

Keeping Safe!

A Teen Bilingual Guide

خوندي پاتي كي دل! د خوانانو دوه ژبه ييز لارښود



**A book for teenagers about keeping yourself safe
in the United States**

دغه کتاب د خوانانو لپاره دی، ترڅو خپل ځانونه
په امریکا کې خوندي وساتي

Introduction

Every day, children and teenagers enter the United States unaccompanied by parents or other caring adults and without legal documentation. These unaccompanied children often come to reunite with family, to work, or to pursue an education. Some may be fleeing violence and abuse, avoiding gang persecution and recruitment, or escaping political and religious persecution.

When unaccompanied immigrant children enter Federal custody, most are placed in the care of the Division of Children's Services (DCS) within the U.S. Department of Health and Human Services' Office of Refugee Resettlement (ORR). Residential care provided by ORR is based on child welfare principles and ranges from foster care to secure facilities, based on children's needs.

Between 2008 and 2013, on behalf of ORR, Bridging Refugee Youth and Children's Services--BRYCS, Migration and Refugee Services, USCCB, developed a [child maltreatment prevention curriculum](#) and provided training and technical assistance to service providers across the United States on child welfare and about unaccompanied minors.

Children's and teenager's guides to personal safety are the first publications created for the unaccompanied youth themselves. We hope these personal guides will assist young people in knowing their rights while they are in the United States, and will help keep them safe so they can thrive in their life journeys. We also hope these guides will be helpful to other children throughout the world.

سريزه

هره ورځ ماشومان او نجوني د امريكا متحده ايالتونو ته داخلېږي، په داسي حال كې چې له دوى سره نه د دوى مور او پلار وي او نه نور لوى ساتونكي وي او نه هم قانوني سندونه. دغه بي سرپرسته ماشومان د دې لپاره راځي، ترڅو له كورنيو سره يو ځاى شي، كار وكړي او يا هم زده كړي وكړي. دغه نجوني بښايي له تاوتریخوالي، جنسي ځورونې، ډله ييزې څارنې او گومارنې او يا هم د سياسي او مذهبي څار له امله تېنټي. كله چې دغه بي سرپرسته كډوال ماشومان د فدرال تر څارنې لاندې نيول كېږي، دوى د امريكا د روغتيا او سلامتيا د څانگې د ماشومانو د خدماتو (DCS) په برخه كې ساتل كېږي. د كډوالو د بېرته مېشتېدنې د دفتر خدمات (ORR).

د ماشومانو د هوساينې اصول او د دوى د اسانچارو برابرول او د دوى روزنه د ماشومانو د اړتياو پر بنسټ دي. د 2008 او 2013 كلونو ترمنځ د امريكا د متحده ايالتونو په گوټ گوټ كې د بي سرپرسته ځوانانو او ماشومانو د هوساينې په اړه د (ORR) پر استازيتوب د ماشومانو او ځوانانو د خدماتو د ادارې يا BRYCS، د كډوالو او كډوالو خدماتو او USCCB لخوا د ماشومانو د ځورونې د مخنيوي يو درسي نصاب جوړ شو او همدارنگه د خدماتو رسوونكو ته د تخنيكي مرستې تېرېښنگ هم جوړ شو.

د ماشومانو او ځوانانو د خپل ځان د خونديتوب لارښوودونه هغه لومړني نشرات دي چې په خپله د بي سرپرسته ځوانانو لخوا جوړ شوي دي. مور هيله لرو چې دغه شخصي لارښوونې به له ځوانانو سره په امريكا كې د ژوند كولو پر مهال د خپلو حقونو په پېژندنه كې مرسته وكړي او همدارنگه له دوى سره به مرسته وكړي چې ځانونه خوندي كړي او د ژوند په سفر كې پرمختگ وكړي. همدارنگه مور هيله لرو چې دغه لارښوونې به د نورې نړۍ له ماشومانو سره مرسته وكړي.

Keep Safe! A Teen Bilingual Guide

خوندي پاتي كېدل! د ځوانانو دوه ژبه ييز لارښود

Contents

Your Language, Culture and Religion

ستاسو ژبه، فرهنگ او دين

You Look Great!

تاسو عالي ښكاري!

Respect

درناوى

Respecting People's Belongings

د خلكو شيانو ته درناوى كول

Respecting People's Space

د خلكو ځاى ته درناوى كول

Respecting People's Bodies

د خلكو ځانونو ته درناوى كول

Safe and Healthy Relationships

خوندي او سالمې اړيکې

Bullies Lack Respect

لنډغر لږ درناوى كوي

Strong Feelings and Self-harm

پياوړې احساسات او خپل ځان خوړول

LIVING SAFELY

په خونديتوب سره ژوند كول

About BRYCS



Bridging Refugee Youth & Children's Services



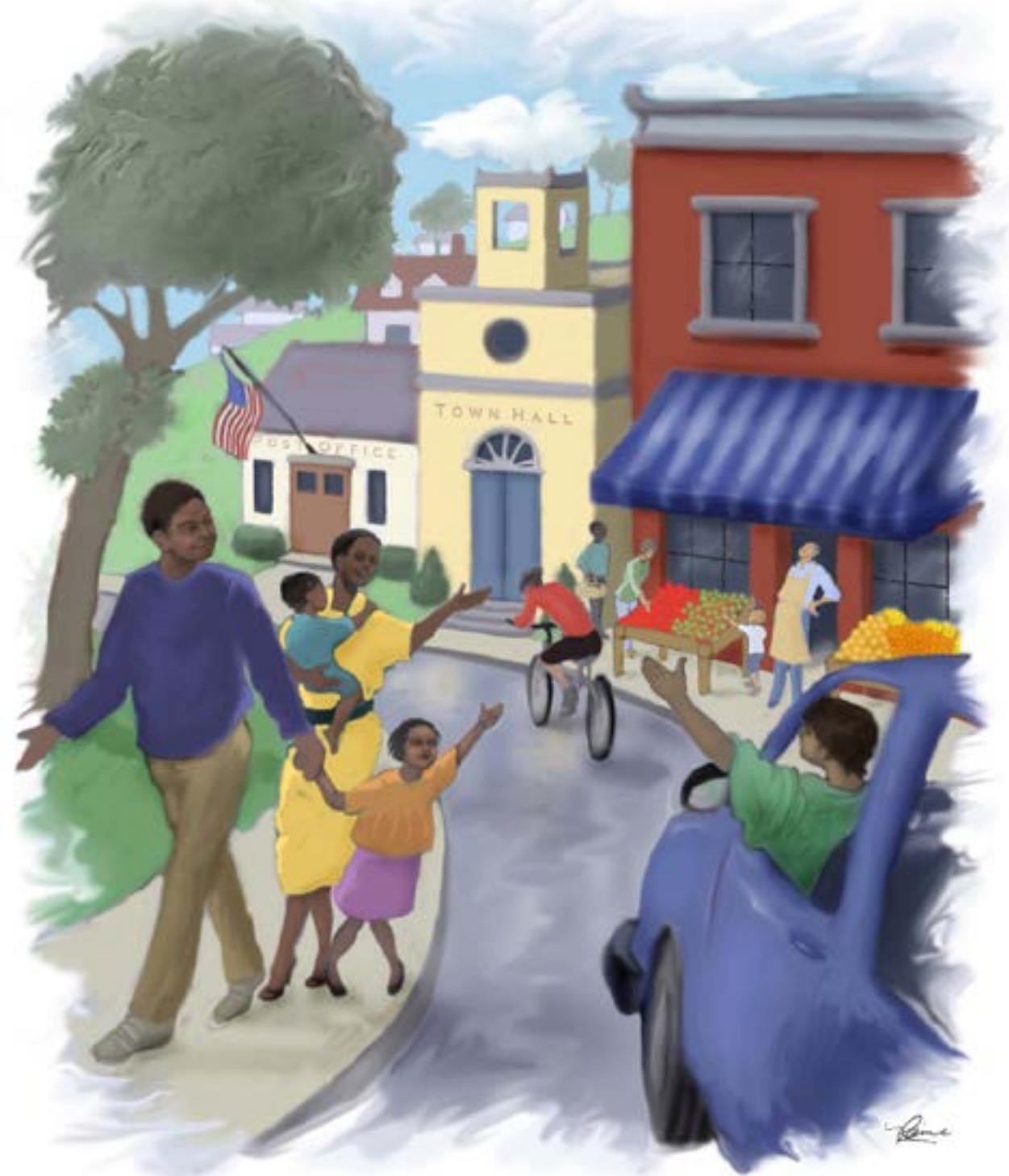
Your Language, Culture and Religion PEOPLE FROM ALL OVER THE WORLD LIVE IN THE UNITED STATES

People from all over the world live in the United States and they differ from each other in many ways. Hundreds of languages are spoken here. English is spoken most often and Spanish is also spoken by many people here. You will need to learn to speak English for school and work, but it is also important to speak your home language. Your home language will help you communicate with people from your own culture and knowing more than one language can help you succeed in the United States.

You have the right to be respected by others just as you are, speaking the language or languages that you speak, eating the food you prefer, celebrating the holidays that you wish, practicing your religion or not practicing any religion at all. Respect for people from all backgrounds is a strong value in the United States.

ستاسو ژبه، فرهنگ او دين په امريکا کې د نړۍ د گوت گوت خلک ژوند کوي

په امريکا کې د نړۍ د گوت گوت خلک ژوند کوي او دوی له بېلو بېلو اړخونو له نظر له يو بل سره توپير لري. دلته په سلگونو ژبو خبرې کېږي. دلته ډېری خلک په انگليسي ژبه خبرې کوي او ځيني خلک په هسپانوي هم خبرې کوي. ته اړتيا لري چې د کار او ښوونځي لپاره انگليسي ژبه زده کړې او دا هم مهمه ده چې په خپله مورنۍ ژبه هم خبرې وکړي. ستاسو مورنۍ ژبه ستاسو سره مرسته کوي چې تاسو له هغو خلکو سره خبرې وکړي چې له خپل فرهنگ څخه مو دي او د امريکا په متحده ايالتونو کې له يوې څخه زياتې ژبې ستاسو سره ستاسو په بریا کې مرسته کوي. تاسو حق لری چې د نورو خلکو لخوا مو درناوی وشي، په هغه ژبه يا ژبو چې خبرې کوي خبرې وکړي، هغه خواړه وخورئ چې خوښ مو دي، هغه ورځي ولمانځئ چې تاسو يې غواړئ، د خپل دين پيروي وکړئ او يا د هېڅ دين پيروي مه کوئ. د امريکا په متحده ايالتونو کې د هر پور خلکو درناوی کول يو پياوړی ارزښت دي.



You Look Great!

ALL PEOPLE ARE BEAUTIFUL IN THEIR OWN WAY

Have you ever noticed that plants differ from each other? Every cloud is different, too. And no two sunsets are the same. Similarly, no two people look exactly alike. Some are tall; some are short. Some are fat; some are thin. Some have dark skin, some have light skin, and some people have skin that is medium brown. People's eyes and noses and hair are all different, too. Some people get around by walking and some people are helped by crutches or a wheel chair. All people are beautiful in their own way. People who look very different from each other live in the United States together. No one body type or skin color or kind of hair is better than any other. We need to respect each other's appearance.

تاسو عالی بنکاري!

ټول خلک د دوی په خپل رنگ بڼایسته دي

ایا پوهیږئ چې بوتی له یو بل سره توپیر لري؟ ورپخې هم له یو بل سره توپیر لري او دوه غروبه هم یو بل ته وي ورته په ورته توگه، دوه کسه هم یو بل ته نه وي ورته. ځیني خلک لوړ وي او ځیني کوچني ځیني چاچ وي او ځیني ډنگر ځیني نور پوستي وي، ځیني سپین پوستي او ځیني نور بیا نسواري رنگ لري. د خلکو سترگي، پزې او وېبنتان هم له یو بل سره توپیر لري. ځیني خلک په پښو تگ راتگ کوي او ځیني نور بیا یا د لکرو او یا هم ویل چپیر په مرسته تگ راتگ کوي. ټول خلک په خپلو رنگونو کې بڼایسته دي. هغه خلک چې له یو بل سره توپیر لري د امریکا په متحده ایالتونو کې یوځای ژوند کوي. د هیچا نژاد، د پوست رنگ او یا د وېبنتانو ډول له بل چا څخه غوره نه دی. مور اړتیا لرو چې د یو بل څېرو ته درناوی وکړو.



Respect

TREATING OTHERS KINDLY

Respect is an important value in many countries, including the United States. Respect involves treating others the way you want to be treated. Respect involves seeing and valuing the goodness in every person. One way to show respect for another person is to ask permission before you interact with them and to make sure they are okay with whatever you want to do before you do it. This means being careful about the other person's belongings, their space, and their body.

Respect is gentle. A person earns respect by being kind to others, not by having power over them.

درناوی کول

له نورو خلکو سره مهربانه چلند کوي

نورو کسانو ته درناوی کول د امریکا د متحده ایالتونو په شمول په ټولو هیوادونو کې یو مهم ارزښت دی. ځینی کوچني وي. په درناوي کې نورو خلکو ته په ښه نظر کتل او دوی ته ارزښت ورکول شامل دي. نورو خلکو ته د درناوي کولو یوه لاره دا ده چې له دوی سره تر اړیکې نیولو وړاندې له دوی څخه اجازه وغواړئ او ډاډ تر لاسه کړئ چې هغه څه چې تاسو یې غواړئ هغه ښه احساس لري. د دې معنا دا ده چې د نورو خلکو توکو، ځای او ځان ته پاملرنه وکړئ. درناوی کول مهرباني او نجیب والی دی. یوه کس ته ځکه خلک درناوی کوي چې مهربانه دی، نه دا چې ځواکمن دی.



Respecting People's Belongings

ASK PERMISSION BEFORE YOU TOUCH ANOTHER PERSON'S BELONGINGS

Friends and family often share their belongings with each other. You may be used to sharing everything with other people. However, to be respectful, it is better to ask before you touch another person's belongings. Other young people should also ask before they touch your belongings.

د خلکو شیانو ته درناوی وکړئ

د خلکو د توکو تر لمس کولو وړاندې له هغوی څخه اجازه واخلي

ملګري او کورنۍ زیاتره وخت خپل توکي له یو بل سره شریکوي. تاسو ښایي دا عادت ولری، چې هر شی له نورو خلکو سره شریک کړی. د دې لپاره چې د خلکو درناوی مو کړی وي، نو دا غوره خبره ده چې له دوی څخه د هغوی د توکو تر لمس کولو وړاندې له دوی غوښتنه وکړئ. نور خلک هم باید مخکې له دې چې ستاسو توکي لمس کړي، له تاسو غوښتنه وکړي.



Respecting People's Space

ASK BEFORE YOU GET VERY CLOSE TO OTHERS

Friends and family often sit close to each other and may climb all over each other or wrestle with each other. Sometimes you want to sit close to a person you like. If that person agrees, you can sit close to each other. But if someone sits closer to you than you want, ask that person to move back. In this way, we respect each other's space.

د خلکو ځای ته درناوی کول

مخکې له دې چې یو چا ته ډېر نږدې شئ، اجازه ترې واخلي

ملګري او کورنۍ زیاتره وخت یو بل ته نږدې کېږي او یو پر بل جګیري او له یو بل سره غېږې باسي. ځینې وخت ته غواړي د هغه چا څنګ ته کېږي چې ته یې غواړي. که هغه کس ومنله، نو کولی شئ چې یو بل ته نږدې کېږئ. مګر که یو څوک تاسو ته نږدې کېږي او تاسو نه غواړئ، نو له هغه وغواړئ چې شاته شي. په دې سره مو د یو بل د ځای درناوی کوو.



Respecting People's Bodies

ASK BEFORE TOUCHING OTHERS

Friends and family often put their arms around each other, touch each other's backs or hair, and give each hugs if they are having a bad day or just to show they care. Of course, this can feel great!

But not all touch is welcome. No one should touch you if you don't want to be touched. Don't touch anyone who does not want to be touched. If someone touches you or makes you touch them in a way that you don't like or that makes you uncomfortable, tell an adult who you trust. Your counselor, youth worker, teacher, the police, or another adult you trust can help you. Keep telling until someone makes it stop.

Sexual activity is never permitted when you are in residential care, not among the youth or between the youth and the adults who work there. The young people who live in the residences already have so much going on! Sexual activity and strong feelings in couples would make living together much more complicated for everyone. When you leave this residential program and go to school or to work, you should not be sexually harassed or pressured there either. If you have a question about this, please ask your case manager, counselor, foster parent, or another adult you trust.

د خلکو ځانونو ته درناوی وکړئ

مخکې له دې چې څوک لمس کړي، له هغه اجازه واخلي

ملګري او کورنۍ ځینې وخت له یو بل څخه لاسونه تاووي، د یو بل شا او وپښتان لمس کوي او که له کومې ستونزې سره مخ شوی وي او یا ددې لپاره چې پاملرنه ورته کوي یو بل په غېږ کې نیسي. البته! د یو لور احساس دی. مګر هر ډول لمس کول د چا نه خوښېږي. که تاسو نه غواړئ باید څوک مو لمس نه کړي تاسو هم هغه څوک مه لمس کوئ، چې نه غواړي څوک یې لمس کړي. که یو څوک تاسو لمس کوي او یا تاسو اړ کوي چې داسې یې لمس کړئ چې تاسو یې نه خوښوئ او یا تاسو ناراموي، نو یوه لوی کس ته ووايست چې تاسو ورباندې اعتماد لری. تاسو کولی شئ له خپل مشاور، ځوان کارګر، ښوونکي، پولیس او له یو بل ځوان څخه چې تاسو اعتماد ورباندې لری مرسته وغواړئ. تر هغه د مرستې غوښتنه وکړئ، تر څو یې هغه له کاره منعه کړی نه وي.

کله چې تاسو په یوه هستوګنیز کور کې تر مراقبت لاندې وئ، نو د هغو ځوانانو او لویانو ترمنځ هېڅ ډول جنسي عمل ته اجازه نه ورکول کېږي، چې هلته کار کوي. هغه ځوانان چې په هستوګنیزو کورونو کې ژوند کوي، له پخوا دا کارونه کوي. د دوو کسانو ترمنځ جنسي فعالیت او پیاوړي احساسات د هر چا لپاره ژوند کول سختوي. کله چې تاسو دغه هستوګنیز پروګرام پرېږدئ او ښوونځي یا کار ته ځئ، نو هلته هم باید له جنسي ځورونې او فشار سره مخ نه شئ. که تاسو په دې اړه کومه پوښتنه لری، نو د خپلې دوسې له مدیر، له خپل روزونکي پلار او یا له کوم بل معتمد ځوان څخه پوښتنه وکړه.



Safe and Healthy Relationships RESPECTING YOUR FRIENDS

If you have grown up around people who yell a lot or where one person controls the other, it can be difficult to imagine what a safe and healthy relationship looks like. In a safe and healthy relationship:

- ▶ The two people speak to each other in kind voices. They do not yell at each other.
- ▶ They decide together what they are going to do.
- ▶ They spend time alone, spend time together, and sometimes hang out with others.
- ▶ They are kind to each other. They do not hurt each other on purpose.
- ▶ They do not hit each other. Ever.
- ▶ They trust each other. They do not act jealous.
- ▶ They are happy to see each other.
- ▶ They say "sorry" when they make a mistake or when they hurt each other's feelings.
- ▶ They forgive each other's small mistakes. They do not expect the other person to be perfect.

خوندي او سالمې اړيکې د خپلو ملگرو درناوی وکړه

که تاسو د داسې یوه کس سره نږدې ژوند کړی وي چې دېرې چيغې وهي او پر بل چا زور راوړي، نو دا به ډېره ستونزمنه وي چې تصور کړئ چې خوندي او سالمې اړيکې څه ډول وي. په خوندي او سالمو اړيکو کې:

- ◀ دوه کسان له یو بل سره په مینه خبرې کوي. یو پر بل چيغې نه وهي.
- ◀ د کارونو په اړه په ګډه پریکړه کوي.
- ◀ دوی هم یوازې وخت تېروي، هم له یو بل سره او ځینې وخت یو له سره غوړي کوي.
- ◀ دوی پر یو بل مهربانه وي. دوی یو بل نه خوړوي.
- ◀ دوی له یو بل څخه کرکه نه کوي. هېڅکله.
- ◀ دوی پر یو بل اعتماد لري. بخیل نه وي.
- ◀ کله چې یو بل سره ویني خوښ وي.
- ◀ کله چې دوی تېرته کوي او یا یو بل خوړوي نو (بېننه غواړم) غږ کوي.
- ◀ دوی د یو بل کوچنی تېرته بښي. دوی د دې تمه نه لري چې نور کسان به پوره وي او کومه نیمګړتیا به نه لري.



Bullies Lack Respect

BULLYING IS NOT OKAY

Sometimes people threaten or try to control each other. This is called bullying and it is unacceptable. A bully uses power over others. A bully makes fun of other people and hurts them. Sometimes they get others to be mean, too.

You should be treated with respect and not bullied. If someone bothers you, tell that person to stop and immediately tell an adult who you trust. Keep telling people until someone steps in to help. You need someone you can trust on your side. Do not get into a fight. Others will help you get the bully to stop.

If you see someone else getting bullied, tell the bully to stop. Help the person who is being bullied get away from the situation. Spend time with the person who is getting bullied to help that person feel less alone. And tell an adult. Bullies stop what they are doing when others in the community tell them, "Enough! You must stop!"

Maybe you have bullied others at some point in your life. Maybe you have been unkind to certain people because they are smaller or in some way weaker than you. If so, you can decide to act differently.

لنډگران لږ درناوی کوي

لنډغري بڼه کار نه دی

ځینې وخت خلک هڅه کوي چې یو بل کنټرول او یا یې تهدید کړي. دې ته لنډغري وايي او دا کار د منلو نه دی. لنډغر خپل زور په نورو کسانو کاروي. لنډغر په نورو کسانو لوبې کوي او دوی خوروي. ځینې وختونه دوی هم د نورو کسانو لخوا موخه گرځول کېږي.

تاسو باید له درناوي ډک چلند وکړئ او لنډغري ونه کړئ. که څوک مو خوروي، نو هغه ته ووايست چې ستاسو خورول ودروي او ژر یو بل لوی سړي ته چې تاسو اعتماد ورباندې لری ووايست چې هغه منعه کړي. تر هغه خپلو خبرو ته ادامه ورکړئ، ترڅو یو کس درسره مرسته وکړي. تاسو یو داسې چا ته اړتیا لری چې باور لری چې هغه ستاسو په خوا دی. جگړه مه کوی، نور کسان به در سره مرسته وکړي چې لنډغر ودروي.

که تاسو کوم څوک وینئ چې لنډغري کوي، نو ورته ووايست چې لنډغري ودروي. له هغه کس سره مرسته وکړئ چې خورول کېږي او له هغه حالت څخه یې وژغورئ. له هغه کس سره یوه څه وخت تېر کړئ چې خورول شوی دی او د یوازیتوب احساس یې کړی دی. او یوه لوی سړي ته ووايست. لنډگران له خورونې لاس اخلي چې کله د ټولني کوم کس ورته ووايي چې نور بس! ته باید ودرېږي!

تاسو هم بڼايي د ژوند په کوم پړاو کې خلک خورولي وي. تاسو هم بڼايي د یو چا درناوی ځکه نه وي کړی چې هغه به تر تاسو یا کوچنی و او یا به له کوم اړخه کمزوری. که داسې مو کړي وي، نو تر دې وروسته پرېکړه وکړه چې متفاوت وي.



Strong Feelings and Self-harm

IT'S OKAY TO HAVE STRONG FEELINGS... ALWAYS TRY TO HANDLE THEM IN POSITIVE WAYS

Sometimes you may feel frustrated, sad, angry or scared. Everyone feels these feelings from time to time. It can be hard to handle strong feelings. Here are some things to do that might help:

- ▶ Identify your feelings. Anger? Frustration? Sadness? Loneliness? Accept these feelings. They will not last forever but they are with you now. Sometimes just naming the feeling helps.
- ▶ Tell a responsible adult what you are feeling. Your case manager, teacher, foster parent, family member or other trusted adult can help.
- ▶ Try doing something that makes you happy. What has made you feel better before? Try doing that now.
- ▶ If you are feeling sad, become active. Running, dancing, shooting basketball, kicking a soccer ball or just moving around might help.
- ▶ If you are feeling jittery, it is usually a good idea to do something that will calm you down, such as reading, writing, drawing, napping, taking a shower or listening to quiet music.
- ▶ Speak with a friend or with an adult you trust.

When you are feeling unhappy, speak with people who care about you to let them know. Sometimes when people have strong feelings, they hurt themselves to let others know how bad they are feeling. They may also hope that hurting themselves will help them feel better inside. But hurting yourself is no solution. The strong feelings return. The people end up in the same situation or a worse one because of the harm they have done themselves and the way others respond to it. Cutting, burning or scratching oneself—these and others forms of self-harm may attract attention, but they do not solve problems.

Remember, sad or unhappy feelings will not last forever.



پیاوړي احساسات او خپل ځان ته ضرر رسول د پیاوړو احساساتو درلودل کومه ستونزه نه ده... تل هڅه کوه چې احساسات مو په مثبت لوري بوځئ

بښايي ځيني وخت ناهيلي، غمجن، غوسه او وېرېدلی وي. هر څوک کله نا کله دا ډول احساسات لري. دا به سخته وي چې پياوړي احساسات کنټرول کړي. دلته ځيني داسې چارې شته چې بښايي مرسته در سره وکړي:

- ◀ خپل احساسات وپېژنه. آیا غوسه؟ ناهيلي؟ غمجنټوب؟ يوازېتوب؟ دغه احساسات ومنه. اوس همداسې ياست، مگر دا حالت مو تل دوام نه کوي. ځيني وخت د احساس نوم اخيستل هم مرسته کوي.
- ◀ د هغه څه په اړه چې احساس کوي يې، يوه مسوول سړي ته وواياست. ستاسو د دويسې مدير، بنوونکی، روزنکی پلار، د کورنۍ کوم غړی مو او يا بل معتمد کس در سره مرسته کولی شي.
- ◀ داسې کارونه وکړئ چې خوشاله مو وکړي. مخکې کومو کارونو غوره احساس درکاوه؟ هڅه وکړه چې اوس يې هم سره ورسوي.
- ◀ که غمجن وي، ځان مو فعال کړی. منډه وکړه، نخا وکړه، باسکېټبال وکړه، فوټبال وکړه او يا هم شاوخوا دي وگرځه.
- ◀ که غوسه ياست، نو غوره خبره دا ده چې داسې يو کار وکړي چې غوسه مو راټيټه کړي، لکه مطالعه، رسامي، خوب، حمام کول يا يوه ارام موزيک اورېدل.
- ◀ له کوم ملگري او يا له خپل باوري سړي سره خبرې وکړه.

که خپه وي، له هغه چا سره خبرې وکړه چې تا ته پاملرنه لري. ځيني وخت هغه کسان چې پياوړي احساسات لري، نو خپل ځانونه د دې لپاره خوړوي، څو نور خلک پوه کړي چې څومره بد دی. دوی بښايي تمه ولري چې که ځان خوړ کړي، ارام به شي. مگر د ځان خوړول ستونزه نه حلوي. پياوړي احساسات بېرته راگرځي. د خپل ځان د خوړولو او د نورو خلکو د غبرگون له امله، د دغو خلکو وضعيت په همداسې حالت کې وي او يا هم تر دې ناوړه حالت غوره کوي. د ځان پرېکول، سوخول، گړول او يا د خوړولو نورې بڼې پام جلبول شي، مگر ستونزه نه شي حل کولی. په ياد لره، غم او خپگان تل دوام نه کوي.



LIVING SAFELY

In the United States, adults should be looking after you at least until the age of 18. Whether or not you have legal immigration documents, you have many rights, including the right to food and shelter, to attend school, to receive medical care, and to ask for protection from harm. If you do not feel safe, ask the police or other responsible adults for help. Keep asking for help until you get it.

You will always have the right to be accepted and appreciated for who you truly are. You have the right to be treated well by adults and by other young people. You have the right to say "no" if someone wants to touch you and you do not want them to. You have the right to your feelings. You have the right to speak your own language and practice your culture. You have the right to live free from violence.

To be safe and to keep others safe, you need to treat others respectfully too, appreciate them for who they truly are, protect yourself, and be a good friend. This is how we create a peaceful world.

خوندي اوسپدل

د امریکا په متحده ایالتونو کې خلک تاسو ته تر 18 کلنۍ پام کوي. دا مهمه نه ده چې تاسو د کډوالۍ قانوني اسناد لری او یا یې نه لری، تاسو د خوړو او پناه ځای، ښوونځي، درملنې او د خونديتوب په شمول ځینې حقوق لری. که خوندي نه یاست، نو د مرستې لپاره پولیس یا یو بل مسوول سړي ته وواياست. تر هغه وخته د مرستې غوښتنه کوه، تر څو مو چې مرسته تر لاسه کړي وي. تاسو د دې حق لری لکه څنگه چې یاست ومنل شی او ستاینه مو وشي. تاسو حق لری چې د ځوانانو او نورو لویانو لخوا د سره غوره چلند وشي. کله چې تاسو داسې یو کس لمس کوي چې نه مو خوښیږي، نو د (نه) ویلو حق لری. تاسو د خپلو احساساتو د درلودلو حق لری. تاسو حق لری چې په خپله ژبه خبرې وکړئ او خپل فرهنگ پلی کړی. تاسو حق لری چې له ناوټریخوالي لرې ژوند وکړی.

د دې لپاره چې خوندي وی او نور هم خوندي کړی، نو اړتیا لری چې له نورو کسانو سره هم په درناوي چلند وکړی، دوی وستایئ، خپل ځان وساتي او یو ښه ملگری واوسی. په دې سره موږ کولی شو چې له سوله ییزه نړۍ ولرو.





Bridging Refugee Youth & Children's Services

Bridging Refugee Youth and Children's Services (BRYCS), a project of the United States Conference of Catholic Bishops (USCCB), maintains the nation's largest online collection of resources related to refugee and immigrant children and families. BRYCS' overarching goal is to facilitate information-sharing and collaboration among service providers, strengthening the capacity of service organizations across the United States to support the safety, stability, and well-being of newcomer children, youth, and their families. Please visit www.brycs.org for more information.

This BRYCS publication was made possible by the Division of Children's Services, Office of Refugee Resettlement (ORR), Administration for Children and Families, U.S. Department of Health and Human Services, Grant No. 90 ZU 0065. Any views expressed in BRYCS' resources are those of the authors and do not necessarily represent views held by the Office of Refugee Resettlement.

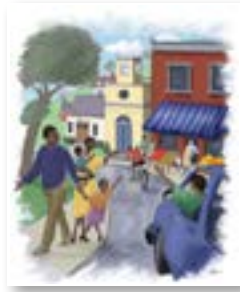
This manual was authored by BRYCS Consultant Lisa Aronson Fontes, PhD, with significant written contribution and management by BRYCS Director, Lyn Morland, MSW, MA, and Elaine Kelley, PhD, MSW, ORR Associate Director for Child Welfare. Jacquelin Zubko, BRYCS, provided support. Special thanks to artist Patricia Raines for her beautiful illustrations and to SYZYGY, Inc. for design and layout.

Last but not least, we recognize the tremendous courage, talents, and contributions of all children served by ORR, and we wish them much safety, success, and joy in their life journeys.



Keeping Safe! Children's Bilingual Guide

خوندي پاتي كي دل! د خوانانو دوه ژبه ييز لارښوود



Bridging Refugee Youth & Children's Services

