BESOIN D'AIDE ?

Ecoute-Enfant est un numéro **gratuit**, ouvert 7 jours sur 7, de 10h à minuit.
Tu peux appeler le **103** et **parler de ta vie** : amitiés, relations familiales, sexualité, problèmes...

Tu peux aussi parler par écrit :
www.maintenantjenparle.be

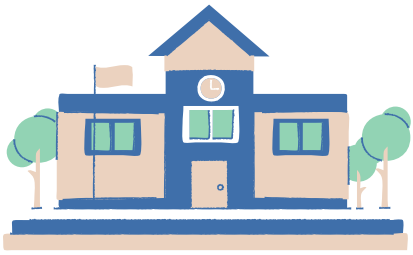
Le Service Droit des Jeunes (SDJ) répond à tes questions et t'aide juridiquement si tu as un problème ou une interrogation :
www.sdj.be

Tu as le droit à un **avocat gratuitement**, n'hésite pas :
www.avocat.be/fr/bureaux-daide-baj

Urgence/police
La police doit te protéger si tu es en danger ou menacé·e, **quelle que soit ta nationalité**. Tu peux l'appeler gratuitement au **101 (police) ou 112 (urgence)**.

N'hésite pas à demander de l'aide autour de toi dès que tu en as besoin.

Tu peux aussi poser des questions **à ton école**. Elle a un centre appelé **PMS**, où tu peux parler à des personnes spécialisées. Si tu ne sais pas où est le PMS, **demande à ton ou ta professeur·e !**



Tu t'inquiètes pour toi-même, tu as envie de te faire du mal ou tu t'inquiètes pour quelqu'un d'autre : **ne reste pas seul·e.** Numéro d'appel gratuit : **0800/32-123**

T**u te fais embêter** à l'école, tu ne te sens pas bien et tu as envie d'en parler ? Le numéro **0800/95 580** est accessible gratuitement de 9h à 13

Pose **n'importe quelle autre question** :
www.parolesdados.be/questions-reponses/pose-ta-question.htm

DÉFENSE DES ENFANTS INTERNATIONAL BELGIQUE

Projet soutenu par FÉDÉRATION WALLONIE-BRUXELLES CAP48

NEED SOME HELP?

Ecoute-Enfant is a **free number**, open from 10am to 12pm 7 days a week.
You may call **103** and **talk about anything that you are concerned by**: friendships, family, sexuality...

You may also chat online on
www.maintenantjenparle.be

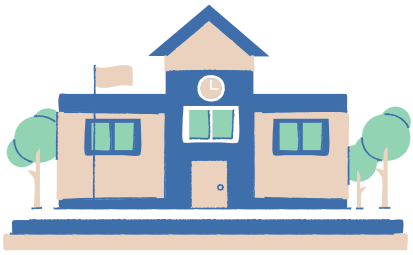
The Service Droit des Jeunes (SDJ) answers any legal question you might have and provides legal support : **www.sdj.be**

You have a right to a **free lawyer**, do not hesitate to ask for one: :
www.avocat.be/fr/bureaux-daide-baj

Emergency/police
The police must protect you if you are in danger or threathened **whatever your nationality**. You can call them for free on **101 (police) or 112 (emergency)**.

Do not hesitate to ask for help whenever you need it.

You may also ask questions to **your school**. There, there is a place called **PMS** with trained workers you may talk to. If you are not sure how to find it, **ask your teacher!**



You worry about yourself, think of hurting yourself or worry about someone else: **don't be left alone**. Free number: **0800/32-123**

You think you are being bullied at school, you don't feel great and would like to talk about it? Number **0800/95 580** can be accessed for free from 9 to 1am.

Find answers **to any other question** on :
www.parolesdados.be/questions-reponses/pose-ta-question.htm

DÉFENSE DES ENFANTS INTERNATIONAL BELGIQUE

Supported by

FÉDÉRATION WALLONIE-BRUXELLES

CAP48

NECESITAS AYUDA ?

« Ecoute-enfant » (escucha al niño) es un numero **gratuito** disponible de 10 a 24 horas. Tu puedes llamar al numero **103** para **hablar de tu vida** : amistades, relaciones familiares, sexualidad, problemas...

Tambien puedes hablar por escrito :
www.maintenantjenparle.be

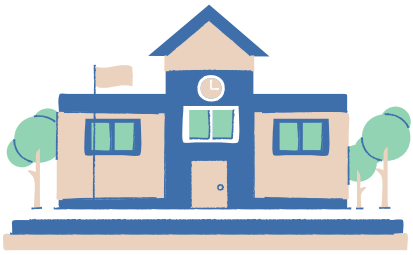
Le Service Droit des Jeunes (SDJ) (servicio de derechos juveniles) responde a tus preguntas y te ayuda legalmente si tienes algun problema o una interrogacion : **www.sdj.be**

Tienes derecho a un **avogado gratuito** :
www.avocat.be/fr/bureaux-daide-baj

Urgencia / policia
La policia debe de protegerte si estas en peligro o amenasado no **importa cual sea tu nacionaidad**. Puedes llamar gratuitamente al **101 (policia) o 112 (urgencia)**.

No dudes a pedir ayuda cerca de ti cuando lo necesites

Tambien puedes preguntar a tu **colegio** tienen un centro llamado **PMS**, Donde puedes hablar con especialistas. Si no sabes donde esta el PMS, **preguntale a tus profesores!**



Preocupate por ti mismo, si piensas hacerte daño o te preocupas por alguien : **no te quedes solo** llama al **0800/32-123.**

Te molestan en el colegio, no te sientes bien y tienes ganas de hablar? Llama al **0800/95 580** es accesible y gratuito de 9h a 13h.

Haz cualquier pregunta :
www.parolesdados.be/ questions-reponses/pose-ta-question.html

DÉFENSE DES ENFANTS INTERNATIONAL BELGIQUE

Apoyado por

FÉDÉRATION WALLONIE-BRUXELLES

CAP48

Օգնություն է հարկավոր?

Ecoute-Enfant անվճար հեռախոսահամար է, հասանելի է շաբաթը 7 օր, օրը 24 ժամ: Կարող ես զանգել **103** համարի քո կյանքից: ընկերություններից, ընտանեկան հարաբերություններից, սեռական կյանքից , խնդիրներից...

Կարող ես նաև խոսել գրելով: **www.maintenantjenparle.be**

Le Service Droit des Jeunes (SDJ) պատասխանում է քո հարցերին և օգնում է քեզ օրինական կերպով եթե դու խնդիրներ ունես կամ հարցեր: www.sdj.be

Դու անվճար իրավաբանի իրավունք ունես, մի վապաղիր:
www.avocat.be/fr/bureaux-daide-baj

Արտակարգ իրավիճակ/ Ոստիկանության: Ոստիկանությունը պարտավոր է քեզ պաշտոնել եթե դու վտանգի մեջ ես գտնվում կամ սպառնում են քեզ, անկախ քո ազգությունից: Կարող ես անվճար զանգել այս համարներին **101** (Ոստիկանություն) կամ **102** (Արտակարգ իրավիճակ)

Մի հապաղիր քո շրջապատից օգնություն խնդիր երբ դրա կարիքը ունես.

Կարող ես նաև հարցեր ուղղել քո դպրոցին: Այն ունի PMS կոչվող կենտրոն,
որտեղ դու կարող ես խոսել մասնագետների հետ: Եթե չգիտես այն որտեղ է գտնվում **դիմիր քո ուսուցչին**!

Դու անհանգստանում ես քեզ համար, ցանկություն ունես քեզ ցավ պատճառելու կամ անհանգստանում ես քո շրջապատից ի՞նչ որ մեկի համար ?: միայնակ մի մնա: Անվճար հեռախոսահամար : **0800/32-123.**

Քեզ դպրոցում անհանգստացնում են, դու քեզ լավ չես զգում և խոսելու կարիք ունես? Այս համարը **0800/95 580** անվճար հասանելի է ժամը 09:00-13:00

Ցանկացած այլ հարց տուր:
www.parolesdados.be/questions-reponses/pose-ta-question.htm

DÉFENSE DES ENFANTS INTERNATIONAL BELGIQUE

Projet soutenu par

FÉDÉRATION WALLONIE-BRUXELLES

CAP48

آیا مرستې ته اړتیا لرئ؟

ecoute-enfant یو وړیا شمیره ده، په اونۍ کې 7 ورځې، شپه او ورځ 24 ساعته خلاصه وي.
ته کولی شئ 103 ته زنګ ووهئ او د خپل ژوند په اړه وغږیږئ: ملګرتیا، کورنۍ اړیکې، جنسیت، او نورې ستونزې...

تاسو کولی شئ په لیکلي ډول هم خبرې وکړئ؛
www.maintenantjenparle.be

د ځوانانو لپاره حقوقي خدمت (SDJ) ستاسو پوښتنو ته ځواب ورکوي او تاسو سره په قانوني توګه مرسته کوي که تاسو کومه ستونزه یا پوښتنه لرئ:
www.sdj.be

ته د وړیا وکیل حق لرئ،بې زړه کیږه مه :
www.avocat.be/fr/bureaux-daide-baj

بېړنی حالت /پولیس
پولیس باید ستاسو ساتنه وکړي که تاسو په خطر کې یاست یا ګواښل شوي یاست، ستاسو د تابعیت په پام کې نیولو پرته. تاسو کولی شئ هغوی ته په 101. (پولیس) یا 112 (بیړني حالت) کې وړیا تلیفون وکړئ

هر وخت چې دی مرستې
ته ضرورت وي شاوخوا
خلکو څخه یی په غوښتلو
کې ډډه مه کوه.

ښوونځی
تاسو کولی شئ په خپل ښوونځي کې هم پوښتنې وکړئ. هلته په نوم یو مرکز وجود لري. چیرې چې تاسو کولی شئ د PMS د په PMS متخصصینو سره خبرې وکړئ. که تاسو نه پوهیږئ چې ښوونځي کې چیرته دی، له خپل ښوونکي یا خپلې ښوونکې څخه پوښتنه وکړئ.

ته د خپل ځان په اړه اندیښنه کوې، غواړې خپل ځان ته زیان ورسوي یا ته د بل چا په اړه اندیښنه کوې:
د وړیا تلیفون شمیره: 123-0800/32

ایا تاسو په ښوونځي کې زورېږئ یا اندیښمن یاست، تاسو یې په اړه ښه احساس نه کوئ او تاسو غواړئ د هغې په اړه خبرې وکړئ؟ د **123-0800/32** شمیره د سهار له 9 بجو څخه د ماسپښین تر 1 بجې پورې وړیا د لاسرسي وړ ده.

بله هر ډول پوښتنه غواړي وکړي::
www.parolesdados.be/questions-reponses/pose-ta-question.htm

Supported by

Нужна помощь?

Ecoute-Enfant - это бесплатный номер, открытый 7 день в неделю, 24 час в сутки. Вы можете позвонить по телефону **103** и поговорить о своей жизни: дружбе, семейных отношениях, сексуальности, проблемах...

Вы также можете написать по адресу **www.maintenantjenparle.be.**

Service Droit des Jeunes (SDJ) отвечает на ваши вопросы и предоставляет вам юридическую помощь, если у вас возникли проблемы или вопросы: **www.sdj.be.**

У вас есть право на бесплатного адвоката, не стесняйтесь : **www.avocat.be/fr/bureaux-daide-baj**.

Скорая помощь/полиция. Полиция должна защищать вас, если вам угрожает опасность или угроза, независимо от вашей национальности. Вы можете позвонить им бесплатно по телефону **101** (полиция) или **112** (экстренная помощь).

Не стесняйтесь просить о помощи, когда она вам нужна.

Вы также можете задать вопросы в своей школе. У них есть центр под названием PMS, где вы можете поговорить со специалистами. Если вы не знаете, где находится ПМС, **спросите своего учителя**!

Вы беспокоитесь о себе, хотите причинить себе боль или беспокоитесь о ком-то другом: не будьте одиноки. Бесплатный номер телефона: **0800/32-123.**

Над вами издеваются в школе, вы плохо себя чувствуете и хотите поговорить об этом? Номер **0800/95 580** доступен бесплатно с 9 утра до 13 часов дня.

Задайте любой другой вопрос::
www.parolesdados.be/questions-reponses/pose-ta-question.htm

DÉFENSE DES ENFANTS INTERNATIONAL BELGIQUE

Projet soutenu par

FÉDÉRATION WALLONIE-BRUXELLES

CAP48