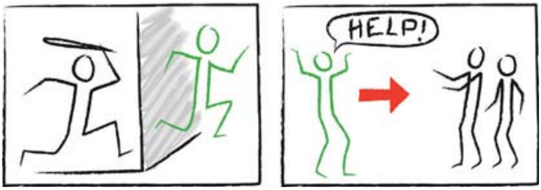
دیوه نژاد پالونکي برید په وړاندې باید څه وشي؟

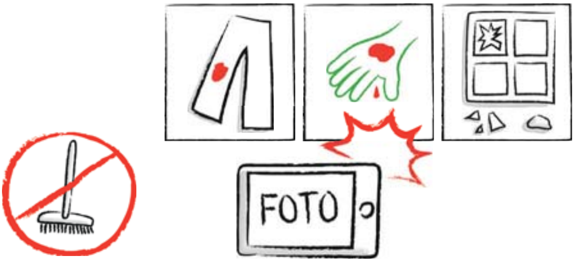
د پیښې په ځای کې

- ارام اوسه
- ځان خوندي ځای ته ورسوه
- له نورو مرسته وغواړه
- دپیښې د شاهدانو سره خبرې وکړه



ټپونه اوزیانونه مستند وښیی

- دټپونو انځورونه واخلی
- د شیانو، دبیلګي په توګه د ډبرو، ښیښو، بوتلونو،سریښ کیدونکو ټکټونو او دجامو انځورونه واخلی
- هیڅ شی باید له ځایه ونه خوځوی او ایسته یی نکړی

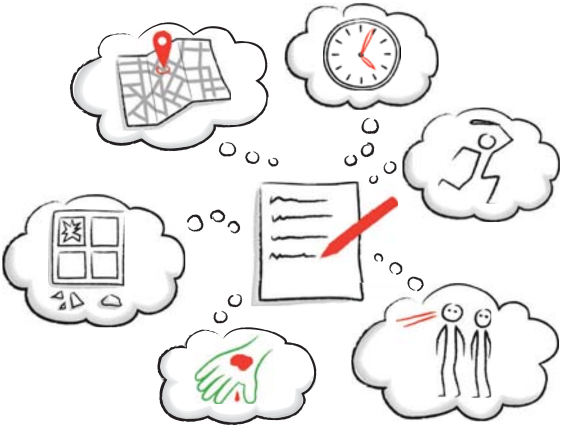


ډاکترته ورشی

- داړتیا په صورت کی معاینه بیله بیمې کارت څخه هم
- ټول ټپونه ور وښیی!
- له ډاکتر نه تصدیق وغواړی
- ډاکتر باید پکې ټول ټپونه ولیکي

دخاطرې پروتوکول ولیکی

- پیښه چرته وشوه؟ څه پیښ شول؟
- څه پیښ شول ؟ تر دې وروسته څه پیښ شول؟
- برید کوونکی څه ډول ښکا ریده؟ څو کسه وو؟
- کوم ټپونه اوزیانونه رامنځ ته شول؟
- پیښه چا ولیده؟ څوک دپیښې شاهدو؟



کورنۍ اوملکري

- له نورو مرسته وغواړه،
- ګوښی مه اوسه
- څه چې درپیښ شوي دي بیان یې کړه

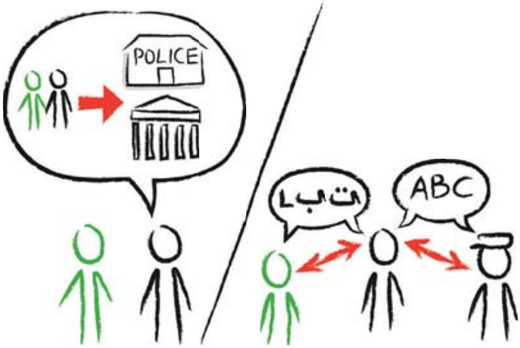
ديوه نژاد پالونکي برید په وړاندې باید څه وشي؟

پولیس

- که وغواړې پولیس ته تلیفون کولی شې
- که وغواړې پولیس ته ور تللی شې
- که وغواړی کولی شې چې عریضه وکړې
- عریضه ستاسې په پنا غوښتنه منفي اغیزه نه کوی

ته مجبور نه یې چې دپولیس په وړاندې څه ووایې.
خو که چیرې پولیس د څارنوال له خوا موظف شوی وي، نو مجبور یې چې څرکندونې وکړې

اومه برخه: دا ستاسېحق دی،



- مجبور نه یاست چې پولیسو، څارنوالۍ اویا محکمې ته یوازې لاړ شی، هغه څوک چې خوښ مووي کولی شي جې درسره راشي
- تاسې حق لری چې دپولیسو، څارنوالۍ او محکمې په وړاندې د څرګندونو په وخت کې ژباړن ولري

که ژباړن درسره نه وي نو دا ډیره مهمه ده چې ویې غواړي

مشورتي دفترونه ستاسو په ایالت کې ستاسو په خدمت کې.

- موږ له هغه چاسره مرسته کوو چې دنژاد ي زورزیاتي سره مخامخ .شوي وي.
- موږ دشاهدانو، ملګرو او خپلوانوسره مرسته کوو.
- تاسې له موږ سره د تلیفون،انټرنیټ اوایمیل له لارې تماس نیولی شی
- تاسې کولی شی چې خپل نوم وښیی.
- تاسې کولی شی چې ځان ناڅرګند هم وساتی.
- تاسې کولی شی چې دمشاورې او مشا ور سره کتنه وکړی.
- دکتنې دځای ټاکل ستاسې په اختیار کې دی.
- تاسې پریکړه کوی چې څه ډول مرسته غواړي.

موږ د دې لاندې مرستو وړاندیز درته کوو:

- د تحقیق له پاره مو پولیسو ته بدرګه کوو.
- د برید اړوند په ټولو پوښتنو کې مشاوره در کوو.
- موږ مو د ډاکترانو، روغتیایي پرسونل او دمدافع وکیلانو سره اړیکي ټیګوو

زموږ مرسته بې بیې، خپلواکه اوراز ساتونکې ده. موږ مالومات بل چاته نه ورکوو.تاسې کولی شی چې بیله معتبرو اسنادو هم دیوه نژاد پالونکي برید نه وروسته موږته مراجعه وکړی.

مشورتي دفترونه په ټولو فدرالی ایالتونو کي شته. ستاسو په ایالت کي د اړیکي لپاره رساله په پای کې ترلاسه کړئ.
(www.verband-brg.de/beratung)

VBRG
VERBAND DER BERATUNGSSTELLEN FÜR BETROFFENE RECHTER, RASSISTISCHER UND ANTISEMITISCHER GEWALT E.V.