@damigra.de
🌐 www.damigra.de/mut-projekt
📘 www.facebook.com/DaMigra



Yek Projeya:



Ji alîyê va hatîyê destek kirin:



Die Beauftragte der Bundesregierung
für Migration, Flüchtlinge und
Integration