

Glati kaj dikhen mardimos ande paše relationa

Te dikhes mardimos šaj avel:

- Te mardos (si sa, te mardos dapensa, varikon te spiden tut, sexuellt mardimos, kana varikon marel muj tutar, te daraven tut ži kaj konik xřisikin tut)
- Te dikhens vaj te ašunes mardimos
- Te dikhes le semnori po mardimos (sar exemplo vunitsi semnori po stato, phage buči, dar)
- Te ačares si si kaj žal ando kher

But anda le glati žanen so žal maškar jek familja, vi te či gindina o dad aj e dej ke či žanen. Glati len sama sigo kana jek manuš kaj si lenge paše te naj lenge mišto, numa le glati šoho či phenen sar von ačaren pe. Te si jek glata kaj naj lenge mišto vaj ačaren dar atunči godo sikhadol kana e glata khelel pe avri vaj kaver fjalo.

Te keres jek puša ke daras

Te si te gindis ke si jek glata kaj dukhadol? Atunči šaj keres jek puša ke daras kaj xořengo. O xořengo atunči roden pa soste žal, den ažitimos te šaj mares lenge telefono aj te trubola von dikhen so šaj lašaren te vortol pe.

Uni bučarne mušaj lenge pala o zakono te keren puša ke daran te na kerdol variso la glatake. Le bušarne si sar exemplo godola kaj keren buči kaj škola, špita vaj kaj le rajbare.

Zor aj ažitimos kaj glati kaj dikhen mardimos

Kaj xořengo šaj lel e glata aj kon si paše paša lende ažitimos. Sar exemplo:

- Šaj keres telefono aj les ažitimos
- Grupaki buči pe glati
- Ažitimos kaj o dad aj dej te avel la glatake mišto
- Kontakt manuš vaj kontakt familja
- Kaver ažitimos te si e situatcija ende pripa, sar exemplo jour kher

Kana si baro baj, kana godi ker telefono 112.

Te les kontakto:

- **Buči:** Socialtjänst Vårgårda
- **Telefonnumero:** Telefon växel 0322-600 617
- **Webrig:** www.vargarda.se
- **Kheresko adreso:** Kungsgatan 45